

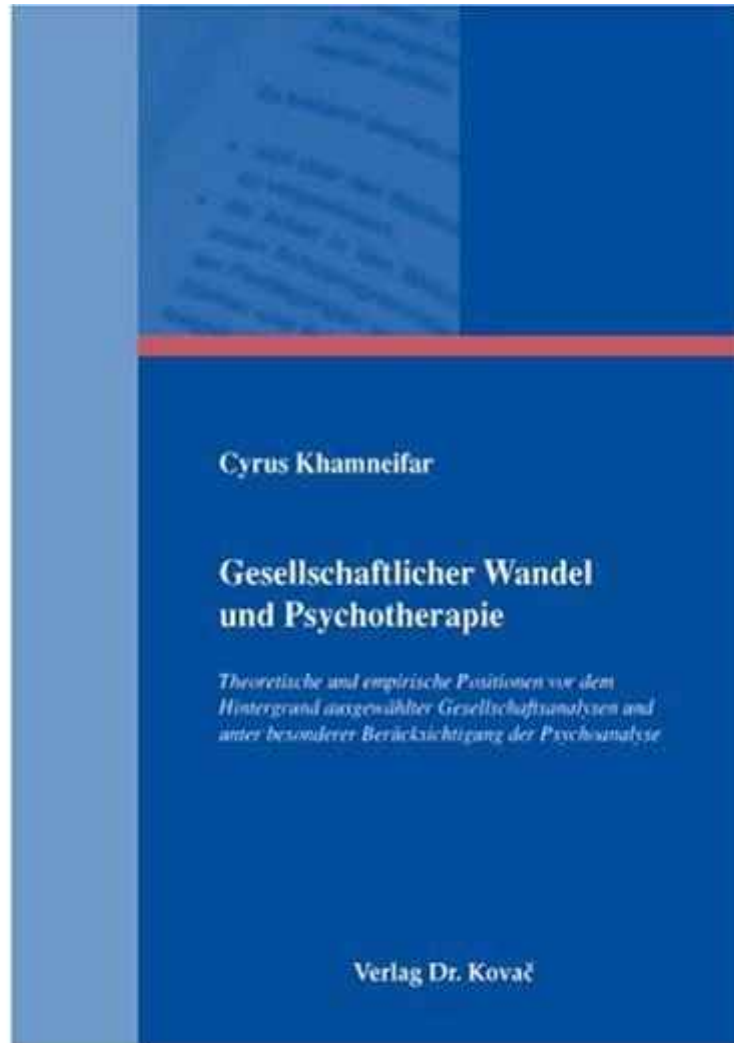
Strukturmerkmale der modernen Gesellschaft und die Verortung von psychischen Störungen und Psychotherapie

Prof. Dr. Heiner Keupp

Vortrag beim
3. Landespsychotherapeutentag
Bayern am 11.10.2008 in München



Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch



Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

„Seit etwa 15 Jahren zeichnet sich deutlich ab, dass Depressionen für den spätmodernen Lebensstil beispielhaft werden könnten, und zwar in dem Sinne, dass sie das Negativbild der Anforderungen beziehungsweise paradoxen Zumutungen der gesellschaftlichen Veränderungen darstellen und deshalb in besorgniserregender Weise zunehmen könnten, wie von der Weltgesundheitsorganisation hochgerechnet: Im Jahr 2020 sollen Depressionen weltweit und in allen Bevölkerungsschichten die zweithäufigste Krankheitsursache sein.“

Quelle: Heinrich Deserno (2005). Depression – zwischen Lebensgefühl und Krankheit.

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

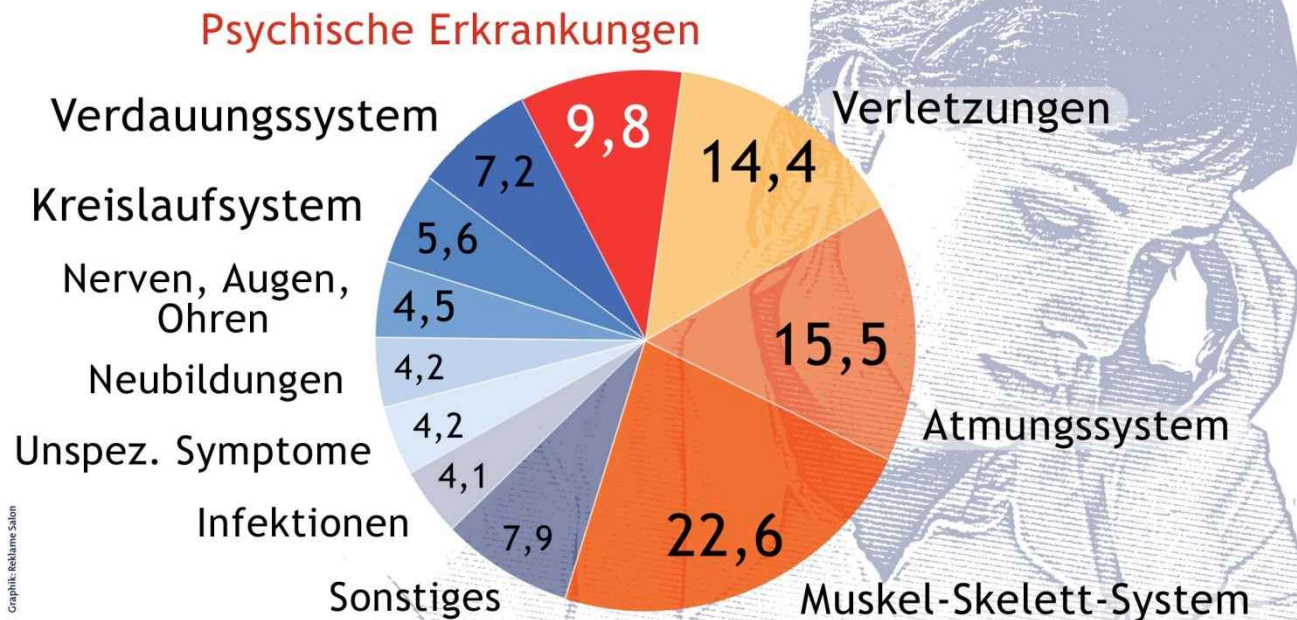
„Immer mehr Menschen haben mit einem immer schnelleren Wandel von Lebens-, Arbeits- und Umweltbedingungen zu kämpfen. Sie können das Gleichgewicht zwischen Belastungs- und Bewältigungspotentialen nicht mehr aufrechterhalten und werden krank. Depression ist zum Beispiel nach den Statistiken der Weltgesundheitsorganisation eine der wichtigsten Determinanten der Erwerbsunfähigkeit. (...) Schon heute sind weltweit ca. 121 Millionen Menschen von Depressionen betroffen. Denn unser Leben gewinnt zunehmend ‚an Fahrt‘, sei es zwischenmenschlich, gesellschaftlich, wirtschaftlich oder im Informations- und Freizeitbereich.“

Quelle: Ilona Kickbusch (2005). Die Gesundheitsgesellschaft.

