



Bulletin

2019.1

Editorial	1
Weiter- und Fortbildung DaS	2
Programm SoSe 2019	4
Regina Soum: Falldarstellung	9
Leitung DaS	21

www.gad-das.ch

Redaktionsschluss für das Bulletin 2019.2 ist am 15. Juli 2019.

Für das DaS sind Zusendungen erbeten an:

Dr. phil. Daniela Sichel, Chorgasse 4, 8001 Zürich, d.sichel@bluewin.ch

Für die GAD an:

Dr. phil. Barbara Handwerker Küchenhoff, Ausserwies 11, 8618 Oetwil am See
handwerker@bluewin.ch

Editorial

Anne Willi

Das Daseinsanalytische Seminar DaS versteht sich als Ort der Weiterbildung und Fortbildung in daseinsanalytischer Psychotherapie. Neben der Weiterbildung in Daseinsanalyse möchte das DaS in Zukunft eine Fortbildung in daseinsanalytischer Psychotherapie anbieten, die zu einem Zertifikat führen wird. Sie wird sich an Psychotherapeuten und Ärzte¹ richten, welche an der daseinsanalytischen Theorie und Methode interessiert sind. Mitglieder der Seminarleitung arbeiten ein entsprechendes Konzept aus.

Im vorliegenden Bulletin finden Sie die Falldarstellung «Vom Leiden an der ontologischen Erfahrung unvermeidlichen Exponiert-Seins». Regina Soum hat sie im Rahmen ihrer Weiterbildung zur daseinsanalytischen Psychotherapeutin verfasst und im Frühling 2018 in einem Seminar vorgestellt.

Auch im kommenden Semester bietet das DaS vielfältige und spannende Tages-Seminare an. Den Anfang macht Uta Jaenicke. Sie stellt die von ihr entwickelte daseinsanalytische Traumauffassung vor und zeigt, wie Träume für die Therapie hilfreich sein können (29.–30. März 2019). «Der Mensch – ein Wesen der Sehnsucht und Ferne» lautet der Titel des Seminars von David Bürgi, welches den Teilnehmern die philosophische Anthropologie von Hans Kunz näherbringt (11. Mai 2019). Im Seminar von Alice Holzhey «Leiden an der existenzialen Schuld» geht es um das existenzphilosophische Verständnis von Schuld. Auf dieser Grundlage sollen irrationale oder abwesende Schuldgefühle von Patienten verstanden werden (15. Juni 2019). Daniela Sichel und Beat Schaub leiten das Seminar «Leiden am Blick des Anderen: Phänomene der Scham». Sie gehen von Sartres Analyse der Scham in «Das Sein und das Nichts» aus und präsentieren einen konkreten Fall zum Thema (7. September 2019).

Die detaillierten Angaben zu den Veranstaltungen und zu den Teilnahmebedingungen finden Sie auf den nachfolgenden Seiten.

¹ Aus Gründen der Lesbarkeit wird im vorliegenden Text nur die männliche Form verwendet, es sind jedoch immer alle Geschlechter gemeint.

Weiterbildung und Fortbildung in daseinsanalytischer Psychotherapie

Das Daseinsanalytische Seminar DaS versteht sich als Ort der Weiterbildung und Fortbildung in daseinsanalytischer Psychotherapie.

Sein Weiterbildungsgang «Daseinsanalytische Psychotherapie» ist durch das Bundesamt für Gesundheit BAG im Mai 2016 provisorisch und im Juni 2018 definitiv akkreditiert worden.

Das DaS erfüllt mit seinem Bildungsangebot auch die Anforderungen der *Schweizer Charta für Psychotherapie* sowie die Bedingungen für ein Weiterbildungsprogramm der *Schweizerischen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie*.

Die beim DaS absolvierte Weiterbildung ist im Rahmen eines individuellen Fachtitelantrages von der FSP anerkannt.

Die Weiterbildungsrichtlinien sowie das Weiterbildungscurriculum finden Sie auf unserer homepage www.daseinsanalyse.ch

Teilnahme an den Veranstaltungen

Das Angebot an Lehrveranstaltungen richtet sich an:

- Psychologinnen und Psychologen sowie an Ärztinnen und Ärzte, die als Kandidaten des DaS entweder eine integrale Weiterbildung in daseinsanalytischer Psychotherapie oder die Weiterbildung zum Facharzt FMH Psychiatrie und Psychotherapie absolvieren wollen;
- Ärzte und Psychologinnen, die einen Teil ihrer Weiterbildung in Psychotherapie am DaS absolvieren wollen;
- daseinsanalytische Psychotherapeuten, welche die Seminare zu ihrer Fortbildung besuchen wollen;
- Psychoanalytiker oder der Psychoanalyse nahestehende Psychotherapeutinnen, welche die Daseinsanalyse im Rahmen ihrer Fortbildung näher kennen lernen wollen.

Grundsätzlich kann die Weiterbildung in jedem Semester begonnen werden.

Neue Hörer werden um vorhergehende Kontaktaufnahme mit den Dozierenden des betreffenden Seminars gebeten.

Mitgliedschaften des DaS

Das Daseinsanalytische Seminar ist Mitglied der folgenden Vereinigungen:

- der *Schweizer Charta für Psychotherapie*
- der *International Federation of Daseinsanalysis* IFDA
- der *International Federation of Psychoanalytic Societies* IFPS

Jahresversammlung des DaS 2019

Sie findet am Donnerstag 7. März 2019 statt.

Ort: Weisser Wind, Weggenstube, Oberdorfstrasse 20, 8001 Zürich

Zeit: 19.00 Uhr

Die Mitglieder des DaS erhalten eine separate Einladung.

