

Einleitung

»Von jeher hat die Psychiatrie im Ganzen der medizinischen Wissenschaft und der ärztlichen Heilkunst eine Sonderstellung inne [...]. Als ärztliche Kunst steht sie immer nur an der Grenze zur Wissenschaft und lebt von ihrem unauflösliehen Zusammenhang mit der »Praxis«. Praxis aber ist nicht bloß eine Anwendung von Wissenschaft [...]. So liegt es tief begründet, daß der Arzt seinen Beruf nicht nur als Forscher oder Wissenschaftler versteht, aber auch nicht als ein bloßer Techniker, der die Wissenschaft und ihre Erkenntnisse für das Gesundmachen zur Anwendung bringt. Es ist ein Moment der Nähe zur Kunst darin.«

(Hans Georg Gadamer, 1993, S. 17)

1 Die Herausforderung der Neurowissenschaften¹

Der Anlass zu dieser Studie war die Frage nach dem möglichen Nutzen der Neurowissenschaften für die Psychotherapie. Was können die Neurowissenschaften leisten und wo liegen ihre Grenzen? Welche Maßstäbe können wir bei dieser Fragestellung heranziehen und was wäre ein geschicktes Vorgehen?

Nun könnte man meinen, dass es sich hierbei um eine höchst spezielle Fragestellung handelt, die nur einen kleinen Ausschnitt unserer Lebenswelt zu ihrer Beantwortung in Betracht zu ziehen hätte. Dem aber ist nicht so. Die Neurowissenschaften stellen als neue wissenschaftliche Leitdisziplin in ihrem weitgehenden Erklärungsanspruch die Kulmination eines gesamtgesellschaftlichen Modernisierungsprozesses dar. Auch die Psychotherapie ist nicht einfach nur eine Tätigkeit, wie es eine Vielzahl anderer Berufe ist. Psychotherapie ist in der säkularisierten Lebenswelt jener institutionelle Bereich, in dem die menschliche Existenz als Ganzes zur Aufgabe wird – eine Art moderne »Seelsorge«, wie sie früher dem Schamanismus, den Mythen, Religionen und Weisheitslehrern vorbehalten war. Wenn nun die aktuelle Leitwissenschaft in jenen besonderen Bereich Einzug hält, in dem sich für eine Person die Frage des gelingenden Lebens als Ganzes stellt,

-
- 1 Zur flüssigeren Darstellung wird in der Einleitung auf wissenschaftliche Belege verzichtet. Die zentralen Aussagen werden im Verlauf der vorliegenden Arbeit aufgegriffen, ausführlicher argumentiert und selbstverständlich auch entsprechend belegt.

dann konkretisiert sich in den dadurch entstehenden Fragen eine zentrale *Aufgabe unserer Zeit*.

Aber kommen wir zurück zur Fragestellung. Die konkrete Frage lautet nicht, was die Neurowissenschaften >so alles können<, sondern inwiefern sie im spezifischen Kontext der Psychotherapie von Nutzen sein können. Wenn die Neurowissenschaften ermöglichen, Hirnprozesse zu beobachten, sie nach allgemeinen Wirkmechanismen zu erklären und womöglich auch gezielt in sie einzugreifen, dann wäre hier die Frage, inwiefern dies alles *für die Psychotherapie von Nutzen* sein kann. Bisher sind die Neurowissenschaften kaum in die Psychotherapie integriert, es gibt jedoch die verschiedensten Bestrebungen, sie in der Zukunft mehr in die psychotherapeutische Praxis einzubinden. Wir können also nicht von empirischen oder phänomenologischen Tatsachen ausgehen, da diese noch gar nicht eingetreten sind – und selbst wenn sie bereits eingetreten sein sollten, müssen sie ja nicht genau so fortbestehen. So lautet die Nutzenfrage also genauer: *Wie sollte der Umgang mit den Neurowissenschaften wünschenswerterweise gestaltet werden, damit er für die Psychotherapie von Nutzen sein kann?*

Jeder Nutzen von etwas kann nur im Hinblick auf einen Zweck oder Wert beurteilt werden. Der Nutzen der Neurowissenschaften im psychotherapeutischen Kontext muss folglich nach dem Zweck oder Wert von Psychotherapie beurteilt werden. Aber was ist eigentlich Psychotherapie, wie wirkt sie genau und worin liegt ihr Wert? Die Herausforderung der Neurowissenschaften für die Psychotherapie könnte nicht zuletzt in einer solchen *Besinnung auf die psychotherapeutische Tätigkeit* selbst liegen. Psychotherapeuten könnten sich auf ihre psychotherapeutische zwischenmenschliche Praxis besinnen, ihre eigene Haltung und Wirkweise dabei reflektieren und, was sie im praktischen Vollzug als besonders wertvoll erleben. Dies wäre meines Erachtens eine Voraussetzung dafür, die Frage nach dem Nutzen der Neurowissenschaften in der Psychotherapie überhaupt sinnvoll zu beantworten – verwunderlich ist nur, dass eine solche Besinnung bislang kaum stattfindet.

Der Raum zur Selbstreflexion scheint wie versperrt durch die rege Betriebsamkeit der empirisch-quantitativen Psychotherapieforschung. Psychotherapie als kassenfinanzierte Institution unserer Gesellschaft ist nach dem Sozialgesetzbuch bzw. den Psychotherapierichtlinien >zweckmäßig< und >wirtschaftlich< zu organisieren. Die Gewähr hierfür soll vor allem der statistisch nachweisbare Effekt psychotherapeutischer Interventionen auf empirisch beobachtbare Kriterien der Symptomreduktion und Funktionalität sein. Im Sinne dieser >evidence-based medicine< wäre nun auch der Nutzen von neurowissenschaftlichen Techniken und Erkenntnissen schlicht am Effekt auf die Symptomreduktion und Funktionalität zu bemessen.

Die Neurowissenschaften sollen aber nicht nur therapeutisch effektive Interventionen, sondern darüber hinaus auch das Instrument zur Messung des gefragten Effekts liefern. Sofern sich moderne Psychotherapie als ein *wissenschaftlich fundiertes Verfahren* versteht, leidet sie gegenüber den >hard facts< anderer Wissenschaften immer schon an ihrer wenig messbaren Empirie und ihren mehrdeutigen Konzepten. Wenn die Neurowissenschaften erlauben sollten, psychotherapeutische Konzepte und Ziele neurobiologisch zu definieren, den Nutzen der Psychotherapieforschung empirisch zu erhärten und so das wissenschaftliche Selbstverständnis aufzuwerten, dann wird man sich dieser Aussicht gegenüber kaum verschließen können, nach dem Motto: »Ich mache Psychotherapie weiter wie bisher, schließlich gab es auch vor den jüngeren neurowissenschaftlichen Erkenntnissen schon gute Psychotherapeuten.« Ein solcher psychotherapeutischer Konservatismus wäre erstens kein gutes Argument und zweitens würde er der raumgreifenden Dynamik gegenwärtiger Verwissenschaftlichung wohl früher oder später weichen müssen.

An dieser Stelle gilt es, noch einmal einen *Schritt zurückzutreten* und den Blick darauf zu lenken, wie wir in unserer Gesellschaft mit technischen Innovationen und wissenschaftlichen Erkenntnissen für gewöhnlich umgehen. Es ist in diesem Zusammenhang wichtig zu verstehen, dass die Neurowissenschaften und die damit verbundenen Biotechnologien kein isoliertes Ereignis und auch kein neutrales Instrument darstellen. Die Entwicklung der Neurowissenschaften und Biotechnologie ist Teil eines gesamtgesellschaftlichen Prozesses, dessen kulturelle Strömung ich >wissenschaftliche Aufklärung< nennen möchte.

Ursprünglich bedeutete >Aufklärung< der Appell an den Einzelnen, sich seines Verstandes zu bedienen bzw. eine *kritische Urteilsfähigkeit* zu bilden und sich darüber von traditionellen Dogmen und autoritären Machtstrukturen zu emanzipieren. Wo früher noch Mythen, Dogmen und Traditionen herrschten, machten sich Menschen fortan eigene Gedanken und begannen, das gesellschaftliche Leben entsprechend zu organisieren. Ehemals in sich geschlossene Machtstrukturen brachen auf und verschiedene Systeme wie Recht, Kultur und Wirtschaft differenzierten sich aus. Diese >Ausdifferenzierung< oder auch >Rationalisierung< unserer Gesellschaft ist eine grundlegende Bedingung dafür, dass Personen ihr Leben seither selbstbestimmter leben konnten. Bei dieser Entwicklung standen die Naturwissenschaften für die nicht mehr elitäre Möglichkeit und das Recht, sich selbst Gedanken zu machen. Wie durch Galilei demonstriert, hat die empirisch ausgerichtete Methodologie der Naturwissenschaften ermöglicht, die Deutungshoheit von Kirche und Staat infrage zu stellen. Noch heute assoziieren deshalb viele Menschen die naturwissenschaftliche Weltanschauung überaus eng mit der

Emanzipation von herrschenden Ideologien bzw. mit Individualismus, Demokratie und Liberalismus.

