

J. Kriz

Zum Verhältnis von Forschung und Praxis in der Psychotherapie

Zusammenfassung Es wird der Frage nachgegangen, ob die gegenwärtigen kognitiven „Landkarten“ der Orientierung von Psychotherapeuten nützen, und wie weit große Teile gegenwärtiger Psychotherapieforschung noch dem Weltbild des 19. Jahrhunderts verhaftet sind. Die modernen Naturwissenschaften haben nämlich längst den Irrtum korrigiert, der Mensch könne sich als Erkennender beim Erkenntnisvorgang ausblenden – während die Mainstream-Psychotherapieforschung noch immer versucht, ein „objektives“ Bild ihres Gegenstandes zu zeichnen. Zudem wird die moderne Systemforschung in Physik und Chemie der „Arbeit am Lebendigen“ – u.a. Gestaltung aus inneren Kräften, Wechselseitigkeit des Geschehens – gerechter als Teile der Psychotherapieforschung.

Schlüsselwörter: Psychotherapieforschung, Methodenkritik, Wissenschaftstheorie, Systemtheorie.

The relationship between research and practice in psychotherapy

Abstract We are discussing the following questions: May the existing cognitive “maps” be used as guides by psychotherapists? To what extent is a large part of the present research in psychotherapy still influenced by a view of the world dating from the 19th century? Modern natural sciences have indeed long given up the idea that the observer does not influence the process of acquisition of knowledge. Yet mainstream research in psychotherapy is still attempting to draw an “objective” picture of its object. What is more, when the objective is to study “living organisms” – among other things developments based on inner forces and interactive processes – the modern systemic approach used in physics and chemistry is more adequate than some of the psychotherapeutic research.

Keywords: Psychotherapy research, critique of method, epistemology, systems theory.

Les rapports entre recherche et pratique en psychothérapie

Résumé L'article vise à soumettre au débat quelques aspects critiques d'une recherche en psychothérapie qui, parce qu'elle s'efforce désespérément d'obtenir le statut de science, demeure fortement influencée par une vision du monde datant du 19e siècle au lieu de tenir compte de l'évolution qui, entre temps, a marqué les sciences naturelles.

Nous utilisons la métaphore du “paysage cartographique” pour discuter des rapports entre théorie/recherche et pratique de la psychothérapie. Nous considérons toute prétention à une théorie “vraie” ou “exacte” comme de la science-fiction – comme une fiction scientifique que l'on préfère conserver dans le climat actuel de “guerre de religion” afin d'être en mesure de présenter un credo donné comme “agréé par la profession”. Ce qui conduit à la question suivante: les cartes cognitives actuellement utilisées par la recherche en psychothérapie peuvent-elles servir de guides aux thérapeutes?

L'argument suivant est présenté: les points de vue guidant le travail (professionnel) des chercheurs et des psychothérapeutes sont diamétralement opposés. La

recherche scientifique vise à mettre en évidence des régularités, des aspects prévisibles et les points que différents phénomènes ont en commun; par contre, le psychothérapeute se consacre à ce qui est unique, à des aspects de la biographie individuelle. Ce qui ne veut pas forcément dire que ces différences de perspective impliquent que soit la science, soit la pratique gère mieux le monde. Le prix Nobel de physique Werner Heisenberg avait déjà critiqué en 1955 la notion que la science est caractérisée par une capacité à décrire le monde de manière aussi objective que possible (au contraire du thérapeute, pour lequel les relations et les aspects personnels sont importants): “Lorsque nous parlons de l'image de la nature élaborée par les sciences exactes de notre époque, nous ne parlons pas d'une image de la nature mais bien d'une image de notre relation à la nature.” Ce qui signifie que les sciences naturelles modernes cherchent à corriger les erreurs commises par la science occidentale jusqu'à la fin du 19e siècle et plus précisément les vaines tentatives faites pour isoler la description de l'observé de son observateur.

Nous posons la question de savoir jusqu'à quel point la recherche en psychothérapie est encore prisonnière de la pensée du 19^e siècle. En effet, dans le contexte des démarches entreprises pour être mieux acceptée par le législateur et les caisses maladie, la "recherche en psychothérapie" se réduit à quelques questions qui d'ailleurs semblent bien insignifiantes par rapport aux progrès que peut accomplir la psychothérapie: La thérapie de type X est-elle efficace? La thérapie de type X est-elle plus efficace/plus rapide que la thérapie de type Y? Comment peut-on calculer des variables liées aux effets de la thérapie (ainsi que de nombreuses autres questions statistiques de détail)?