Ort der Veranstaltungen des Daseinsanalytischen Seminars

Gemeinschaftspraxis Holzhey / Jaenicke, Sonneggstrasse 82, 8006 Zürich, 3. Stock (Tramhaltestelle Sonneggstrasse Linie 7 und 15)

Kosten der Tages-Seminare des DaS

Für Kandidaten sowie Mitglieder des DaS Fr. 140.–; für Hörer Fr. 160.–

Um die administrative Arbeit zu reduzieren, erhalten die Teilnehmenden keine Rechnung mehr, sondern bezahlen das Honorar bar zu Beginn des Seminars.

Anmeldung: Im Interesse der Planung ist eine möglichst frühzeitige Anmeldung erwünscht. Angemeldeten Personen wird bei Fernbleiben oder bei ganz kurzfristiger Abmeldung Rechnung gestellt.

Die Teilnahme an den Tagesseminaren ist SGPP-anerkannt und ergibt je 6 Credits.

Programm Sommersemester 2019

Freitag **Traumseminar**
29. März 2019 Tagesseminar in zwei Teilen
19.30–21.00 Uhr

Samstag
30. März 2019
9.30–13.00 Uhr

Leitung *Dr. med. Uta Jaenicke*

Das Seminar ist aufgeteilt in eine eher theoretische Abendveranstaltung und in einen eher praktisch orientierten Teil am nächsten Vormittag. Es ist möglich, auch nur einen Teil des Seminars zu besuchen.

Es ist das zweite Traumseminar einer Reihe, in der die zeitgenössische daseinsanalytische Traumauffassung vorgestellt werden soll. Das Seminar kann ohne vorgängigen Besuch des ersten Seminars besucht werden. Anhand eines konsistenten, theoretisch begründeten Leitfadens möchte ich mit Beispielen zeigen, wie zunächst unverständlich erscheinende Träume verständlich und damit in verschiedener Hinsicht hilfreich für die Therapie werden können.

Anmeldung jaenicke@mail.ch

Kosten Das ganze Seminar: Mitglieder 140.–, Hörer 160.–,
Studierende 80.–
Nur Freitagabend: 40.–, 50.–, 20.–
Nur Samstagmorgen: 100.–, 110.–, 60.–

Der Mensch – ein Wesen der Sehnsucht und Ferne

Zur Dialektik von Nähe und Ferne in der philosophischen Anthropologie von Hans Kunz

Lic. phil. David Bürgi

Was ermöglicht es dem Menschen, irrealer Welten zu entwerfen? Was nötigt ihn, im schwebenden Zugleich von Wirklichkeitszugewandtheit und Irrealität zu leben? Was treibt ihn, sein Sehnen in abseitigen Regionen zu befriedigen? Das sind zentrale Fragen in dem 1946 veröffentlichten Hauptwerk *Die anthropologische Bedeutung der Phantasie* von Hans Kunz.

Primär ist das *Ir-reale*, das *Nichthafte*, das Jenseitige eröffnet im Denken – damit knüpft Kunz an die traditionelle Bestimmung des Menschen als *animal rationale* an, bildet diese jedoch von Grund auf um. Das Denken, das in der Tradition als Zeugnis für die wie auch immer ausgelegte menschliche Teilhabe an einem Göttlichen oder Überzeitlichen ausgelegt wurde, wird in Kunz' Blick zum Dokument seiner potenzierten Endlichkeit. Das Denken geschieht als Vollzug des *nichtenden* Nichts, das im Gegenwurf den leeren Raum des Seins freigibt. Als vernehmendes Denken kann das Denken das Begegnende auch in einer berückenden Ferne halten, die zugleich als inständige Nähe erfahren wird.

Im Seminar soll anhand von Zitaten, die den Interessenten zuvor zugeschickt werden, in diese Thematik

Samstag
11. Mai 2019
9.30–16.00 Uhr

Leitung

eingeführt werden. Dabei wird sich eine Auseinandersetzung mit Heideggers Auffassung der Angst aufdrängen – man mag als Vorbereitung Heideggers *Was ist Metaphysik?* (S.24ff.) lesen.

Anmeldung dbuergibrunner@bluewin.ch

Samstag **Leiden an der existenzialen Schuld**
15. Juni 2019
9.30–16.30 Uhr

Leitung *Dr. phil. Alice Holzhey*

Sigmund Freud war davon beeindruckt, dass viele seiner Patienten an einem «drückenden Schuldbewusstsein unbekannter Herkunft» leiden würden. Solche Schuldgefühle bleiben in der Tat rätselhaft, solange man Schuld mit moralischer Schuld gleichsetzt. Die Existenzphilosophie interessierte sich für eine andere Schuld, die *noch nicht* mit irgendeiner konkreten Verfehlung zu tun hat, sondern bereits a) mit der Erfahrung, dass wir existieren ohne unsere Existenz rechtfertigen zu können, und b) dass wir mit unserem Handeln unweigerlich auch Wirkung auf andere ausüben, die diese ungewollt hinnehmen müssen, weshalb wir durch dieses pure Faktum in deren Schuld stehen.

In der therapeutischen Praxis begegnen wir einerseits jenen Patienten, die an *irrationalen* Schuldgefühlen leiden, andererseits jenen, die zu keinem Schuldbewusstsein

wusstsein fähig zu sein scheinen, sondern für alles immer den anderen die Schuld geben.

Ich werde zuerst anhand von Zitaten aus Texten von Kierkegaard, Heidegger und Sartre das existenzphilosophische Schuldverständnis erläutern. Dann soll der Versuch unternommen werden, irrationale oder abwesende Schuldgefühle von Patienten als Manifestationen eines verborgenen Leidens an der existenziellen Schuld zu verstehen. Beispiele aus der eigenen Praxis der Teilnehmenden sind sehr erwünscht. Das Handout mit den Zitaten und entsprechender Literatur-Angabe wird den Teilnehmenden vorher per Mail zugeschickt.

alice.holzhey@bluewin.ch

Leiden am Blick des Anderen

Phänomene der Scham

Dr. phil. Daniela Sichel Imthurn, Dr. med. Beat Schaub

Anliegen dieses Seminars ist es, sich mit dem Phänomen der Scham auseinanderzusetzen.

