

Rezension

Klaus Plab (2016): Psychoanalytische Psychosomatik. Eine moderne Konzeption in Theorie und Praxis. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht. 222 S. € 30,90

Martina Heichinger

Klaus Plab verfolgt mit diesem an Seiten recht kurzem, aber inhaltlich überaus dichtem Werk zwei gewichtige Anliegen: Zum einen möchte er die Bedeutung einer ganzheitlichen und in diesem Sinne „psycho-somatischen“ Betrachtungsweise jeglichen menschlichen Krankseins hervorheben und betont die Notwendigkeit, dabei das moderne psychoanalytische Wissen für ein umfassendes Verständnis und eine effektive Therapie mit einzubeziehen. Zum anderen wagt er den Versuch einer Integration der verschiedenen psychoanalytischen Denkmodelle und Theorien über seelisch bedingtes körperliches Erkranken zu einem integrierenden psychoanalytischen Modell.

In seiner Einleitung führt der Autor aus, dass – ausgehend von der historischen cartesianischen Trennung zwischen Psyche und Soma – die Entwicklung der psychoanalytischen Modelle für das Verstehen psychosomatischer Erkrankungen und die medizinische Forschung um die psychogenen Ursachen somatischer Erkrankungen in den letzten Jahrzehnten weitgehend isoliert voneinander stattfanden. Im deutschsprachigen Raum zeigt die Psychosomatik eine starke Tendenz zu medizinischen

Betrachtungsweisen, was auch die therapeutischen Möglichkeiten stark einschränkt. Während die medizinische Wissenschaft immer tiefer in die Mikroebenen vordringt, gerät die Bereitschaft für ein Verständnis der Komplexität der individuellen lebensgeschichtlichen Voraussetzungen und Dynamiken für das Entstehen von Krankheit weitgehend aus dem Blickfeld. Die moderne Medizin ist im Bereich der akuten, existentiell bedrohlichen Erkrankungen auf einem noch nie dagewesenen Niveau in der Lage, erfolgreich zu intervenieren und den Menschen soweit zu stabilisieren, dass dieser dank seiner Selbstheilungskräfte überleben und genesen kann. Die individuellen seelischen und psychosozialen Bedingungen der Krankheitsentstehung, die so bedeutsame „zweite Hälfte der Behandlung“ (S. 11), werden dabei jedoch kaum berücksichtigt. Damit bleibt dem Individuum die Bedeutung seiner Erkrankung verborgen, womit ihm das Ziehen der erforderlichen Konsequenzen nicht gelingen kann, was vor allem eine erfolgreiche Sekundärprophylaxe erheblich erschwert bzw. verhindert.

Im Kapitel zur Darstellung der psychoanalytischen Modelle psychosomatisch und seelisch bedingten körperlichen Erkrankens geht der Autor auf die Forschungsarbeiten und Konzepte zahlreicher Psychoanalytiker und einzelner Psychoanalytikerinnen ein. Er spannt den Bogen seiner kompakten Darstellung von Psychoanalytikern der ersten Stunde wie Georg Groddeck über die Arbeiten von Wilfred Bion bis zu den modernen Theorien, vor allem der französischen Psychoanalyse, und nimmt auch auf Forschungsergebnisse aus dem Bereich der Neurowissenschaften Bezug.

Im darauf folgenden Kapitel „Ein integrierendes psychoanalytisches Modell“ führt Plab die zuvor ausgeführten Modellvorstellungen über die seelischen Mechanismen des Erkrankens des Körpers zusammen. Er hebt die Bedeutung einer ganzheitlichen Betrachtung des Menschen hervor, denn „[d]as Psychische ist eine Funktion des menschlichen Nervensystems, vom Körperlichen also nicht zu trennen. Das Psychische ist körperlich, das Körperliche ist psychisch“, und somit „gehört die Psychosomatik regelhaft ubiquitär in die Medizin installiert – ambulant und stationär, und besonders und sehr viel umfangreicher in der medizinischen Ausbildung“ (S. 70). Klaus Plab erweist sich als Psychoanalytiker der intersubjektiven Wende, wenn er schreibt: „Menschen sind Beziehungswesen, die menschliche Seele entsteht ausschließlich in einem intersubjektiven und interaktionellen, affektgeladenen Feld mit den primären Objekten“ und „[n]ur in der Beziehung zum Anderen sind daher Veränderungen möglich“ (S. 73). Er verweist auf die zentrale Rolle der Beziehung für die Ent-