Im Zuge der bald einsetzenden wissenschaftlichen Erfolge weitete sich der *Geltungsanspruch der Naturwissenschaften* aus und das Projekt der Aufklärung wurde weitgehend mit ihnen *identifiziert*. Heute sollen uns vor allem die Naturwissenschaften darüber >aufklären<, wie die Welt eigentlich beschaffen ist oder wie eine Gesellschaft zu ihrem Wohle am besten zu organisieren sei. Wie wenig das noch mit Aufklärung im ursprünglichen Sinne zu tun hat, erkennen wir daran, wie stark heute die individuelle Urteils- und Kritikfähigkeit in weiten Bereichen der Gesellschaft und insbesondere gegenüber den Wissenschaften zurückgegangen ist. Die Aufklärung als individuell zu leistende Aufgabe wurde gewissermaßen an die anonyme Verfahrensweise der naturwissenschaftlichen Methode delegiert. Dies ist problematisch, weil Werte wie Individualismus, Demokratie und Liberalismus tatsächlich nur in der Kultur einer freien zwischenmenschlichen Praxis als individuelle Aufgabe verwirklicht werden können. Wesentliche Aspekte der modernen Aufklärung wie Demokratie und Selbstbestimmung können nur gelingen, wenn Personen eine entsprechende Beziehungs- und auch Streitkultur miteinander pflegen und sich im öffentlichen Leben engagieren. Indem wir uns über Werte verständigen, sie uns gegenseitig vorleben und so erfahrbar machen.

Die naturwissenschaftliche >Aufklärung< selbst aber muss für die Gestaltung einer solchen *Öffentlichkeit im Sinne eines politisch-praktischen Lebens* einen blinden Fleck haben. Denn die Naturwissenschaften, aber auch die quantitativen Verhaltenswissenschaften sind auf einer kategorial anderen Handlungsebene angesiedelt als die erwähnte >zwischenmenschliche Praxis<. Die quantitativen Wissenschaften geben uns Handlungssicherheit durch Konzepte und Innovationen im Funktionskreis des >technischen< bzw. >zweckrationalen Handelns<. Ereignisse der zwischenmenschlichen Praxis wie Beziehung, Verantwortung, Identität oder Freiheit aber können nicht nach der zweckrationalen Logik der quantitativen Wissenschaften rekonstruiert oder gar hergestellt werden. Weil aber in weiten Bereichen der Öffentlichkeit die Naturwissenschaften dennoch mit Aufklärung assoziiert werden, ist heute das kategoriale Missverständnis verbreitet, Aufklärung lasse sich durch wissenschaftliche oder auch technische Innovationen umsetzen – zum Beispiel als könne das Wirtschaftswachstum unsere Freiheit oder ein >gutes Leben< sichern.

Diese Gleichsetzung von >Wissenschaft< mit >Aufklärung< und eine damit verbundene Verflachung des öffentlichen Lebens hat als kulturelle Strömung eine gesamtgesellschaftliche Entwicklung begünstigt, die auch als >Technisierung<

und ›Ökonomisierung‹ unserer Lebenswelt beschrieben wird. Bereits in der Mitte des letzten Jahrhunderts vermochte die Frankfurter Schule diesbezüglich treffende Analysen zu liefern, indem sie zeigt, wie Personen als Teil der gesellschaftlichen Systeme in ihrem Handeln durch Systemzwänge quasi von außen geleitet und selbst noch zwischenmenschliche Beziehungen gemäß Effizienz und Funktion organisiert werden. Ein wesentliches Merkmal der Technisierung und Ökonomisierung ist hierbei, dass die *Personen selbst aus dem Blick geraten* und stattdessen bloße Effizienz und Steigerung zu einem Pseudo-Selbstzweck des gesellschaftlichen Lebens mutieren.

Die Dynamik der ›Verdinglichung‹ ist heute keinesfalls entschärft, nur weil sich die ehemals autoritären Organisationsformen hin zu einer subtileren Vergesellschaftung des Subjekts verändert haben. Mit Blick auf die neuen Technologien wie das Internet der Dinge oder die Industrialisierung 4.0 und in Anbetracht einer weitgehend entkoppelten, unser Leben aber durchaus bestimmenden Kapitaldynamik könnte dieser Prozess nur eine neue, andere Form der Totalität angenommen haben. Entsprechend können wir heute erleben, dass bei der Einführung neuer Technologien oft gar *nicht mehr die Frage nach der Sinnhaftigkeit bzw. ihrem Wert für ein gelingendes oder gutes Leben gestellt wird*. Wissenschaftliche Erfindungen wie auch ihr Einsatz in der Lebenswelt folgen einer gesamtgesellschaftlichen Dynamik, bei der man sich oftmals verwundert fragen muss: Wer hält das alles für sinnvoll? Und: Treffen wir überhaupt noch Entscheidungen oder ›passiert‹ das einfach alles?

Für den Zusammenhang mit unserer Fragestellung ist auffallend, dass gerade die populären *Neurowissenschaftler und quantitativen Psychotherapieforscher* gern mit dem besagten Impetus der wissenschaftlichen Aufklärung argumentieren. Nach Meinung dieser Forscher sollen uns die Neurowissenschaften zum Beispiel darüber ›aufklären‹, ob es wirklich eine Willensfreiheit gibt, oder wie effektiv die Psychotherapie tatsächlich ist. Oft lässt sich bei ihnen hierbei auch dieselbe kurzschlussige Verbindung von wissenschaftlicher Aufklärung mit den Werten einer humanen Gesellschaft erkennen. Wenn Gerhard Roth oder Wolf Singer zum Beispiel auf Grundlage der neurowissenschaftlichen Forschung die Willensfreiheit und damit auch unseren Schulbegriff infrage stellen, dann meinen sie, dies sei nicht nur rational, sondern eben auch human. Wir treffen also auch hier auf das kategoriale Missverständnis, Fragen aus dem Bereich der zwischenmenschlichen Praxis und des gelingenden Lebens durch quantitativ-wissenschaftliche Erkenntnisse erklären und zweckrational organisieren zu wollen.

Mit dieser Art *technischen Denkens* treffen die populären Neurowissenschaften auf ein Gesundheitswesen, in dem die Technisierung und Ökonomisierung

bereits in vollem Gange ist. Immer offensichtlicher werden im medizinischen Bereich auch bei Diagnose und Intervention finanzielle Kriterien handlungsleitend. Immer öfter verirren sich Patienten in formal organisierten Behandlungsabläufen und technisch komplexen Verfahrensweisen, ohne dass sich noch jemand umfassend ihrer individuellen Situation annehmen könnte. Die individuellen Entscheidungen werden sowohl den Therapeuten als auch den Patienten von technisierten Abläufen, standardisierten Behandlungsmaterialien und Evaluationsmethoden zunehmend abgenommen und in manchen Verläufen stellen sich auch hier die Fragen: Wo liegt hier noch der Sinn? Und wer hat sich dafür eigentlich entschieden? Die Gremien der Krankenkassen und Krankenhäuser, die diese Technisierung und Ökonomisierung zumindest zulassen, werden in Zukunft auf institutioneller Ebene über die Integration der Neurowissenschaften in die Psychotherapie entscheiden. Wenn dabei das technische Denken der wissenschaftlichen >Aufklärer< maßgebend werden sollte, ist zu befürchten, dass sich die *Integration der Neurowissenschaften nach der Schablone des gesamtgesellschaftlichen Technisierungs- und Ökonomisierungsprozesses* gestaltet.

Damit kommen wir zurück zur mangelnden *Besinnung auf den Wert und die Wirkweise der psychotherapeutischen Praxis*. Sollte die Integration der Neurowissenschaften möglichst effizient an Zwecken wie Symptomreduktion und Funktionalität ausgerichtet werden, dann bedarf es eines psychotherapeutischen Selbstverständnisses mit dem Bewusstsein dafür, dass für Personen weder Symptomreduktion noch Funktionalität einen Selbstwert darstellen. Denn die betroffenen Patienten wollen sich nicht einfach nur besser fühlen oder funktionieren, sie wollen als Personen einen >Grund< im Leben haben, sich besser zu fühlen. Sie wollen eigene >Werte< finden und diese leben. Personen möchten ihre zwischenmenschliche Beziehung und auch gesellschaftliche Verhältnisse selbstbestimmt gestalten. Ein solches Leben kann nur innerhalb der psychotherapeutischen Praxis thematisiert und in der zwischenmenschlichen Praxis jeder einzelnen Person individuell verwirklicht werden.