Die konkrete Schamerfahrung, die wir im Alltag jederzeit erleben können und von der in Psychotherapien häufig die Rede ist, verweist immer auch auf eine grundsätzliche Wahrheit, die wir meist ausblenden, die Wahrheit nämlich, dass jeder von uns für den Anderen sichtbar ist, bzw. dass das eigene Leben sich

Anmeldung

Samstag

7. September 2019

9.30–16.00 Uhr

Leitung

immer auch im Blick des Anderen abspielt, unabhängig davon, ob wir es uns wünschen, es herbeisehen, befürchten oder vermeiden wollen, und auch ungeachtet dessen, welche Rolle wir gerade spielen. Ein konkretes und sogar harmlos-alltägliches Scham-Erlebnis kann bei besonders sensiblen, *hellhörigen* Menschen zur Konfrontation mit dieser fundamentalen Wahrheit führen. Scham wird dann zu einer angstmachenden, sogar traumatisierenden *Seinserfahrung* bzw. einer *philosophischen Erfahrung*, die in der Psychotherapie angegangen und verstanden werden kann.

Wir werden u.a. Abschnitte aus Sartres Analyse der Scham in *Das Sein und das Nichts* heranziehen und untersuchen, wie diese von Alice Holzhey für die Daseinsanalyse rezipiert worden sind. Viel Raum werden klinische Beispiele sowie die Darstellung eines Falles von Dymorphophobie einnehmen.

Anmeldung d.sichel@bluewin.ch

Vom Leiden an der ontologischen Erfahrung unvermeidlichen Exponiert-Seins

Falldarstellung

Regina Soum

Der vorliegende Text wurde im Rahmen der Weiterbildung zur daseinsanalytischen Psychotherapeutin verfasst und im Frühling 2018 in einem Seminar vorgestellt.

Im Mai 2014 kam ein grosser, gehemmt-schwerfällig wirkender, junger Mann zur ersten Therapiesitzung. Herr P., 33-jährig, im Finanzwesen tätig, war bereits seit acht Jahren bei einem Psychiater in wöchentlicher Behandlung gewesen. Er lebte alleine und klagte über lähmende Angstzustände, weshalb er Lexotanil, Trittico und Fluctine einnahm. Sein Vater sei psychisch krank und über viele Jahre in Behandlung gewesen, das hätte seine Kindheit geprägt, berichtete er.

Herkunftsfamilie

Herr P. fürchtete als Kind die schiere Gewalt der väterlichen Erscheinung, dessen mächtige Stimme und die grosse, übergewichtige Statur. Häufig brüllte der Vater seine Kinder ohne ersichtlichen Grund an. Sauberkeit, Ordnung und Manieren galt es streng zu beachten. Herr P. und seine Schwester mussten still und brav und in der Öffentlichkeit anständig und höflich sein. Ständig schimpfte der Vater abschätzig über alles und alle. Regelmässig gab es sarkastische Bemerkungen, Erpressung, Beschämung und Demütigung. Mit Geld ging der Vater grosszügig bis fahrlässig um. Erst als Herr P. etwa 15-jährig war, gewährte der Vater eine gewisse Nähe. Auf seinem Schreibtisch hatte er einen Platz für den Computer seines Sohnes freigemacht. Nun verbrachten sie gemeinsame Zeit, jeder mit seinem Computer beschäftigt. Sie begannen, miteinander Hockey-Matches zu besuchen. Allerdings war es für Herrn P. nicht einfach, mit dem Vater in der Öffentlichkeit zusammen zu sein, denn ein peinlicher Eklat war jederzeit möglich.

Die Mutter war Krankenschwester gewesen. Sie hätte sich ein harmonisches und nettes Familienleben gewünscht. Gegenüber der Explosivität ihres Mannes hatte sie allerdings keine Chance. Im Bemühen um Harmonie begründete und erklärte sie ihren Kindern jede ihrer Entscheidungen und Forderungen. Dies verursachte Herrn P. Schuldgefühle und Ängste. Die Mutter beteuerte immer wieder, der Vater würde seine Kinder lieben und ihr selbst wären die Kinder das Allerwichtigste im Leben. Dass die Mutter noch heute darauf beharrte, in der Kindererziehung alles

richtig gemacht gehabt zu haben, respektive dass sie nicht bereit war, sich in Frage zu stellen, nervte Herrn P. besonders. Zudem fand er, die Mutter würde sich für ihre Tochter aufopfern, da sie seit Jahren zwei Tage in der Woche nach Frankreich führe, um ihre mittlerweile drei Grosskinder zu hüten.

Die drei Jahre ältere Schwester hätte Herrn P. nie in Schutz genommen, im Gegenteil, sie hätte den brüllenden Vater auf ihn gehetzt. Nach der Lehre zog die Schwester zwar von zuhause aus, doch wenn sie auf Besuch kam, benahm sie sich, gemäss Herrn P., wie eine Prinzessin, der alles selbstverständlich zustehe.

Selbstbild

Bis etwa 9-jährig wäre er ein fröhliches Kind gewesen, das mit Schulkameraden Rollenspiele gespielt und keine Schüchternheit gekannt hätte, erzählte Herr P.. Vor dem brüllenden Vater hingegen hätte er sich immer sehr gefürchtet und hätte jeweils Zuflucht in seinem Zimmer gesucht. Schon damals wäre er bemüht gewesen, brav und anständig zu sein. Trotzdem hätte er immer das Gefühl gehabt, nur eine Last für die Eltern zu sein. Sie hätten ihn nie gelobt.

