

INTEGRATIVE THERAPIE

ZEITSCHRIFT FÜR VERGLEICHENDE PSYCHOTHERAPIE UND METHODENINTEGRATION

Integration - Möglichkeiten und Grenzen Interdisziplinäre Diskurse

Johann Götschl: Wege zur Integration? Dynamische Zusammenhänge zwischen Disziplinarität und Interdisziplinarität. Wissenschaftsphilosophische Zugänge

Peter Filzmaier: Integration als politische „Mission impossible“? Ein Thema zwischen Inhalten und Wettbewerbslogik

Klaus Ottomeyer: Flucht, Trauma, Integration in der heutigen Gesellschaft

Rudolf Richter: Integration wohin? Ist Integration in einer globalisierten Welt möglich?

Klaus Dörner: Die Funktion der Ethik für die Integration

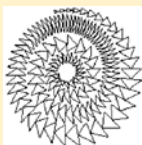
Günter Schiepek: Integration in der Psychotherapie - Was kann die Neurobiologie leisten? Welche Kriterien sollte eine Integration erfüllen? Wie sieht eine Integration auf der Basis der Synergetik aus?

Ilse Orth/Hilarion G. Petzold: Leib, Sprache, Geschichte in einer integrativen und kreativen Psychotherapie. Über die Heilkraft von „Poesietherapie“ und „kreativen Medien“

Marianne Springer-Kremser, Katharina Leithner-Dziubas, Alexandra Fritz: Ist die Psychotherapie weiblich? Zur Bedeutung der Geschlechtszugehörigkeit als eine potentiell wichtige Variable in psychotherapeutischer Praxis und in der Psychotherapieforschung

Christian Pieringer/Walter Pieringer: Die Kontroverse zwischen Psychotherapie und Psychopharmakotherapie. Zur Theorie

Theodor Meißel: Zur Kontroverse zwischen Psychotherapie und Psychopharmakotherapie. Zur Praxeologie



INTEGRATIVE THERAPIE

ZEITSCHRIFT FÜR VERGLEICHENDE PSYCHOTHERAPIE UND METHODENINTEGRATION

Begründet von Charlotte Bühler (†) und Hilarion Petzold

Herausgeber: Prof. Dr. Dr. Dr. *Hilarion G. Petzold*, Düsseldorf/Amsterdam/Paris
Prof. Dr. med. *Anton Leitner*, Krems

Mitherausgeber: Dr. phil. *Renate Frühmann*, Salzburg • Prof. Dr. phil. *Michael Märten*, Ev. Fachhochschule Frankfurt
• Prof. Dr. phil. *Heidi Möller*, Universität Kassel • Dipl.-Sup. *Ilse Orth*, MSc. Europäische Akademie für psychosoziale
Gesundheit, Hückeswagen • Dipl.soz.päd. *Peter Osten*, MSc. Fritz Perls Institut, Düsseldorf • Prof. Dr. med. *Ulrich Sch-
nyder*, Psychiatrische Poliklinik, Universitätsspital Zürich • Prof. Dr. päd. *Waldemar Schuch* M.A., Donau-Universität
Krems

Redaktion: *Christiana Maria Edlhaime-Hrubec*, MAS

Wissenschaftlicher Beirat: Univ.-Prof. Dr. phil. *Reiner Bastine*, Psychologisches Institut der Universität Heidelberg
• Univ.-Prof. Dr. *Urs Baumann*, Psychologisches Institut der Universität Salzburg • Univ.-Prof. Dr. *Josef Egger*, Univ.
Klinik für Medizinische Psychologie und Psychotherapie Graz • Univ.-Prof. Dr. *Winfried Huber*, Lehrstuhl f. Klinische
Psychologie der Universität Löwen • Univ.-Prof. Dr. med. *Horst Kächele*, Abt. Psychotherapie der Universität Ulm •
Univ.-Prof. Dr. med. Dr. phil. *Uwe Koch*, Abt. für Medizinische Psychologie des Universitäts-Krankenhauses Eppendorf •
Univ.-Prof. Dr. phil. *Jürgen Kriz*, Fachbereich Psychologie der Universität Osnabrück • Dr. med. *Grete A. Leutz*, Moreno
Institut Überlingen • Univ.-Prof. Dr. phil. *Harry Schröder*, Fachbereich Psychologie der Universität Leipzig

International Board: Approaches to therapy: *George I. Brown*, Santa Barbara, Integrative Pädagogik (Confluent Educa-
tion) • *Ruth C. Cohn*, Düsseldorf, Themenzentrierte Interaktion • *Fanita English*, Philadelphia, Transaktionale Analyse •
Bernd Fittkau, Hamburg, Transpersonale Psychologie • *Stanislav Grof*, Big Sur, Psycholytische Therapie • *Jack J. Leedy*,
New York, Poesietherapie • *Alexander Lowen*, New York, Bioenergetische Analyse • *Ilse Middendorf*, Berlin, Atemthera-
pie • *Zerka T. Moreno*, New York, Psychodrama • *Herbert Otto*, La Jolla, Persönlichkeitsentfaltung (Personal Growth) •
Anne A. Schützenberger-Ancelin, Paris, Gruppendynamik • *Johanna Sieper*, Düsseldorf, Therapeutisches Theater • *Jan
Velzeboer*, Maarsen, Kreativitätstraining • *Carl Whitaker*, Madison, Familientherapie • *Ken Wilber*, Boston, Spektrum-
Psychologie • *Joseph Zinker*, Cleveland, Gestalttherapie