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

Krankenstand 2004 nach Diagnosen

Prozentualer Anteil der wichtigsten Krankheitsarten an AU-Tagen



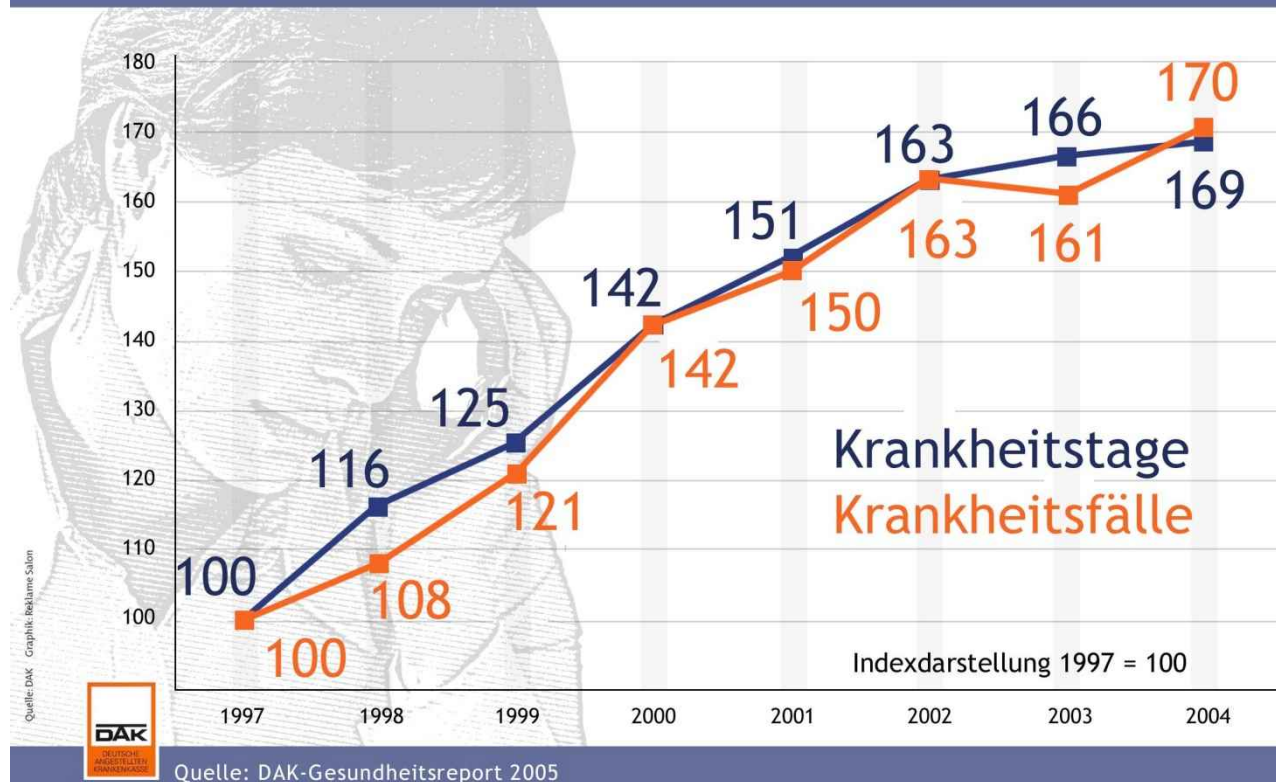
Quelle: DAK Graphik: Reklame: Silbon



Quelle: DAK-Gesundheitsreport 2005

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

Psychische Erkrankungen steigen dramatisch
Krankheitsfälle seit 1997 um 70 Prozent gestiegen



Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

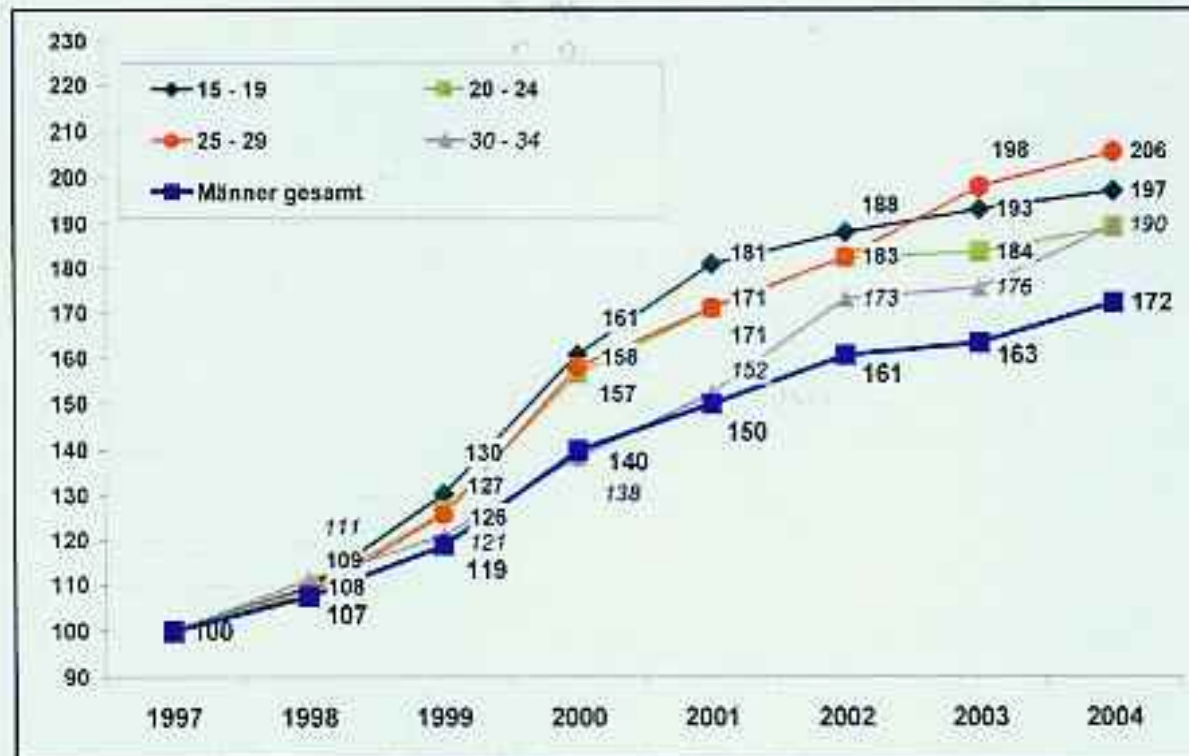


Abb. 24
Entwicklung der Fälle aufgrund psychischer Störungen in den vier jüngsten Altersgruppen und bei den Männern insgesamt