In der Schule hätte er nicht zu den Coolen, sondern immer zu den *gros nuls* gehört. Er wäre dick, unsportlich, ungeschickt und scheu gewesen, hingegen würde er sich als ziemlich intelligent einschätzen, urteilte Herr P.. Die Eltern hätten von ihm gefordert, das Gymnasium zu besuchen. Den Wechsel ins Gymnasium hätte er als Befreiung erlebt, denn in der neuen Klasse hätte es weniger Vorurteile gegeben und die Beziehungen wären unverbindlicher gewesen. Seine Freizeit verbrachte er meist alleine, schaute TV und spielte am Computer.

Als beste Entscheidung und grösste Befreiung seines Lebens bezeichnete Herr P. den sechsmonatigen Sprachaufenthalt in Australien. Dort fühlte er sich angenommen und nicht «durchsichtig». Ein halbes Jahr später reiste er mit einem Freund nach Brasilien, wo er von der Spontaneität und entspannten Mentalität der Brasilianerinnen beeindruckt war.

Bei der Arbeit

Nach dem Sprachaufenthalt in Australien erlangte Herr P. einen Kaderposten in der Privatwirtschaft. Dieser Arbeit fühlte er sich nicht gewachsen und litt nach kurzer Zeit an panischen Angstzuständen. Die sechsmonatige Probezeit wollte er unbedingt durchstehen, denn es wäre eine Schande gewesen, als unfähiger Beamter zu gelten, der in der Privatwirtschaft nicht bestehen könne, meinte er. Mit täglich mehreren Tabletten Lexotamil, Temesta, Trittico und Fluctine zog er die Probezeit durch und kündigte danach. Ein paar Monate später fand er eine Anstellung bei der Steuerverwaltung. Zu Beginn fühlte er sich sehr unsicher. Jede Nacht grübelte er über seine Fehler bei der Arbeit nach. Seine Vorgesetzte kritisierte ihn wegen seiner Unselbständigkeit. Bei der monatlichen Leistungsstatistik schnitt er ungenügend ab. Angst blockierte ihn. Manche Dossiers liess er mehrere Jahre liegen.

Zu Beginn der Psychotherapie klagte er darüber, das klingelnde Telefon respektive die unzufriedenen Klienten nicht zu ertragen. Wenn diese laut wurden, fühlte er sich ohnmächtig. Es deprimierte ihn, dass er nicht Paroli bieten konnte.

Im Verlauf der drei Jahre Therapie gewann Herr P. an fachlicher Sicherheit und integrierte sich gut im Arbeitskollegium. Die Angst um den Verlust der Stelle respektive des guten Beziehungsnetzes, nahm entsprechend zu. Er befürchtete, das Vernachlässigen eines bestimmten Dossiers könnte als schwerwiegender Fehler beurteilt und ihm deshalb gekündigt werden. Diese Angst wurde so stark, dass er an Selbstmord dachte.

Beziehung mit L.

Herr P. wünschte sich eine Freundin. Er meldete sich bei der Mobile-Dating-App Tinder und begann mit drei Frauen zu chatten. Wenn die Frauen nicht antworteten, fühlte er sich verletzt und befürchtete, ein Hampelmann zu sein oder etwas Falsches geschrieben zu haben.

Er datete L., eine hübsche Südamerikanerin. Nach dem ersten Treffen war er glücklich, denn sie hatten während vieler Stunden miteinander angeregt diskutiert. L. war Soziologiestudentin und arbeitete nebenbei. Betreffend einer Liebesbeziehung

mit Herrn P. zeigte sie sich zurückhaltend. Sie wollte Gewissheit, bevor sie sich auf einen Mann einliess. Herr P. respektierte dies, aber L.s Vorsicht verunsicherte ihn und machte ihn befangen. Er wünschte sich Zärtlichkeit, doch L. zeigte keine Bereitschaft dafür. Darum zu betteln, empfand Herr P. als erniedrigend und er begann, sich für seine Bedürfnisse schuldig zu fühlen.

L. äusserte sich hin und wieder ironisch und missbilligend ihm gegenüber. Sie kommunizierte widersprüchlich. Einerseits warf sie ihm vor, er würde keine Initiative zeigen, verteidigte aber gleichzeitig ihre Unabhängigkeit und wies Herrn P. zurück. Aus Angst sie zu verlieren, wehrte er sich nicht.

Nach vier zermürenden Monaten fand Herr P. ihr gegenüber endlich einen emotionalen Abstand. Ihre schlechte Laune fasste er nicht mehr als seine eigene Schuld auf. Einen Monat später war L. ungewollt schwanger. Sie machte Herrn P. dafür verantwortlich und war wütend auf ihn, obwohl sie eine äusserst unsichere Verhütungsmethode angewandt und ihm dies verschwiegen hatte. Als er ihr die Entscheidung überliess, ob sie das Baby austragen wollte oder nicht, war L. enttäuscht: Er würde nie Verantwortung übernehmen wollen, wäre unreif und würde zu gar nichts taugen. Trotz L.s Wut und Abweisung begleitete Herr P. sie zum Arzt und bezahlte ihr danach alle Rechnungen im Zusammenhang mit der Abtreibung. Ihre Beziehung ging in die Brüche.

