

Psychoprophylaxe und psychotherapeutische Aspekte bei schweren akuten Psychotraumen von Individuen, Gruppen und Massen

Nach einem Vortrag an der Marineschule Varna am 2. 12. 1992

Von Arno Remmers, Varna, Bulgarien

Allgemeinarzt, Psychotherapeut, Arzt im Rettungsdienst, Referent der
"Deutschen Gesellschaft für Positive Psychotherapie e. V."
in Bulgarien

Zusammenfassung: *Katastrophen und akute Krisen wie Großunfälle, Krieg, Naturkatastrophen, verschüttet oder eingeschlossen zu sein, bewirken für einzelne Menschen, Gruppen oder eine ungeordnete Menge:*

- *massive körperliche und hormonelle Veränderungen,*
- *außergewöhnliche und extreme Leistungsanforderungen,*
- *von Triebdurchbrüchen und äußeren Bedingungen beeinflusste soziale Verhaltensmodifikationen, sowie*
- *extreme emotionale Reaktionen wie Angst, Aggression, Starrsinn, Depression, Wahn-, Trauer- und Verdrängungsphänomene.*

Planbare, leistungsanfordernde Extremsituationen wie Expeditionen, Märsche, aber auch Rettungseinsätze, sind zu unterscheiden von der unvorhergesehenen Krisensituation. In der klassischen Psychotherapie gebräuchliche Entspannungstechniken, Sport, Motivationsmethoden, Gruppengeist und Ermutigung sind hochwirksam im erstgenannten Fall. Dagegen ist in der lebensbedrohlichen Krisensituation mit unterschiedlichen individuellen Reaktionen zu rechnen, stark abhängig von der Motivation und dem Zukunftsaspekt, dem Faktor Hoffnung. Die Gruppe überlebt durch willensstarke Anführer, eine tragfähige Gruppenerfahrung und die Unterordnung des persönlichen Zieles unter die Gruppenzielsetzung. Die Masse ist in der Katastrophe soziopsychischen und trieborientierten Massenphänomenen unterworfen, der Ausweg aus der Krise wird Anführern übertragen.

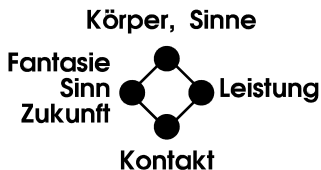
Für Individuen und innerhalb von Gruppen besteht die Vorbereitung auf Katastrophensituationen in der Entwicklung vielseitiger Konzepte von emotional-sozialen Fähigkeiten und im Training schwieriger, bisher noch nicht geübter Situationen für das Individuum und im Training sozialer Normen in der Gruppe als organischer Einheit. Wirksam in der Extremsituation sind dann die frühere Erfahrung eines Auswegs, die Integrität einer Gruppe, die Hoffnung und Zielsetzung, der Glaube an einen Sinn und innerhalb der Gruppe die Ausbildung kompetenter, willensstarker, verantwortungsvoller Führung bei positivem Gruppenegeist.

Die Masse ist in ihrer Reaktion von mittelbar vorbereitenden Informationen (Schlagworte, Ideologien, Vorurteile, Wissen) abhängig und kaum durch Einsicht und individuelle Beurteilung gelenkt.

Psychoprophylaxe für den Katastrophenfall geht über die Möglichkeiten bisheriger Psychotherapiemethoden weit hinaus und beinhaltet für Individuen und Gruppen Erziehung, Übung und Verlässlichkeit geordneter Strukturen, für große Volksgruppen - potentielle Massen - auch die klare, Vorurteile abbauende und verantwortbare Information, die Entwicklung realistischer Hoffnung durch eine positive Zielsetzung auf der Grundlage einer zeitnahen und realistischen Ethik.

1. Aspekte der Gesundheit - Balancemodell

Nach dem **Balancemodell der Positiven Psychotherapie** besteht eine allgemein widerstandsfähige seelisch-körperliche Gesundheit bei Training und Energieverteilung in 4 Bereichen:



- körperliche Aktivität und Gebrauch der Sinne,
- berufliche Leistungsfähigkeit,
- Kontaktgestaltung,
- Fantasie und Erkennen von Sinn und Zukunft.