On oublie trop facilement que pour traiter ces questions il faut d'abord avoir défini des objectifs à la thérapie – objectifs qui impliquent toujours des valeurs et on sait que ces dernières ne peuvent être l'objet d'une méthode scientifique mais sont toujours le produit d'un consensus. L'étude de ces questions se fait de plus aux dépens d'autres, dont on tient trop peu compte: Quelles notions de la maladie/santé ou du développement guident-elles les patients et les thérapeutes? Quels sont les objectifs des patients/thérapeutes, comment envisagent-ils un changement ayant valeur thérapeutique? Quels sont les modèles/théories utiles/contraignants? De quoi patients et thérapeutes ont-ils besoin pour être en mesure d'établir mieux et plus librement des relations utiles?

Tout thérapeute doit tenir compte de ce qui caractérise le "travail sur le vivant" – des indices qui, entre autres, ont été définis il y a soixante-dix ans par la gestaltthéorie allemande et qui jouent à nouveau un rôle important dans la théorie des systèmes appliquée par la science moderne: importance de la forme, élaboration sur la base de forces intérieures, importance des temps de travail, acceptation de détours et réciprocité du déroulement.

Il faut se demander dans le sens d'Heisenberg: Quelle image de sa relation à son objet la recherche en psychothérapie fournit-elle si elle ne tient pas compte des indices caractérisant le "travail sur le vivant"? Cette question doit être posée de manière d'autant plus radicale que la recherche interdisciplinaire sur les systèmes pratiquée par les sciences naturelles mo-

dernes montre qu'il faut souvent tenir compte de ces aspects même lorsque l'on étudie des systèmes physiques ou chimiques "inertes". Il est donc parfaitement absurde que, pendant que les sciences naturelles entreprennent de grands projets de recherche dans le domaine de l'auto-organisation et du non-déterminisme et démontrent que – selon l'état – des influences importantes peuvent ne pratiquement pas avoir d'effets alors que des influences moindres auront des effets considérables, une bonne part de la recherche en psychothérapie continue à tenter d'isoler des facteurs effets et à contrôler le processus en termes de déterminisme – ou du moins à le décrire en tant que tel.

Lorsqu'en tant que cliniciens, nous nous demandons quels sont les rapports entre la recherche en psychothérapie et son objet, nous ne pouvons parvenir à des conclusions très flatteuses. En effet, ce n'est pas du tout par hasard que nous appliquons à l'étude de nos patients (dans un but de contrôle et de défense contre la peur) des structures identiques à celles considérées comme les "vertus" d'une méthodologie correcte par la science occidentale classique, à savoir: exclure autant que possible l'imprévisible et l'incontrôlable, réduire les variables d'influence, prévoir dans la mesure du possible le résultat des actions, contrôler autant que possible ce qui peut se passer, cacher nos propres motifs et émotions sous une procédure "correcte", c'est-à-dire sous une méthodologie, et limiter les expériences au domaine qui a été défini d'avance par des questions et procédures dites "admissibles".

La recherche systémique pratiquée par les sciences naturelles modernes est caractérisée par d'autres vertus qui, de plus, sont beaucoup plus proches du "travail sur le vivant". C'est pourquoi nous considérons qu'il faudrait pratiquer une recherche en psychothérapie qui éviterait de se dissimuler craintivement derrière une apparente objectivité ("fiction scientifique") et tiendrait compte – autant que les physiciens et chimistes appliquant la théorie des systèmes – des principes géant le "travail sur le vivant". Il faudrait de plus que l'observateur cesse de s'exclure lui-même du processus d'acquisition de connaissance. Ce type de recherche en psychothérapie correspondrait mieux aux besoins de l'être humain (patient et thérapeute).

Es ist meine Überzeugung, daß die Darlegung des persönlichen Anliegens und der Position eines Autors das Verständnis seines Textes wesentlich erhöht. Ich möchte daher vorausschicken, daß ich mich selbst als begeisterten Wissenschaftler und Forscher sehe – und es ist es für mich weit mehr als nur ein „Job“, im kognitiven Ringen mit den eigenen Grenzen zu versuchen, den „Zauber der Welt“ einzufangen und abzubilden. Dabei habe ich manche Jahre und einige Bücher auch speziell methodischen Fragen gewidmet. Gleichzeitig aber bin ich auch Kliniker und Psychotherapeut, dem diese Arbeit ebenfalls viel bedeutet.

Man könnte daher vermuten, daß ich mich und andere für die gegenwärtige Psychotherapieforschung begeistern könnte. Leider aber empfinde ich in Bezug auf

diesen Gegenstand vor allem Unbehagen. Wenn ich dieses im folgenden thematisiere, so nicht in destruktiver Absicht, sondern als Ermutigung, nach Wegen zu einer menschengerechteren Forschung zu suchen.

Ein so komplexes Thema wie das „Verhältnis von Praxis und Forschung in der Psychotherapie“ läßt sich allerdings nicht in der gebotenen Kürze differenziert abhandeln.