Aus der naturwissenschaftlichen Perspektive der Neurowissenschaften aber kann die Person als Teilnehmer der zwischenmenschlichen Praxis mit ihren Gründen und Werten gar nicht erscheinen. Sollte also in Zukunft die psychotherapeutische Praxis an neurobiologischen Kriterien ausgerichtet werden, dann könnte das Empfinden für die Einzigartigkeit und die Existenzweise der jeweiligen Person hinter die neurobiologischen Beobachtungen und Erklärungen zurücktreten. Psychotherapie würde mit Zwecken wie Symptomreduktion und Funktionalität dann nur noch einen Anpassungsprozess an bestehende gesellschaftliche Verhältnisse fördern. Das konfrontiert denn auch die Psychotherapie

mit dem für die Technisierung typischen Dilemma: *Mit der Zunahme biotechnologischer Möglichkeiten geht die Gefahr einher, die jeweilige Person aus den Augen zu verlieren, auf die hin der Sinn und Wert dieser neuen Mittel überhaupt nur beurteilt werden kann.*

Wenn der Eindruck entsteht, dass sich Menschen in der immer schneller getakteten Eigendynamik der Systeme verlieren, ist das Wiederbemühen um *konservative Werte* eine herkömmliche Gegenbewegung dazu. Als Gegenpol zu blindem Fortschrittsglauben und wissenschaftlichem Weltbild werden dann rückwärtsgewandte Traditionen und vergangene Weltbilder auf den Plan gerufen. Personen treten auf, die angeblich wissen, was der Mensch oder ein gutes Leben ist, und die daraus Maßstäbe für Andere behaupten wollen. Werte, die auf solch dogmatische und unreflektierte Weise vertreten werden, stellen in aller Regel nur mehr Phrasen ohne eine lebendige Anschauung dar. Tatsächlich könnte sich die kulturgeschichtliche Lage zwischen wissenschaftlichen >Aufklärern< einerseits und wertkonservativen Standpunkten andererseits auch in der Psychotherapie widerspiegeln: Psychotherapeuten mit einem eher naturwissenschaftlichen Selbstverständnis scheinen dazu zu neigen, die neurowissenschaftliche Forschung mit Aufklärung zu assoziieren und ihren Nutzen für die Psychotherapie unkritisch vorauszusetzen. Dagegen tendieren manche streng einsichts- und beziehungsorientierte Psychotherapeuten dazu, einen Nutzen der Neurowissenschaften für ihre Tätigkeit kategorisch auszuschließen. Aber *weder naive Wissenschafts- und Fortschrittsgläubigkeit noch dogmatisch vertretene Werte können der Herausforderung der Neurowissenschaften gerecht werden.* Denn in beiden Fällen werden allgemeine Vorstellungen in ideologischer Weise auf die existenzielle Situation einer Person angewandt.

Dennoch haben sowohl die wissenschaftliche Aufklärung als auch der Wertkonservatismus einen Punkt. So gilt es den aufklärerischen, liberalen Beitrag der naturwissenschaftlichen Methode, aktuell in Form der Neurowissenschaften, für die Psychotherapieforschung zu wahren. Am Konservatismus wiederum kann zumindest der grundsätzliche Bezug auf Werte als sinnvoll erlebt werden, schließlich verweist er im Umgang mit den Neurowissenschaften auf eine Wertorientierung. Wie aber können die Neurowissenschaften in einer humanen Weise genutzt werden, ohne in einen wertblinden Technisierungsprozess abzurutschen? Und wie können Orientierung gebende Werte für den kritischen Umgang mit den Neurowissenschaften gefunden werden, die nicht dogmatisch und hohl sind?

Wenn populäre Neurowissenschaftler und Psychotherapieforscher mit dem Impetus der wissenschaftlichen Aufklärung alte Zöpfe der Psychotherapie ab-

schneiden und diese effizienter gestalten wollen, dies gar für den Inbegriff von Professionalität halten, dann denken sie jedenfalls auf eine völlig falsche Weise darüber, was Personen sind und was die psychotherapeutische Praxis letztlich gelingen lässt. Sie *denken zu >technisch<* – und das ist eben nicht *>praktisch<*. Psychotherapeuten können sich mit der Neurowissenschaft, den Leitlinien der evidence-based medicine, psychotherapeutischen Schulzugehörigkeiten und allgemeinen Menschenbildern *>wappnen<*. Sie werden dadurch womöglich Symptome lindern und Funktionen wiederherstellen, nur eines fördern sie beim Patienten damit kaum: Einsicht und Emanzipation, den Aufbau eines gelingenden Beziehungslebens.

Wir sollten uns von der herrschenden Denkweise über technische Anwendungen, von gesellschaftlichen Systeminteressen und dem wissenschaftlichen Menschenbild nicht restlos vereinnahmen lassen. So trivial es klingen mag, man muss es in der verwissenschaftlichten und technisierten Lebenswelt heute betonen: *Die Person selbst ist der Wert!* Die Person als Selbstwert ist nun aber ein *>Wert<* von kategorial anderer Art als die Effizienz der Fortschrittsgläubigen und auch als die phrasenhaften Dogmen der Werttraditionalisten. In Bezug auf diesen lebendig zu erfahrenden Wert gilt es, völlig *anders zu denken*. Um das Gegenüber in seinem Selbstsein als unmittelbaren Wert erleben zu können, müssen wir die eigenen festgefahrene Vorstellungen zurückstellen oder gar loslassen, unsere Haltung kritisch hinterfragen und in eine offene gemeinsame Praxis eintreten, bei der wir am Anfang noch nicht wissen, was am Ende herauszukommen hat. Die so ermöglichte zwischenmenschliche Begegnung ist in Abgrenzung zum Wertkonservativismus eine echte, *zukunfts offene Wert-Erfahrung*.

Die *Reflexion des psychotherapeutischen Handelns* ist somit auch das geeignete methodische Vorgehen für die Frage nach dem möglichen Nutzen der Neurowissenschaften: Anstatt von einem fixierten wissenschaftlichen Paradigma oder einem festen Weltbild auszugehen, sollen die Handlungen und zwischenmenschlichen Bedingungen reflektiert werden, unter denen der jeweils konkrete Andere sich von sich selbst her zeigen und entfalten kann. In diesen Zusammenhang gehört es auch, die *gesellschaftlichen Verhältnisse kritisch zu beleuchten*, in denen Psychotherapie als Institution immer steht. Inwiefern erlauben es die gesamtgesellschaftliche Technisierung und Ökonomisierung noch, die Person als Selbstwert geltend zu machen? Gibt es schon Bereiche im Gesundheitswesen, wo bereits die personale Beziehung zum Patienten durch Rationalisierungsprozesse verhindert wird? Selbst die Frage nach den technischen Möglichkeiten der Neurowissenschaften stellt sich so als eine selbstkritisch praktische und auch *ethische Aufgabe* gegenüber der jeweils konkreten Person. Denn aus der Offenheit für

den Selbstwert des jeweiligen Patienten würde ein Gespür dafür erwachsen, was bei ihm wirklich zum Gelingen seines Lebens dient, und wie Techniken bzw. die Neurowissenschaften dahingehend eingesetzt werden können. So – und nicht etwa wie Techniker – handeln beziehungsorientierte Psychotherapeuten; man könnte sagen, »es ist ein Moment der Nähe zur Kunst darin« (Gadamer, 1993, S. 17).

Die Herausforderung der Psychotherapie durch die Neurowissenschaften liegt noch vor den technisch-statistischen Anwendungsfragen und normativen Regelungen in der Besinnung auf die Wirkweise der psychotherapeutischen Praxis und die Existenzweise von Personen. Gerade mit der Steigerung technischer Mittel könnten wir umso mehr eine Anschauung dessen benötigen, was die Einzigartigkeit, Unverfügbarkeit und auch Unantastbarkeit von Personen ausmacht.

2 Der Einfluss der Neurowissenschaften auf die Psychotherapie

Die Erforschung der Gehirnaktivität mithilfe der neuen Bildgebungstechnologien löste im ausgehenden 20. Jahrhundert einen regelrechten Boom aus, wie nur wenige Jahre zuvor die Gen- und Molekularbiologie. Vielfältige Fantasien zu technologischen Anwendungen bei Krankheit, zu Regelungen und der Vermeidung von menschlichem Leid, zur Leistungssteigerung gesunder Personen bis hin zur Prognose und Steuerung von menschlichem Verhalten, zum Beispiel dem von Straftätern, Konsumenten oder Soldaten, gingen nun auf die Neurowissenschaften über. Bereits 1990 rief George Bush als Präsident der Vereinigten Staaten eine *decade of the brain* aus. Inzwischen gelten die Neurowissenschaften als die neue ›Leitwissenschaft‹ (vgl. Hagner, 2006) – schließlich basiere jegliche Tätigkeit des Menschen, auch die wissenschaftliche, auf Hirnprozessen. Die Folge ist ein seither überstrapazierter Gebrauch des Präfixes ›Neuro-‹. So gibt es inzwischen eine ›Neuroästhetik‹, eine ›Neurophilosophie‹ oder auch eine ›Neurotheologie‹. In manchen wissenschaftlichen Bereichen, die ursprünglich gar nicht mit den Neurowissenschaften in Verbindung standen, ist es schwer geworden, sich als Wissenschaftler Renommee und Forschungsgelder zu verschaffen, ohne sich das Präfix ›Neuro-‹ auf die Fahnen zu schreiben. In Allianz mit der Wirtschaft sind die Neurowissenschaften ein Industriezweig mit eigenem Finanzindex (NASDAQ) geworden. Entsprechend stärken heute wirtschaftliche, wissenschaftsstrategische und politische Interessen die Bedeutung der neurowissenschaftlichen Forschung an den Universitäten (vgl. Hasler, 2013).