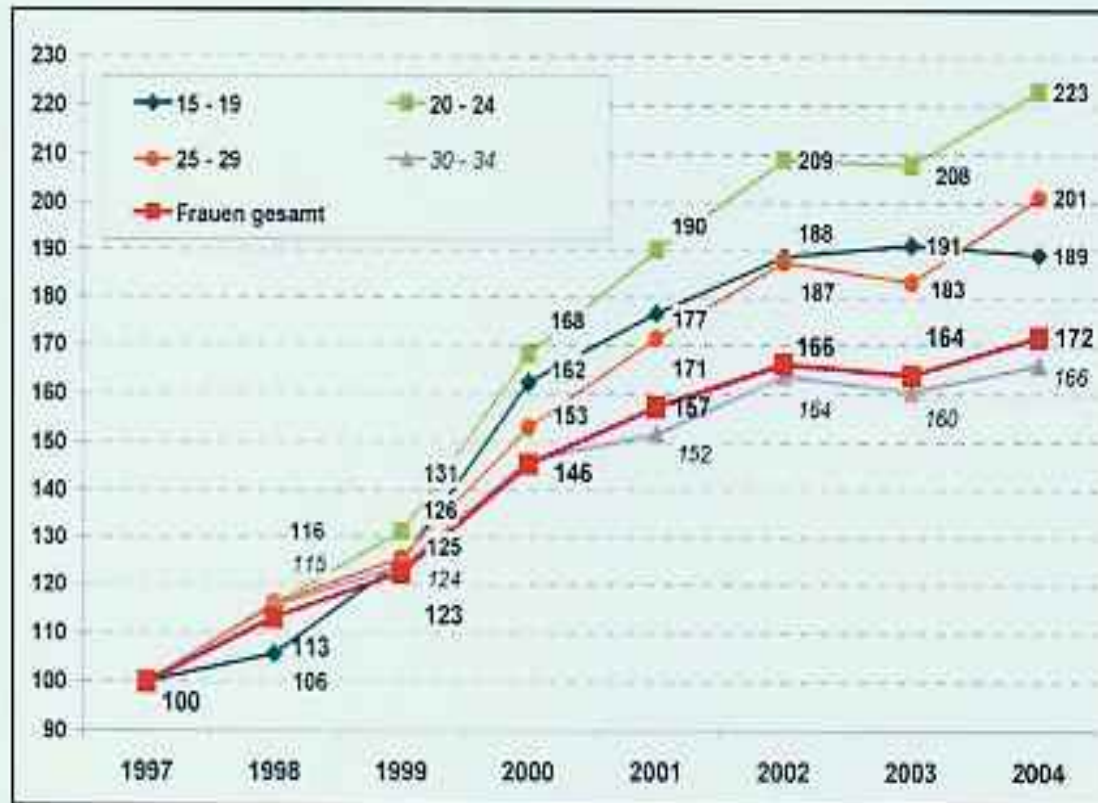
(Indexdarstellung, 1997 = 100)

Quelle: DAK AU-Daten 2004

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

Abb. 23
Entwicklung der
Fälle aufgrund psy-
chischer Störungen
in den vier jüngsten
Altersgruppen und
bei den Frauen ins-
gesamt

(Indexdarstellung,
1997 = 100)



Quelle: DAK AU-Daten 2004

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

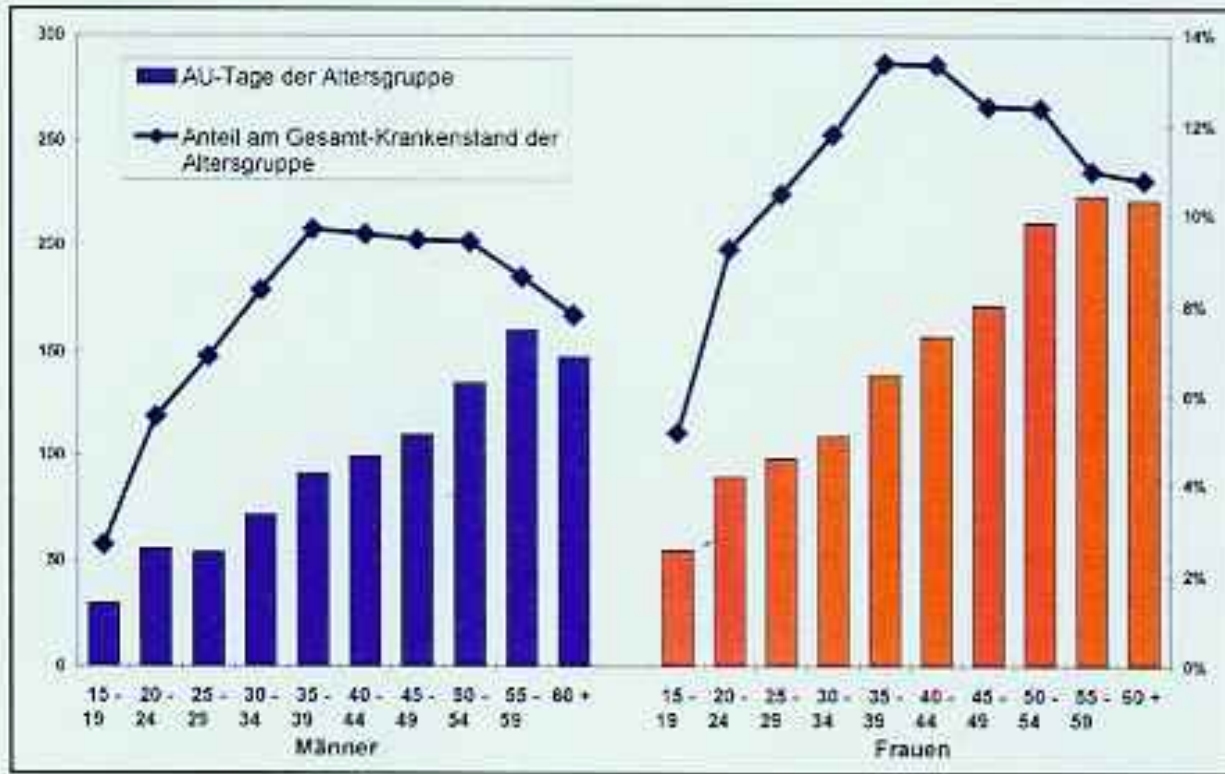
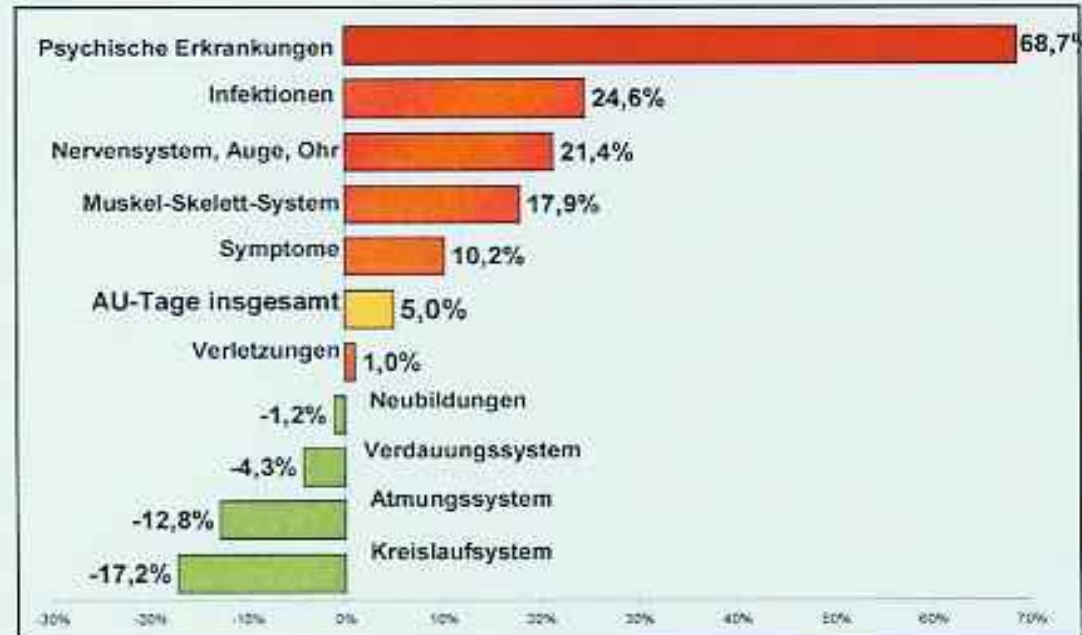