In dem Bemühen, eher Impulse für eine Diskussion zur Verfügung zu stellen, werde ich die Bilder, die mich leiten und begleiten, somit nicht in der Detailtreue einer Radierung, sondern in holzschnittartiger Typisierung darstellen.

In der Tat möchte ich als erstes mit einem Bild, einer Metapher, einige Klärungsversuche vornehmen und die

Frage aufwerfen: Nützen die gegenwärtigen kognitiven Landkarten der Psychotherapie-Forschung der Orientierung von Therapeuten?

Das Verhältnis zwischen Praxis und Theorie läßt sich als Verhältnis von Landschaft zu Landkarte charakterisieren: Therapeuten sind dann Menschen, deren Qualität sich vornehmlich daran zu zeigen hat, wie sie die Landschaft durchwandern (als begleitende Führer derer, die sich ihnen anvertrauen); wie sie dabei Hindernisse zu überwinden, Gefahren zu erspüren, eisige Nächte und trockene Wüsten zu durchstehen vermögen.

Von ganz anderer Art sind die Anforderungen an Kartographen – d.h. die Theoretiker und Forscher: Die Karten, die sie zeichnen, müssen z.B. möglichst *klar*, *detailliert* und doch *handhabbar* sein. Die alte Leitidee, Landkarten sollten „wahr“ sein, hat hingegen die wissenschaftstheoretische Debatte inzwischen – und das nicht erst in der Postmoderne – als „science fiction“, als Fiktion von „Wissenschaft“, entlarvt.

Es kann nämlich unendlich viele Abbildungen einer Landschaft (z.B. der „Stadt Zürich“) geben – und ich wähle für einen Moment dieses konkrete Beispiel „Zürich“, da es mir eher weniger komplex und eher handhabbar erscheint, als die Landschaft „Psychotherapie“: Eine grobe sight-seeing-map ist nicht *unwahr* als eine präzise 1:1000-Darstellung der Ebene, sie *dient* nur *anderen Zwecken*. Für viele Zwecke ist die sight-seeing-map wegen ihrer Übersichtlichkeit und leichteren Handhabbarkeit aber nicht nur *nützlicher*, sondern sogar auch *präziser* als eine dickes und schweres Kartenwerk – so z.B. hinsichtlich der Frage, was viele Menschen gerne besichtigen. Zudem enthält auch das schwerste, umfangreichste Kartenwerk grundsätzlich *unendlich* viele Aspekte *nicht* (z.B. über Luftverschmutzung zu einem bestimmten Zeitpunkt, die Vernetzung mit Telefonen, die Besuchshäufigkeit zwischen den Menschen). Wenn man solche Fragen hat, können und müssen Spezialkarten erstellt werden. Damit wird auch sofort deutlich, daß es *das* Kartenwerk – sprich: *die* Theorie – nicht geben kann. Man sollte sich daher nicht durch vollmundige Behauptungen mancher Psychotherapieforscher – wie: man habe alles erfaßt und objektiv richtig wiedergegeben – mundtot oder kritikunfähig machen.

Gleichwohl ist es gut, sich klar zu machen, daß im Volksglauben über Wissenschaft, teilweise auch bei Gesetzgebern, ja sogar in Bereichen der Wissenschaft selbst, diese Fiktion aufrecht erhalten wird und uns als Argument begegnet. Schon immer war es in den Glaubenskriegen Methode, den Glauben der anderen als Irrglauben abzutun, den eigenen Glauben aber für unrelativierbare Wahrheit zu halten – oder, wie heute modern, die kognitiven Landkarten von anderen als „Konfession“ zu diskreditieren, das eigene Glaubenssystem aber als Fortschritt der Profession auszugeben.

Gleichwohl können wir diese Metapher durchaus auch dafür verwenden, etwas zur Relevanz von „Landkarten“ ins Feld zu führen: Zunächst einmal können sie (a) vor Ort hilfreich sein, indem sie zur besseren Übersicht und Orientierung oder als Entscheidungshilfe herangezogen werden (Aspekt der *Anwendung*). Aber auch

durch Vergleich unterschiedlicher Erfahrungen auf Teil-Reiserouten läßt sich anhand von Landkarten die Einsicht in die Gesamtlandschaft erhöhen und somit ggf. wiederum zu einer Verbesserung der Landkarten beitragen (Aspekt der *Debatte* über *Theorien und Forschungsergebnisse*). Letztlich können Landkarten sogar fernab von der Landschaft (nennen wir es: im Elfenbeinturm) den Praktikern nützen – sie können nämlich jenen, die sich vorbereiten, diese Landschaft zu bereisen, gezielt und übersichtlich bestimmte Erfahrungen vermitteln und auf mögliche Erfahrungen vorbereiten (Aspekt der *Ausbildung*).