"Positive Psychotherapie" (nach N. Peseschkian) bedeutet, daß die Therapie vom "Positum", lateinisch: dem "Vorhandenen, Gegebenen, Existierenden",

ausgeht. Jeder Mensch hat von seiner Geburt an bestimmte Fähigkeiten, die in der Erziehung im Laufe seines Lebens entwickelt werden. Auch Störungen und krankhafte Reaktionen werden dabei als Fähigkeiten spezifischer und einseitiger Konfliktbewältigung gesehen. Alle Fähigkeiten unserer Aktivität und Reaktion beziehen sich auf die vier verschiedenen Bereiche der Erkenntnisfähigkeit.

Der Körper bedient sich der *Mittel der Sinne*. Reaktionen und Zustände des Körpers sowie die Außenwelt werden über die Sinne wahrgenommen. Mit den *Mitteln des Verstandes* agieren wir im Bereich der Leistung. Für den Bereich des Kontaktes benötigen wir die *Mittel der Tradition*, erlerntes traditionelles Verhalten und soziale Regeln. Die *Intuition* ermöglicht uns Fantasie, Kunst, Glauben, Planung und probeweise Zukunftsgestaltung, Träume oder Poesie.

Krankheiten, wie beispielsweise eine Influenza, haben Auswirkungen in allen 4 Bereichen:



Die Grippe führt eine Schwächung des ganzen Körpers herbei.



die Leistungsfähigkeit läßt nach,



wir brauchen jemanden, der uns hilft, wenn wir krank sind, und



wir denken darüber nach, wie es weitergeht, wir machen uns Gedanken: "Wer macht meine Arbeit, wenn ich nicht kann?"; wenn wir mit Fieber im Bett liegen, wird die Fantasie aktiv.

Folgende Fragen sind geeignet, um über die eigene Balance nachzudenken:
Wieviel Energie verwenden Sie für Ihren Körper, z.B. für Sport, Ernährung, Entspannung, Ruhe, wieviel für Ausbildung, Beruf, Hausarbeit?
Welchen Anteil haben Familie, Bekannte und Freunde?
Wieviel Raum nimmt die Fantasie ein, wie für Lesen, Musik oder Malen, das Nachdenken über die Philosophie des Lebens, den Glauben, über die Zukunft des Landes oder der Menschheit überhaupt?

Verschiedene **Triebqualitäten** erklären die vier möglichen Zielrichtungen der inneren Energie: Nahrungsbefriedigung und andere *körperbezogene, dem Stoffwechsel dienende Triebe* wie Schlaf, Sex, Entspannung, Ausscheidung können in einer Notfallsituation über gewisse Zeit anderen wie dem *Bewegungstrieb*, den *sozialen Trieben* und der *Neugier* untergeordnet werden.

Der *Trieb zur Bewegung* wird nicht nur in der Leistung und der aktiven Flucht, sondern auch in der "übermenschlichen Kraft" in der Sondersituation deutlich, auch in der Muskelanspannung und der körperlichen Unruhe.

Die *sozialen Triebe* beinhalten Herdenverhalten mit Annahme einer definierten Rolle in der Gruppe und das aktive Schützen der eigenen Familie und Gruppe durch Abgrenzung gegenüber anderen. Sie erklären aggressive Verhaltensweise (aggrederere, lat., herangehen) in einer bedrohlich empfundenen Situation zum Schutz einer Familie oder Gruppe ebenso wie das liebevolle, freundliche Verhalten gegenüber den *gleichen* Menschen einer "anderen" Gruppe unter anderen Bedingungen. Eine weitere Qualität des sozialen Triebbereichs ist der Brutpflegetrieb mit der Aufopferung für die nächste Generation. Er kann die Zurückstellung der persönlichen Bedürfnisse zugunsten der Betreuten bewirken - das Elternprinzip. Geschlechtsspezifisch unterschiedliche Reaktionen können auch durch das im sozialen Triebbereich enthaltene angeboren unterschiedliche Muster des Werbeverhaltens und der Schutzrolle mitbedingt sein.

Der *Trieb zur Erkenntnis des Neuen - die Neugier* - ist ein durch das Mittel der Intuition zur Kreativität führender Modus der Konfliktbewältigung. Die Denkfähigkeit und der Einfallsreichtum sind in der Krisensituation gesteigert.