Abb. 22
AU-Tage aufgrund
psychischer Stö-
rungen und Anteil
am Gesamt-
Krankenstand nach
Geschlecht und
Altersgruppe

Quelle: DAK AU-Daten 2004

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

Abb. 21
Veränderung des
AU-Volumens 2004
in Relation zu 1997
nach Diagnose-
kapiteln bzw.
Hauptgruppen

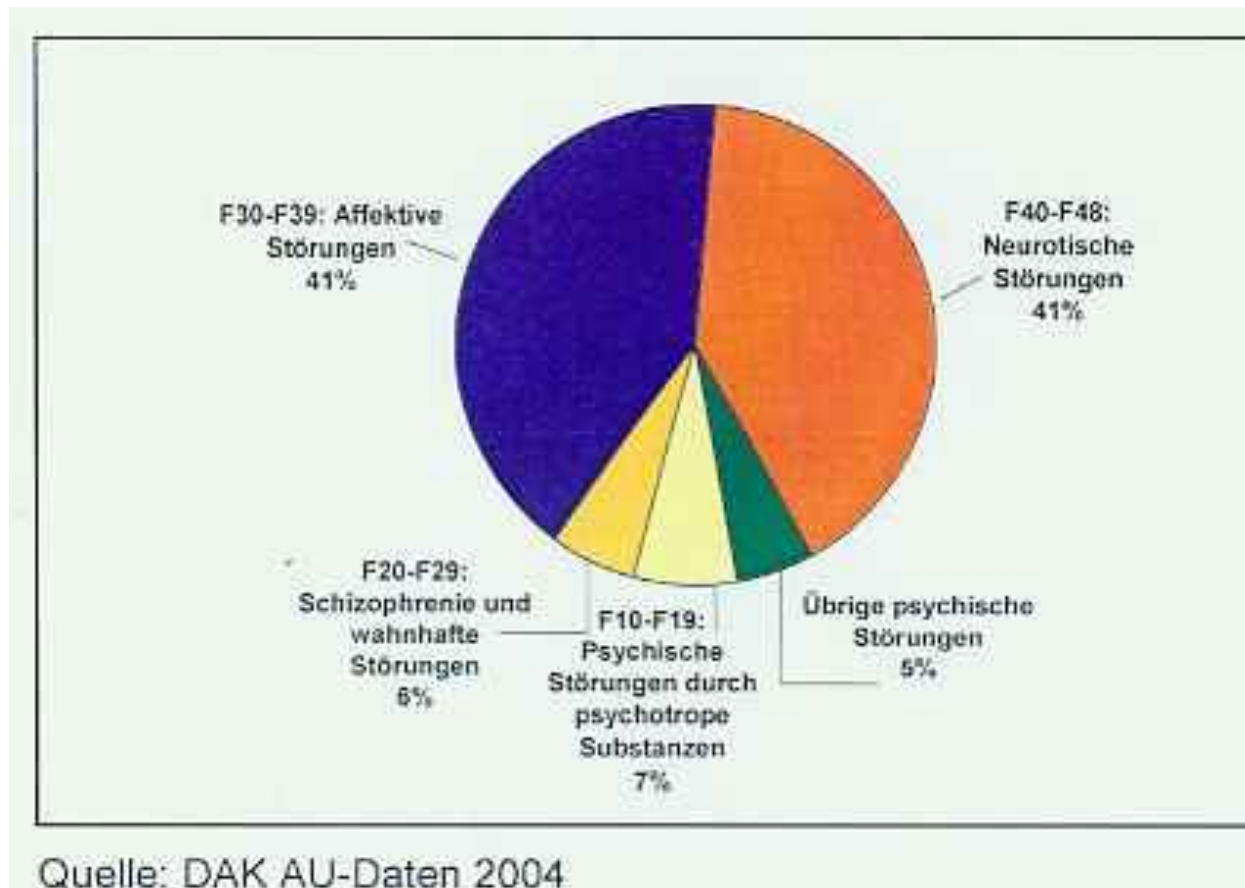


Quelle: DAK AU-Daten 2004

Anstieg beim Krankenstand insgesamt
seit 1997 nur 5 %

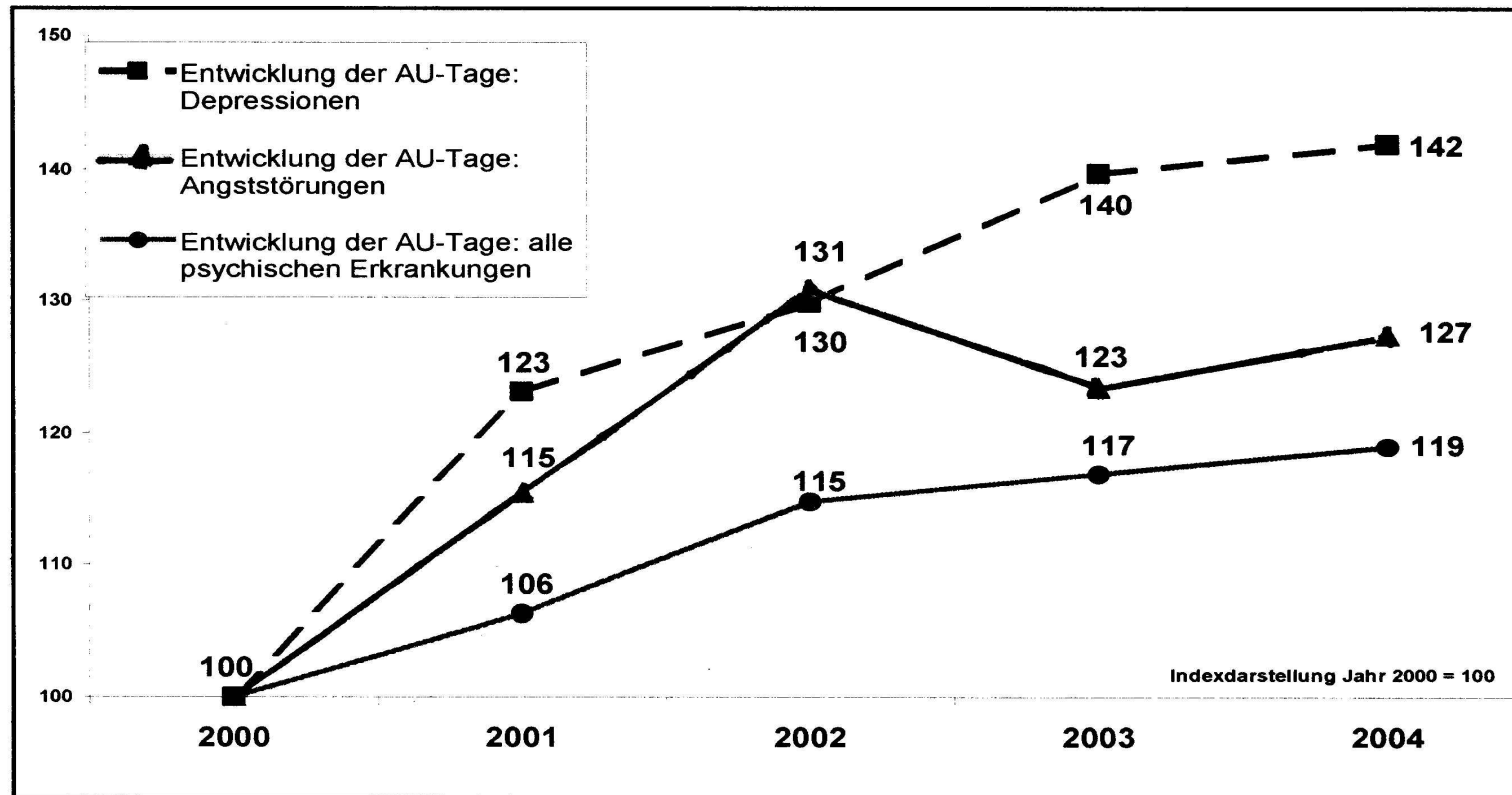