Therapieverlauf

Zu Beginn der Therapie unterdrückte Herr P. mit Hilfe der Medikamente seine Gefühle. Er funktionierte, brachte sich irgendwie über die Runden und war im Arbeitskollegium schlecht integriert. Trotzdem zeigte er einen gewissen Mut zur Konfrontation. Er hatte immerhin den Therapeuten nach acht Jahren gewechselt und suchte aktiv eine Beziehung, was ihn mit L. zusammen brachte. Seine Passivität in Beziehungen wurde zum Thema in der Therapie und als Vermeidungsstrategie von Schuldgefühlen aufgedeckt. Er liess sich ermutigen, Gefühle zuzulassen, zu erkennen und auszuhalten. Er erkannte Zusammenhänge zu früheren Erfahrungen und nahm sich immer mehr das Recht, vor dem Anderen zu seinen Gefühlen zu

stehen. Selbstberechtigung und -ermächtigung, respektive die konkrete Selbstbehauptung, beschäftigten uns in der Therapie immer wieder, besonders während den Monaten der Beziehung mit L.. Es zu wagen, den Bedürfnissen des Andern nicht zu entsprechen, einzig aus dem Grund, dass er keine Lust dazu hatte, war für ihn eine wichtige Erkenntnis. Er weigerte sich zum Beispiel, der Arbeitskollegin Y. seine intimsten Geheimnisse zu offenbaren, auch wenn sie das als Vertrauensbruch ihrer Freundschaft interpretierte. Er musste sein Schweigen verantworten, respektive Y.s Enttäuschung und seine eigenen Trennungsängste ertragen.

Durch L.s kritische Bemerkungen wurde er motiviert, die Medikamente sukzessive abzusetzen. Allmählich fühlte er sich dem Sog der Gestimmtheiten seines Umfeldes weniger ausgeliefert. Er war nun zum Beispiel fähig, Ruhe zu bewahren als der Vater nach einem Hockey-Match einen Zuschauer anpöbelte. Seine gefühlsmässige Unabhängigkeit formulierte er einmal so: «Ich kann meinen Vater nicht vor sich selber schützen. Er hat sich den Status des Hofnarren gegeben.» Der Vater trüge die Verantwortung für sein Verhalten selber. Auch bei der Arbeit konnte Herr P. nun sachlicher reagieren und war weniger ängstlich betroffen. Er hätte jetzt verstanden, dass seine Chefin bereit wäre, bei der Lösung eines Problems Hilfe zu leisten, dass sie aber nicht bereit wäre, seine Ängste auf sich zu nehmen, meinte er.

Er begann, sich über seine selbstgerechte Mutter zu ärgern. Bei Respektlosigkeit hatte er sich früher ängstlich und deprimiert gefühlt, nun wurde es ihm möglich, Wut zu empfinden. Er wurde fähig, sich mit einer eigenen Meinung zu exponieren und die damit erreichte Aufmerksamkeit sogar zu geniessen. Eigene Bedürfnisse anzumelden hingegen, war nach wie vor schwierig für ihn. Er konnte zwar relativ schamfrei die Dienste einer Prostituierten in Anspruch nehmen, aber Zuwendung, Sex und Zärtlichkeit in der Beziehung mit L. zu erlangen, war für ihn viel komplizierter. Zu sehr fürchtete er das Risiko, abgewiesen zu werden.

Woran leidet Herr P.?

Herr P. klagte zu Beginn der Therapie über lähmende Angstgefühle und mangelndes Selbstwertgefühl. Er wünschte sich eine Liebesbeziehung, pflegte aber kein

Sozialleben. Seine Kindheit war geprägt durch Ablehnung und willkürliche, v.a. verbale Gewalt vonseiten des Vaters. Die Mutter schuf mit ihren Erklärungen und Tadeln ein Klima des Misstrauens. Die drei Jahre ältere Schwester war eine neidische Gegnerin und Verräterin.

Herausgesetzt-Sein und Agieren

Elterliche Unberechenbarkeit und unvorhersehbare, aggressive Ablehnung können ein Kind übermässig mit der Erfahrung des Herausgesetzt-Seins konfrontieren und es sozusagen das Fürchten lehren. Gemäss Heidegger ist Furcht an die Welt verfallene Angst. Alice Holzhey schreibt: «Wir alle neigen dazu, die namenlose Angst zu verleugnen, um sie dann, wenn sie sich dennoch aufdrängt, in konkrete Furcht vor innerweltlichen Gefahren umzudeuten.»¹ Ist die Furcht irrational, bzw. unreal, können wir vermuten, dass in ihr «die latente Angst vor dem ontologischen Unzuhausesein»² liegt. Zur Klärung dieses Begriffs schreibt A. Holzhey: «Lässt sich die Welt als Horizont mit der Metapher des Hauses fassen, in dem der Mensch wohnt, so erweist sich die Offenheit, in die der Mensch herausgesetzt ist, als *Unzuhaus* (SZ, S. 189).»³ Heidegger spricht diesbezüglich von der *Seinslast*, vor welcher der Mensch zeit seines Lebens zu entfliehen sucht. Die *Seinslast* ist einzig stimmungsmässig erfahrbar. Denn in der Stimmung, respektive in der Befindlichkeit, schreibt Heidegger, «ist das Dasein immer schon vor es selbst gebracht [...] als gestimmtes Sichbefinden».⁴ Dieses *Sich-Be-finden* habe meist den Charakter einer Flucht vor sich selber, führt Heidegger weiter aus, denn die Stimmung erschliesse es «zunächst und zumeist» «in der Weise der ausweichenden Abkehr».⁵

¹ Alice Holzhey-Kunz: Daseinsanalyse. Der existenzphilosophische Blick auf seelisches Leiden und seine Therapie. Wien 2014, S. 98.

² Ebd., S. 99.

³ Alice Holzhey-Kunz: In die Welt hinaus. Kindliche Entwicklungsschritte als Seinserfahrungen. In: Daseinsanalyse. Phänomenologische Anthropologie und Psychotherapie, 14, 1997, S. 8.

⁴ Martin Heidegger: Sein und Zeit. Tübingen 17. Aufl. 1993, S. 135.