2. Konfliktbewältigung im Alltagsleben und Konflikthalte

Konflikte im täglichen Leben beziehen sich inhaltlich auf bestimmte Bereiche, wie z. B. Pünktlichkeit, Ordnung, Zeit, Geduld, die in der Positiven Psychotherapie **Aktualfähigkeiten** genannt werden. Jeder Mensch reagiert einzigartig nach einem im Laufe seines Lebens erlernten Konzept, bei Vorprägung durch individuell vererbte Muster, so daß Pünktlichkeit von einem

Menschen in einer vergleichbaren Situation anders gehandhabt wird als von anderen. In alltäglichen Konflikten resultiert daraus beispielsweise die Aufregung und körperliche Reaktion auf abweichende Konzepte anderer zur Pünktlichkeit. Die unterschiedliche Bewertung der Normen entsteht aus kulturell und familiär verschiedenen Konzepten. Die Wichtigkeit von Pünktlichkeit im Vergleich zu Kontakt, Leistung oder Gerechtigkeit wird individuell unterschiedlich gesehen, was zu Konflikten, aber auch zum Austausch und damit Lernen von Konzepterweiterungen führt.

Verhaltensweisen, Reaktionen und Konflikte beziehen sich auf spezifische Inhalte der Aktualfähigkeiten, die in allen Kulturen vorkommen:

sekundäre Aktualfähigkeiten:

(Sozialisationsnormen)
 Fähigkeiten)
 Gerechtigkeit
 Gehorsam
 Höflichkeit
 Offenheit, Ehrlichkeit
 Treue
 Fleiß, Leistung
 Sparsamkeit
 Zuverlässigkeit, Genauigkeit
 Pünktlichkeit
 Ordnung, Sauberkeit

primäre Aktualfähigkeiten:

(Emotional-soziale
 Liebe
 Zärtlichkeit, Sexualität
 Geduld
 Kontakt
 Glaube
 Sinnerleben
 Hoffnung
 Vertrauen
 Zeit

3. Die Bedeutung der Aktualfähigkeiten in der Notlage

Im Falle der Hilfeleistung bei Unfällen oder Katastrophen sind Ordnung, Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit, Leistung (Materialverfügbarkeit und Ausbildungsstand) der **Helfer**, auch Gehorsam und Gerechtigkeit (Triage), alles *sekundäre Aktualfähigkeiten*, sehr wichtig für die Organisation. Eine Rettungsaktion bedarf eines strengen Gehorsams- und Ordnungsprinzips der Helfer, zur Seuchenvorbeugung (Beispiel: Erdbeben) besonderer Hygienemaßnahmen, ungeplanter hoher finanzieller Aufwendungen (Sparsamkeitskonzepte), alles dies im Katastrophenfall ein Problem.

Wie ist das nun für die **Opfer** im Zug oder einem eingestürzten Haus? Vordringlich ist die Kontaktaufnahme, eine Stimme zu hören, Gewißheit zu erhalten, die Geborgenheit des Soziums zu spüren. Das Opfer erlebt nicht vordergründig die Ordnung oder Pünktlichkeit der Organisation, sondern die Geduld des Helfers, die Hoffnung und das Vertrauen in die Hilfe, die Zeit, um Kontakt aufzunehmen, wird lebenswichtig. Vorbildhaftes Verhalten eines Anführers, der andere anleitet, wird zum Antrieb für Mithilfe und Konfliktbewältigung. Diese darin wesentlichen Fähigkeiten emotional-sozialer Art gehören alle dem Bereich der *primären Aktualfähigkeiten* an. Für das Überleben von Unfallopfern ist die Hoffnung das wichtigste "Medikament" und der stärkste Antrieb zu gezielter Eigenaktivität, wie an vielen Beispielen demonstriert werden kann.

4. Bereiche des Erlebens von bedrohlichen Krisen und der Reaktionen

Jeder Mensch reagiert in erlernten Konzepten spezifisch auf Konfliktsituationen. Das Individuum erlebt in traumatischen Situationen Auswirkungen für

- sich selbst,
- die Familie,
- Gruppen und
- die Zukunft (Land, Welt, Sinn).

Die individuelle Betroffenheit bezieht die Auswirkungen auf Partner und Familie, die eigenen Gruppen, das eigene Land und auch die Gedanken zu zukünftigen Änderungen und Auswirkungen mit ein. Diese modulieren die individuelle Motivation im Sinne sozialer Triebe und Verantwortung in stärkerem Ausmaß als die in körperlicher Angst und Panik erkennbaren Überlebenstriebe.