Allerdings kann eine Landkarte auch hinderlich sein: Wer immer mit der Landkarte vor Augen durchs Gelände läuft, dürfte bald an einem Baum oder in einer Schlucht enden (konkretes Beispiel: frühkindliche Sprachentwicklung, die normalerweise durch Eltern intuitiv sichergestellt ist, dürfte scheitern, wenn Eltern versuchen wollten, sie nach psycholinguistischen Theorien zu organisieren. Analoges gilt für einen Therapeuten, der sich *bemüht*, alle Lehrbuchkategorien von „Echtheit“ in seinem Verhalten *auszudrücken* – statt für jene Bedingungen zu sorgen, unter denen er einfach „echt“ *sein* kann).

Ein besonderes Problem ergibt sich aber dann, wenn Kartographen, die das Meer nur aus ihren Karten oder vom Flugzeug aus kennen, auf der Basis ihrer Kenntnisse nun der allgemeinen Schifffahrt Vorschriften machen wollen. Man könnte Ausgangs- und Endpunkt einer Reise auf der Karte mit dem Lineal verbinden und erklären, jede Abweichung von dieser Linie sei ineffizient und somit sei die Verwendung von Tragflügelbooten die einzig sinnvolle Vorgehensweise. Es ist richtig: unter *dieser* Prämisse muß z.B. Segeln absurd und ineffizient erscheinen, wo man, nur weil Wind aufkommt, von der „richtigen“, „gradlinigen“ Route abweichen muß, um dagegen anzukreuzen. Wer so argumentiert – und in der gegenwärtigen Debatte um die wirksamste Psychotherapie erscheinen mir manche Argumente strukturell ähnlich zu sein –, vergißt, daß es auch um die Frage geht, wie Menschen überhaupt leben wollen, – miteinander, mit und in ihrer Welt, welche Erfahrungen auf dem einzig wirklich vorgegebenen Wege – dem von der Wiege zur Bahre – für sie wichtig sind, und ob es dabei keine anderen Ziele geben darf, als möglichst schnell und gradlinig von A nach B zu gelangen.

Natürlich sind in einer pluralistischen Gesellschaft Werbeveranstaltungen und -broschüren für Tragflügelboote erlaubt – sie sollten nur nicht als „Ergebnisse“ einer allgemeinen „Schifffahrtforschung“ ausgegeben werden, um den Seglern das Wasser abzugraben. Ich denke, ich muß diese Metapher nicht weiter ausdeuten! Statt dessen möchte ich nun konkreter auf die unterschiedlichen Anliegen von Praxis und Forschung eingehen:

Die erkenntnisleitende Blickrichtung, unter der (professionell) Welt erfahren wird, ist zwischen Forschern und Psychotherapeuten gemeinhin völlig gegensätzlich: Wissenschaftliche Forschung, so wird gesagt, habe den Blick auf Gesetzmäßiges, Prognostizierbares und auf mögliche Gemeinsamkeiten in den Phänomenen zu

richten, und damit von der Individualität und der Einmaligkeit der Abläufe in dieser Welt zu abstrahieren.

Im Gegensatz dazu haben Psychotherapeuten immer einen einzelnen Menschen (oder *ein* Paar, *eine* Familie) vor sich, ausgezeichnet durch eine individuelle Geschichte. Zwar lassen sich Ähnlichkeiten – ja sogar manche Gleichheiten – zur jeweils individuellen Geschichte anderer finden. Aber für ein tieferes Verständnis und für eine angemessene, würdevolle Begegnung geht es eben gerade um diese Einmaligkeit, die sich aus dem Vergleichbaren spezifisch hervorhebt.

Ohne Zweifel weiß auch der Psychotherapeut im Rahmen klinisch-psychologischer Theorien um „Gesetzmäßigkeiten“: Er mußte die derzeit im Abendland gängigen Vorstellungen über Krankheitsentstehung und -verläufe studieren; er kennt die diagnostischen Kategoriensysteme, mit Hilfe derer er sich mit anderen Psychotherapeuten über seine Patienten verständigen kann, weil solche Kategorien auf einen gemeinsamen Erfahrungshintergrund im Umgang mit menschlichem Leid verweisen, er hat sich mit Kriterien und Konzepten wirksamer Interventionen auseinandergesetzt, *kurz*: Er kennt die Psychotherapie *auch als eine Wissenschaft*, in der es um allgemeine Gesetze geht – also um Reproduzierbares hinsichtlich der psychischen, psychosomatischen und sozialen Natur des Menschen.