Dieser Boom – eine regelrechte ›Neurophorie‹ (Greiner, 2007) – wirkt sich auch auf das Gebiet der Psychotherapie aus. Bedeutsam wurden die Neurowissenschaften hier insbesondere durch die Entwicklung der bildgebenden Verfahren und die Entdeckung der *Neuroplastizität*. Diese wurde zunächst an der Wandelbarkeit und Kompensationsfähigkeit von neuronalen Strukturen gemäß übergeordneten Funktionen entdeckt. Als basaler Mechanismus der neuronalen Plastizität sorgt sie dafür, dass Neuronen bzw. Synapsen, die während einer bestimmten Tätigkeit gemeinsam aktiv sind, ihre Eigenschaften und Verbindungen zueinander ändern. Als Entdecker dieser neurophysiologischen Grundlage von Lernvorgängen gilt unter anderen der Biopsychologe Donald O. Hebb mit seiner viel zitierten Formulierung aus dem Jahr 1949: »What fires together, wires together«. Damit beschrieb er den neurobiologischen Anpassungsmechanismus des zentralen Nervensystems an Entwicklungserfordernisse, auf dessen Grundlage sich der Mensch Fähigkeiten aneignet und ein Gedächtnis erwirbt. Wie genau nun diese Bahnungen und Hemmungen bei Lernvorgängen zwischen den Neuronen ablaufen, und über welche neurobiologischen Mechanismen sich die Hirnstrukturen verändern, untersuchte dann Eric Kandel (Kandel & Schwartz, 1982) und erhielt dafür im Jahr 2000 den Nobelpreis. Er konnte zeigen, wie *nachhaltige Lernerfahrung über die Genexpression* zu strukturellen Veränderungen führt (Barco et al., 2006), indem sich zwischen bestehenden Neuronen neue Verbindungen bilden und sogar neue Neuronen wachsen können.

Die zentrale Bedingung für die aktuellen neurowissenschaftlichen Entdeckungen sind die jüngeren technologischen Entwicklungen bei der Datenverarbeitung, die zu immer exakteren und schnelleren Messungen insbesondere der *Bildgebungsverfahren* führen. Auf dem Gebiet der Neurowissenschaften sind hier die funktionelle Magnetresonanztomografie (fMRT), die Positronen-Emissions-Tomografie (PET) oder auch die Einzelphotonen-Emissionscomputertomografie (SPECT) zu nennen. Diese Technologien messen die Neuronenaktivität, während eine Person zum Beispiel eine Rechenaufgabe löst, Angst hat oder meditiert. Mithilfe entsprechender Forschungsdesigns können dann systematische Korrelationen zwischen der lokalen Hirnaktivität einerseits und den psychischen Funktionen bzw. Erlebnisweisen andererseits statistisch berechnet werden. Die Korrelationen werden dann meist durch Farbgebung in einem grauen Standardgehirn symbolisiert und erscheinen als bunte Hirnbilder unüberschbar in den wissenschaftlichen Fachzeitschriften zu Psychiatrie und Psychotherapie.

Mithilfe dieser Bildgebungstechnologien kann die Neuronenaktivität während einer Tätigkeit dargestellt werden, es können aber auch die damit verbundenen strukturellen Veränderungen im Gehirn vor und nach bestimmten

Erfahrungen oder zwischen zwei Personengruppen mit unterschiedlichen Erfahrungen verglichen werden. So wurde bereits eine deutliche Zunahme an Vernetzungsdichte und Volumen von Gehirnarealen beobachtet, die bei der regelmäßigen Ausübung spezifischer Tätigkeiten besonders aktiv sind. So haben zum Beispiel Taxifahrer in London durch die ständige Gedächtnisleistung bei der Orientierung einen vergrößerten Hippocampus (Maguire et al., 2006); regelmäßige Fingerübungen am Klavier wiederum führen zur Vergrößerung des entsprechenden kortikalen Areals (Pascual-Leone et al., 2005). Die bildgebenden Verfahren bestätigen also eindrucksvoll die *Neuroplastizität*. Es entsteht der Eindruck, als könne man durch sie dem Gehirn bei den neurobiologischen Prozessen des Lernens – manche glauben sogar beim Denken selbst (Haynes & Rees, 2006) – regelrecht >zuschauen<.

Im psychotherapeutischen Prozess geht es, abstrakt gesehen, ebenfalls darum, langfristige Lernvorgänge anzuregen. Gelten also die neurobiologischen Mechanismen für Lernprozesse im Allgemeinen, so liegt es nahe, diese auch im spezifischen Bereich der Psychotherapie zu erforschen. Kandel, einer der Protagonisten bei der *Erforschung neuroplastischer Mechanismen des Lernens*, hatte schon immer ein reges Interesse an der Psychoanalyse und so übertrug er seine neurobiologischen Erkenntnisse bald auch auf diese:

»Insofar as psychotherapy or counselling is effective and produces long-term changes in behaviour, it presumably does so through learning, by producing changes in gene expression that alter the strength of synaptic connections and structural changes that alter the anatomical pattern of interconnections between nerve cells of the brain« (Kandel, 1998, S. 460).

Indem prominente Neurobiologen wie Kandel, Joseph LeDoux oder auch Roth betonen, dass wirksame Psychotherapie die Synapsenverbindungen nachhaltig zu verändern habe (LeDoux, 2003; Roth, 2003), scheint sich die Möglichkeit zu eröffnen, den *Erfolg von Psychotherapie* erstmals nach streng naturwissenschaftlichen Kriterien zu überprüfen: »As the resolution of brain imaging increases, it should eventually permit quantitative evaluation of the outcome of psychotherapy« (Kandel, 1998, S. 460). Die Neurowissenschaften also sollen nun die psychotherapeutische Tätigkeit durch ihre Methoden und Erklärungsmodelle *wissenschaftlich fundieren*.

Was im Konkreten damit gemeint ist, hängt dann wiederum vom jeweiligen *wissenschaftlichen Selbstverständnis und Menschenbild* des Forschers ab. Forscher wie Kandel sind jedenfalls der Meinung, dass die Psychotherapie sich erst durch

die Neurowissenschaften als ernst zu nehmende Wissenschaft legitimieren könne.² Andere Forscher hingegen sehen durchaus einen kategorialen Unterschied zwischen der neurowissenschaftlichen Methode und dem ›Gegenstand‹ der Psychotherapie. Sie identifizieren nicht wie etwa Kandel die Wissenschaftlichkeit schlechthin mit der naturwissenschaftlichen Methode, sondern sehen die neue Möglichkeit, psychotherapeutische Konzepte mit den Neurowissenschaften kritisch zu überprüfen, in einer deutlich differenzierteren Weise (Beutel, 2009a; Beutel & Huber, 2008; Fuchs, 2004).

Tatsächlich gibt es inzwischen einige Befunde dafür, dass psychische Symptome mit bestimmten neurobiologischen Prozessen einhergehen, und es begann bald die Suche nach messbaren *neurobiologischen ›Markern‹ für spezifische psychische Störungen und deren Heilung*. Bereits in den 1990er Jahren entstanden erste Studien, die die neurobiologischen Korrelate und Wirkmechanismen von psychischen Störungen anhand der bildgebenden Verfahren erforschten (Liggan & Kay, 1999). Inzwischen konnten zu zahlreichen Störungen, wie zum Beispiel der Depression und der Zwangs- oder auch der Angststörung, typische funktionelle Veränderungen der Gehirnaktivitäten festgestellt werden (Beauregard et al., 1998; Beutel & Huber, 2008; Grawe, 2004; Schiepek et al., 2011). Während die Bildgebungsstudien zu psychiatrischen und psychischen Störungen sowie der Pharmakotherapie heute zum dominierenden Forschungsweig der Psychiatrie gehören, sind differenzierte neurobiologische Studien zum psychotherapeutischen Prozess selbst aber noch vergleichsweise selten (vgl. Schiepek et al., 2011).³

Um die Frage nach dem Einfluss und Nutzen der Neurowissenschaften für die Psychotherapie im Folgenden sinnvoll bearbeiten zu können, muss auf die klinisch wichtige Unterscheidung zwischen Psychotherapie einerseits und Neurochirurgie, Neurologie sowie biologischer Psychiatrie andererseits hingewiesen

-
- 2 »Most important, and most disappointing, psychoanalysis has not evolved scientifically. Specifically, it has not developed objective methods for testing the exciting ideas it had formulated earlier. As a result, psychoanalysis enters the twenty-first century with its influence in decline« (Kandel, 1999, S. 505). »Pavlov thus developed powerful paradigms for associative learning that led to a permanent shift in the study of behavior, moving it from an emphasis on introspection to an objective analysis of stimuli and responses. This is exactly the sort of shift we are looking for in psychoanalytic investigations of psychic determinism« (ebd., S. 510).
 - 3 Von den bisher abgeschlossenen Psychotherapiestudien umfasst die Mehrzahl standardisierte Verfahren der kognitiven Verhaltenstherapie, während einsichts- und beziehungsorientierte Psychotherapien (z. B. Buchheim et al., 2008) weniger vertreten sind.