Psychotraumen wie große Fahrzeugunfälle, Grubenunglücke, das Kentern eines Schiffes, Mann über Bord, verschüttet oder von der zivilisierten Welt plötzlich abgeschnitten zu sein, stellen von einem Moment zum nächsten für den Betroffenen alles bisher Erreichte und seine Zukunft für die oben genannten vier Bereiche in Frage. Eine solche Situation erfordert das ganze Repertoire des Erlernten und der Kreativität. Der Körper reagiert mit Bereit-

stellung höchster Energie, die sich einen inneren Ausweg in **Angst**, nach außen durch **Aggression** oder in **zielgerichtetem Denken und Handeln** sucht. Angst kann bis zum psychogenen Tod führen (Voodoo-Tod; "Sterben vor Angst"), Aggression zu unmenschlichem Handeln (Greuel), das zielgerichtete Handeln zur übermenschlichen Kraft und Fähigkeit. Die Steuerung der entstehenden Emotion geschieht sowohl direkt *triebhaft* als auch *rational, mittelbar* über Erziehung, Zeitgeist, Kultur, äußere Bedingungen, Konzepte der Erfahrung, Vorbildpersönlichkeiten und je nach dem Grade der vorherigen Information durch Weisheit. *Unmittelbare* Traumabedingungen treffen auf mehr oder weniger vorbereitete, einseitige oder komplexe geübte Konzepte und lösen innere Konflikte zwischen verschiedenen Bedürfnisbereichen mit der Konsequenz starker *Emotionen* aus. Je nach der Vorbereitung entsteht

- *Aggression* mit dem Ziel, das Überleben durch aktive Handlung nach außen zu ermöglichen,
- *Angst* als Modus des Rückzugs nach innen, oder
- durch Hoffnung und die Vorstellung eines erreichbaren Zieles gelenkte *zielgerichtete Handlung*. Dies setzt - im letzteren Falle - einen im Unterbewußtsein verankerten Glauben an einen Sinn und eine Zukunft voraus, der das innere Bild eines Zieles ermöglicht und damit zu rationalem, sinnvollem Handeln führt.

5. Psychoprophylaxe des Individuums und Methoden der Psychotherapie

Körperliches Training ist nicht alleine zur rein körperlichen Bewältigung, sondern auch im Sinne des hormonellen Trainings der Körperökonomie sowie des Streßcopings geeignet, hierzu möchte ich auf die bisherigen Erkenntnisse der Psychoneuroimmunologie verweisen.

Entspannungstechniken (Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson, Autogenes Training nach Schulz, Silva-Methode, Atemtechniken) sind zur Verminderung von Angst oder Aggression sowie Verbesserung der Körperökonomie in der Lage. Eine Verbesserung zielgerichteten Handelns ist in der langen Phase einer körperlichen Dauerleistung (Einhandsegeln über den

Ozean¹, Überlebensstrategien in der isolierten Situation, Bergsteigen etc.) möglich und vielfach praktiziert, in einer akuten, unerwarteten psychotraumatischen Situation beim Überwiegen adrenerger Reaktionen jedoch kaum möglich. Die objektive Entscheidungsfähigkeit wird durch Entspannung in der nichttraumatischen Situation, in der Vorbereitung auf eine Streßsituation oder danach, im Unterschied zu psychotropen Medikamenten, gefördert. In der Entspannungstechniken werden die Mittel der Intuition zur Beeinflussung des Vegetativums eingesetzt. Dagegen ist die maximale *Anspannung* eines der körperlichen Mittel, akut größere Kräfte und Konzentration bereitzustellen. Bei Einüben einer Kurzform des Jacobson-Trainings mit Wechsel zwischen bewußter An- und Entspannung sowie atemorientierten Übungen sind in der Krise Erfrischungseffekte zu erwarten.

Ersatzhandlungen: Untätigkeit in der Krise wird, u. a. wegen des Bewegungstriebes und der inneren Aktivität in Richtung auf einen Ausweg, als unerträglich erlebt. Es resultiert eine Ersatzbeschäftigung anstelle von Angst, Flucht, Abwehr oder Aggression. Der "rettende Strohalm" ist deshalb in der Notfallsituation oft in einer nebensächlichen, aber lustbesetzten körperorientierten Tätigkeit wie Rauchen, Essen, aber auch Drogen wie Alkohol und anderen, zu sehen und eine, wenn auch einseitige, Hilfe zur psychischen Stabilisierung mangels erlernter Alternativen. Die Überlebensration, die Zigarette, aber auch mystisch besetzte Objekte, der "Talisman", erhalten damit eine Bedeutung als Psychopharmaka ohne Beeinträchtigung der Reaktionsfähigkeit.