Somit ist der Psychotherapeut *auch* in das soziale und kognitive Gefüge der Wissenschaft eingebunden. Aber in der konkreten therapeutischen Situation bildet dieses Wissen bestenfalls einen allgemeinen kognitiven Hintergrund, vor dem er handelt (oder, in manchen Psychotherapieformen, wie z.B. der Verhaltenstherapie, aus dem er einen Teil seines „Handwerkszeuges“ abgeleitet hat). Er kann daher beispielsweise seinem Patienten nicht als einem „Depressiven“ begegnen, der genau in die diagnostische Kategorie 300.40 DSM III-R fällt – mit den damit zusammenhängenden Vorstellungen über Entstehung und Verlauf von Krankheit. Vielmehr kann der Psychotherapeut nur zu einem *einmaligen* Menschen Kontakt herstellen, und er wird dessen einmalige Lebensgeschichte implizit oder explizit berücksichtigen müssen und ihn, bestenfalls, im Verlauf der psychotherapeutischen Kontakte auf allen Wegen und „Umwegen“ – jenseits lehrbuchartiger „Krankheitsverläufe“ – begleiten.

Es scheint so, als folgten aus diesen gegensätzlichen Perspektiven – der Psychotherapeut, der sich dem Einmaligen, Individualgeschichtlichen widmet, und der Wissenschaftler, der das Allgemeine, Reproduzierbare der Welt zur Sprache bringt – zwangsläufig auch unterschiedliche Tugenden im Umgang mit der „Welt“. Dem einen geht es um Beziehung, etwas Persönliches, dem anderen um eine möglichst objektive Abbildung von Welt.

Daß eine solche Schlußfolgerung aber fehlt, hat der Quantenphysiker und Nobelpreisträger Werner Heisenberg bereits 1955 so ausgedrückt: „Wenn von einem Naturbild der exakten Naturwissenschaften in unserer Zeit gesprochen werden kann, so handelt es sich eigentlich nicht mehr um ein Bild der Natur, sondern um ein Bild *unserer Beziehung* zur Natur.“ (Heisenberg, 1955, S. 21).

Dabei ist mit „Beziehung“ kein abstrakter Sachverhalt, etwa im Sinne einer mathematischen Relation, gemeint, sondern die Art und Weise des Sich-in-Beziehung-Setzens. D.h., die moderne Naturwissenschaft trachtet danach – zumindest bei zahlreichen ihrer Vordenker – die Fehlentwicklung abendländischer Wissenschaft bis zum Ende des 19. Jahrhundert nun wieder zu korrigieren: nämlich den mißlungenen Versuch, den Erkennenden aus der Beschreibung des Erkannten auszublenden.

Es ist zu fragen, wie stark die Psychotherapie-Forschung noch im Denken des 19. Jahrhunderts verhaftet ist. Wird nicht in weiten Bereichen noch immer versucht, objektivistisch ein „Bild der Natur“ – d.h. „der Psychotherapie“ – zu zeichnen, statt ein Bild der *Beziehung* zum Forschungsgegenstand „Therapie“?

Nehmen wir z.B. die diagnostischen Kategoriensysteme, so finden wir „Krankheits-“ oder „Störungsbilder“ häufig so beschrieben, als handle es sich um ontisch feststehende Eigenschaften der Betroffenen. Welches Erkenntnisinteresse aber dahinter steht, gerade jenes Set an Phänomenen zur Bildung einer bestimmten Kategorie und zur Abgrenzung gegen andere aus der phänomenalen Komplexität zu abstrahieren, bleibt meist verborgen: In der klinischen Literatur geht es fast ausschließlich darum, *wie* wir ein bestimmtes „Störungsbild“ von einem anderen unterscheiden, und kaum jemals *warum* (vgl. Kriz, 1989). D.h., es wird krampfhaft versucht, den Erkennenden aus der Beschreibung des Erkannten auszublenden.

Im Ringen um eine stärkere gesellschaftliche Anerkennung (insbes. seitens der Gesetzgeber und Kassen) reduziert sich zudem „die Psychotherapieforschung“ auf wenige Fragen – die mir für einen inhaltlichen Fortschritt der Psychotherapie eher irrelevant erscheinen. So kreist viel um die Aspekte:

- Wirkt Therapieform X?
- Wirkt Therapieform X besser/schneller als Therapieform Y?
- Wie werden Effektgrößen berechnet (und zahlreiche weitere damit verbundene statistische Detailfragen)?

Bei solchen Fragen wird aber allzu leicht übersehen, daß diese die Bestimmung von Therapiezielen voraussetzen – Ziele aber beinhalten primär Werte, und diese wiederum sind bekanntlich kein Gegenstand wissenschaftlicher Methodik, sondern ein Gegenstand der Konsensbildung. Vom Konsens hinsichtlich der Therapieziele kann aber gegenwärtig wohl kaum gesprochen werden.

