

Buchrezension:

Frank-M. Staemmler / Rolf Merten (Hg.)

„Therapie der Aggression – Perspektiven für Individuum und Gesellschaft“

Bergisch Gladbach: EHP Verlag (2008)

Dieses Buch ist der zweite Sammelband, der aus einem 2006 stattgefundenen Kongress zum Thema „Aggression-Selbstbehauptung-Zivilcourage“ hervorgegangen ist. Im Zentrum stehen unterschiedliche Ansätze, die sich mit dem Thema „Therapie der Aggression“ auseinandersetzen. Der gespannte Bogen ist ein sehr weites, er beginnt bei der Neurobiologie, erstreckt sich über die Psychologie und Psychotherapie, und reicht weit in sozial- und gesellschaftspolitische Sphären hinein.

In seinem sehr kompakt geschriebenen Beitrag zur Aggression aus neurobiologischer Perspektive, entwirft **Gerald Hüther** eine Theorie destruktiver Verhaltensweisen als Bewältigung von stress- und angstauslösenden Erfahrungen. Bei übermäßiger emotionaler Aktivierung komme es zu einer Notfallreaktion, die bis auf archaische, sehr früh angelegte Verhaltensmuster zurückgreift. Gleichzeitig kommt es durch eine Cortisol-Überflutung im Gehirn zu einer Destabilisierung und Regression bereits erlernter und gebahnter neuronaler Verschaltungen. In Folge kann sich ein „circulus vitiosus“ herausbilden, da diese Copingstile dazu neigen, betroffene Personen in ein „soziales Abseits“ zu drängen. In der Therapie gehe es vor allem darum, neue Beziehungs- und Bindungserfahrungen zu machen und fest gebahnte destruktive Bewältigungsmuster neu zu bewerten.

Im folgenden Beitrag, den man nicht nur aufgrund der Länge als Herzstück des Buches bezeichnen kann, begeben sich **Frank-M. Staemmler und Barbara Staemmler** auf die Suche nach einer zeitgemäßen Therapieform von Aggression. Sie beginnen ihre Überlegungen mit einer vernichtenden Kritik der Perls'schen Aggressionstheorie. Sie sei inkonsistent und begrifflich unklar („begrifflicher Eintopf“). Ihre theoretische Konzeption baue auf einer Metapher auf, dem „geistig-seelischen Stoffwechsel“, deren impliziter Kategorienfehler die gesamte Theorie ad absurdum führt und mit aktuellen Forschungen nicht mehr Schritt halten kann. Die Autoren gehen noch einen Schritt weiter und stufen die Theorie als gefährlich ein. Mit ihrem Konzept der Katharsis könne sie gesundheitsschädliche Wirkungen in der Therapie evozieren.

Anhand von aktuellen Theorien aus der Psychologie setzten die Autoren ihre Kritik an der klassischen gestalttherapeutischen Aggressionstheorie fort. Die Begründer der Gestalttherapie haben prinzipiell zwei Motivationssysteme – das explorativ-assertive System einerseits und das aversiv-aggressive andererseits - vermischt und die irreführende Unterscheidung von positiver und negativer Aggression eingeführt. Auch das Menschenbild hinter dieser Theorie bleibt von den Autoren nicht verschont. Die individualistische Ideologie, auf dem die gestalttherapeutische Aggressionstheorie aufbaut, führe zu einer unkritischen Überbetonung von Selbstwert und dem Anhaften am Ego.

Die Autoren begeben sich im dritten Teil ihrer Überlegungen auf die Suche nach einem alternativen Therapieansatz im Umgang mit Feindseligkeit und Aggression. Ein zeitgemäßer Ansatz besteht ihrer Ansicht nach darin, Wege zu suchen, die das Entstehen feindseliger Gefühle möglichst von vornherein verhindern können. Fundig wurden sie in der Emotionspsychologie der 80er Jahre, die mit ihrem *Appraisal*-Ansatz ein passendes Werkzeug bereitstellen kann. „Die einzelnen Elemente des typischen Ärger-appraisal (Zuschreibung von Wichtigkeit und *ego-involvement*, Festhalten an Bedürfnissen, Vorwürfe an andere, inadäquate Ausübung von Macht) bieten vielfältige Ansatzpunkte für eine therapeutische Arbeit, die dazu beiträgt, der Entstehung von Aggressionen den Boden zu

entziehen“, so die Autoren. Mit Fallbeispielen illustriert, geben die Autoren im Folgenden eine Vielzahl an Anregungen das *Ärger-appraisal* zu verändern, mit denen sie in ihrer Praxis gute Erfahrungen gemacht haben. Der Text ist gespickt mit Zitaten von Seneca und dem Dalai Lama. Ein Hinweis auf das lebensphilosophische und spirituelle Therapieverständnis der Autoren.

Dieter Bongers, Leiter einer Anlaufstelle für gewaltbereite Skinheads, gibt in seinem Praxisbericht einen prägnanten Überblick über die Arbeit mit gewaltbereiten Skinheads. Der übersichtlich gegliederte Text beleuchtet zuerst den Hintergrund der Skinhead- und Jugendkultur. Entscheidende Entwicklungsaufgabe in dieser Zeit ist die Bildung einer Identität, die vor allem durch den Umgang mit *peer groups* und der Abgrenzung von Eltern und Lehrern geprägt wird.