Ehemalige Boardmitglieder: *George Bach* • *Kenneth D. Benne* • *Vladimir N. Iljine* • *Klaus Grawe* • *Hanscarl Leuner* • *Jakob
L. Moreno* • *Lore Perls* • *Virginia Satir* • *Norbert Nagler*

INTEGRATIVE THERAPIE • Erscheinungsweise: viermal jährlich in freier Folge

Bezugspreis: Einzelheft € 11,-, Doppelheft € 22,-, Studentenabonnement € 33,-, Jahresabonnement € 42,-, zzgl. Ver-
sandkosten

Schriftleitung: Prof. Dr. H. Petzold, FPI, Achenbachstraße 40, D-40237 Düsseldorf
Prof. Dr. med. Anton Leitner, Dr. Karl Dorrek Straße 30, A-3500 Krems

Redaktion: *Christiana Maria Edlhaime-Hrubec* MAS, Kaiserstraße 13, A-1070 Wien

Manuskripte und Buchbesprechungen sind an die Schriftleitung in zwei Exemplaren zu senden. Richtlinien zur Erstel-
lung von Manuskripten sind bei der Redaktion erhältlich.

© Mit der Veröffentlichung in der Zeitschrift gehen sämtliche Verlagsrechte, insbesondere das der Übersetzung, an die
FPI-Publikationen, D-40237 Düsseldorf. Auch der auszugsweise Nachdruck bedarf der schriftlichen Genehmigung.

Edition Donau-Universität Krems, Dr. Karl-Dorrek Straße 30, A-3500 Krems

Verlag: Krammer Verlag, Kaiserstraße 13, A-1070 Wien

Klaus Ottomeyer

Flucht, Trauma, Integration in der heutigen Gesellschaft¹

Wenn wir über Trauma und traumatisierte Menschen reden, dann reden wir von der Zerstörung des Selbst und von dem Verlust von Glück. Dem großen gesellschaftlichen Interesse am Trauma auf der einen Seite entspricht auf der anderen Seite ein großes Interesse an den Fragen des Selbst – zumeist „Identität“ genannt – und an der Suche nach dem Glück. Den etwas inflationären Identitätsdiskussionen sind die Glücksratgeber gefolgt, die teilweise unter Zuhilfenahme der Neurowissenschaften verfasst werden.

Man sollte sich darüber nicht lustig machen. Die Fragen des Selbst und des Glücks sind zu wichtig, als dass wir sie den politischen Scharlatanen und fragwürdigen Heilern überlassen dürften. Vor einigen Jahren hätte ich über dieses Thema wahrscheinlich gar nicht oder nur ironisch gesprochen. Das „wahre Selbst“ erschien als ein unsägliches, kitschiges Konzept – allenfalls etwas für *Alice-Miller*-Fans, vom Glück war in einer allseitig entfremdeten Welt sowieso nicht zu reden.

Ich beginne mit Shakespeare. Mit der Komödie „Wie es Euch gefällt“ (1599), die in einer Zeit geschrieben wurde, in der die aufkommende Geldwirtschaft mit Machtverschiebungen, Enteignungen, kollektiven Traumata und Intrige das Lebensgefühl in allen Schichten der Gesellschaft radikal zu ändern begann. Die Helden dieses Stücks sind Vertriebene, Flüchtlinge im „Ardenner Wald“, die in ihrer Heimat, dem Land eines böse gewordenen, korrupten Herrschers die Erfahrung gemacht haben, dass Menschlichkeit nur eine vorgespülte ist, dass überall nur Treubruch und Egoismus lauern. Wie soll man sich da spüren, wie soll ein Gefühl von Glück wieder möglich sein?

Der vertriebene „gute“ Herzog stilisiert die wilde Natur, in der die Entwurzelten nun überleben müssen, als den besseren Freund:

„Und böses Schelten von des Winters Sturm,
Doch wenn er beißt und auf den Leib mir bläst,
Bis ich vor Kälte schaud're, sag ich lächelnd:
Dies ist nicht Schmeichelei; Ratgeber sind's,
Die fühlbar mir bezeugen, wer ich bin.“

Wir brauchen **Wesen und Erfahrungen**, „die fühlbar mir bezeugen, wer ich bin.“
Wenn – wie bei einem traumatisierten Menschen - diese Wesen und Erfahrungen

¹ Der Aufsatz bezieht sich auf einen Vortrag des Autors, der am 1.7.2007 auf dem Kremser Symposium gehalten wurde, sowie auf einen Vortrag bei der Tagung „Soma und Trauma“ am 20.10.2007 der Österreichischen Gesellschaft für allgemeine und spezielle Psychotraumatologie im Austria Center Vienna.

auf eine oft furchtbare Weise abhanden gekommen, zerstört sind, dann droht eine Entleerung und Fragmentierung des Selbst.