werden. Die Letzteren verstehen sich als medizinische Heilberufe bei Funktionsstörungen mit vorwiegend *organischen Ursachen*. Dagegen widmet sich die Psychotherapie psychischen Störungen, für deren Entstehung vorwiegend *seelische bzw. zwischenmenschliche Gründe* vorliegen. Der unmittelbare >Gegenstand< der Psychotherapie ist also nicht der >Organismus< wie in der Medizin, es sind nicht die neurobiologischen Wirkmechanismen, sondern es ist die biografische Person als Teilnehmer unserer geschichtlichen Lebenswelt. Wenn für die Genese einer Störung eher von organischen Ursachen wie zum Beispiel einer Schilddrüsenunterfunktion auszugehen ist, konzentriert sich die Therapie auf diesen organischen Aspekt, für den sich Neurochirurgie, Neurologie und biologische Psychiatrie unterschiedlich spezialisiert haben. Sind dagegen mehr lebensweltliche Gründe und unbewusste Motive für die Störung ausschlaggebend, dann eignet sich dazu die Psychotherapie (Richter, 2013a).

Diese Unterscheidung der Bearbeitung von lebensweltlichen Gründen in der Psychotherapie und organischen Ursachen in der Medizin ist für die Frage nach dem Nutzen der Neurowissenschaften essenziell. Denn je nach dem, von welchem *Anamnesemodell* man ausgeht, ob von lebensweltlichen Gründen oder organischen Ursachen, sind die Neurowissenschaften diesbezüglich von verschiedener Bedeutung: Die Neurowissenschaften untersuchen die neurobiologischen Wirkmechanismen – Neurochirurgie, Neurologie oder biologische Psychiatrie beziehen sich auf eben diese Ebene und deshalb sind die Neurowissenschaften hier auch von unmittelbarer Relevanz. Gleiches kann in Bezug auf die Psychotherapie jedoch nicht selbstverständlich geltend gemacht werden. Denn Psychotherapeuten thematisieren primär die lebensweltlichen Gründe und Motive, ihr Instrument ist das Gespräch bzw. die therapeutische Beziehung und es ist nicht geklärt, wie die neurobiologischen Wirkursachen im Verhältnis dazu stehen.

Nun könnte aber gerade die gegenwärtige Erforschung der neurobiologischen Korrelate von psychischen Störungen zur *Aufweichung dieses klinischen Dualismus* zwischen der Therapie von >organischen Wirkursachen< einerseits und >seelischen Gründen< andererseits führen.⁴ Einige Vertreter der biologischen

-
- 4 Der klinische Dualismus ist ein pragmatischer und noch kein ontologischer Dualismus, er trifft eine Aussage zur vermuteten Verursachung und leitet daraus eine entsprechende Ursachentherapie ab. Es soll sich noch zeigen, dass gerade die begriffliche Unterscheidung von >Gründen< und >Wirkursachen< nicht in einen ontologischen Dualismus münden muss, sondern eine differenzierte Vermittlung der beiden Ebenen miteinander zu denken erlaubt.

Psychiatrie zum Beispiel sehen in den entdeckten Korrelationen eine Bestätigung dafür, dass auch psychische Störungen im Prinzip nichts anderes als eine Stoffwechselstörung bzw. Organerkrankung sind – eine *Erkrankung des Organs* ›Gehirn‹ (Insel & Quirion, 2005; Maier, 2006).⁵ Umgekehrt sehen sich manche Psychosomatiker und Psychotherapeuten darin bestätigt, dass pathologisch veränderte Stoffwechselprozesse durchaus auch *psychodynamisch oder zwischenmenschlich bedingt* sein können – und dann womöglich auch über diese Ebene therapierbar sind.

Wie auch immer die genaue Interpretation der neurobiologischen Beobachtungen ausfallen mag, die Neurowissenschaften sollen in Zukunft für die praktische Psychotherapie zunehmend relevant werden. Mit der Erforschung neurobiologischer Wirkmechanismen bei psychischen Störungen entstehen neue Möglichkeiten, durch *biotechnologische Eingriffe* wie Psychopharmaka und Hirnstimulation gezielt auf den psychophysischen Zustand einzuwirken (Linden, 2008; Mayberg et al., 2005). *Neue Konzepte* werden erarbeitet und es wird dazu geforscht, wie sich neurobiologische Eingriffe und psychotherapeutische Interventionen womöglich gegenseitig ergänzen könnten. Aber auch ohne konkrete biotechnologische Anwendungen sind die Neurowissenschaften auf dem besten Weg, die psychotherapeutische Praxis nachhaltig zu prägen. So sollen sie einen wichtigen Ansatz in der *quantitativen Psychotherapieforschung* bieten. Die Interventionen und Konzepte, die über Fachbücher, Behandlungsmanuale und Leitlinienempfehlungen an den Psychotherapeuten herangetragen werden, könnten zukünftig auch mithilfe von neurobiologischen Kriterien entwickelt und evaluiert werden (Bohus et al., 2009; Grawe, 2004). Weiter erhofft man sich, durch die Erforschung der neurobiologischen Mechanismen innovative *psychotherapeutische Techniken* zu entwickeln.⁶

Die Neurowissenschaften könnten zudem die *Rahmenbedingungen* der Psychotherapie, also »Indikation, Dauer und Intensität ihrer Interventionen«

-
- 5 »Sollte es der neuropsychologisch fundierten Psychotherapie darüber hinaus gelingen, das probate therapeutische Vorgehen dank theoriegestützter Überlegungen empirisch erfolgreich zu optimieren, dann dürften in Zukunft immer mehr psychische Störungen dem Anwendungsbereich ›Hirnorganische Störungen‹ zuzurechnen sein« (Pawelzik, S. 258, Kommentar in Gauggel, 2003).
- 6 »Advances in neuroscience research have led to a more sophisticated understanding of how psychotherapy may affect brain activity. These developments point the way towards a new era of psychotherapy research and practice in which specific modes of psychotherapy can be designed to target specific sites of brain function« (Gabbard, 2000, S. 117).

(Gauggel, 2006, S. 135) begründen (vgl. auch Linden, 2008). So erlauben sie womöglich messbare Kriterien zur Indikationsstellung zu identifizieren, die zu differenzierteren nosologischen Einheiten und entsprechend gezielteren Therapien führen (Dannowski et al., 2010). Neben einer *neurobiologisch fundierten Diagnostik* zur Bildung von klinisch relevanten Untergruppen (Beutel & Huber, 2008; Davidson et al., 2002) sollen die bildgebenden Verfahren auch den differenzialdiagnostischen Ausschluss von organischen Erkrankungen verbessern. Einige Autoren betonen, dass eine neurowissenschaftliche Diagnostik objektiver und genauer als die verbale Selbstausskunft des Patienten sei (Walter et al., 2009), Manfred Spitzer spricht sogar vom »Beginn einer neuen Grundlegung der allgemeinen Psychopathologie« (Spitzer, 1997, S. 21). Weiter könnten neurobiologische Kriterien auch zur *Evaluation* des psychotherapeutischen Prozesses (Linden, 2008) bzw. zur *Prognose* der Rückfallwahrscheinlichkeit dienen. Nach Absicht einiger Forscher soll die psychotherapeutische Tätigkeit in Zukunft insgesamt an neurobiologischen Kriterien ausgerichtet werden (Berger & Caspar, 2009) und so die Beziehung zum Patienten »professioneller« und »effizienter« gestalten (vgl. Grawe, 2004).⁷

Neben diesen eher organisatorischen Aspekten der Psychotherapie könnten die Neurowissenschaften auch eine Funktion im psychotherapeutischen Gespräch selbst einnehmen. So sollen die neurobiologischen Erklärungen dem Patienten Fachkenntnis der entsprechenden Mechanismen seiner Störung vermitteln und womöglich auch eine diesbezügliche *Veränderungsmotivation* und Zuversicht. Darüber hinaus würden die neurobiologischen Erklärungen zur »Destigmatisierung« (Berger & Caspar, 2009) des Patienten beitragen. Manche Psychotherapieforscher meinen sogar, die neurobiologischen Beobachtungen könnten im konkreten Fall helfen, den Patienten *besser zu verstehen*« (vgl. Hertz, 2009; Leuzinger-Bohleber et al., 2011; Walter et al., 2009). Kurzum: Erstmals in der circa 100-jährigen Geschichte der Psychotherapie sollen die Neurowissenschaften *für die psychotherapeutische Praxis selbst unmittelbar relevant* werden.