Für Berater und Therapeuten ist daher unabdingbar eine dialogische Haltung aufrecht zuhalten und die Jugendlichen mit beiden Polen - Autonomie und Bindung - zu respektieren, sowie die rechten politischen Haltungen nicht zu dämonisieren.

In ihrer Sozialpsychologischen Studie gibt **Renate Bonn** ein deutliches Bekenntnis zur Zivilcourage ab. Der Mythos von Luzifer dient ihr als Parabel, welche Konsequenzen zivilcouragiertes Verhalten haben kann. Anhand berühmter sozialpsychologischer Experimente, beschreibt die Autorin typische Reaktionsweisen während stress- und angstauslösenden Situationen, die inhibitorische Wirkung auf zivilcouragiertes Verhalten haben.

Doch wie lässt sich zivilcouragiertes Verhalten fördern? Die Autorin setzt auf drei Ebenen an: zum einen gehe es darum die Intuition zu fördern und zu trainieren. Erste Eingebungen in Stresssituationen würden uns oft etwas Mutiges tun lassen, die kritische Reflexion hemmt diese dann jedoch. Ähnlich wie die Intuition, plädiert die Autorin auch dafür, das Verhalten zu trainieren. Zivilcouragiertes Verhalten wird umso häufiger auftreten, umso tiefer die Gedächtnisspuren dazu eingepägt wurden. Und dies passiere nur über das konkrete Verhalten. Als letztes ruft sie dazu auf, in Krisensituationen andere Menschen einzubeziehen. Ihr Betrag liest sich wie eine eindringliche Aufforderung zu mehr Zivilcourage, ohne jedoch dabei den Zeigefinger zu erheben.

Rolf Merten greift in seinen Überlegungen eine gestalttherapeutische gesellschafts-politische Tradition auf. Hier scheinen die Begründer der Gestalttherapie einen gemeinsamen Hintergrund mit dem Philosophen Jean-Paul Sartre zu haben. In seinen folgenden konzeptionellen Überlegungen bezieht sich der Autor in seinem Entwurf für einen gesellschaftlichen Gestalttherapieansatz auf zwei Theorien von Sartre. Nach Sartre ist die menschliche Identität durch das ‚besondere Allgemeine‘ gekennzeichnet. Seine Theorie beschreibt einen immanenten Grundwiderspruch zwischen Mensch und Gesellschaft und auch innerhalb des Menschen selbst.

Als zweiten Gedanken orientiert sich der Autor an dem Freiheitsbegriff des Philosophen. Die Freiheit des menschlichen Bewusstseins bestehe darin, sich intentional in die Zukunft zu entwerfen und sich darüber zu verwirklichen.

Ein Gestalttherapieansatz mit sozialem Engagement verlangt demnach zweierlei: „zum einen der Mut und die Kraft von Menschen, ihre eigene Freiheit durch ihre Entwürfe konsequent auf das Ziel der Freiheit aller Menschen hin zu leben. (...) Zum anderen die Anerkennung der bestehenden Situation hier und jetzt, wofür der Gestalttherapieansatz mit seiner paradoxen Theorie der Veränderung die Grundlage liefert.“, so der Autor.

Harrie Salman beginnt seine sozialkritischen Ausführungen mit einem historischen Abriss der Psychotherapiegeschichte. Psychotherapeutische Verfahren führen vom Liegen des

Patienten, über das Sitzen zur Bewegung im therapeutischen Raum. Aufbauend auf dieser Entwicklungslinie postuliert der Autor als nächsten Schritt, auch den sozialen Raum außerhalb der Grenzen von Individualtherapien zu öffnen.

Die Herausforderung einer neuen Psychotherapie ist es somit, auf der Basis eines neuen Menschenbildes, das die Verbindung zwischen Körper, Seele, Geist, Spiritualität, mit politischem und sozialem Bewusstsein sucht, Selbstbehauptung und Zivilcourage zu verbinden.

Schlussbemerkung

Aufgrund der Fülle an Beiträgen wird das Buch ebenso lesenswert und anspruchsvoll zugleich. Der gespannte Bogen ist ein sehr weites, er verliert jedoch nie den Kontakt zum inhaltlichen Anliegen der Herausgeber: welche Perspektiven öffnen sich, wenn man den schädlichen und pathogenen Faktoren menschlicher Aggressivität entgegentritt.

So wäre vielleicht als einziger Kritikpunkt dieses sehr lesenswerten Buches anzumerken, dass die Herausgeber ihr hintergründiges Anliegen, Mitgefühl und Zivilcourage auf individueller und gesellschaftlicher Ebene zu stärken, transparenter formulieren hätten können. Die im Titel angekündigte „Therapie der Aggression“ liest sich nach Lektüre dieses Buches eher wie eine erwünschte Nebenwirkung und nicht wie das zentrale Anliegen der Herausgeber.

Mag. Nicolai Gruninger