Pro: "Meine Probleme sind keine Monster mehr" ; Contra: Plädoyer für die Verrücktheit

Autor(en): **Thera, Pia / Grütter, Franziska**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Emanzipation : feministische Zeitschrift für kritische Frauen**

Band (Jahr): **19 (1993)**

Heft 6

PDF erstellt am: **24.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-361476

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Pro: "Meine Probleme sind keine Monster mehr"

Es ist schwierig, wenn nicht gar unmöglich, etwas Allgemeines pro und contra Therapie zu sagen. Darum schreibe ich hier über meine subjektiven Erfahrungen mit ca. fünf Jahren Gesprächstherapie.

Ich habe mich dazu entschlossen, eine Therapie anzufangen, als mein Lebenswille nur noch an einem dünnen Faden hing. Mit vielen Situationen des Alltags kam ich nicht mehr zurecht, ich hatte mir im Laufe der Jugend Verhaltensmuster angewöhnt, die mich immer stärker quälten, die ich jedoch nicht einfach ablegen konnte, obwohl es mein Kopf mir manchmal vorschlug.

Ich geriet in einen Sog selbstzerstörerischer Handlungen, und je verzweifelter ich versuchte herauszukommen, desto tiefer schien ich hineinzugeraten.

Nach aussen hin versuchte ich, meine ganzen Nöte zu verstecken. Ich glaube, selbst gute FreundInnen wären völlig überfordert gewesen, hätte ich den Versuch gemacht, mit ihnen meine damals massiven Probleme zu lösen.

Meine erste Therapeutin half mir, die Zusammenhänge zwischen meiner Lebensgeschichte und meiner Selbstquälerei zu entdecken. Das hat mir sehr gutgetan.

Die Therapeutin stand eindeutig auf meiner Seite, d.h. auf der Seite von mir, die leben und stark sein wollte. In den Therapiestunden hatte ich die Möglichkeit, meine Angelegenheiten – und seien sie noch so wirr – in den Mittelpunkt zu stellen und sie betrachten zu lernen. Meine Probleme haben jetzt nach fünf Jahren wöchentlicher Gespräche "normale" Ausmasse bekommen, sie sind nicht mehr Monster, die mich jeden Moment mit Haut und Haaren zu fressen drohen.

Ich kann mich heute bewusster verhalten, weil ich gelernt habe, einen inneren Dialog zu führen, beide Stimmen in mir zu Wort kommen zu lassen. Aus diesem Grund sind auch Rückfälle, die natürlich immer wieder passieren, nicht mehr so verhängnisvoll.

Pia Thera*

(Name von der Redaktion geändert)

Contra: Plädoyer für die Verrücktheit

Als nägelkauendes, weibliches, fernsehgeschädigtes und milieugestörtes Individuum, das nur das Eine im Kopf hat, "sex, drugs and rock'n roll", wäre ich wohl ein Leckerbissen für jede Therapeutin. Als Mädchen hatte ich eine manische Rockneurose, die darin gipfelte, dass ich immer unter das Bett kroch, wenn meine Mutter mir ein solches Unding überstülpen wollte. Heute würde man mir wohl eine frühe Neigung zur Transsexualität diagnostizieren.
Im Kindergarten kam ich dann das erste Mal in Kontakt mit dem Schulpsychologen, nachdem ich einen Menschen mit vier anstatt fünf Fingern gezeichnet hatte. Das zweite Mal hatte ich das Vergnügen in der Primarschule, als Spuren von Legasthenie sichtbar wurden.
Heute bezeichnen mich meine Mitmenschen als dominant, egoistisch und beziehungsunfähig. Meine grosse Liebe hat mich verlassen, und seither ist mir auf emotioneller Ebene ziemlich alles egal. Die Moral ist untergraben, und es stört mich nicht.
Wieso mache ich keine Therapie? Zum einen habe ich etwas gegen Hierarchien jeder Art. Ich gehe zur Therapeutin, erzähle ihr das kleinste Detail meines Innenlebens, und sie erzählt mir nichts von sich. Durch dieses Ungleichgewicht entstehen Abhängigkeiten, gegen die vor allem frau langsam allergisch sein sollte. Aber nehmen wir einmal an, ich breite meine Seele vor ihr aus, was macht sie damit im besten Falle? Sie schaut sie an, zeigt mir alle meine Macken und wie ich sie am schnellsten wieder loswerde, um endlich konform mit mir und meiner Umwelt ein glückliches Leben führen zu können. Ein Leben, das keine hohen Wellen schlägt, weil sie geglättet sind. Mir fehlen die Rebellinnen, die Revolutionärinnen, die nicht verinnerlichten Phantasieträgerinnen in dieser Gesellschaft. Menschen, die die Neugier auf sich selbst nicht mit dem Verlust ihrer Individualität zu zahlen bereit sind. Menschen, die Depressionen haben in einer Welt, in der es schwierig ist, nicht depressiv zu werden. Menschen, die ausfällig werden, wenn es nötig ist.
Zum andern birgt die Therapie in hohem Mass die Gefahr des Missbrauchs und der Willkür. Die Therapie ist im weitesten Sinn der Psychologie unterstellt, und die Psychologie ist als Wissenschaft noch jung und unerfahren. Es gibt ein sehr breites Feld von Theorien über alles Mögliche – z.B. den Zusammenhang zwischen Nasenbohren und embryonalem Fruchtwasserkomplex. Auch wurde in diesem Jahrhundert mit Möglichkeiten wie der Hypnose die Mauer des Unterbewussten durchbrochen und in die Tiefen des Seins vorgestossen. Aber die Tiefen des Seins sind unergründlich. Auf jeden Fall bis heute!
Ich plädiere für den Individualismus in all seinen Verrücktheiten, gegen die blosse Beschränkung des Geistes auf sich selbst und gegen die Unmündigkeit, sich nur in einer Therapie selbst entdecken zu können.

Franziska Grütter