7 Kandel et al. resümieren in einem Übersichtsartikel: »We also consider the possible role for neuroimaging in refining clinical diagnoses and predicting treatment outcome, which would benefit clinical decision making« (Kandel et al., 2005, S. 145). »We now need to focus on the best neuroimaging approaches in three areas: to guide individualized therapeutic choices, to track patients' progress, and to use this information to predict recovery and likelihood for relapse« (ebd., S. 156).

Auf dem Gebiet der Psychiatrie bestimmen die Neurowissenschaften das professionelle Selbstverständnis und Krankheitskonzept inzwischen weitgehend. Hier verdrängen die neurobiologischen Erklärungsansätze letzte Überbleibsel sozialpsychiatrischer und psychoanalytischer Zugänge. Aber auch in der Psychotherapie und selbst noch in manchen psychoanalytischen Kreisen scheinen die Neurowissenschaften die Tendenz mit sich zu bringen, die Psyche auf ihre biologischen Wirkmechanismen zu reduzieren.⁸ Die Neurowissenschaften oder besser gesagt manche Neurowissenschaftler scheinen eine »Definitionsmacht über psychiatrische, anthropologische und erkenntnistheoretische Grundbegriffe« (Holzhey-Kunz, 2003, S. 217) für sich zu beanspruchen. Das hat bereits zu einer noch ausgeprägteren Dominanz der naturwissenschaftlichen bzw. quantitativen Ansätze in der Psychotherapieforschung geführt, als sie davor schon bestand. Aktuell werden psychotherapeutische Lehrstühle und leitende Positionen an Universitätskliniken vielerorts nach dem Renommee in der neurobiologischen Psychotherapieforschung vergeben. Immer lauter wird die Forderung auch unter Psychotherapeuten, man habe sich ein neurobiologisches Fachwissen anzueignen. Manche Forscher empfinden die neurobiologischen Erkenntnisse für die Psychotherapie gar als so grundlegend, dass nun auch sie das Präfix »Neuro-« tragen wollen und fortan eine »Neuropsychotherapie« (Gauggel, 2006; Grawe, 2004; Walter et al., 2009) bzw. eine »Neuropsychanalyse« (Kaplan-Solms & Solms, 2003) betreiben möchten.

Vor dem Einsatz der bildgebenden Verfahren in der Psychotherapieforschung galt es als selbstverständlich, dass sich der Psychotherapeut allein auf das Verstehen der lebensweltlichen Gründe, der psychodynamischen Motive oder auf die Erklärung des Verhaltens nach lerntheoretischen Ursachen konzentriert. Auch fühlte sich die Mehrheit der einsichts- und beziehungsorientierten Psychotherapeuten durch die quantitative Logik der akademischen Psychotherapieforschung bisher nur wenig angesprochen (Protz et al., 2011, S. 70). Zwischen der Psychotherapieforschung an den Universitäten und der täglichen Praxis von Psychotherapeuten bestand immer eine »Kluft« (Fäh & Fischer, 1998, S. 28). Nun aber zeigen sich selbst einsichts- und beziehungsorientierte Psychotherapeuten auf einmal erstaunlich aufgeschlossen gegenüber den Neurowissenschaften – und zwar ohne

8 »While the proponents of neuropsychanalysis argue that they are not reducing the psychological domain to the biological one, nevertheless, neuropsychanalysis, in effect, ascribes to biology a kind of significance that does away with the value of meaning and psychic truth which is at the foundation of psychoanalysis« (Blass & Carmeli, 2007, S. 36).

dass die neurobiologischen Psychotherapiestudien bis heute zu klinisch relevanten Hilfestellungen geführt hätten.⁹

Warum, so mag man sich fragen, nehmen Psychotherapeuten auf einmal an Kongressen zur ›Neurobiologie der Psychotherapie‹ teil und lesen naturwissenschaftliche Fachbücher, deren Gegenstand erst einmal weit entfernt von ihrer Profession zu sein scheint? Man dürfe sich nicht verschließen vor den Methoden und der neuen Entwicklung durch die Neurowissenschaften, so ist zu hören, sonst werde man eines Tages sowohl aus der scientific community als auch dem kasernenfinanzierten Gesundheitssystem gänzlich ausgeschlossen (Protz et al., 2011, S. 77f.). Es gelte nun, wichtige einsichts- und beziehungsorientierte *Konzepte der Psychotherapie neurobiologisch zu validieren* und ihre spezifische Wirksamkeit nach naturwissenschaftlichen Kriterien empirisch zu beweisen – und tatsächlich gibt es hierfür inzwischen wohl auch einige neurobiologische Hinweise (vgl. Beutel, 2009a; Schiepek, 2011). So betont zum Beispiel der Neurowissenschaftler Roth aufgrund seiner Forschung den psychoanalytischen Allgemeinplatz, dass die emotionale zwischenmenschliche Beziehung das zentrale Agens bei Veränderungen im psychotherapeutischen Prozess sei (Roth, 2003, S. 430ff.). Auch scheinen die Neurowissenschaften die neurobiologischen Mechanismen zur Wirkung unbewusster Motive und Prozesse aufzeigen zu können und haben damit dem psychoanalytischen Konzept des ›Unbewussten‹ zu unerwarteter Renaissance verholfen (Leuzinger-Bohleber & Solms, 2017).

Nicht zuletzt wegen der Hoffnung, dass die jeweils eigenen, verfahrensspezifischen Konzepte aufgrund solcher empirischen Belege auch in Wissenschaftskreisen ernst genommen werden, ist selbst bei psychodynamischen und beziehungs-

9 Aus der bloßen Feststellung, dass Beziehungsarbeit auch neurobiologisch wirksam ist oder dass verschiedene psychodynamische Konzepte wie das Unbewusste durch neurobiologische Studien scheinbar bestätigt werden, folgt noch keine konkrete Hilfestellung für die psychotherapeutische Praxis. Solche Ergebnisse bestätigen nur noch einmal auf neurobiologischer Ebene, was erfahrene Psychotherapeuten schon lange wahrnehmen und in Bezug auf klinisch hochrelevante Kriterien wie die Symptomreduktion bereits vielfach unter Beweis gestellt haben (Beutel & Huber, 2008). So sollen z.B. die Erkenntnisse der Neurowissenschaften beweisen, dass rein kognitive Deutungen wenig Effekt haben, da wichtige subkortikale Strukturen davon unverändert blieben (Roth, 2005b). Dies war aber schon lange vor den Neurowissenschaften eine zentrale klinische Erfahrung von Psychoanalytikern, die genau aus diesem Grund bereits vor Jahrzehnten den therapeutischen Fokus zunehmend auf das emotionale Hier und Jetzt der zwischenmenschlichen Beziehung verlegt haben (Blass & Carmeli, 2007; Ermann, 2014).

orientierten Psychotherapeuten immer öfter von Gehirnprozessen die Rede. In ihre Formulierungen zum zwischenmenschlichen und psychodynamischen Geschehen fließen auf einmal neurowissenschaftliche Modelle und Begriffe ein und so vermischen sie Kategorien zweier grundsätzlich verschiedener Sprachspiele. Da werden zwischenmenschliche Prozesse auf einmal mit neurobiologischen Begriffen umschrieben oder zwischenmenschliche Beziehungen mehr oder weniger mit ›Assoziationen‹ zwischen Nervenzellen gleichgesetzt (z. B. Doidge, 2010, S. 47). Im Gehirn sollen biografische Inhalte oder ›Informationen‹ vorkommen, die verschiedenen Gehirnzentren würden sogar miteinander ›kommunizieren‹. In den Schilderungen der Psychotherapeuten erscheint immer häufiger das *Gehirn als handelndes Subjekt*, Psychoanalytiker verfassen Artikel, die zum Beispiel den Titel »Was für ein Mensch ist mein Gehirn?« (Strauss & Röckerath, 2010) tragen.

Als Psychologischer Psychotherapeut, der seine Tätigkeit vorwiegend als Beziehungsarbeit begreift, sehe ich diese Entwicklung kritisch. Damit meine ich weniger die neuen Möglichkeiten biotechnologischer Interventionen und auch nicht die zusätzlichen Diagnosekriterien – das alles kann – vorausgesetzt, es wird richtig verortet – helfen. Jedoch fällt auf, dass die neue ›Biowissenschaftlichkeit‹ einiger Kollegen zur Verflachung therapeutischer Reflektionen und Diskurse beiträgt – insbesondere wenn sie mit den erwähnten kategorialen Begriffsverwirrungen einhergehen. Aber selbst diesbezüglich gab es bisher eine Art ›traumwandlerischen Schutz‹ um unsere gelebten Beziehungen: In der konkreten zwischenmenschlichen Praxis handeln wir nämlich implizit anders, als uns das explizite naturwissenschaftliche Menschenbild eigentlich nahelegt. So sprechen wir anderen Menschen in der Lebenspraxis durchaus Verantwortung und Freiheit zu, obwohl es dafür in einer determinierten Welt eigentlich keinen Begriff geben kann. Und ähnlich verhält es sich auch in der Psychotherapie: Die meisten Psychotherapeuten nehmen den Patienten durchaus als Gegenüber bzw. eine individuelle Person wahr – und nicht als ein Gehirn, auf das sie zweckrationale Techniken anwenden, auch wenn Sie manchmal so sprechen.