Herr B. aus Tschetschenien ist etwa Mitte dreißig und verbringt die meiste Zeit in einem kleinen Zimmer, das zur Zweizimmer-Wohnung gehört, die er mit seiner Frau und den Kindern in einer Flüchtlingspension bewohnt. Er geht trotz aller Ratschläge der Betreuer kaum hinaus; er kann - anders als der Herzog - die Natur nicht als Helfer in der Not oder als Freund erleben. Herr B. hat vor einigen Jahren viele Tage und Wochen nur mit seiner Unterwäsche bekleidet in einem nassen Erdloch verbracht, in welches er nach einer willkürlichen Verhaftung von russischen Soldaten gesteckt worden war. Man hatte ihm nach einem Verhör die Augen verbunden, vor das Gebäude geführt und gesagt, er solle ein paar Schritte geradeaus gehen. Er fiel in das Loch, das gerade so hoch war, dass er aus eigener Kraft nicht herauskam. Darin Müll, Pisse, Wasser, je nach Wetterlage. In Tschetschenien eine absolut übliche Methode des Quälens von Gefangenen. Er hörte zeitweise auf, sich überhaupt zu spüren, bekommt eine Nierenbeckenentzündung, auch eine Standarderkrankung tschetschenischer Flüchtlinge. Jetzt hat er immer noch Schmerzen und urologische Beschwerden, obwohl der Urologe nichts findet. Nebenbemerkung: Es gibt leider in Österreichischen Asylverfahren immer noch psychiatrische Gutachter, die in solchen Fällen von Simulation reden und die Abschiebung befürworten. Herrn B. gelang es schließlich, in Unterhosen und völlig verdreht aus dem Loch zu fliehen und am Stadtrand, mitten unter Leuten, einen Taxifahrer um Fluchhilfe zu bitten. Er schämt sich immer noch. Vor dieser Geschichte gab es bereits eine längere, gewissermaßen reguläre Erfahrung in einem russischen Gefängnis, über welche Herr B. gar nicht sprechen kann. Stattdessen weiten sich nur die Augen, Herr B. schüttelt den Kopf und er stammelt so etwas wie: „Dass Menschen sich so etwas antun können...“ In dieses Gefängnis war Herr B. durch den Verrat eines Freundes gekommen. Herr B. hat an den Beinen große Narben von Schnittverletzungen, die er sich selbst beigebracht hat. Mit den massiven Selbstverletzungen hat er aber nicht (wie wir es von unseren „Borderline-Patienten“ kennen) in der Jugendzeit begonnen, sondern erst nach der zweiten Gefangenschaft, nach der Zeit im Loch. Das letzte Mal saß er alleine im Zimmer und hatte eine Flasche Wodka dabei. Ich möchte hier aus *Ulrich Sachsse*'s Kapitel über „selbstverletzendes Verhalten“ aus seinem einschlägigen Lehrbuch „Traumazentrierte Psychotherapie“ zitieren:

„Die PatientInnen berichten von dissoziativen Zuständen, in denen sie sich wie anästhesiert und innerlich tot empfinden. Die Empfindung des Schmerzes und der Anblick des Blutes verschaffen ihnen die Gewissheit, trotz allem am Leben zu sein. Selbstverletzendes Verhalten ist meiner Überzeugung nach das wirkungsvollste Mittel, um Dissoziation zu beenden.“ (*Sachsse* 2004, 86)

Das Sich-Selbst-Schneiden von Herrn B. ist wohl eine ziemlich verzweifelte Art, Erfahrungen zu machen, „die fühlbar mir bezeugen, wer ich bin.“, das Gefühl für

sich selbst wiederzufinden. Herr B. ist natürlich nicht glücklich. Das Medikament, das ihm nach seinem Krankenhausaufenthalt ein wohlmeinender Arzt mitgegeben hat und das den abgesunkenen Serotoninspiegel ausgleichen sollte, hat er nicht genommen. Tschetschenische Männer haben hier oft einen merkwürdigen Stolz.

John P. Wilson, eine amerikanische Autorität der Traumatherapie, hat von der „Abgrunderfahrung“ gesprochen, von der „Abyss-Experience“, die Gewaltopfer machen und in der sie stecken bleiben können. Er spricht von „broken spirits“, die das Trauma, der Sturz in den Abgrund zurücklässt.

„Although the word spirit is not a psychiatric term, its use is universal in language. We speak of depressed and traumatized persons as having lost their ‘spirit’.“ (*Wilson* 2004, 110) Wir können das gar nicht so leicht ins Deutsche übersetzen.

Spirit meint bei *Wilson* “the core, inner sanctum of the ego and the self of the person.”

Sein Begriff des Selbst beruht auf den wichtigen Forschungen von *Daniel Stern*, der ja beim Kind die Stufen des auftauchenden Selbst, des Kernselbst, des subjektiven Selbst und dann im zweiten Lebensjahr des verbalen (und schließlich narrativen und autobiographischen) Selbst unterscheidet. Die Menschen-Kinder entwickeln schrittweise einen „sense of self“:

„They seem to approach interpersonal relatedness with an organizing perspective that makes it feel as if there is now an integrated sense of themselves as distinct and coherent bodies, with control over their activities, ownership over their affectivity, a sense of continuity, and a sense of other people as distinct and separate interactants.“ (*Stern* 1985, 113; zit. n. *Wilson* 2004, 113)

Es ist klar, dass im Falle eines „unsagbaren“ Traumas für das verbale, narrative Selbst etwas zerbrochen ist und dass die zumindest partielle “Wiederherstellung der Erzählung” ein Ziel der Therapie sein kann. Aber das Trauma zerschlägt oft noch viel basalere Strukturen des Selbst, bis weit in das Präverbale und Organismische, bis ins Kernselbst hinein. Das elementare Vertrauen und Vitalitätsgefühl, die grundlegenden Gefühle von Autorenschaft und unsere gewissermaßen animalische Verbundenheit mit den Artgenossen können teilweise oder ganz verschwinden.