Psychologisches Training ist in der Normalsituation durch *psychodramatische Darstellung* einer exakt beschriebenen oder von früher Betroffenen geschilderten Notfallsituation und anschließende Besprechung der Selbsterfahrung in der fachlich angeleiteten Gruppe möglich. Das Einfühlen in die Notlage ist im Psychodrama bei Vorgabe eines Themas erstaunlich gut möglich und erlaubt das Training komplexerer Konfliktlösungsstrategien in ausweglos erscheinender Situation. Es entstehen dabei dem "brainstorming" ähnliche, jedoch emotional direkt erfahrbare Ergebnisse. Das Erleben eines Auswegs wirkt dann im realen Fall im Sinne der Hoffnungsverbesserung, der kreativen Gestaltung und der Wiederholung einer schon stattgehabten Erfahrung. Verdrängungsmechanismen des Unterbewußtseins und kompensatori-

¹Lindemann: "Allein über den Ozean"

sche Handlungen werden dabei emotional und kognitiv durch differenzierte Handlung ersetzt. In der Besprechung des Psychodramas werden auch die oben angeführten überlebenswichtigen Aspekte wie Sinn, Glaube, Zukunft, Weltbild, Umgang mit Gerechtigkeit und Hoffnungsentwicklung und die schon in der Normalsituation vorhandenen Defizite oder innerpsychischen Konflikte deutlich.

Analytische Psychotherapie beschäftigt sich mit dem unterbewußten, bildhaften inneren Erleben, welches aggressive und angstbesetzte, nach außen hin nicht zulässige Phänomene enthält, mit Verdrängungen der triebhaften Wünsche, der prägenden früheren Erfahrung. Analytische Techniken wie Tagtraum, Assoziationstechniken, Hypnose sind teilweise zur Aufarbeitung vorangegangener Krisen, jedoch nicht präventiv einsetzbar. Die "partielle Regression" für einzelne Aktualfähigkeiten, ein Begriff aus der Positiven Psychotherapie erlaubt dabei ein ökonomischeres Vorgehen als die freie Assoziation.

Bei *kognitivem, thematischem Vorgehen* können die Inhalte vorzugsweise der primären Aktualfähigkeiten *präventiv* in Gruppen besprochen werden, wobei sich oft Reflexionen auf das frühere Erleben, also analytische Einzelaspekte ergeben. Hierzu sind Kenntnisse und Praxiserfahrung der psychotherapeutischen Gruppenleitung erforderlich.

Positive Deutung ist eine Technik der Positiven Psychotherapie nach N. Peseschian, die bei ausreichender Einübung in alltäglichen Situationen auch zur Veränderung des Sinnerlebens in der Notsituation geeignet ist. Sinngemäß gilt dies auch für die *transkulturelle Vorgehensweise*. Die *Paradoxe Intention* der Logotherapie nach Viktor Frankl zur Auseinandersetzung mit der Sinnfrage erfüllt ähnliche Funktion. Diese übungsfähigen Techniken sind durch Ausbilder vermittelbar.

Die *Verhaltenstherapie* hat Vorteile in der Angstbewältigung bei definierbaren Phobien, nicht jedoch bei existentiellen Ängsten. Im Sinne der Copingtechnik können voraussehbare angstausslösende Momente "desensibilisiert" werden, Voraussetzung ist das Erlernen einer Entspannungsmethode.

Weltanschauliche, gruppen- und familienbezogene, nationale, religiöse *Sinngebung und Identifikation* mit daraus entstehendem *Glauben* ist in ihrer

Wirkung nach geschichtlichen Erkenntnissen auch für das Individuum eine der stärksten Triebfedern der Bewältigung einer Krise.

6. Psychoprophylaxe in Gruppen

Innerhalb von *Gruppen* besteht die Vorbereitung auf Katastrophensituationen in der Entwicklung von *emotional-sozialen Fähigkeiten*, auch durch das *Training sozialer Normen* (Ordnung, Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit u. a.), und dem *Training der Gruppe als organischer Einheit*:

- Einüben der Verlässlichkeit innerhalb der Gruppe (Vertrauen, Hoffnung)
- Gegenseitiges Kennen und Annehmen (Kontakt, Verbundenheit, Geduld, Zeit, kulturelle Integration)
- Klare Aufgaben für die Gruppe in normaler und angespannter Situation (Sinnggebung, Zielrichtung der Aktivität, befriedigende Ergebnisse)
- Gruppenstruktur und Gruppengeist, Vorbildverhalten der Gruppenleiter, Führungsübung.