Im Bereich der zwischenmenschlichen Praxis – und es soll noch ausführlich gezeigt werden, inwiefern eben auch *Psychotherapie im Wesentlichen eine zwischenmenschliche Praxis* darstellt – ist es wohl ein Segen, dass die naturwissenschaftliche Denk- und Handlungsweise nicht vollständig und systematisch unser Handeln leitet. Meine Beobachtung oder Sorge ist jedoch, dass durch die Integration der Neurowissenschaften dieser traumwandlerische Schutz in der psychotherapeutischen Praxis verloren gehen könnte, dass die psychotherapeutische Tätigkeit durch die systematische Integration der Neurowissenschaften einen zunehmend zweckrationalen und technischen Charakter bekommt.

Schon seit geraumer Zeit herrscht seitens der akademisch-quantitativen Psychotherapieforschung der Trend, nicht nur einzelne Interventionen, sondern die gesamte psychotherapeutische Praxis als ein zweckrationales Handeln zu konzipieren. Psychotherapie soll im Sinne des organmedizinischen Diagnose-Interventions-Schemas wie ein zweckrationales Vorgehen nach den neuesten Erkenntnissen der evidence-based medicine gestaltet werden. Alice Holzhey-Kunz nennt dies die ›Medizinalisierung‹ oder auch ›Zweckrationalisierung‹ der Psychotherapie (Holzhey-Kunz, 2002). Dieser bereits bestehende Trend könnte durch die aktuelle Integration der Neurowissenschaften weiter verschärft werden. Und tatsächlich zeigen viele Protagonisten der neurowissenschaftlichen Psychotherapieforschung *kaum ein Verständnis für die spezifische Wirkweise der zwischenmenschlichen Praxis*. Besonders deutlich äußert sich dies zum Beispiel bei Klaus Grawe, wenn er betont,

»dass Neuropsychotherapie als ein geplantes, strukturiertes Vorgehen aufzufassen ist. Sich mit einem Patienten zusammensetzen, ihn von seinen Problemen erzählen zu lassen, verständnisvoll darauf einzugehen, ihn mit gelegentlichen Interventionen zu neuen Gedanken und Verhaltensweisen zu stimulieren und ihn dazu zu ermuntern, seine wahren Gefühle zum Ausdruck zu bringen, ist fern von dem, was ich unter Neuropsychotherapie verstehe. Weder die Wahl der Therapieziele noch den Ablauf der einzelnen Therapiesitzungen kann ein Neuropsychoterapeut dem Patienten überlassen« (Grawe, 2004, S. 432).

In despektierlicher Weise spricht Grawe hier über die offene Beziehungsarbeit von Psychotherapeuten. Seine Forderung nach Wissenschaftlichkeit zeigt in ihrer Art und Weise, dass er nicht verstanden hat, inwiefern die Unplanbarkeit des psychotherapeutischen Prozesses dem spezifischen Gegenstand der Psychotherapie, nämlich der einzigartigen Person, und ihrer spezifischen Wirkweise, nämlich der zwischenmenschlichen Beziehung, geschuldet ist. Umgekehrt überschätzt er wohl den Wirkungsbereich dessen, was durch ein geplantes und strukturiertes Vorgehen im Leben überhaupt erreicht werden kann. Diese Verknüpfung von einer *Abwertung der freien zwischenmenschlichen Praxis mit einer Überschätzung dessen, was ein neurobiologisch geregeltes Vorgehen leisten kann*, ist kein Einzelfall und könnte sich künftig zunehmend durchsetzen.

Besonders problematisch an der Medizinalisierung und Zweckrationalisierung durch die Neurowissenschaften erscheint mir, dass neurobiologische Prozesse und Kriterien zu Zwecken der psychotherapeutischen Praxis erklärt werden. Bisher waren die Symptomreduktion, die Lebensbewältigung und Lebenszufrie-

denheit – oder, wie es ungleich schöner in Anlehnung an Freud formuliert wird, die ›Arbeits-, Genuss- und Liebesfähigkeit‹ – die Kriterien für den Erfolg psychotherapeutischer Tätigkeit. Nun aber sollen die *neurobiologischen Kriterien bzw. das Gehirn zum Ziel der psychotherapeutischen Praxis* werden.¹⁰ Selbst wenn der gewöhnliche Psychotherapeut kaum Zugang zu entsprechenden biotechnologischen Messverfahren haben dürfte, wird ihm über einschlägige Kongresse, Fortbildungen und Veröffentlichungen ein bestimmtes Bild seiner zwischenmenschlichen Tätigkeit vermittelt: Die psychotherapeutische *Beziehung selbst wird als ein zweckrational einzusetzendes Instrument* konzipiert, mit dem ein bestimmter neurobiologischer Effekt erzielt werden soll.¹¹ Die Tragweite einer solchen Entwicklung kann an dieser Stelle der vorliegenden Studie noch nicht deutlich werden. Vielleicht mag der Leser aber schon den Eindruck nachempfinden, dass mit der Ausrichtung der psychotherapeutischen Beziehungsarbeit an neurobiologischen Kriterien die therapeutische Beziehung in eine Schräglage kommen würde. Die Person des Patienten als ursprüngliches Gegenüber und Mitgestalter der therapeutischen Beziehung würde, bildlich gesprochen, hinter deren Gehirn zurücktreten und zu einem Hirnzustand ›verdinglicht‹ werden, über dessen kausale Beeinflussung der Therapeut als neurowissenschaftlicher Fachmann entscheidet.

Wie bereits erwähnt steht die Zweckrationalisierung der Psychotherapie im Kontext des gesamtgesellschaftlichen Trends zur *Ökonomisierung und Technisierung*. Auf der Ebene der zwischenmenschlichen Praxis bedeutet dies konkret, dass Menschen in Verhältnissen arbeiten und leben, die kaum noch Muße gewähren, zum Gegenstand des Handelns in eine achtsame Beziehung zu treten

10 Auch jenseits des psychotherapeutischen Kontextes wird das Gehirn zum Ziel zwischenmenschlicher Praxis. So sind inzwischen zahlreiche Veröffentlichungen zur ›Hirnentwicklung‹ erschienen (Caspary, 2006; Spitzer, 2002), in denen Zwecke der ›Bildung‹ oder ›Persönlichkeitsentwicklung‹ nicht mehr mit ›Werten‹, sondern mit neurobiologischen Kenntnissen gerechtfertigt werden (Roth, 2015; Spitzer et al., 2012). Gerald Hüther liefert gleich die »Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn«, in der Achtsamkeit und Liebe empfohlen werden, »um sein Gehirn fortan umfassender, komplexer und vernetzter zu benutzen als bisher« (Hüther, 2007, S. 123f.).

11 So z. B. Roth: »Therapie wäre dann die Induktion der Bildung dieser kompensatorischen Netzwerke. Der für die psychoanalytische Therapie wichtige Prozess der Übertragung und Gegenübertragung könnte hierfür günstige emotionale Bedingungen schaffen in dem Sinne, dass es dabei zu neurochemischen Zuständen kommt, in denen eine Neubildung von kompensatorischen Netzwerken [...] ermöglicht wird« (Roth, 2003, S. 440).

und dabei zunehmend unter Funktions- und Nutzenkriterien miteinander verkehren. Genau dieser gesamtgesellschaftliche Trend könnte auch eine Ursache für die gesellschaftlich verbreitete Sinnkrise und Zunahme von psychischen Störungen darstellen. Ist dies der Fall, dann sollten Psychotherapeuten dem allerdings in ihrer Profession nicht einfach folgen. Vielmehr wäre es wünschenswert, dass gerade die Psychotherapie einen alternativen Raum freihält – einen Raum, der *nicht zweckrational effizient durchorganisiert* ist, einen Raum, in dem der Patient erst einmal nicht funktionieren muss, sondern sich in der zwischenmenschlichen Beziehung ausprobieren und von sich selbst her neu erfahren kann.

3 Zum Aufbau dieses Buchs

Im *ersten Kapitel* werden zwei Interpretationsansätze zu den Beobachtungen der Hirnforschung vorgestellt. Zunächst wird die >Identitätstheorie<, wie sie zum Beispiel Michael Pauen vertritt, skizziert, nach der das subjektive Erleben mehr oder weniger >identisch< mit den neurobiologischen Prozessen sein soll. Es wird sich zeigen, dass Pauens diesbezügliche Aussagen an den entscheidenden Stellen nur dann Sinn ergeben, wenn man das naturalistische Weltbild bereits voraussetzt. Ohne weltanschauliche Implikationen kommt dagegen die >phänomenologisch-ökologische Konzeption< des Gehirns als ein >Beziehungsorgan< von Thomas Fuchs aus. Ausgehend von der natürlichen Entität des Lebewesens vermag er dieselben neurowissenschaftlichen Erkenntnisse deutlich nüchterner zu interpretieren und mit den Evidenzen unserer Lebenswelt in Einklang zu bringen. Allerdings bleiben bei Fuchs zentrale Fragen zum Bewusstsein und der Existenzweise von Personen ungeklärt. Weder die Identitätstheorie noch die phänomenologisch-ökologische Konzeption als die beiden in der Wissenschaft am meisten vertretenen Ansätze helfen bei praktischen Fragen in der Psychotherapie wirklich weiter.