wicklung des Selbst und für die Gesundheit des Menschen: „Psychosomatische Symptomatik weist also immer auf (gescheiterte oder unzureichende) implizite Beziehungsmuster zwischen Subjekt und (frühen) Objekten – ob verstehbar oder nicht – als internalisiertes Intersubjektives hin, stellt ein inneres Gleichgewicht sicher und schützt das Subjekt vor Verlust des Objekts und der Autonomie“ (S. 73f). Psychosomatik ist psychoanalytisch eben nicht – wie bis vor einiger Zeit noch üblich – nur vom Konflikthaften her zu betrachten. Bereits in diesem Kapitel betont und erläutert der Autor die herausragende Bedeutung des Immunsystems, das – von Anbeginn des Lebens an von den frühen Beziehungsmustern geprägt – lebenslang eine Rolle zur Erhaltung des inneren Gleichgewichtes erfüllt und untrennbar mit dem Seelischen im Körperlichen verflochten ist. Viele psychosomatische Erkrankungen entstehen in einer Zeit, in der Sprache noch nicht zur Verfügung steht und somit das Erfahrene, die Triebe und Affekte nicht symbolisiert werden können, sondern im Somatischen eingeschrieben werden und dadurch implizit sind. Der Autor beschreibt in diesem Kapitel unterschiedliche Formen psychosomatischen Erkrankens in Abhängigkeit des jeweiligen Reifegrades der seelischen Strukturen und erläutert dabei die zugrunde liegende Dynamik aus psychoanalytischer Sicht. Daraus entsteht ein Spektrum psychosomatischen Erkrankens, beginnend mit den schweren, immunologisch bedingten Erkrankungen, die in sehr frühen Beziehungserfahrungen ihren Ursprung haben, über im Körper repräsentierte abgespaltene, dissoziierte oder

projizierte Objektbeziehungen und Konversionsphänomene bis hin zu den somatischen Anpassungen auf andauernde innere und äußere Belastungen und Konflikte bei gereifter seelischer Struktur.

Eingebettet sind diese beiden Kapitel zwischen eine Darstellung über die Entstehung des Seelischen im Körperlichen sowie einen Abschnitt mit Überlegungen zu Körper und Seele aus historischer und konzeptioneller Sicht. Quasi als Umrahmung der Diskussion der psychodynamischen Modellvorstellungen spiegelt sich in dieser Struktur des vorliegenden Werkes die Ineinanderverflechtung und unauflösbare Bezogenheit von Körper und Seele zu einem Ganzen wider. Dies steht ganz im Einklang mit der Lehre von Alfred Adler: „Es ist nicht viel darüber bekannt, wie ein seelischer Eindruck an die Organe herankommt, aber dass es sich um eine Gesamtwirkung handelt, ist keine Frage“ (Adler, 1934h/2010).

Der Hauptteil des Buches ist der Darstellung der psychoanalytischen Überlegungen, wie sich das Seelische in verschiedenen körperlichen Erkrankungen ausdrücken kann, gewidmet. Dabei wird ein Bogen von Erkrankungen einzelner Organe und Organsysteme über systemische Erkrankungen wie Infektionen und Autoimmunerkrankungen, ADHS, Lebensmittelunverträglichkeiten, maligne Erkrankungen bis hin zum autoaggressiven Umgang mit dem Körper und der Hypochondrie gespannt. Plab betont die zentrale Rolle des Immunsystems, das sich durch komplexe Vernetzung mit den hormonellen und neuronalen Strukturen des menschlichen Körpers aus-