Während das allgemeine Krankenstandsniveau der DAK-Mitglieder seit 1997 nur um 5 % angestiegen ist, lag die Steigerungsrate hinsichtlich der Ausfalltage aufgrund von psychischen Erkrankungen bei 69 %.

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch



Anteil der Diagnosegruppen psychischer Störungen am Arbeitsunfähigkeitvolumen

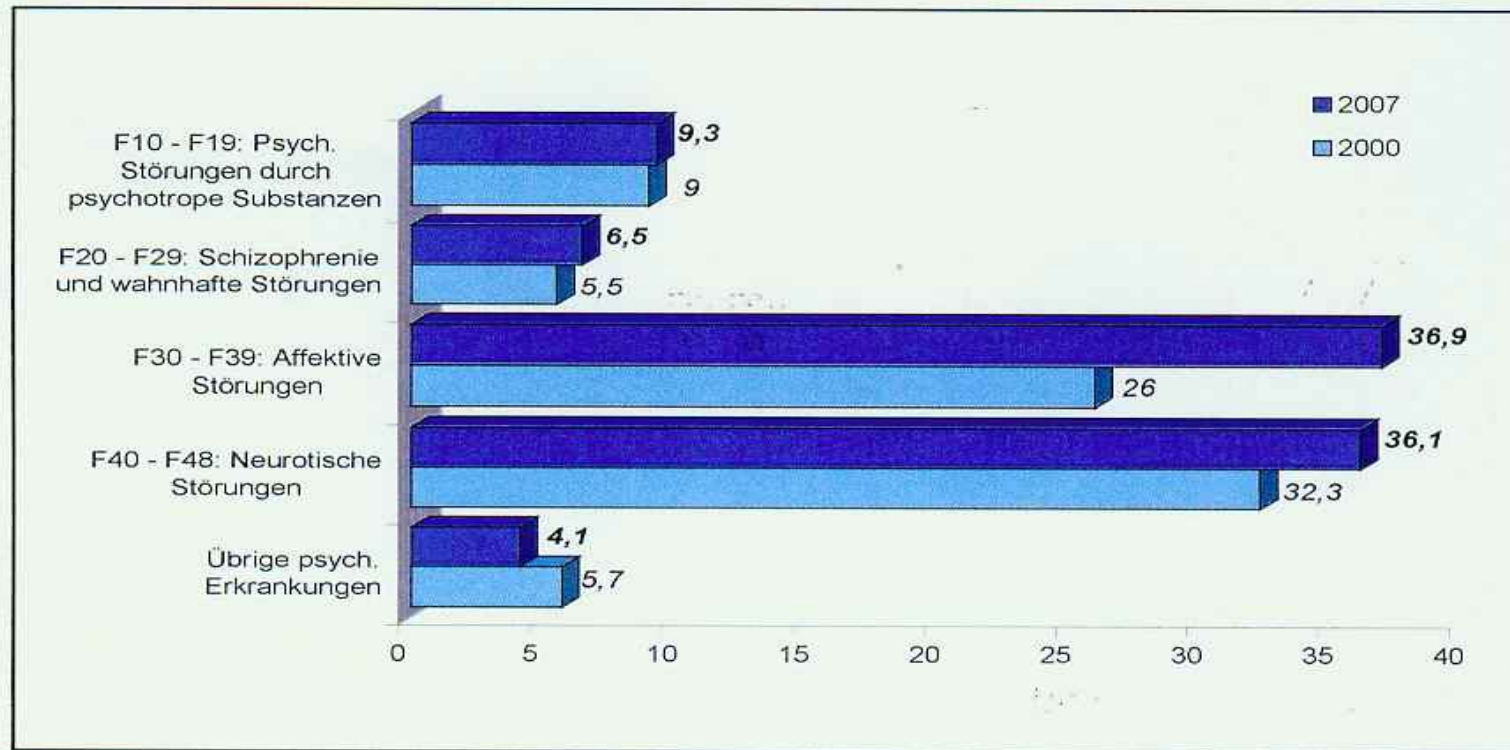
Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch



Quelle: DAK AU-Daten 2004

Anteil der Diagnosegruppen psychischer Störungen am Arbeitsunfähigkeitvolumen

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch



Quelle: DAK AU-Daten 2007

Arbeitsunfähigkeit volumen bei Männern wegen psychischer Störungen

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

Immer mehr Studierende leiden unter dem für Manager typischen Burnout-Syndrom wie Depressionen, Angstattacken, Versagensängsten, Schlafstörungen oder Magenkrämpfen. In den Psychologischen Beratungsstellen der Studentenwerke würden sich verstärkt Studierende mit solchen Beschwerden melden, heißt es in dem Beitrag. DSW-Präsident Prof. Dr. Rolf Dobischat spricht von einer Besorgniserregenden Entwicklung. Er sagte: Die Studierenden stehen unter immer stärkerem Erwartungs-, Leistungs- und vor allem Zeitdruck. Die vielen laufenden Hochschulreformen dürfen aber nicht dazu führen, dass ein Studium krank macht. Dobischat appellierte an die Hochschulen, insbesondere die neuen Bachelor- und Master-Studiengänge nicht zu überfrachten. Gemäß der aktuellen 18. Sozialerhebung des Deutschen Studentenwerks hat jeder siebte Studierende Beratungsbedarf zu depressiven Verstimmungen sowie zu Arbeits- und Konzentrationschwierigkeiten; jeder siebte Studierende will sich zu Prüfungsängsten beraten lassen.

Quelle: Deutsches Studentenwerk Journal 2007

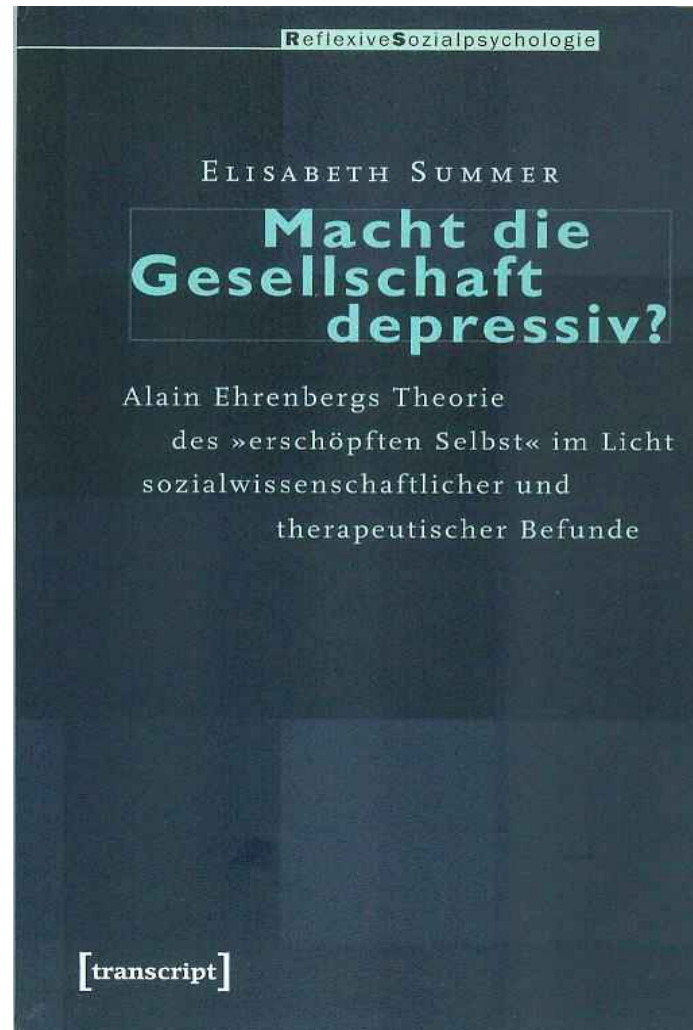
Das „erschöpfte Selbst“ – Denkanstoss von Alain Ehrenberg

Er geht davon aus, dass Subjekte in der globalisierten Gesellschaft ein hohes Maß an Identitätsarbeit leisten müssen. Die zunehmende Erosion traditioneller Lebenskonzepte, die Erfahrung des „disembedding“ (Giddens), die Notwendigkeit zu mehr Eigenverantwortung und Lebensgestaltung haben Menschen in der Gegenwartsgesellschaft viele Möglichkeiten der Selbstgestaltung verschafft. Zugleich ist aber auch das Risiko des Scheiterns gewachsen. Vor allem die oft nicht ausreichenden psychischen, sozialen und materiellen Ressourcen erhöhen diese Risikolagen.

Das „erschöpfte Selbst“ – Denkanstoß von Alain Ehrenberg

Die gegenwärtige Sozialwelt ist als „flüchtige Moderne“ charakterisiert worden, die keine stabilen Bezugspunkte für die individuelle Identitätsarbeit zu bieten hat und den Subjekten eine endlose Suche nach den richtigen Lebensformen abverlangt. Diese Suche kann zu einem „erschöpften Selbst“ führen, das an den hohen und in den vorherrschenden gesellschaftlichen Ideologien extrem geförderten Ansprüchen an Selbstverwirklichung und Glück gescheitert ist.

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch



Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

Psychotherapie könnte eine wichtige seismographische Funktion haben. Sie arbeitet an den Krisen und Lebensproblemen der Subjekte und sieht deren mangelnde Ressourcen, sie zu bewältigen. Die Häufung spezifischer Krisen und Störungsbilder verweist aber über das einzelne Subjekt hinaus und macht es erforderlich, den kulturell-gesellschaftlichen Hintergrund zu beleuchten und zu benennen, der diese Krisen fördert.

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

Notwendig ist eine psychotherapeutischen Gesellschaftsdiagnostik als Alternative zur weitverbreiteten „Gesellschaftsvergessenheit“ oder „sozialen Amnesie“ (Russell Jacoby) der institutionalisierten Psychotherapie.

„Die wichtigste der gegenwärtigen globalen Veränderungen betrifft unser Privatleben – Sexualität, Beziehungen, Ehe und Familie. Unsere Einstellungen zu uns selbst und zu der Art und Weise, wie wir Bindungen und Beziehungen mit anderen gestalten, unterliegt überall auf der Welt einer revolutionären Umwälzung. (...) In mancher Hinsicht sind die Veränderungen in diesem Bereich komplizierter und beunruhigender als auf allen anderen Gebieten. (...) Doch dem Strudel der Veränderungen, die unser innerstes Gefühlleben betreffen, können wir uns nicht entziehen.“

Quelle: A. Giddens Entfesselte Welt. Wie die Globalisierung unser Leben verändert (2001)

Erfahrungskomplexe im gesellschaftlichen Strukturwandel

- Eine rasante Beschleunigung und Verdichtung des Alltags
 - Menschen werden zu „Unternehmern ihrer selbst“
 - Auflösung von gesicherten Rollenschemata
 - Identitätsarbeit als unabschließbares Projekt
 - Die Angst davor, „abgehängt“ zu werden
 - Entwicklung zu einer „Sicherheitsgesellschaft“
 - Eine zunehmende Ökonomisierung