Im *zweiten Kapitel* soll deshalb auf einer grundsätzlichen, methodologischen Ebene reflektiert werden, wie bei der Beurteilung des Nutzens der Neurowissenschaften in der Psychotherapie überhaupt sinnvoll vorgegangen werden kann. Hier zeigt sich, dass der >quantitativ-empirische Ansatz< der Psychotherapieforschung ungeeignet ist, weil er auf Voraussetzungen beruht, die innerhalb seines Paradigmas nicht reflektiert werden können. Für gewöhnlich soll die Interpretation und damit auch der Nutzen neurowissenschaftlicher Erkenntnisse dann durch einen >theoretischen Ansatz< mit Bezug auf allgemeine Gesetze oder ein allgemeines Menschenbild geleistet werden – wie dies bei der Darlegung der

Identitätstheorie und der phänomenologisch-ökologischen Konzeption bereits vorgestellt wurde. Bei einem existenziellen Verständnis von Personen aber ist ein solches Vorgehen nicht adäquat. Wir können nicht sagen: ›So ist der Mensch und deshalb ist dieses oder jenes richtig oder falsch‹. Wir müssen uns auch fragen, was der Mensch sein kann, wer er sein möchte bzw. sein soll und welche Handlungszusammenhänge für die Entwicklung von Personen günstig sind. So ergibt sich die Notwendigkeit einer ganz eigenen Methode für die Fragestellung dieser Arbeit, nämlich die Methode der ›pragmatischen Reflexion‹. Die pragmatische Reflexion möchte mithilfe von Reflexionsbegriffen den Vollzug der zwischenmenschlichen Existenz in Handlungszusammenhängen und die diesbezügliche Rolle der Psychotherapie erhellen.

Im Zuge der dann zu vollziehenden pragmatischen Reflexion soll im *dritten Kapitel* mithilfe der transzendentalpragmatischen Wissenschaftstheorie gezeigt werden, inwiefern die Neurowissenschaften ihren Sinn im Funktionskreis des ›technischen Handelns‹ haben. Die Naturwissenschaften bilden nicht etwa objektive Wirklichkeit ab, sondern untersuchen aufgrund ihrer Methode die Wirklichkeit in Hinsicht auf ihre technische Verwendbarkeit. Dieses ›technische Erkenntnisinteresse‹ der Naturwissenschaften zeigte sich zum Zeitpunkt ihrer historischen Entstehung noch explizit. Auch kann unter wissenschaftstheoretischen Gesichtspunkten demonstriert werden, inwiefern das technische Erkenntnisinteresse die naturwissenschaftliche Methode und die daraus hervorgehende Erfahrung konstituiert. Mit den Neurowissenschaften wird nun diese naturwissenschaftliche Einstellung auf den Menschen angewandt, der dadurch auf seinen ›psychophysischen Zustand‹ reduziert werden muss.

Im *vierten Kapitel* wird die Handlungsweise der Praxis in ihren zentralen Momenten, nämlich der Wertbeziehung, personalen Identität und Freiheit, charakterisiert. ›Personen‹ können sich nur als Teilnehmer der ›zwischenmenschlichen Praxis‹ verwirklichen und zu dieser gehört wesentlich der Akt der Begegnung. Aus der Begegnung stiftet sich echte Identität und nur aus der Begegnung heraus kann sich Freiheit als Akt verwirklichen. Insofern als Beziehungsgestaltung, Identität und Freiheit auch zu den Kernaufgaben einer gelingenden Psychotherapie gehören, erscheint es durchaus sinnvoll, Psychotherapie im Wesentlichen als zwischenmenschliche Praxis zu verstehen. Wir werden sehen, inwiefern sich dies in bestehenden psychotherapeutischen Konzepten auch abbildet.

Bis hierher also können die Neurowissenschaften dem Handlungszusammenhang ›technisches Handeln‹ und die Psychotherapie dem Handlungszusammenhang ›zwischenmenschliche Praxis‹ zugeordnet werden. Wenn in dieser Arbeit nun der Nutzen der Neurowissenschaften für die Psychotherapie beurteilt werden

soll, handelt es sich folglich auch um die Frage nach dem Verhältnis dieser beiden Handlungszusammenhänge zueinander. Dem wird im *fünften Kapitel* nachgegangen. Mit Bezug auf die Kritische Theorie, Hannah Arendt und Martin Buber wird reflektiert, wie sich ein vernünftiges bzw. wünschenswertes Verhältnis von ›technischem Handeln‹ und ›zwischenmenschlicher Praxis‹ in der Gesellschaft gestalten müsste. Auf diesem Weg wird ein differenziertes Gefüge der verschiedenen Handlungsweisen zueinander aufgezeigt, das letztlich im Akt der Begegnung gipfelt. Vor dem Hintergrund eines solchen vernünftigen Gefüges kann dann auch dessen Verkehrung im gesamtgesellschaftlichen Prozess der Technisierung und Ökonomisierung kritisiert werden. Die Idee von vernünftigen Verhältnissen sowie die Kritik an deren Verkehrung werden dann jeweils auf die Situation der Psychotherapie übertragen bzw. angewandt.

Im *sechsten Kapitel* wird gezeigt, inwiefern sich die Zweckrationalisierung der Psychotherapie bereits vor dem Einfluss der jüngeren Entwicklungen in den Neurowissenschaften über die quantitative Psychotherapieforschung im Sinne der evidence-based medicine vollzogen hat. Ein unkritischer Einsatz der Neurowissenschaften könnte nun diesen Prozess der Zweckrationalisierung weiter zementieren und emanzipatorische Zwecke wie Einsicht oder eine gelingende Beziehungsgestaltung zunehmend in Vergessenheit geraten lassen. Dementsprechend deuten sich mit dem Einsatz der Neurowissenschaften in der Psychotherapie wesentliche Aspekte der Technisierung, wie zum Beispiel die wertblinde Eigendynamik und die Zweck-Mittel-Verkehrung, auch innerhalb der psychotherapeutischen Praxis an.

Anhand unterschiedlicher Vorschläge von Psychotherapieforschern zum Einsatz der Neurowissenschaften kann im *siebten Kapitel* nun ein Fazit gezogen werden. Und zwar werden die Vorschläge vor dem Reflexionshintergrund des dargelegten vernünftigen Gefüges der Handlungszusammenhänge beleuchtet. Dabei verdeutlicht sich die Tendenz zahlreicher neurowissenschaftlicher Psychotherapieforscher, die Wirkweise der zwischenmenschlichen Praxis und ihre personalen Anforderungen zu verkennen, während sie umgekehrt den Wirkungsbereich der neurowissenschaftlichen Methode deutlich überhöhen. Zwischenmenschlich-ethische Ansprüche der therapeutischen Profession werden verleugnet und auf die Ebene von technischen Verfahren und Regelungen verschoben. Auf diese Weise aber wird das therapeutische Handeln keinesfalls ›professioneller‹, sondern lediglich ›eindimensionaler‹ – und der Situation des Patienten nicht gerecht.

Eine Aufgabe der pragmatischen Reflexion ist, mithilfe von Reflexionsbegriffen den individuellen Sinn für den inneren Handlungsvollzug im Gefüge der

geschilderten Handlungszusammenhänge zu steigern. Deshalb soll nun im *achten Kapitel* reflektiert werden, wo bzw. wie im Lebensvollzug für uns ›Technisierung‹ einsetzt. Die moderne Technik leitet unsere Lebensvollzüge als Dispositiv auf eine bestimmte Art und Weise. Mit Heideggers Technikkritik wird diese Technisierung dann auf ihren Ursprung, eine kulturell spezifische Haltung des Menschen zurückgeführt, die als Selbstbezüglichkeit charakterisiert werden kann. Über die Rückführung auf die menschliche Haltung lässt sich mit Heidegger auch die richtige Antwort auf die Technisierung finden: die Handlungsweise der ›Kunst‹. Gerade in der zwischenmenschlichen Beziehung – und damit auch in der Psychotherapie – erscheint diese Handlungsweise besonders sinnvoll: Während die Technisierung eine Engführung des therapeutischen Handelns bedeutet, öffnet Psychotherapie als ›Kunst der Begegnung‹ den Beziehungsraum. Während die Technisierung zur Verdinglichung des Patienten führt, lässt die künstlerische Offenheit diesen wieder als Selbstwert erscheinen. Mit einem künstlerischen Handeln, so die Hoffnung, kann die Eigendynamik der Institutionen, Systeme und eben auch der Neurowissenschaften so transformiert werden, dass sich Psychotherapie als ein vielfältiges ›Entbergen‹ gelingender Seinsweisen vollzieht.