Aus diesem Grunde habe ich in einer kürzlich veröffentlichten Arbeit (Kriz, 1996) nach seitenlangem Aufzählen von ungelösten inhaltlichen Fragen zur Psychotherapieforschung auch feststellen müssen: „Solange diese Fülle an *inhaltlichen* Fragen nicht geklärt ist (und oft nicht einmal angemessen diskutiert wird), nützen selbst (oder: gerade?) die aufwendigsten ‚Untersuchungen‘ wenig; sie verhindern eher eine redliche Psychotherapie-Forschung. Oder, provokanter ausgedrückt: Solange wir in der Erforschung und wissenschaftlichen Debatte, was überhaupt unter Psychotherapie-Effekten zu verstehen ist, so weit am Anfang stehen, kann die großangelegte und wissenschaftspoli-

tisch brisante ‚Sammlung‘ von *Effekten* eben nur *Effekt-Hascherei* sein.

Aus diesen Gründen würde ich selbst auch eher für eine stärkere *Grundlagenforschung* in diesem Bereich plädieren, damit einige der obigen Fragen zunächst in ihrer Bedeutung stärker geklärt werden, bevor man den Computer bemüht und mit der Wahl einer ‚Methode‘ *unwissentlich* zu diesen Fragen Stellung bezieht. Die Praktiker beeindruckt die gegenwärtige Psychotherapie-Forschung ohnedies nicht, wie in zahlreichen Arbeiten der Forscher beklagt wird. Der Therapeut, der zu seiner und der Patienten Zufriedenheit behandelt, wird seine Vorgehensweise und Weltsicht nicht deswegen wechseln, weil eine Untersuchung unter (für ihn) nicht genau geklärten Umständen bei einem Klientel (das er schwerlich beurteilen kann) hinsichtlich einiger Kriterien (von denen er vielleicht manche keineswegs teilt) die statistische Nullhypothese, daß Therapie nicht wirkt (wovon er jeden Tag sowieso das Gegenteil erfährt) ‚signifikant‘ zurückweisen konnte. Es würden auch Wissenschaftler wenig Gehör finden, wenn sie Menschen von einem 4-Gang-Menü in gemütlicher Atmosphäre in einen Hamburger-Imbiß locken wollen – mit dem Argument, es sei wissenschaftlich erwiesen, daß man dort viel schneller satt werde und viel mehr Kalorien zu sich nehme. Eine der *relevanteren* Fragen wäre, wer die Zeche bezahlen soll – aber dies ist, wie schon bemerkt, keine *Methoden-Frage*, und sie läßt sich daher über das Abzählen von Pommes frites auch nicht beantworten.“

Statt des „horse-race“ der Therapiemethoden, wie auch der bekannte amerikanische Psychotherapieforscher Hans Strupp in seinem Beitrag den mainstream des gegenwärtigen Fokus in der Forschungsdebatte kennzeichnete, würde ich mir eine stärkere Berücksichtigung von Fragen wünschen wie:

- Welche Vorstellungen von Krankheit/Gesundheit/Entwicklung leiten Menschen (Patienten und Therapeuten)?
- Welche Zielvorstellungen haben Patienten bzw. Therapeuten von therapeutischer Veränderung?
- Welche Theorien/Modelle sind hilfreich, welche eher einengend?
- Was benötigen Menschen (Patienten und Therapeuten), um sich besser, freier, auf hilfreiche Beziehungen einlassen zu können?

Es ließen sich hier viele weitere Fragen anschließen, die mir weit mehr als der *methodische Beweis von Effektivität* am Herzen liegen – und auch der Kollege Hans Strupp hat in seinem Diskussionsbeitrag zahlreiche weitere wirklich relevante Fragen angeführt, die beim „horse-race“ aus dem Blickfeld geraten sind. Wir können aber global im Hinblick auf eine Anfrage an die Forschung nochmals mit Heisenberg thematisieren: Welches Bild liefert die Psychotherapieforschung von ihrer *Beziehung* zu ihrem Gegenstand? Wird sie z.B. den sechs Kennzeichen der „Arbeit am Lebendigen“ (nach Metzger, 1962; Walter, 1977) gerecht, oder bemüht sich zumindest darum? Kennzeichen, von denen ich überzeugt bin, daß jeder Praktiker sie berücksichtigen muß und wird:

1. *Nicht-Beliebigkeit der Form*: Man kann Lebendigem „auf die Dauer nichts gegen seine Natur aufzwingen ...“
2. *Gestaltung aus inneren Kräften*: „Die Kräfte und Antriebe, die die angestrebte Form verwirklichen, haben wesentlich in dem betreuten Wesen selbst ihren Ursprung.“
3. *Nicht-Beliebigkeit der Arbeitszeiten*: Das lebende Wesen kann nicht beliebig auf seine Pflege warten ... Es hat vor allem seine eigenen fruchtbaren Zeiten und Augenblicke für Veränderung ...
4. *Nicht-Beliebigkeit der Arbeitsgeschwindigkeit*: Prozesse des Wachsens, Reifens, Überstehens einer Krankheit usw. haben offenbar ihnen jeweils eigentümliche Ablaufgeschwindigkeiten ...
5. *Die Duldung von Umwegen*: Man muß überall Umwege in Kauf nehmen.
6. *Die Wechselseitigkeit des Geschehens*: „Das Geschehen ... ist wechselseitig. Es ist im ausgeprägten Fall ein Umgang mit „Partnern des Lebens...“ (ausführlicher in Kriz, 1985).