Individualisierung

Pluralisierung

Dekonstruktion von
Geschlechtersrollen

Wertewandel

Disembedding

Globalisierung

Digitalisierung

Entgrenzung

- Entgrenzte Normalbiographien
- Wertpluralismus
- Grenzenloser Virtueller Raum
- Kultur/Natur: z.B. durch Gentechnik, Schönheitschirurgie
- ‚Echtes‘/‚Konstruiertes‘

Fusion

- Arbeit~Freizeit (mobiles Büro)
- Hochkultur~Popularkultur (Reich-Ranicki bei Gottschalk)
- Crossover, Hybrid-Formate
- Medientechnologien konvergieren

Durchlässigkeit

- Größere Unmittelbarkeit: Interaktivität, E-Commerce
- Fernwirkungen, Realtime
- Öffentlich/Privat (z.B. WebCams)
- Lebensphasen (z.B. ‚Junge Alte‘)

Wechselnde Konfigurationen

- Flexible Arbeitsorganisation
- Patchwork-Familien, befristete Communities (z.B. Szenen)
- Modulare Konzepte (z.B. Technik)
- Sampling-Kultur (Musik, Mode)

Jürgen Habermas sieht einen „Formwandel der sozialen Integration“:

„Die Ausweitung von Netzwerken des Waren-, Geld-, Personen- und Nachrichtenverkehrs fördert eine Mobilität, von der eine sprengende Kraft ausgeht.“

Diese Entwicklung fördert eine „zweideutige Erfahrung“: „die Desintegration haltgebender, im Rückblick autoritärer Abhängigkeiten, die Freisetzung aus gleichermaßen orientierenden und schützenden wie präjudizierenden und gefangennehmenden Verhältnissen. Kurzum, die Entbindung aus einer stärker integrierten Lebenswelt entlässt die Einzelnen in die Ambivalenz wachsender Optionsspielräume. Sie öffnet ihnen die Augen und erhöht zugleich das Risiko, Fehler zu machen. Aber es sind dann wenigstens die eigenen Fehler, aus denen sie etwas lernen können.“

Quelle: Jürgen Habermas Die postnationale Konstellation 1998.

„Der Tod des Selbst“

„Es gibt wenig Bedarf für das innengeleitete, ‘one-style-for-all’ Individuum. Solch eine Person ist beschränkt, engstirnig, unflexibel. (...) Wir feiern jetzt das proteische Sein (...) Man muss in Bewegung sein, das Netzwerk ist riesig, die Verpflichtungen sind viele, Erwartungen sind endlos, Optionen allüberall und die Zeit ist eine knappe Ware.“

Quelle: Kenneth J Gergen: The self: Death by technology (2000).

1. „DRIFT“: Von einer „langfristigen Ordnung“ zu einem „neuen Regime kurzfristiger Zeit“.
2. Deregulierung: Anstelle fester institutioneller Muster netzwerkartige Strukturen.
3. Von „festen Charaktereigenschaften“ zum „vermeiden langfristiger Bindungen“ und zur „Hinnahme von Fragmentierung“.
4. Deutungsverlust: „Im flexiblen Regime ist das, was zu tun ist, *unlesbar* geworden“.
5. Der flexible Mensch: ein „nachgiebiges Ich, eine Collage von Fragmenten“ - ohne Kohärenz.
6. Das Scheitern ist das große Tabu.
7. Gemeinschaftsehnsucht als „Mauer gegen eine feindliche Wirtschaftsordnung“.

Quelle: Richard Sennett: Der flexible Mensch. Die Kultur des neuen Kapitalismus 1998.

Für Salman Rushdie

ist das Ich „ein schwankendes Bauwerk
ist, das wir aus Fetzen, Dogmen, Kind-
heitsverletzungen, Zeitungsartikeln, Zu-
fallsbemerkungen, alten Filmen, kleinen
Siegen, Menschen, die wir hassen, und
Menschen, die wir lieben,
zusammensetzen.“

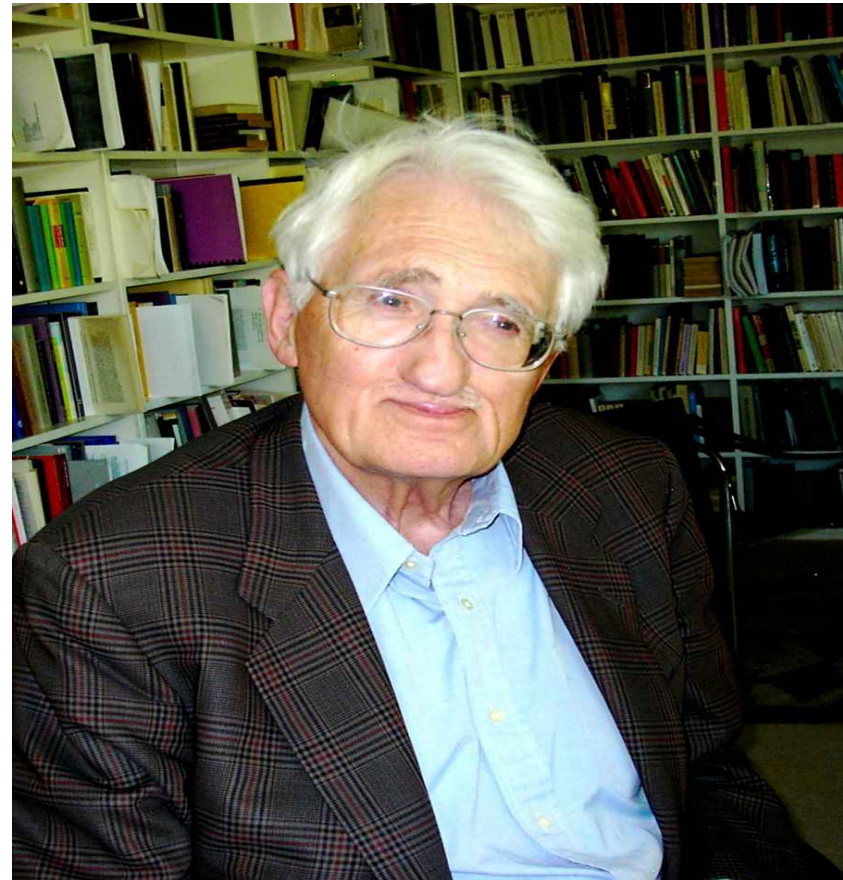
„Aber wenn man glaubt, dass die ganze Lebensgeschichte nur aus einer willkürlichen Sammlung von Fragmenten besteht, lässt das wenig Möglichkeiten, das plötzliche Scheitern einer Karriere zu verstehen. Und es bleibt kein Spielraum dafür, die Schwere und den Schmerz des Scheiterns zu ermessen, wenn Scheitern nur ein weiterer Zufall ist.“

Quelle: Richard Sennett (1998). Der flexible Mensch.