Interessanterweise gibt es für *Stern* die Idee eines falschen Selbst und eines wahren oder wahrhaftigen, umfänglicheren Selbst. Mit dem Spracherwerb kann man Kindern nämlich ausreden, dass bestimmte Gefühle und Regungen bei ihnen selbst oder auch Dinge, die sie in der Außenwelt wahrnehmen, real existieren. An der mit der Sprache aufkommenden „Doppelregistrierung von Erfahrung“, um ein Wort von *Alfred Lorenzer* aufzugreifen, kann man krank werden oder auch das Gefühl eines entfremdeten, beengten Selbst bekommen, das in unserer Gesellschaft sehr viele Menschen haben. Ein entfremdetes Selbst ist oft erkennbar, an der – durch Sprachzerstörung oder durch Dissoziation („Aussteigen“) - eingeschränkten

Fähigkeit, sich selbst in der Gegenwart zu spüren. Es gibt dann immer weniger Aufmerksamkeit für die kleinen Geschichten um uns herum, die manchmal mehr, manchmal weniger interessanten Mini-Dramen des umgebenden Alltags, welche oft nur wenige Sekunden dauern (Stern 2005). Damit geht auch die Glücksfähigkeit verloren. Die menschliche Fähigkeit zur Dissoziation nimmt überhand. Die Gegenwart wird immer mehr, wie es ein Philosoph gesagt hat, „zur Geisel zwischen Vergangenheit und Zukunft“. Im Falle der posttraumatischen Entfremdung ist das ganz offensichtlich. Die belastenden Erinnerungen und Bilder dringen ständig und völlig ungefragt in das Erleben des Gegenwartsmoments hinein, welcher zudem von den Bildern einer unsicheren und düsteren Zukunft überschattet ist. Es gibt einige Ähnlichkeiten mit dem kollektiven Lebensgefühl der westlichen Menschen zu Beginn des 21. Jahrhunderts: Die schrecklichen Traumata des 20. Jahrhunderts sind noch präsent, verursachen manchmal Flashbacks, Angst, ein rastloses Nachdenken. Und die vor uns liegenden Jahrzehnte könnten gleich mehrere Katastrophen bringen. Dazwischen versuchen wir uns in der Gegenwart zu spüren und Glück zu erleben. Ob die vielen Ratgeber helfen?

Was ist eine gute Nahrung für den Sense of Self? Im Falle von Herrn B. natürlich eine haltende, heilsame Beziehung, ein sicherer Ort, an welchem vielleicht auch eine Rekonstruktion der schwer erzählbaren, schamhaft abgespaltenen Erlebnisse möglich ist, verbunden mit behutsamen Schritten von der Überlebensscham zu einem Überlebensstolz. Darüber hinaus brauchen traumatisierte Flüchtlinge aber genau das, was für uns alle die wichtigste Nahrung für ein gutes Selbstwertgefühl ist: Erstens die Erfahrung, **geliebt** zu werden und zu **lieben**. Zweitens die Erfahrung zu **arbeiten**, über Arbeit gebraucht zu werden. Und drittens schließlich das Gefühl, einen ökonomischen Status als erwachsener Marktteilnehmer zu haben, **im Kampf** um die Teilhabe am gesellschaftlichen Reichtum nicht ganz nach unten abzusacken. **Lieben, Arbeiten, Kämpfen** – das sind die drei Hauptbestandteile der vielbeschworenen „Identität“ der Erwachsenen in unserer Gesellschaft.

Die Identitäts-Ressource des **Arbeitens** wird Herrn B. dank unserer „sinnreichen“ Fremdengesetzgebung nicht zugestanden (und zwar über Jahre hinweg). Einen selbständigen ökonomischen Status hat er auch nicht, er kann nicht **kämpfen**, er muss betteln, bekommt keinen Kredit, das ist eindeutig depressionsfördernd. Zum Glück hat er eine Frau, die zu ihm gehalten hat und ihn **liebt**. Fragt sich nur, wie lange noch?

Herr B. ist übrigens wie die meisten tschetschenischen Männer einmal Kampfsportler gewesen; seinen Sinn für das Kämpfen kann er derzeit nirgends unterbringen, höchstens gegen sich selbst wenden, oder in einen Streit mit Mitbewohnern in der ziemlich engen und hellhörigen Flüchtlingsunterkunft.

Freud hatte seelische Gesundheit bekanntlich als Liebes- und Arbeitsfähigkeit bestimmt. Realistischerweise müssen wir die Fähigkeit zu kämpfen noch dazunehmen.

In unseren Breiten findet das Kämpfen zumeist in der Teilhabe am Marktgeschehen statt (der „Preiskampf“ ist zur Parole der Supermärkte geworden). Die personale Gewalt ist historisch hinter der strukturellen Gewalt des – oftmals ungleichen – Tausches unter den Bedingungen der Konkurrenz zurückgetreten. Die Idee des fairen Kämpfens und vom fairen Kämpfer ist eine Utopie, die derzeit vor allem auf den Fußballfeldern und Bildschirmen kultiviert wird. Und manchmal müssen wir um die Menschenrechte und die Erhaltung des Rechtsstaates kämpfen.