Nochmals: Welches Bild von ihrer *Beziehung* zu ihrem Gegenstand liefert eine Psychotherapieforschung, die sich nicht bemüht, diesen Kennzeichen der „Arbeit am Lebendigen“ Rechnung zu tragen? Diese Frage ist um so radikaler zu stellen, als die moderne naturwissenschaftlich fundierte interdisziplinäre Systemforschung zeigt, daß sogar in Bezug auf die Erforschung von toten physikalischen und chemischen Systemen oft diese Aspekte berücksichtigt werden müssen.

Es muß daher geradezu absurd erscheinen, daß inzwischen in den Naturwissenschaften umfangreiche Forschungsprogramme laufen, an denen zahlreiche Forscher aus unterschiedlichen Disziplinen mitwirken, in denen es um Selbstorganisation und Nicht-Determinismus geht, wo gezeigt wird, daß schon bei simplen Systemen oft je nach Zustand große Einflüsse fast nichts, hingegen ganz geringe sehr viel bewirken können, während maßgebliche Teile der Psychotherapieforschung immer noch danach trachten, einzelne Wirkfaktoren zu isolieren und das Geschehen deterministisch zu kontrollieren oder zumindest abzubilden.

Gerade wenn wir als Kliniker nach der Beziehung der Psychotherapie-Forschung zu ihrem Gegenstand fragen, ergibt sich oft ein nicht gerade schmeichelhaftes Bild. Denn es ist keineswegs zufällig, daß wir dieselben Strukturen, die in der klassischen abendländischen Wissenschaft als „Tugenden“ einer sauberen Methodik propagiert werden, bei unseren Patienten als Kontrollbedürfnisse zum Zwecke der Angstabwehr verstehen:

- möglichst weitgehende Ausschaltung von Unvorhersehbarem und Unkontrollierbarem,
- Reduktion von Einflußvariablen,
- möglichst weitgehende Prognose der Ergebnisse von Handlungen,
- maximale Kontrolle dessen, was passieren kann,
- Verbergen der eigenen Motive und Emotionen hinter einer „richtigen“ Vorgehensweise, d.h. Methodik,
- Beschränkung der Erfahrungen auf jenen Bereich, der durch sog. „zulässige“ Fragen und Vorgehensweisen vorab definiert ist.

Daß dieses Programm klassisch abendländischer Wissenschaft seit Anbeginn durch seine Leitfiguren, Bacon, Descartes und Newton, in der Tat vor allem von Kontrollbedürfnissen gekennzeichnet ist, kann ich hier nicht weiter ausführen – ich habe dazu kürzlich einen längeren Beitrag geschrieben (Kriz, 1997). Wichtig ist, daß wir dieses Programm nicht mit *der* Forschung verwechseln oder meinen, nur auf diesem Wege könne Wissenschaft betrieben werden. Die moderne Systemforschung in den Naturwissenschaften weist andere Tugenden auf, die der Arbeit am Lebendigen viel näher stehen. Und es gibt gerade unter den Organisatoren dieses Kongresses einige, die versuchen, diese neue Blickrichtung der Systemwissenschaften fruchtbar für eine menschengerechtere Psychotherapieforschung nutzbar zu machen.

Ich habe mit einer persönlichen Bemerkung begonnen und möchte auch mit zwei eher persönlichen Anmerkungen abschließen:

Mir ist es ein Bedürfnis – wofür ich auch einen Großteil meiner Kraft einsetze –, ein, möglichst umfassendes, Verständnis klinischer und therapeutischer Vorgänge zu erlangen. Ich halte es sogar für erstrebenswert, wenn die Psychotherapie-Forschung *im Grundlagenbereich* zu einem weitgehenden einheitlichen *Theoriegebäude* voranschreitet. Ich bete aber darum, daß es niemandem gelingen möge, eine allgemein gültige Therapie „*methode*“ durchzusetzen. Bei den Verschiedenheiten der Menschen, ihrer Bedürfnisse, Werte und Ziele könnte ich mir dies nur als Zwangsjacke vorstellen.

Wir sollten nicht – aus Angst, daß unsere bunt blühenden Therapie-Felder vom vielbeschworenen „Therapie-Dschungel“ überwuchert werden könnten – in die Plantagen einer „effektiven“ Monokultur flüchten. Wenn man die Schweizer Berge abträgt und damit die Seen auffüllt, erhält man ein Flachland, das sich vermutlich viel effektiver bebauen läßt – und das bei Bepflanzung mit einer Monokultur den noch effektiveren Einsatz von Großmaschinen ermöglicht. Aber die Frage ist doch auch: Was ist der Preis für eine solche „Effektivität“ – und: wollen wir so leben?