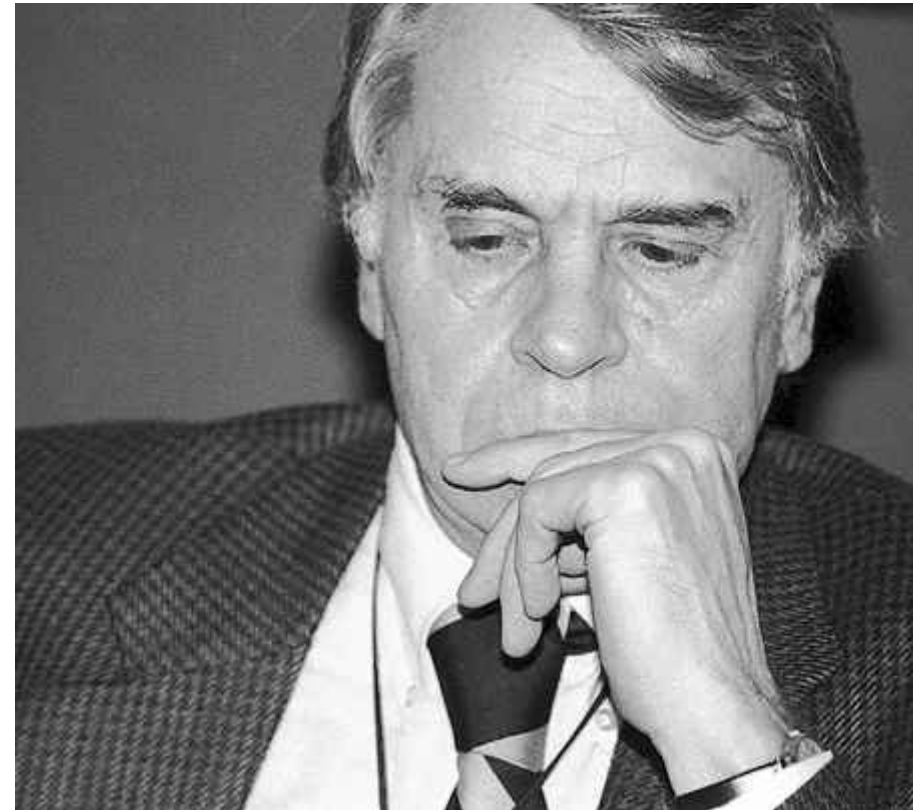
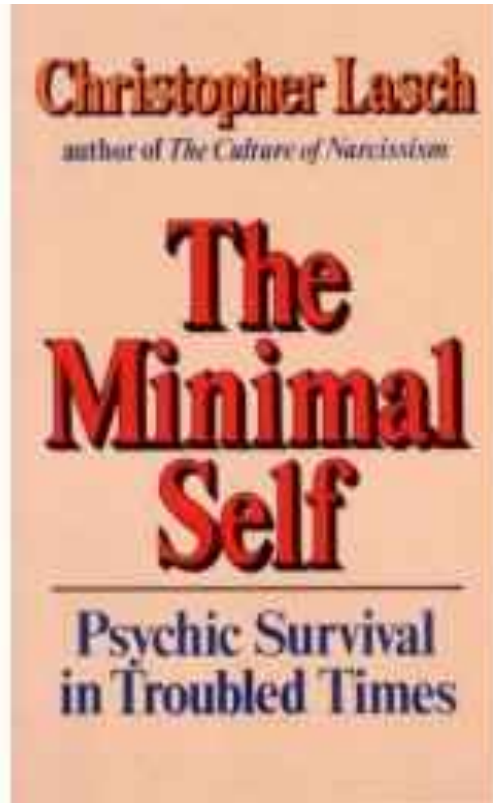
Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

Schon vor Jahren ist uns die „Erschöpfung der utopischen Energien“ (Jürgen Habermas) diagnostiziert worden und ein „minimal self“ (Christopher Lasch), das eine Fixierung auf Alltagsbewältigung ohne übergreifende Idee hat. Wir haben es mit einer tiefen Krise im gesellschaftlichen Selbstverständnis zu tun, das sich nicht einmal mehr über unterschiedliche mögliche Zielvorstellungen streitet, sondern einfach keine mehr hat. In allen gesellschaftlichen Bereichen, in der Politik, in der Wirtschaft und zunehmend auch in den privaten Welten geht es ums „Überleben“, ums „Durchhalten“. Hier zeichnet sich eine Gesamtsituation ab, die man mit dem Begriff „erschöpfte Gesellschaft“ überschreiben könnte.

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch



Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch



Futurität

„Innovationsbereitschaft und ein fortwährendes Navigieren und Neupositionieren wird für Individuen wie Organisationen, für das Selbstmanagement wie das Produktmarketing unverzichtbar.“

Überlebensnotwendig sind der „Besitz von ‚Future Tools‘ als Accessoires eines zukunftsorientierten Lebensstils“ und „der immer neue Beweis der eigenen ‚Updatability‘ gewinnen an Bedeutung.“

Quelle: Heiner Barz et al. (2003). Trendbibel für Marketing und Verbrauch.

Psychotherapie im gesellschaftlichen Umbruch

In seinen Lebensformen passt sich der modulare Mensch, die vorherrschende spätmoderne Charakterformation, der unaufhaltsamen Beschleunigungsdynamik an. Der gesellschaftliche und berufliche Fitness-Parcours hat kein erreichbares Maß, ein Ziel, an dem man ankommen kann, sondern es ist eine nach oben offene Skala, jeder Rekord kann immer noch gesteigert werden. Hier ist trotz Wellness-Industrie keine Chance eine Ökologie der eigenen Ressourcen zu betreiben, sondern in einem unaufhaltsamen Steigerungszirkel läuft alles auf Scheitern und einen Erschöpfungszustand zu.

These

Wir brauchen eine „Kultur des Scheiterns“, weil Scheitern vermehrt zu unserer Erfahrung gehört, weil Scheitern die Basis für Lernprozesse ist, weil Scheitern die Chance zum Neuanfang enthält und weil Scheitern ein Tabu ist. Unsere Kultur wird zunehmend eine „Winner“-Kultur, sie will vor allem Sieger- und Erfolgsgeschichten hören und sie verdrängt die andere Seite der Medaille. Dies heißt auch, sich von den dominierenden ideologischen Menschenbildvorgaben des neoliberalen Herrschaftsmodells ebenso zu befreien wie von der Hoffnung auf eine obrigkeitliche Lösung.

Und die Psychotherapie?

1. Statt Fitness-Trainingslager Gelegenheiten für Reflexion
2. Gesellschaftsdiagnostik: Aufweis gesellschaftlicher Hintergründe für individuelles Leiden
3. Ein neues Rollenverständnis: Ohne kritische Kulturtheorie keine angemessene Therapie
4. Die Menschenbilder müssen auf den Prüfstand
5. Wiederentdeckung des psychischen als Folge des materiellen Elends
6. Förderung von „Verwirklichungschancen“

**„HABE MUT,
DICH DEINES EIGENEN
VERSTANDES ZU
BEDIENEN!“**