⁵ Ebd., S. 136.

Den Heideggerschen Gedanken der Flucht vor der *Seinslast* hat A. Holzhey in die Psychopathologie übertragen und das psychoanalytische Agieren daseinsanalytisch vertieft.

Sie fasst das Agieren als ein Nein gegen eine ontologische Seinsbedingung. Menschen, die agieren, bezeichnet die Daseinsanalyse, gemäss A. Holzhey, als *hellhörig*. Einem hellhörigen Menschen gelingt die «normale» Abkehr von einer beängstigenden Grundbedingung nicht. Er ist der Angst unfreiwillig ausgeliefert und empfindet diese Grundbedingung als unzumutbar. Der Hellhörige wird deshalb versuchen, geleitet durch den illusionären, ontologischen Wunsch, diese Bedingung aufzuheben, mit konkreten Mitteln auf die unveränderbare Grundbedingung einzuwirken.⁶ Da nur eine vorübergehende Beruhigung erreicht wird, muss der Hellhörige ständig weiter agieren, und wird immer weiter scheitern, vergleichbar dem mythischen Sisyphus. A. Holzhey macht darauf aufmerksam, dass Agieren nicht mit aktivem Tun gleichzusetzen ist,⁷ weil auch das passive Geschehenlassen ein Agieren sein kann.

Ins Miteinandersein herausgesetzt

Herr P. vermied lange Zeit, sich vor Anderen zu exponieren, er nahm eine abwartende Haltung ein und wehrte sich nicht, weder zur Selbstverteidigung noch zur Selbstbehauptung. Diese Beobachtung liess mich vermuten, dass er an einer Schamproblematik litt.

A. Holzhey weist darauf hin, «dass auch das Mitsein als ein Mit-zu-Sein aufgefasst werden muss».⁸ Das Miteinandersein, das Beziehungsleben muss als jemeinige Aufgabe verstanden werden. A. Holzhey schreibt: «Eben darin aber liegt die unaufhebbare Subjektivität des Einzelnen in aller Intersubjektivität. Er ist nicht einfach in Beziehungen eingebunden, sondern weiss immer irgendwie um sein

⁶ Alice Holzhey-Kunz, (2014), S. 145 ff.

⁷ Alice Holzhey-Kunz: Leiden am Dasein. Die Daseinsanalyse und die Aufgabe einer Hermeneutik psychopathologischer Phänomene. Wien 1994, S. 167.

⁸ Alice Holzhey-Kunz, (2014), S. 89.

Bezogen sein auf Andere und kann darum gar nicht anders, als auch zu dieser Grundtatsache irgendwie Stellung zu nehmen.»⁹

Herr P. zeigte sich in Beziehungen unsicher. Eine klare Stellungnahme hätte vielleicht einen Konflikt verursacht, was Herr P. möglichst vermeiden wollte. Als Kind hatte er oft die traumatisierende Unberechenbarkeit des Vaters und dadurch seine eigene Ohnmacht erfahren. In aktuellen Beziehungssituationen drängte sich ihm nun seine Vergangenheit auf und er fürchtete sich, wie damals als Kind, vor der Unberechenbarkeit des Urteils des Anderen und fühlte sich davon auf Gedeih und Verderb abhängig.

Die je eigene Geschichte prägt das Verhältnis zur Grundbedingung, dass wir als Mit-Sein existieren müssen und als Einzelne vor dem je Anderen exponiert sind. Das Skandalöse dieser Tatsache liegt gemäss A. Holzhey darin, dass jeder andere Mensch seinerseits ein freies Subjekt ist wie ich. «Zwar handeln die Menschen, mit denen wir es zu tun haben, meist erwartungsgemäss und damit voraussehbar – sicher ist es aber nie, da der Andere als Subjekt prinzipiell die Freiheit hat, sich ganz anders als erwartet zu verhalten. Schlimmer noch: Weil er selber Subjekt ist, kann er mich seinerseits zum Objekt machen – zum Objekt seines Blicks und damit seines Urteils.»¹⁰

Durch die Vermeidung, sich zu exponieren, versuchte Herr P. das Risiko eines negativen Urteils möglichst gering zu halten. Er nahm Rücksicht auf den Anderen und liess sich von dessen Urteil und Bedürfnissen bestimmen und leiten. Der Bezug zum andern bleibt aber, trotz aller Bemühungen, auf der grundsätzlichen Ebene konflikthaft, «weil ich nicht nur an der Freiheit des Anderen, sondern auch an meiner eigenen Freiheit leide. Deshalb brauche ich den Anderen, obwohl er mich ängstigt. Er soll mir die Last der Verantwortung für mein Leben abnehmen oder wenigstens mit mir teilen,»¹¹ schreibt A. Holzhey.

⁹ Ebd., S. 89.

¹⁰ Alice Holzhey-Kunz, (2014), S. 90–91.

¹¹ Ebd., S. 91

Wir erinnern uns daran, dass die Erfahrung, als Einzelner ins *Unzuhaus* herausgesetzt zu sein, jene *Seinslast* ist, von der sich der Mensch zeit seines Lebens zu entlasten versucht.¹² Die ontologische Sehnsucht, dass das bergende Wohlwollen des Anderen mich vor meiner eigenen Freiheit respektive vor der beängstigenden Erfahrung des Unbestimmten darum immer schützen könnte, bleibt bestehen.