Die drei genannten Identitätsressourcen des Alltagslebens sind viel wichtiger als die großen Zugehörigkeitsidentitäten wie Nation oder Religion, welche uns gegenwärtig von verschiedenen Missionaren und Politikern als schnelle Heilmittel zur Wiedergewinnung für ein verunsichertes Selbst versprochen werden. Die „christliche Leitkultur“ wird ebenso wenig dauerhaft ein gutes und kohärentes Selbstgefühl zurückbringen wie ein wahabitisch erneuerter Islam oder sagen wir die Erneuerung des singhalesischen Buddhismus auf Kosten der Tamilen in Sri Lanka. Wenn die großen kollektiven Identitäten in den Worten von *Vamik Volkan* so etwas wie ein riesiges Zelt Dach sind, wobei der zentrale haltende Mast ein mehr oder weniger narzisstischer Führer ist und dazu eingeladen wird, das Groß-Zelt der Nachbarn mit dem eigenen Dreck zu bewerfen, dann sind die drei zuvor genannten Teilidentitäten so etwas wie unsere alltägliche Fußbekleidung, unsere Hose und das Hemd. Nur wenn man uns diese wegnehmen will und wenn sie löchrig und brüchig werden, wird das große Zelt-Dach ungeheuer wichtig und scheint zur einzig wahren Identität zu werden. Wenn man z.B. im Gaza-Streifen oder einem Flüchtlingscamp es den Menschen unmöglich macht zu **arbeiten**, friedlich **Handel** zu treiben und ein einigermaßen ruhiges **Familien- und Liebesleben** zu führen, dann darf man sich nicht wundern, wenn die nationale oder religiöse Großgruppenidentität zur allerwichtigsten wird und wenn der Fundamentalismus um sich greift. Wenn es dann noch Trauma-Erfahrungen bei den Bewohnern gibt und die Identitäts-Missionare als Trauma-Heiler auftreten, haben wir ein gefährliche Mischung beisammen. *Amartya Sen* hat die Identitätsfalle des „Solitarismus“ beschrieben (2006). Er hat den treffenden Vorschlag gemacht, dass alle, welche uns solitaristische nationale oder religiöse „Allein-Identitäten“ verkaufen wollen, auf ihren Packungen wie bei den Zigaretten eine Aufschrift anbringen müssten, die lautet: Der Inhalt gefährdet ihre Gesundheit und kann Menschen töten. Kurzfristig kann diese Identitätsnahrung oder -droge natürlich dem Selbst ein sehr schönes Gefühl geben und sogar „high“ machen.

Wir brauchen, um die solitaristischen Identitätsdummheiten zu studieren, nicht bis Indien oder Pakistan zu gehen. In Kärnten hatten wir kürzlich (2006) die Wahlkampf-Parolen „Wir sind wir“ und „Kärnten wird einsprachig“ und fast zeitgleich die verheißungsvolle Rede von einem „tschetschenenfreien Kärnten“. Jetzt sind wir schon bei einem Land ohne Minarette angelangt.

Die meisten von Ihnen wissen, dass der „Sense of Coherence“ nach *Aaron Antonovsky* der wichtigste protektive Faktor gegen traumatische und andere Belastungen unserer Gesundheit ist. Der „SOC“ hat die Unterdimensionen der **Erklärbarkeit** einer Belastung, der **Handhabbarkeit** einer Belastung und der möglichen **Sinngebung** für die Zukunft nach belastenden Erfahrungen. Das Konzept passt gut zum Sense of Self von *Daniel Stern*. Es ähnelt übrigens auch sehr der ausbalancierenden, synthetisierenden, reflektierenden Ich-Identität bei *E.H. Erikson*.

Wie steht es um den Sense of Coherence, das Gefühl eines Selbst-Zusammenhangs und um die damit verbundene Suche nach Zufriedenheit und Glück bei den Bewohnern der westlichen Länder?

Die erste Antwort: nicht besonders gut. Die Situation ist kompliziert, und der SOC oder die Ich-Identität werden so überfordert, dass die Attraktivität von kurzschlüssigen, pseudointegrativen Stabilisierungs- und Glücksversprechen sehr groß ist.

Die Verunsicherung kommt vor allem von der freigesetzten kapitalistischen Ökonomie her. Sie hat die Lebenswelt fragmentiert, gewissermaßen auf Inseln mit unterschiedlichen Regeln und Anforderungen aufgeteilt, die wir dann mühsam wieder zu einem einigermaßen kohärenten Selbstgefühl zusammenfügen müssen. Die patriarchalischen, handwerklichen, teilweise subsistenzwirtschaftlichen Welten mit religiösen Ritualen als Mittelpunkt des Gemeindelebens waren sicher nicht nur eine Idylle – auch Orte von Missbrauch und personaler Ausbeutung. Aber ihre Auflösung ist das ökonomische Programm. In den Ländern der „Dritten Welt“ läuft dieser historische Prozess besonders brutal ab, teilweise mit Unterstützung der Weltbank, des Weltwährungsfonds und der WTO. Bei uns gebändigter, bislang mit sozialstaatlicher Abfederung, aber mit beträchtlichen Belastungen und Risiken für ein einigermaßen sicheres Kohärenz-Gefühl.

Wir leben auf mindestens drei sehr verschiedenen Inseln oder Archipelen, die sich auch städtebaulich oder raumplanerisch zeigen.

