

Dem erlebten Gedanken schreibend Ausdruck verleihen

Ich war keine Leseratte. Meine Vorliebe galt der damals so genannten „Schundliteratur“ Diese war in meiner Jugend der pädagogische Gattungsbegriff für Mickey-Mouse-Hefte, Fix & Foxi, Sigurd, Nick der Weltraumfahrer oder Jerry Cotton.. Ich favorisierte die eher kürzeren Texten, die, heute würde man sagen, bildgestützten Texten, deren Lektüre mich durch das Zusammenspiel von lustigen Bildchen, kurzen Texten und plakativen, daher umso spannenderen Inhalten lockte.

Diese, meine spezielle Vorliebe, begleitet mich seitdem im Leben, auch als Schreiberling. Anfangs versuchte ich mich im akademischen Schreiben, später musste ich für die Krankenkassen Berichte schreiben: Psychotherapieanträge, Verlängerungs- und Abschlussberichte. Diese gehört zu meiner Abrechnungspraxis im Rahmen der Kostenerstattung (lange vor in Kraft treten des Psychotherapeutengesetzes). Leider wurden die Berichte durch die Kassen nicht bezahlt. Wie also, so dachte ich mir damals, könnte man die Verpflichtung der Krankenkasse gegenüber, die Verantwortung den Klienten gegenüber aber auch die Lust auf meine eigene Freizeit sinnvoll miteinander verbinden?

Im Rahmen von Weiterbildungs-Workshops wurden damals einige meiner Kommentare zu Konzept von Körperpsychotherapie und Gruppenprozessen auf Tonband festgehalten. Ich war also ein wenig vertraut mit Tonband und Diktiergerät, auch wenn sich die auf dem Tonband festgehaltenen Diskussionen anfangs doch eher kryptisch anhörten.

Die Hemmschwelle einem solchen Gerät gegenüber war also niedrig und verbunden mit der Not, Effizienz im Rahme der Abfassung von Berichten walten zu lassen, ermöglichte mir einen Zugang zum eleganten Schreiben, anfangs im Bereich Psychotherapie, später dann im Bereich Populärliteratur, bis heute hin zu meiner Schreibe im Blog oder Kolumne. Einen Zugang, der eher kurz, bildhaft, „plakativ wirkend“ und spannungsvoll ist. Heute weiß ich, dass ich hierdurch ganz unterschiedliche Lesergruppen erreichen kann.

Damals hatten wir gerade unsere beiden Kinder bekommen, was meine Zeit zum Abfassen solcher Berichte natürlich noch schmälerte. Lediglich die Zeit, wenn meine Frau und die Kinder mittags schliefen, bot mir die Möglichkeit, überhaupt Berichte zu schreiben.

Ich machte aus der Not eine Tugend, indem ich diese Berichte nicht schrieb sondern diktierte. Anfangs noch kryptisch anmutend, entwickelte ich bei den gesprochen-geschriebenen Texten eine gewisse Fertigkeit. Meine Sekretärin tippte die Berichte und legte sie mir zur Korrektur vor. Im Laufe der Jahre verfeinerte ich Konzept, Struktur und Stil meiner „Schreibe“: den Therapieprozess nachzuerleben, nach-zu-denken und gestützt durch meine stichwortartigen Aufzeichnungen ins Mikrofon des Diktiergeräts zu sprechen. Im Laufe der Zeit verringerte sich der Diktier-Aufwand erheblich. Gleichzeitig machte es mir sichtlich Spaß, die Berichte zu verfassen.

Ich gewann Zeit. Dies wirkte sich auch ökonomisch aus. Und ich bekam Lust auf mehr. Mehr zu diktieren, mehr diktierend auszuprobieren, mehr mich selbst diesbezüglich zu entwickeln, sowie mehr Lust über Klienten und mich in der Therapie zu schreiben.

Der Umstand, dass die Berichte in der Regel kommentarlos vom medizinischen Dienst der Krankenkassen, sprich vom Gutachter, akzeptiert wurden, machten mir Mut, meine Berichte schließlich nur noch so abzufassen.

Um nahe genug auch am Klienten zu sein, gab ich vor Abfassen des Berichtes einen Fragebogen aus, um mich später auch auf die konkreten (Selbst-) Aussagen der Klienten stützen zu können. Insoweit machte ich die Erfahrung, dass ich die wesentlichen „Anspruchsgruppen“ befriedigte: Krankenkasse, medizinischer Dienst, Klient, mich selbst.

Selbst entdeckte ich dabei eine zunehmend wirklich inspirierende Lust: nach-erlebend, nach-denkend, nach-redend zu diktieren, um mich regelmäßig in schriftlicher Form auszudrücken, mitzuteilen und am KollegInnen-Diskurs teilzunehmen.

Anfang der 90-er Jahre dann, beginn ich in dieser Form ausführlich, differenziert, bildhaft und „professionell unüblich“ über Körperpsychotherapie, über Klienten und mich zu schreiben.