Angst ist eine ontologische Erfahrung des eigenen Menschseins. A. Holzhey schreibt: «Diese Seinserfahrung ist nach Heidegger je meine, das heisst: sie ist keine mit anderen Menschen geteilte, gemeinsame Erfahrung, sie verbindet darum nicht, sondern vereinzelt. Die Erfahrung, herausgesetzt zu sein ins Offene der Welt, ist immer zugleich die Erfahrung, auf mich selbst als Einzelnen zurückgeworfen zu sein, abgetrennt von den andern.»¹³

Mit dem Wunsch, die Erfahrung der Vereinzelung, respektive der ihr inhärenten Angst zu vermeiden, sucht Herr P. agierend das Wohlwollen des Anderen, weiss aber insgeheim, dass dieser in seinem Denken und Fühlen frei ist, was sein Unterfangen notgedrungen unsicher und riskant werden lässt.

Drei agierende Antworten

Warten

Je nachdem, ob der Patient im Warten eine verborgene, heimliche Absicht verfolgt oder nicht, können wir eine unterschiedliche Diagnose stellen. Ist das Passiv-Bleiben Ausdruck einer desillusionierten, mutlosen Kapitulation, verfolgt das Warten keine andere Absicht und wir vermuten eine Depression. Ist das Warten hingegen durch einen illusionären Wunsch bestimmt, dann können wir dieses Warten als ein neurotisches Agieren verstehen.

Bei Herrn P. entdeckte ich nur allmählich, dass er sich bei Interaktionen mit Anderen passiv verhielt, seinen eloquenten Erzählungen in den Therapiesitzungen zum Trotz. Er schien sich jeweils in geschützter Position zu verschanzen und abzu-

¹² Alice Holzhey-Kunz, (1997), S. 8.

¹³ Ebd., S. 9

warten, bis der Andere sich exponierte, dann passte er sich ihm gefahrlos an. Seine heimliche Absicht schien Risiko-Vermeidung zu sein. Er wollte sich die Illusion aufrechterhalten, in Beziehungen scham- und schuldfrei leben zu können. Vernunftmässig als Respekt vor dem andern getarnt, hatte die Passivität in Beziehungen bei Herrn P. den Sinn, sich vor Vereinzelungsangst zu schützen.

Mit seiner rücksichtsvollen Art war Herr P. zwar bei Arbeitskolleginnen als guter Zuhörer beliebt, aber gewisse Kollegen betitelten ihn als einen gutmütigen Tölpel (*bonne pâte*), was ihn sehr verletzte. Für seine Zurückhaltung zahlte Herr P. also einen hohen Preis. Er fühlte sich frustriert, *durchsichtig* und verkleumt, beklagte sich über Minderwertigkeitsgefühle und mangelnde Anerkennung.

Bei der Arbeit liess Herr P. gewisse schwierige Dossiers jahrelang liegen. Trödeln und Tagträumen waren seine halbwegs unbewussten, agierenden Ausweichmanöver, die über eine gewisse Zeit erfolgreich zu sein schienen. Doch eines Tages musste er sich der Realität stellen und die Konfrontation wurde unausweichlich. Diese ging einher mit Gefühlen von Zweifel, Furcht vor Scham, vor Ablehnung und Bestrafung sowie vor Schuldgefühlen, Reue und Selbstverachtung.

Gamen

In seiner Adoleszenz und während seiner Arbeitslosigkeit spielte Herr P. stundenlang im Internet. Seine Aufmerksamkeit war auf schnelles, kompetitives Reagieren fokussiert und davon gänzlich eingenommen.

Der Gamer kann im Spiel sich und seine Sorgen vergessen. Der ontologische Wunsch, ein Leben ohne lästige Ernsthaftigkeit führen zu können, scheint beim Gamen erfüllt. Fokussiert und aktiv kann sich der Spieler zerstreuen und manövriert sich in eine Gegenstimmung. Auf diese Weise kann er vor der *Seinslast* fliehen. Heidegger spricht diesbezüglich vom «Man-Selbst», respektive von jener «Seinsart», bei welcher das «Subjekt» in der «nächst begegnenden Welt» besorgend aufgeht.¹⁴ Jegliche Konsequenzen für Spielentscheide und -handlungen beschränken sich auf die enge, virtuelle Game-Welt.

¹⁴ Martin Heidegger: Sein und Zeit, S. 129.

In dieser virtuellen Welt verkommen Beziehungen zu technisch vermittelten Interaktionen, begleitet von Emotionen, die im Feuer des Gefechtes nicht betroffen machen. Das Miteinandersein hat andere Vorzeichen. Das Exponiert-Sein vor dem weitgehend anonymen Anderen ist in der *Game-Welt* kaum beängstigend. Kritik, Flüche und Anschuldigungen können leicht weggesteckt werden. In dieser virtuell reduzierten Welt und im Gefüge des relativ anonymen Spielerteams schien Herr P. Konfrontation mit dem Anderen gefahrlos ausprobieren zu können.

Glauben

Die Religion als Beziehung mit Gott und der Glaube an ein Leben nach dem Tode schienen für Herrn P. beruhigend zu sein. Der ontologische Wunsch nach Befreiung von der *Seinslast* und nach Aufgehoben-Sein in einer sinnvollen Welt scheint im Glauben erfüllt. Er ist Bollwerk gegen die drohende Erfahrung des Herausgesetzt-Seins ins *Nichts* und in die Vereinzelung. Sicherheit, Beständigkeit, Kohärenz und Gerechtigkeit kann der Gläubige seinem allgegenwärtigen und allmächtigen Gott zuschreiben.

Zusammenfassung und Schlussbemerkungen

Herrn P.s Anpassung und Zurückhaltung in Beziehungen zu anderen, seine Passivität und seine Tendenz sich nicht zu exponieren, sind dann ein Agieren, wenn es die heimliche Absicht verfolgt, scham- und schuldlos zu bleiben.

Herr P. ist hellhörig für die grundsätzliche Urteilsfreiheit des Anderen. Auch seine eigene Freiheit, selbstermächtigend *je-meinig* zu existieren und Verantwortung für sein Bezogensein zu tragen, empfindet er als unerträgliche Zumutung.