Das erste ist die Welt der mehr oder weniger fremdbestimmten Arbeit, mit Zeitstress, mit dem Damoklesschwert der Austauschbarkeit von allen nicht mehr profitabel einsetzbaren Arbeitskräften, das über dieser Welt schwebt, mit durchaus egoistischen Lohn- und Karriere-Interessen, aber auch mit einer verbleibenden Erfahrung von Kooperation, manchmal auch noch Arbeitersolidarität. Das ist die Welt des **Arbeitens**, die **Produktionssphäre**. Die zeitökonomische Durchdringung und Standardisierung der Produktion, die für die kapitalistische Produktion typisch sind, verbunden mit dem Aufspüren aller Räume, in denen noch eine Selbstfürsorge, informelle Pausen, Small Talk und Reflexion stattfinden („Schreckgespenst Teepause“), machen übrigens vor dem Gesundheitswesen nicht halt, wo sie dann oftmals Züge einer gesundheitsgefährdenden Pseudoökonomisierung annehmen. Berechnung und Beschleunigung von Heilungsprozessen ist, wie Sie alle wissen, schwer möglich. Der Zwang zur Benennung und Dokumentation jedes Schrittes wird in vielen Bereichen

zum Zeiträuber und wirkt damit unökonomisch.- Kurz etwas zum „Flow“-Erlebnis nach *Mihaly Csikszentmihalyi*, das neuerdings als Glücksfaktor gilt und in der Arbeit häufiger als in der Freizeit auftreten soll. Das spielerische Sich-Verlieren im Arbeitsprozess können Manager in Kalifornien jetzt lernen. *Csikszentmihalyi* hatte als ungarisches Flüchtlingskind sicher einige Gründe gehabt, *Marx* nicht zu lieben. Er hat eigentlich nur einen Aspekt der *Marx*schen unentfremdeten Arbeit neu entdeckt. Aber selbst als Beschreibung der – systematisch erschwerten – unentfremdeten Arbeit ist die frohe Botschaft vom Flow ganz einseitig, weil sich in Wahrheit die Erfahrung des Selbst in der Arbeit immer in einem Wechselspiel von Sich-Verlieren bei der Produktion einerseits und (kritischer) Selbstobjektivierung andererseits vollzieht – in der Dialektik von „Assoziation“ und „Dissoziation“. (Diese entspricht in etwa der „Dezentrierung“ bei *Piaget*.) Die kapitalistische Produktion verlangt allerdings eine starke Eigen-Instrumentalisierung, Fragmentierung, Dissoziation des Selbst – was liegt nun näher, als ganz auf den Gegenpol zu setzen?

Die zweite Welt besteht aus der Insel oder den verschiedenen Inseln der **Marktsphäre**. Hier herrscht im Vergleich zu der Produktionssphäre ein anderer Identitätsstress. Alle Begegnungen laufen unter dem neuerlich noch verschärften Diktat der Konkurrenz ab. Die Angst, zu den Losern zu gehören, über welche man inzwischen mit Schadenfreude lachen darf, ist beträchtlich. (TV-Konsumenten werden bei: „Weg mit dem Speck!“, „Ich bin ein Star - holt mich hier raus!“ oder neuerdings „Ich bin doch nicht blöd, Mann!“ eingeladen, sich auf Kosten anderer zu den lachenden Gewinnern zu zählen.) Es herrscht eine basale Kälte, verbunden mit dem Bemühen, den jeweils anderen Waren- oder Geldbesitzer zu überlisten. Darüber aber gibt es lockende Verpackungen, Versprechungen, „liebesswürdigen Schein“ (*K. Marx*), Verkaufspsychologie. Neben Sex ist das Allerverlockendste im Überlistungstheater paradoxerweise „Echtheit“, „Natürlichkeit“. Das betrifft uns als Gesundheitsanbieter ganz unmittelbar. Misstrauen in alle Versprechungen der Wiederherstellung von Natürlichkeit oder eines wahren Selbst ist angebracht. Die wichtigste Ware, die auf den Märkten gegen Geld angeboten und für immer mehr Anbieter zum Ladenhüter wird, ist die Ware Arbeitskraft. Wer auf dieser Ware sitzen bleibt, bekommt meist ein sehr schlechtes Selbstgefühl und ist gesundheitsgefährdet. Die modischen Programme, die den Menschen ein erfolgreiches Selbststyling zur „Marke Ich“ mit hohem Wiedererkennungswert versprechen, stellen aber auch eine Gesundheitsgefährdung dar, weil sie narzisstische Fixierungen und narzisstische Krisen geradezu vorprogrammieren. Schließlich müssen neben den Märkten für materielle Waren und Arbeitskräfte noch die Geld- und Finanzmärkte erwähnt werden, über die viele sagen, dass sie die eigentlichen Herrscher über unser Leben seien. Der Gedanke, von „Heuschrecken“ regiert zu werden, ist dem Selbstwertgefühl und dem Optimismus der „Standortbewohner“ auch nicht gerade zuträglich.