zeichnet und bei sehr vielen Erkrankungen sowie bei der gelingenden Wundheilung und Genesung beteiligt ist. Die Rolle des Immunsystems im psychosomatischen Geschehen kann dabei gar nicht überschätzt werden, denn: „Seele und Immunsystem sind unzertrennlich. Keine immunologisch bedingte Erkrankung oder Erkrankung des Immunsystems ist ohne seelische Begleitung“ (S. 163). In aller Kürze gelingt dem Autor ein mit zahlreichen exemplarischen Fallbeispielen illustrierter Einblick in die seelischen Hintergründe somatischen Erkrankens. Diagnosen und Erkrankungen unterliegen auch immer den Zeitströmungen: „Eine ganze Industrie lebt von dieser Dynamik, die Symptomatik ist ein gutes Beispiel für die Notwendigkeit, an medizinischen Erklärungsmodellen festzuhalten, um die menschentypische Abwehr gegen das Verstehen der Wahrheit aufrechterhalten zu können“ (S. 153). Dem kann aus individualpsychologischer Sicht nur zugestimmt werden. In den psychosomatischen Störungen spiegelt sich der abwehrende Umgang der Gesellschaft mit dem Seelenleben am deutlichsten wieder, und „[e]s scheint, dass die Psyche das Stiefkind des Menschseins ist, dem die Beleidigung des Körpers vorgeworfen wird, wenn ihr Leiden ihm Beschwerden verursacht“ (Sindelar, 2011).

Im Kapitel über die psychoanalytische Therapie körperlicher Erkrankungen weist der Autor auf die Unmöglichkeit und auch die Gefahr einer manualisierten Anleitung für dieses Unterfangen hin. Er warnt ausdrücklich vor körpertherapeutischen Strategien und plädiert für ein freies analytisches und auch emotionales Wahrnehmen und Beobachten des analyti-

schen Settings und der verbalen und nonverbalen Inszenierungen und Darstellungen, was letztendlich ein Verstehen ermöglichen kann. Die bedeutende Rolle der Gegenübertragung und die Frage des Umgangs des Analytikers und der Analytikerin mit den eigenen Krankheits- und Todesängsten werden erläutert, und daran geknüpft die elementare Bedeutung der diesbezüglichen Selbsterfahrung. In der Ausführung über die Rolle des Traumes wird sichtbar, dass die somatisch impliziten und somit auch noch nicht im Traum symbolisierungsfähigen Affekte auf eine falsche Fährte locken können. Der Autor beschreibt anschaulich und differenziert, auf welchem – mitunter steinigem – Weg eine Symbolisierung und damit eine Übersetzung der Sprache des Leiblichen in eine sprachliche Symbolik möglich gemacht werden kann. Lediglich die Anmerkungen zur Absage an körpertherapeutische Interventionen erscheinen kategorisch und angesichts der aktuellen wissenschaftlichen Forschung zur analytischen Körperpsychotherapie verkürzt.

Plab hat, wie er selbst schreibt (S. 19), mit den 222 Seiten kein psychosomatisches Nachschlagewerk oder Lehrbuch geschaffen. Sein Anliegen besteht darin, die Bedeutung psychoanalytischen Reflektierens und Verstehens für die Phänomene des somatischen Erkrankens und Krankseins hervorzuheben. Dabei ist es für ihn unerlässlich, sich unter beständiger Einbeziehung der Gegenübertragung mit Neugier und Offenheit der Dynamik und Botschaft der Symptomatik des Individuums zu widmen, denn „Psychosomatik im psychoanalytischen Sinne bedeutet, Symbolsysteme zu hinterfra-

gen und zu verstehen“ (S. 18). Die Falldarstellungen sollen hierbei nur als Geländer dienen, das im konkreten Fall losgelassen werden kann, um sich mit Geduld der Dynamik der Symptomatik im Phantasieren, freien Assoziieren und der „Spur der intuitiven Wahrnehmung“ (S. 107) hingeben zu können, bis man verstanden hat.