Solange wir existieren besteht die Gefahr, dass wir hellhörig von Angst angegangen werden können. Machen wir eine derartige Seinserfahrung, müssen wir dazu Stellung nehmen. Eine Möglichkeit besteht im Aushalten der Angst. Eine solche mutige Haltung gegenüber Erfahrungen des eigenen Seins, können wir als allgemeines Ziel daseinsanalytischer Psychotherapie bezeichnen.

Der hermeneutische Ansatz, das heisst die Suche nach der heimlichen Absicht des Agierens, bzw. nach dem verborgenen Sinn des Leidens, scheint mir gerade bei Patienten wie Herrn P. sehr wichtig. Sein Agieren gegen aufkommende, ihn überfordernde Gefühle bestand während den Sitzungen darin, Erinnerungen detailreich, nach aussen fokussierend zu erzählen – vergleichbar dem Gamen, wo er möglichst effizient und reaktiv Probleme, die sein Leben nicht betrafen, lösen musste. So wich er dem aus, was ihn in seinem Verhältnis zu sich selbst hätte beunruhigen können, nämlich seine Gefühle zuzulassen, zu empfinden und auszuhalten.

Freies Assoziieren, freischwebende Aufmerksamkeit und Abstinenz

Die drei Grundregeln der Freud'schen Psychoanalyse können bei Patienten wie Herrn P. eine Falle darstellen. Verhalten wir uns vermeintlich abstinenz, indem wir schweigen und den Patienten schweigen lassen, unterstützen wir unter Umständen seinen heimlichen Wunsch, nichts zu riskieren und in Ruhe gelassen zu werden. Bei Herrn P. vermutete ich, dass seine freien Assoziationen der Zerstreuung und die vielen Details der Abwehr dienten. Das *freischwebende* Zuhören sollte m.E. gleichzeitig detektivisch, d.h. Hypothesen-geleitet sein (hermeneutisch). Herausfordern des Nachfragen scheint mir bei diesen Patienten besonders wichtig, da sie grosse Meister in der Vermeidung von Konfrontation sind. Da die Abwehr nicht verstärkt, sondern *aufgeweicht* werden sollte, bin ich mir der Gratwanderung bewusst. Adäquates Konfrontieren scheint mir die grosse Kunst psychotherapeutischer Arbeit, eine Sache der Einschätzung der Belastbarkeit der therapeutischen Beziehung und des Timings.

Daseinsanalytisches Seminar DaS

Seminarleitung

Thomas Cotar, Dr. med.

Witikonstr. 3, 8032 Zürich, 044 380 3180, tcotar@hin.ch

Alice Holzhey, Dr. phil.

Sonneggstrasse 82, 8006 Zürich, 044 361 7731, alice.holzhey@bluewin.ch

Uta Jaenicke, Dr. med.

Sonneggstrasse 82, 8006 Zürich, 044 381 9326, jaenicke@mail.ch

Doris Lier, Lic. phil.

Sonneggstrasse 82, 8006 Zürich, 044 261 03 45, doris.lier@bluewin.ch

Daniela Sichel, Dr. phil.

Chorgasse 4, 8001 Zürich, 044 383 17 92, d.sichel@bluewin.ch

Beat Schaub, Dr. med.

Bahnhofplatz 5, 8400 Zürich, 052 213 0550, b_schaub@swissonline.ch

Frédéric Soum, Lic. phil.

Jurastr. 3, 3178 Bösinggen, 031 747 5262, psy@soum.ch

Anne Willi, Dipl. psych.

Eidmattstrasse 55, 8032 Zürich, 044 383 0284, anne.willi@bluewin.ch

Vorsitz

Alice Holzhey, alice.holzhey@bluewin.ch

Uta Jaenicke, jaenicke@mail.ch

Quästorin

Anne Willi, anne.willi@bluewin.ch

Beschwerdeinstanz

Perikles Kastrinidis, Dr. med. (Präsident)

pkastrinidis@hin.ch, 044 381 57 45

Therapievermittlungsstelle

Perikles Kastrinidis, Dr. med.

Zur Vereinbarung von Supervisionen stehen zur Verfügung

Bürgi David, Lic. phil.,

Dorfstr. 10, 8510 Märstetten, dbuergibrunner@bluewin.ch

Cotar Thomas, Dr. med.,

Witikonerstr. 3, 8032 Zürich, 044 380 3180, tcotar@hin.ch

Holzhey Alice, Dr. phil.

Sonneggstrasse 82, 8006 Zürich, 044 361 7731, alice.holzhey@bluewin.ch

Jaenicke Uta, Dr. med.

Sonneggstrasse 82, 8006 Zürich, 044 381 93 26, jaenicke@mails.ch

Kastrinidis Perikles, Dr. med.

Kapfstrasse 10, 8032 Zürich, 044 381 57 45, pkastrinidis@hin.ch

Müller-Locher Peter, Dr. phil.

Schulhausstr. 40a, 8002 Zürich, 044 202 1163, peter.mueller-locher@bluewin.ch

Reck Hansjörg, Dr.med.

Bromweg 8, 8598 Bottighofen, 071 688 3080, hansjoerg.reck@gmail.com

Schurter Hans-Rudolf, Dr. med.,

Gehrenstr. 27, 5018 Erlinsbach, hr.schurter@bluewin.ch

Sichel Daniela, Dr. phil.,

Chorgasse 4, 8001 Zürich, 044 383 1792, d.sichel@bluewin.ch

Soum Frédéric, Lic. phil.,

Jurastr. 3, 3178 Böisingen, 031 747 5262, psy@soum.ch

Willi Anne, Dipl. psych.,

Eidmattstr. 55, 8032 Zürich, 044 383 0284, anne.willi@bluemail.ch