Das ist also die Welt des Marktes oder die Welt der Märkte. Von dort und von der anstrengenden Arbeitswelt streben wir aber allabendlich und manchmal auch für

ganze Wochenenden auf eine dritte, die eigentliche Lebensinsel, auf der uns endlich zwischenmenschliches Vertrauen, eine Identität ohne Masken und Verstellung, Erotik, entspannender Konsum winken. Wir alle kennen „Honeymoon“-Phasen im Privat- und Familienleben, in denen das Glück wirklich spürbar ist und wir das Gefühl haben, ganz in der Gegenwart zu leben. Weil es sich aber um eine etwas hektische Veranstaltung zur Kompensation eines entfremdeten, entleerten, manchmal ausgebrannten Selbst handelt – auch unter dem Stress, die knappe Zeit (bevor der Wecker klingelt) – miteinander zu nutzen, kann sich leicht Enttäuschung einstellen. Es entsteht das Gefühl, dass das Glück und das Erleben eines authentischen Selbst jenseits von gespielten Rollen doch wieder nur woanders oder in der zweiten oder dritten Ehe möglich sind. Das mentale oder praktische „Aussteigen“ greift dann um sich. Vom Scheitern des Minisanatoriums Familie, in dem vor allem die Frauen wichtige therapeutische Arbeit leisten, leben ja viele „Reparaturwerkstätten zweiter Ordnung“ im Gesundheitswesen, z.B. die Psychotherapeuten, die dann wieder neue Wege zu einem authentischeren Selbst und persönlichem Glück versprechen. Die Enge von Familien und überhöhte Erwartungen können natürlich auch ein Nährboden für Missbrauchs- und Gewalttraumata sein. Die ökonomische Bezeichnung für diese Welt ist die **Reproduktionsphäre**.

Zwischen den Inseln mit ihrem je besonderen Identitätsstress und Sozialleben fahren die Menschen mit motorisierten Schiffen hin und her, die Autos heißen. Etwa ein Viertel des Einkommens wird für sie aufgewendet. Weit davon entfernt, nur Transportmittel zu sein, bieten sie einen sehr wichtigen Identitätsfreiraum zwischen den fremdbestimmten Inselwelten und sind ein wichtiges Ausdrucksmittel für ein persönliches Selbst, das von Bedeutungslosigkeit und Fragmentierung bedroht ist. Die von ihnen ausgehende Gesundheits- und Klimagefährdung wird deswegen in Kauf genommen. Sie helfen, obwohl sie selbst Stress bringen, bei der Herstellung eines notwendigen Kohärenzgefühls zwischen den Welten. Die Handys als Helfer zwischen den zerrissenen Welten haben uns gerade noch gefehlt. Sie sollen über den Raum zwischen den Lebensinseln hinweg vermitteln, Zusammenhang herstellen und zerreißen oft genug noch die letzten Kontinuitätsempfindungen und kohärenten Begegnungen auf der Insel, auf welcher man sich gerade befindet. Eine besondere Vermittlungsleistung für das Selbst als postmoderner Balanceakrobat oder Jongleur ist das Handy-Telefonat **im** Automobil. Wir wissen, dass die Angstlust in der Risikohandlung einem von Entleerung bedrohtem Selbst ein Gefühl von Lebendigkeit in Form von „Thrill“ zurückgeben kann. (Apropos Auto und Selbstgefühl: Der Flüchtlingsbeauftragte von Kärnten hat vor einiger Zeit per Aushang verfügt, dass Flüchtlingen „das Besitzen und Führen von Fahrzeugen aller Art untersagt“ ist. Das ist nicht nur unlogisch – weil es ja auch Fahrradfahren verbieten würde - sondern weckt auch Erinnerungen an die Nazi-Zeit und ist ganz sicher kein Beitrag zur sozialen Integration.)

Die vordergründig friedliche Wirtschaft überfordert nicht nur unseren Sense of Coherence, sondern produziert in ihrem Inneren sowie an den sozialen und

geographischen Rändern immer mehr Opfer, Traumatisierte, Wirtschafts-Invaliden. So darf in der Arbeitswelt Selbstfürsorge, Leistungszurückhaltung bei den Lohnabhängigen kaum noch gezeigt werden. Sie ist aber – neben der Identifikation mit der Arbeit – ein notwendiger Teil der ArbeiterInnen-Identität und wurde früher noch von Gewerkschaften, Personalvertretern und in Teams offen benannt und vertreten.

Heute freuen sich Unternehmer über den Rückgang der Krankenstände. Das **öffentliche Bild** der Arbeitenden fällt auf unrealistische Weise auseinander: In die **Arbeitsbienen**, die Workaholics sind oder sich zumindest rasch als Workaholics geben können, sobald ein Chef ins Büro kommt, auf der einen Seite. Und in die **Drohnen** auf der anderen Seite, die sich unter der verwerflichen Losung „Viel Geld für wenig Arbeit“ am liebsten durchfüttern lassen wollen, schwache Leistungen bringen und aus dem Haus der Fleißigen hinausgeworfen und ausgesondert gehören. Auf beiden Populationen lasten beträchtliche Gesundheitsrisiken, bis hin zur Traumatisierung. Ausgesonderte, arbeitslos gewordene Menschen können alle Symptome der posttraumatischen Belastungsstörung samt Depression entwickeln, vor allem wenn sie schon biographische Sollbruchstellen haben. Die verunsicherten, ängstlichen „Arbeitsbienen“, die sich noch in der Arbeitswelt befinden, können durchaus Stacheln entwickeln, mit denen zur eigenen Beruhigung vorgezeichnete „Omegas“ gequält werden, die wir Mobbingopfer nennen. Auch Mobbingopfer, für die man bekanntlich in Schweden schon seit längerem eigene Kliniken hat, sind tendenziell traumatisiert. Die Psychosomatiker und Traumatherapeuten bekommen zu tun.