Die Funktion des psychosomatischen Symptoms liegt darin, das mitzuteilen, was nicht erkannt werden darf und nicht beschrieben werden kann. Es ist Schutz vor und doch Ausdruck des zugrundeliegenden inneren Leidens. Für die psychoanalytische Individualpsychologie bietet das vorliegende Buch wertvolle Anregungen für das Verstehen-Lernen der Symbolik der körperlichen Symptomatik und einen interessanten Einblick in die Zusammenhänge zwischen seelischer Reifung und psychosomatischem Geschehen. Aus individualpsychologischer Sicht ist das psychosomatische Symptom ein Ausdruck des von den frühen Beziehungserfahrungen geprägten individuellen Lebensstils des Patienten, es dient der Abwehr von Minderwertigkeits- und Ohnmachtsgefühlen und damit der Stabilisierung des Selbstwertgefühles. In der tiefenpsychologischen Psychotherapie gilt es, die individuelle Symbolik dessen, was sich über den Körper und sein Erkranken ausdrückt, zu entschlüsseln. Was verborgen werden muss, hat meistens mit Angst zu tun. Und diese „hat viele Gesichter. Im psychosomatischen Symptom erscheint sie als Gegenwarts- und Zukunftsangst vor weiterem Schmerz, vor Abhängigkeit und Hilflosigkeit, vor Siechtum und Tod. Ihr wahres Gesicht ist die Lebensangst“ (Sindelar, 2011).

Mit dem vorliegenden Werk sind dem Autor ein überaus dichter und aktueller Einblick aus psychoanalytischer Perspektive in die seelischen Hintergründe des somatischen Krankheitsgeschehens sowie der Entwurf einer modernen integrierenden psychoanalytischen Modellvorstellung für „alle Situationen körperlichen Krankseins“ (S. 70) wunderbar gelungen. Auf Basis dieser Erkenntnisse hebt es die zentrale Bedeutung eines psychoanalytischen Verständnisses der Psychosomatik für die gesamte Palette der heilenden Berufe von der Aufklärung über die Lehre und Prävention bis zu Diagnostik und Therapie hervor. Nur mit einer ganzheitlichen Methode, die psychodynamische und medizinische Denk- und Arbeitsweisen zusammenführt, kann eine Annäherung an ein Verständnis für das körperliche Erkranken und eine sinnvolle und heilsame Therapie gelingen (S. 213). Aufgrund der erarbeiteten Erkenntnisse stellt dieses Buch zudem ein Plädoyer für die Bedeutung der gelingenden sozialen Beziehungen in allen Phasen und bei allen Ereignissen eines Menschenlebens dar. Dem ist aus individualpsychologischer Sicht in jeder Hinsicht zuzustimmen.

Literatur

Adler, Alfred (1934h/2010). Körperliche Auswirkungen seelischer Störungen (1934). Hg. von Gisela Eife. *Persönlichkeitstheorie, Psychopathologie, Psychotherapie (1913 - 1937)* (S. 572–580). Göttingen 2010: Vandenhoeck & Ruprecht (Alfred Adler Studienausgabe, Bd. 3).

Sindelar, Brigitte (2011). Psychosomatik. In: Bernd Rieken, Brigitte Sindelar & Thomas Stephenson: *Psychoanalytische Individualpsychologie in Theorie und Praxis. Psychotherapie, Pädagogik, Gesellschaft* (S. 307–314). Wien: Springer.

Autorin

Mag.a Martina Heichinger, BA pth.

Schadekgasse 5/10

1060 Wien

Tel: 0664 17 35 148

Mail: martina.heichinger@gmail.com

Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision (Individualpsychologie), Studium der Veterinärmedizin, Studium der Psychotherapiewissenschaft an der Sigmund Freud Privatuniversität Wien.