Wirksam in der Extremsituation ist dann die frühere Erfahrung eines Auswegs, die Integrität der Gruppe, die Hoffnung und Zielsetzung, der Glaube an einen Sinn und innerhalb der Gruppe die Ausbildung einer kompetenten, zielorientierten, verantwortungsvollen Führung.

7. Menge, Masse und Krisensituation

Die ungeordnete Menge wird durch eine akute gemeinsame Schwierigkeit zu einer Masse. Diese ist in ihrer Reaktion von *mittelbar vorbereitenden Informationen* und der von Meinungsbildnern und Anführern vermittelten Zielrichtung abhängig und kaum durch Einsicht und individuelle Beurteilung gelenkt. Als mittelbar vorbereitend gelten Schlagworte², objektives Wissen³,

²Schlagworte sind in ihrer Definition dehnbare, scheinbar auf die Bedürfnisse jedes einzelnen Individuums zutreffende Begriffe, die einen positiv gedeuteten Inhalt besitzen und so in der Lage sind, unter einem Begriff viele Menschen zu ähnlichem Handeln zu veranlassen. Als Beispiel sei hier "Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit" in der französischen Revolution angeführt: Die unterschiedliche Definition erlaubte das Ermorden der Andersdenkenden, womit Freiheit des Denkens und Brüderlichkeit

unterbewußt vermittelte Prioritäten und suggerierte Wertungen und Ziele⁴. Sie schaffen über größere Zeiträume die Atmosphäre, in der eine massenhafte synchronisierte, aber auch chaostypischen Gesetzen folgende Handlung stattfinden kann. Die Annahme einer "dummen, aber willensstarken"⁵ Führerschaft unabhängig von früheren geordneten Strukturen wird in dieser Situation begünstigt. Die vorbereitende Information gewinnt damit über einen Zeitraum von Monaten bis Jahren und in Kulturzeiträumen eine weit größere Bedeutung, als uns gemeinhin bewußt ist. Redner und ihre Verwendung von Schlagworten, Medien, Politiker, Umfrageinstitute, Reklamewirtschaft sowie Religionsinstitutionen sind damit nicht mehr frei von wertender Verantwortung. Sie haben einen nicht zurücknehmbaren Einfluß auf die "blinde Masse" mit Auswirkungen in allen großen, unvorhergesehenen Ereignissen, in Krieg, Naturkatastrophen, Revolution, beim Aufeinandertreffen von Fußballfans oder im Großunfall.⁶

Bedeutung bekommen Massenphänomene auch in größeren Gruppen, in denen kollektive Ansteckung durch Angst (Panik mit Flucht) oder Aggression (Fußballausschreitungen) sowie die spontane Entstehung von Führerschaft (Demonstrationen) möglich sind - ein Relikt der herdtriebhaften Struktur in jedem Menschen und damit auch Erklärung für viele später unverständliche, irrationale Massenreaktionen. Letzteres läßt sich durch geschulte Personen zum Positiven hin nützen, wenn zuvor Auswahl und Training möglich waren.

bereits wieder hinfällig waren. Das einigende Schlagwort war Voraussetzung für die massenhafte Unmenschlichkeit bei völlig verschiedenen Konzepten.

³Der Grad der Schulbildung hat großen Einfluß auf die Verführbarkeit einer Masse: Beispiele Indien, Irak, Iran mit großen Zahlen von einseitig informierten Analphabeten und entsprechend heftigen Auseinandersetzungen infolge von Vorurteilen.

⁴siehe z. B. Jaquard, "Die geheimen Verführer", klassisches Werk zur Psychologie der Reklame

⁵siehe hierzu: Le Bon, "Psychologie der Massen", 1895, als erstes Werk genauer Beobachtung und Beschreibung

⁶Anders ist beispielsweise die Gleichgültigkeit der deutschen Bevölkerung als "Masse" gegenüber den etwa 9000 Toten im Straßenverkehr der BRD oder die hemmungslose Verhaltensweise von Fanatikern in den Kriegen des Nahen Ostens oder in Indien und Bosnien nicht erklärbar.