Den Wirtschaftsinvaliden wird immer wieder suggeriert, sie seien Simulanten bzw. selbst schuld. Und daran glauben sie oft selbst, ähnlich den Kindern in einer Missbrauchsfamilie. Das ist eine zusätzliche, nach innen nagende Zerstörung des Selbstgefühls. Eine florierende, von einer steten Erneuerung des guten Gewissens begleitete kapitalistische Ökonomie braucht die Vorstellung von Menschen, die nur vorgeben, Opfer zu sein, die „in Wirklichkeit“ aber versorgungsgierige Simulanten sind. An den Flüchtlingen, die aus der Not kommen und oft genug schwer traumatisiert sind, kann man die Simulantenjagd einüben.

In der skizzierten anomischen Identitätssituation, die immer auch Opfer fordert, entsteht eine große Sehnsucht nach Halt und Kohärenz. „Blaming the Victims“ kann helfen, Vertrauen ins Ganze und seine Lenker wiederherzustellen. Und die großen Kollektiv-Identitäten werden wieder als haltgebende Strukturen für das verunsicherte Selbst bemüht. Wir brauchen wirklich eine **Integrationsdebatte**, aber eine, die tiefer geht. Nicht eine, die unsere Gefühle von Inkohärenz und Desintegration einseitig auf Eindringlinge in Gestalt von „integrationsunwilligen“ Migranten, Asylsuchenden und Traumatisierten zurückführt: so als ob wir nach deren Abschiebung dann wieder eine sichere Identität und ein Kohärenzgefühl haben könnten.

Zusammenfassung: Flucht, Trauma, Integration in der heutigen Gesellschaft

Der Beitrag behandelt zunächst Flucht und Trauma als eine Beeinträchtigung des „Sense of Self“ im Sinne von *Daniel Stern*, welche oft mit einer „Abgrunderfahrung“ verbunden ist. Aber auch im Alltag der entwickelten kapitalistischen Gesellschaften steckt ein anomisches Potential, welches den „Sense of Coherence“ (*Aaron Antonovsky*) und damit das Selbst zwischen den Anforderungen von Arbeiten, Lieben und Kämpfen permanent überfordert. Die Klage über mangelnde Integration der Fremden und der Ruf nach einer endlich kohärenten „Leitkultur“ ist zum Teil eine projektive Thematisierung der alltäglichen Überforderung unseres westlichen Sense of Coherence im widersprüchlichen Kreislauf der kapitalistischen Ökonomie.

Schlüsselwörter: Identität, Selbst, Kohärenzsinn, Trauma, Kapitalismus

Summary: Flight, trauma, integration in today's society

The experience of uprooted and traumatized people is discussed as a damage of the self and “Abyss Experience” (*John P. Wilson*). But our “Sense of Self” (*Daniel Stern*) and our “Sense of Coherence” (*Aaron Antonovsky*) are also endangered by contradictory demands of the capitalist economy. This is the background of the new call for “integration” and the new attractiveness of simplifying large group identities.

Keywords: Identity, sense of self, sense of coherence, trauma, capitalism

Literatur

- Csikszentmihalyi, Mihalyi* (2001): *Lebe gut. Wie Sie das Beste aus Ihrem Leben machen können*, Klett-Cotta/dtv: München.
- Ottomeyer, Klaus* (2004): *Ökonomische Zwänge und menschliche Beziehungen. Soziales Verhalten im Kapitalismus*, LIT-Verlag: Münster.
- Ottomeyer, Klaus / Renner, Walter* (Hg.) (2007): *Interkulturelle Traumadiagnostik*, Drava: Klagenfurt.
- Reddemann, Luise* (2002): *Imagination als heilsame Kraft. Zur Behandlung von Traumafolgen mit ressourcenorientierten Verfahren*, Pfeiffer bei Klett-Cotta: München.
- Sachsse, Ulrich* (2004): *Traumazentrierte Psychotherapie*. Schattauer: Stuttgart/New York.
- Shakespeare, William* (1964): *Wie es Euch gefällt*. Übersetzt von *Schlegel, August W.*, Reclam: Stuttgart.
- Stern, Daniel* (1985): *The interpersonal world of the infant*, Basic Books: New York.
- Stern, Daniel* (2005): *Der Gegenwartsmoment in Psychotherapie, Psychoanalyse und Alltag*, Brandes & Apsel: Frankfurt a. M.
- Wilson, John P.* (2004): *Broken Spirits: Posttraumatic Damage of the Self*. In: *J. P. Wilson/Boris Drozdzek* (eds.): *Broken Spirits. The Treatment of Traumatized Asylum seekers, Refugees, War and Torture Victims*, Brunner-Routledge: New York. S.109-158

Korrespondenzadresse:

O. Univ. Prof. Dr. Klaus Ottomeyer
Abteilung für Sozialpsychologie,
Ethnopschoanalyse und Psychotraumatologie
Institut für Psychologie Universität Klagenfurt

Universitätsstraße 65 - 67
A-9020 Klagenfurt
Österreich

Tel.: (+43) 0463/2700 - 1632 (1602)

E-Mail-Adresse:

Klaus.Ottomeyer@uni-klu.ac.at