Dies war die erste Anmerkung. Die andere ist eine Einladung, die übliche Blickrichtung auf das Verhältnis:

Praxis – Forschung der Psychotherapie umzudrehen. Dies hat bereits vor rund 20 Jahren Maslow (1977) wie folgt formuliert: *Warum fragen wir eigentlich immer wieder, ob die Psychotherapie auch wissenschaftlich genug sei? Warum fragen wir nicht lieber, ob die Wissenschaft und ihre Forschungsmethoden psychotherapeutisch genug sind?*

Eine Psychotherapie-Forschung, die sich nicht angstvoll hinter der Schein-Objektivität von „Science Fiction“ verbirgt, sondern mit den systemwissenschaftlichen Physikern und Chemikern darin wetteifert, den Prinzipien der „Arbeit mit Lebendigen“ Rechnung zu tragen, und sich letztlich als Erkennende *nicht* aus der Beschreibung des Erkannten auszublenden versucht – eine solche Psychotherapie-Forschung könnte endlich dieses Anliegen der Menschen ernsthaft aufgreifen.

Literatur

- Heisenberg W (1955) Das Naturbild der heutigen Physik. Rowohlt, Hamburg
- Kriz J (1985) Grundkonzepte der Psychotherapie. PVU, Weinheim (4. Aufl. 1994)
- Kriz J (1989) Einige Gedanken zur Sucht. *Systema* 3: 41–44
- Kriz J (1996) Grundfragen der Forschungs- und Wissenschaftsmethodik. In: Hutterer-Krisch et al (Hrsg) *Psychotherapie als Wissenschaft – Fragen der Ethik*. Facultas, Wien, S 15–160
- Kriz J (1997) Ganzheitliche Psychotherapie – Wegweiser einer lebensgerechten Wissenschaft? In: Meyer-Abich KM (Hrsg) *Mit-Wissenschaft*. Beck, München
- Kriz J, Lück H, Heidbrink H (1987) *Wissenschafts- und Erkenntnistheorie. Eine Einführung für Psychologen und Humanwissenschaftler*. Leske & Budrich, Opladen (3. Aufl. 1996)
- Maslow AH (1977) *Die Psychologie der Wissenschaft. Neue Wege der Wahrnehmung und des Denkens*. Kindler, München
- Metzger W (1962) *Schöpferische Freiheit*. W. Kramer, Frankfurt
- Walter H-J (1977) *Gestalttheorie und Psychotherapie*. Steinkopff, Darmstadt

Korrespondenz: Prof. Dr. Jürgen Kriz, Universität Osnabrück, FB8 Psychologie, D-49069 Osnabrück, Bundesrepublik Deutschland.

Jürgen Kriz, geb. 1944, Dr. phil., Professor an der Universität Osnabrück im FB Psychologie, Fach: Klinische Psychologie, und im FB Sozialwissenschaften, Fach: Empirische Sozialforschung, Statistik u. Wissenschaftstheorie. Psychotherapeut (in der GwG) und Ausbilder für klientenzentrierte Psychotherapie. Korrespondierendes Mitglied der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse. Mitherausgeber von „Gestalt-Theory“ und „System Familie“ sowie der Buchreihen „Forschung Psychologie“ und „Familientherapie“, wissenschaftlicher Beirat von „Psychotherapeut“ und „Integrative Therapie“. Arbeitsschwerpunkte: Im Rahmen seiner „Personzentrierten Systemtheorie“ Arbeit an der Verbindung von naturwissenschaftlich fundierter Systemtheorie (Synergetik) mit Psychotherapie und Bewußtseinsphänomenen; ferner: Fragen der Forschungsmethodik. Wichtige Buchveröffentlichungen: *Statistik in den Sozialwissenschaften* (1973) *Datenverarbeitung für Sozialwissenschaftler* (1975), *Grundlagen und Modelle der Inhaltsanalyse* (1978, mit Lisch), *Methodenkritik empirischer Sozialforschung* (1981), *Grundkonzepte der Psychotherapie* (1985), *Wissenschafts- und Erkenntnistheorie* (1987, mit Lück und Heidbrink), *Facts and Artefacts in Social Science. An epistemological and methodological analysis of social science research techniques* (1988), *Methodenlexikon; für Mediziner, Psychologen, Soziologen* (1988, mit Lisch), *Chaos und Struktur* (1992), *FamilientherapeutInnen im Gespräch* 1993 mit Hosemann und Schlippe), *Handwörterbuch der Politikwissenschaften* (1994, mit Nohlen und Schultze).