8. Aussichten

Angesichts hunderter verschiedener Psychotherapiemethoden und vielfacher Theorien zur menschlichen Psyche, gleichzeitig geringem Einfluß der psychologischen Wissenschaft auf die Realität des menschlichen Zusammenlebens kann man heute noch nicht erwarten, daß psychotherapeutische Kenntnisse und Techniken eine wirkliche Bewältigung bedrohlicher Krisen bewirken können. Die Integration aller sinnvollen Möglichkeiten ist deshalb ein Ziel dieses Vortrags. Die Bewertung der Methoden der psychotherapeutischen Intervention im engeren Sinne erfolgte nach meiner bisherigen subjektiven Einschätzung und ist als Diskussionsbeitrag zu verstehen. Die jetzt erst in der psychologischen Wissenschaft angewandte Verbindung der Theorien des Bewußtseins und Unterbewußten, der Neurotransmitter- und Erbmaterialforschung mit soziopsychischen Beobachtungen gibt uns mehr Einblick in die im Hirn und in der psychischen Verarbeitung gültigen Gesetze. Dabei werden auch die philosophischen Aspekte der Einzigartigkeit des Individuums sowie des Menschen als geistigem Wesen und die der primär vorhandenen Fähigkeiten und Steuerung durch die Seele von der biologischen Forschung der letzten Jahre bestätigt, während andererseits manche Theorie der analytischen Lehren aufgegeben werden muß.

Für die Krisenbewältigung wesentliche Aspekte der Affekte, des Triebverhaltens, der Verhaltenstherapie, der Sinnggebung, der Motivation sind bisher nur in kleinen Ansätzen nachprüfbar und schlüssig in einem integrativen Kontext dargelegt. Noch immer reagieren in der außerwissenschaftlichen Realität die Menschen des Chemie- und Atomzeitalters noch nahezu gleich denen früherer Generationen, über deren Bewältigung existentieller Krisen in der Frühzeit der Geschichte berichtet wird.

Nach den wissenschaftstheoretischen Stadien der Mystifizierung, der pedantischen Beobachtung der Natur, anschließend des Labortests unter definierten Bedingungen und schließlich der Relativitätstheorien und Heisenbergschen Unschärferelation kommen wir nun in die Zeit der Fraktalen, der Ordnungsabschnitte im scheinbaren Chaos, in die Zeit der Berücksichtigung höherer Gesetzebenen, der Unvorhersehbarkeit bei dennoch erkennbarer

Gesetzmäßigkeit. In diesem Sinne ist eine genaue Planung und Vorbereitung auf die Krise nicht möglich. Psychoprophylaxe sehe ich in der Zukunft eher an als innere Vorbereitung der menschlichen Werte wie Vertrauen, Hoffnung, Kontakt, Annehmen, Vorurteilsabbau, Erkennen der Andersartigkeit und Einzigartigkeit und der Besonderheit der geistigen Natur der menschlichen Seele, um das Erleben der Krise als materieller Bedrohung in die geistige Aufgabe des Menschen zu integrieren. Die oben besprochenen Vorgehensweisen sind ein möglicher Teil davon.

Literatur

Bion, W. R.: "Erfahrungen in Gruppen", Fischer TB-Verlag, Frankfurt/M. 1990

Bitter, Wilhelm: "Massenwahn in Geschichte und Gegenwart", Klett Verlag, Stuttgart 1965

Jaquard, "Die geheimen Verführer",

Le Bon, Gustave: "Psychologie der Massen", Alfred Kröner Verlag 1950, nach dem Original: "Psychologie des Foules", 1895

Miketta, Gaby: "Netzwerk Mensch", Georg Thieme Verlag ,Stuttgart 1991

Moreno, Jakob L.: "Psychodrama und Soziometrie", Edition Humanistische Psychologie, Köln 1989

Peseschkian, Nossrat: "Positive Psychotherapie", Fischer TB-Verlag, Frankfurt 1977/85

Peseschkian, Nossrat: "Psychotherapie des Alltagslebens", Fischer TB-Verlag, Frankfurt 1977/91

Peseschkian, Nossrat: "In Search of Meaning", Springer-Verlag, Berlin Heidelberg 1985

Rothschuh, Karl Ed.: "Konzepte der Medizin in Vergangenheit und Gegenwart", Hippokrates Verlag Stuttgart 1978