Ich hatte inzwischen erkannt, dass diktierend zu schreiben einen wesentlichen, neuen Einfluss auf meinen Umgang mit Klienten in der Therapie, im Selbst-Ausdruck und kollegialen Diskurs, sowie vor allem auch auf mein eigene Hirntätigkeit. Während

ich in der Zeit, als ich eher akademisch schrieb, über Fälle schrieb, kam es mir vor, dass ich nun therapeutische Geschichten schrieb.

Psychotherapie ist eine gemeinsame soziale Aktion von Klient und Therapeut. Ein Dialog, der die vergangene Wirklichkeit, die Lebensgeschichte erinnern und erleben lässt, sowie durcharbeiten hilft. So, dass das Früher und das Heute miteinander vereinbart sind.

Dieser Rekonstruktion von Wirklichkeit in der Therapie steht das aktuelle Geschehen in der Therapiesituation, in der Therapiebeziehung selbst gegenüber. Klient und Therapeut erschaffen gewissermaßen gemeinsam ihre lebendige Wirklichkeit. Diese Konstruktion von Wirklichkeit ist ein kreativer, einmaliger Vorgang, in den die Selbst-Erfahrung sowohl zur Selbst-Findung als auch zur Selbst-Erfindung wird. Das Geschehen in der Psychotherapie, die Therapiebeziehung, ist somit immer Beschäftigung mit der Vergangenheit und situationsspezifische, neue Gestaltung zugleich. Etwas, an dem Klient und Therapeut gleichermaßen beteiligt sind.

Das Zusammenspiel der von mir gelebten, unterschiedlichen Rollen kann m.E. am Besten als ein narratives Geschehen beschrieben werden. Bin ich doch zugleich immer als Therapeut, als „Vertreter“ der Krankenkasse, als Mensch, als Mann, als Vater oder Schreiberling mit im Spiel. Narrativ zu schreiben meint m.E. gerade in der Körperpsychotherapie auch über noch-nicht-bewusste, nicht bewusste, unbewusste Dinge zu schreiben, die nicht selten wie ein Geheimnis wirken. Therapie wird zur gemeinsamen Spurensuche von Klient und Therapeut, zu einer Entdeckungsreise ins Unbekannte.

Die therapeutische Geschichte ist also keine Fallgeschichte im herkömmlichen Sinne. Sie zeigt *wie* ich Therapie mache und wie das wirkt, was da wirkt. Sie ist ein Ausschnitt aus einem oft jahrelangen, hochkomplexen Prozess einer Therapiebeziehung, die sowohl durch Übertragungselemente, reale körperliche Begegnung, als auch andere Formen der Realerfahrung zugleich gespeist wird. Die therapeutische Geschichte kann m.E. besonders subtil dynamische, atmosphärische und nicht-bewusste Aspekte des Therapiegeschehens spiegeln. Dies ist in herkömmlichen Fallschilderungen, sogenannten Fall-Vignetten nicht so möglich. Ist doch eine herkömmliche Fallvignette teils eher anonym, abgespalten, zu stark eingegrenzt, seziiert.

Ich hoffe, durch die therapeutische Geschichte in einen „Zwischenbereich“ vordringen zu können und diesen zu beschreiben. Gemeinsam mit den Klienten den Ort „magischer Geheimnisse“ zu betreten, das dort wirkende Unbekannte, die Spannung, die Aufregung oder gar die irritierende Langeweile zu erleben. Um dann diesen Zwischenraum, diesen Zwischentönen menschlichen Lebens Gestalt zu verleihen. Indem ich hermeneutisch zirkulär Vergangenes und Zukünftiges in der therapeutischen Geschichte verkörpere, hilft diese, zu verstehen, schafft aber gleichzeitig auch etwas Neues, indem sie eine Wirkung bei Klient, bei mir und bei möglichen Lesern weckt.

Anfang der 90-er Jahre habe ich in zwei Büchern zahlreiche solcher therapeutischen Geschichten erzählt. Habe zuvor die Klienten um Erlaubnis gebeten, ihnen anschließend den Text zur Lektüre und Korrektur vorgelegt. Klienten hatten, auch wenn sie zuvor ihr Einverständnis erklärten, nach der Lektüre des endgültigen Textes, immer noch die Möglichkeit ihre Einwilligung zurückzuziehen. Insoweit glaubte ich, den Interessen von Klienten Rechnung tragen zu können. Merkte gleichzeitig auch wie eindrücklich die Lektüre der therapeutischen Geschichte durch den Klientin sich wiederum auf den Therapieprozess selbst auswirkte.

Insoweit schließt sich für mich der Kreis in der Begegnung zwischen Klient und Therapeut. Hierüber so zu schreiben wurde zu einer der wichtigsten lesson learnt in meinem persönlichen und beruflichen Leben.

Auch wenn einige die therapeutischen Geschichten als „professionelle Schundliteratur“ halten möchten, so stehe ich weiter noch zu meiner schon in der Kindheit begonnen Vorliebe zu eben jenem Zugang zum Lesen, zum Schreiben und zum Menschen.