

Großeltern und Geschwistern während dieser Zeit des Abschiednehmens am besten helfen? Wie können wir die ständig steigende Selbstmordrate von Kindern auf irgendeine Weise reduzieren?

Kübler-Ross versucht auf alle diese Fragen eine Antwort zu geben. Sie tut es nicht in theoretisch-abstrakter Form. Aus dem Schatz ihrer jahrzehntelangen Arbeit mit sterbenden Kindern aller Altersstufen breitet sie Gedichte, Briefe, Erlebnisschilderungen von Kindern und Berichte von Eltern, Großmüttern und vielen anderen Bezugspersonen der betroffenen Kinder vor dem Leser aus. Man kann den Eltern und sonstigen Angehörigen dieser Kinder nur dankbar sein, daß sie die Zeugnisse zur Veröffentlichung freigegeben haben. Kinder werden so zu Lehrern von Erwachsenen. Der Leser kann sich betroffen machen lassen von manchem (eigentlich) Selbstverständlichen im Umgang mit Menschen, die einen Menschen verloren haben, was aber leider nicht mehr selbstverständlich ist.

Viele Wissenschaftler, die sich heute – wissenschaftlich – mit Sterben und Tod befassen, berichten, daß sie von Frau Kübler-Ross ihren Anstoß zur Beschäftigung mit dem Thema bekommen haben. Ich denke, auch von diesem Buch der Autorin können Eltern und Verwandte von sterbenden Kindern, Ärzte, Pfleger und Schwestern, Psychotherapeuten und Seelsorger Anregung und Stoff zum eigenen Nachdenken über ihre Sicht, ihre Ängste usw. und ihr Verhalten und Tun oder Nicht-Tun erhalten.

K. H. Ditzer

MASTERS, Robert – HOUSTON, Jean: *Phantasie-Reisen*. Zu neuen Stufen des Bewußtseins: Ein Führer durch innere Räume. München 1984: Kösel Verlag. 221 S., kt., DM 29,80.

SVOBODA, Tomas: *Das Hypnosebuch*. Individuelle Anwendungsformen für Selbsthilfe und therapeutische Praxis. München 1984: Kösel Verlag. 224 S., kt., DM 29,80.

Es ist nicht mehr zu übersehen, daß in den letzten 10 bis 15 Jahren nicht nur alle möglichen und unmöglichen Formen von Meditation sich eines regen Interesses erfreuen und entsprechende Angebote für lange Zeit ausgebucht sind, sondern alle Verfahren, die ‚Bewußtseinsweiterung‘ oder die Erlangung von Healthyness, Fitness oder Happyness versprechen, sich eines wahren Booms erfreuen. Psycho-Software ist ‚in‘. Es ist schon viel über die Hintergründe geschrieben worden, warum das so ist: Das Sinndefizit unserer westlichen Welt, die Krise unserer Rationalität, die säkularisierte Öde unserer Welt, Selbstentfremdung und Ohnmachtserfahrung in einer total verwalteten Welt usw. Dies soll hier nicht noch einmal entfaltet werden und unser Thema sein. Dennoch muß man sich bewußt bleiben, daß das Geschäft nur blüht, weil es genügend Menschen gibt, die sich während ihres ‚normalen‘ – ihres Alltags-Lebens wie in einem Tieftauchzustand erleben und von Zeit zu Zeit – mit Notwendigkeit – auftauchen müssen, um Luft zum Atmen und damit zum Leben zu schnappen. Da in dieser Notsituation keine Zeit und darüber hinaus auch kein Kriterium zur Verfügung steht, um – im Bilde zu bleiben – zu prüfen, ob die Luft auch wirklich bekömmlich ist, haben auch Scharlatane Hochkonjunktur. Auf diesem Hintergrunde muß man dem Kösel-Verlag dankbar sein, daß er Fingerspitzengefühl bei der Auswahl seiner Autoren gezeigt hat und nicht einfach nur auf der ‚Welle mitschwimmen‘ wollte. Den Autoren beider Bücher muß man darüber hinaus danken, daß sie schon im Vorwort jeweils deutlich machen, daß bestimmte Bedingungen erfüllt sein müssen, um die vorgeschlagenen Übungen ohne Gefahren durchführen zu können.

So schreibt das Ehepaar Masters/Houston (S. 11f.) „Im allgemeinen solltest du die Phantasie-Reisen nur mit Menschen unternehmen, denen du vertraust, mit denen du dich wohlfühlst und die du einigermaßen kennst. Diese Vorsichtsmaßregel wird den Erfahrungen aller Spieler zugute kommen, weil sie es für jeden leichter macht, konditionierte Verhaltensweisen und bestimmte Arten der Wahrnehmung und des Wissens einfach ‚loszulassen‘. Nur ein einziger mißtrauischer, feindseliger, ausbeuterischer oder anderweitig mißliebiger Mitspieler ist in der Lage, die Erfahrungen anderer Personen oder gar der ganzen Gruppe stark zu beeinträchtigen.“ Von den Spielern, die die Rolle eines ‚Reise-Leiters‘ übernehmen, wird erwartet, daß sie eine Person sind, „die sich gut ausdrücken kann, über praktische psychologische Fähigkeiten verfügt und in ihrem Auftreten demonstrieren kann, daß sie für diese Führungsrolle kompetent ist.“ Auch warnen sie vor der Interpretation bestimmter spiritueller Erfahrungen, da diese durchaus falsch sein können. Ihre Übungen und Spiele führen zwar an die religiösen Wurzeln unserer Kultur – aber eben auch nicht weiter.

‚Phantasie-Reisen‘ können helfen, Folgen der Entfremdungserscheinungen zu überwinden und zu öffnen – auch für Transzenderfahrungen, aber eben nur dann, wenn die Voraussetzungen stimmen und die Warnungen beachtet werden. Es ist sicherlich ein legitimer Bedarf an entsprechenden Spiel-Lern-Systemen dieser Art vorhanden.

Auch das zweite hier vorzustellende Buch nimmt sich unseres streßgeplagten und in jeder Hinsicht verkrampten Menschen an. Hypnose – das hat sich inzwischen herumgesprochen – kann helfen. Aber obwohl viele wissen, daß sie nicht etwas für Jahrmärkte ist, sondern in seriöser Therapie eingesetzt wird, wissen die meisten Menschen dennoch nicht, was sie eigentlich ist und wie sie ‚funktioniert‘. Dem will Tomas Svoboda abhelfen – und wie ich meine: gelungen. Mit dem Klappentext muß man allerdings vorsichtig umgehen, denn der zitierte ‚Laie‘ bedarf schon einiger Therapieerfahrung, wenn er autodidaktisch mit den vorgestellten Übungen für sich beginnen will. Für die Verwendung an anderen und gar zu therapeutischen Zwecken, fordert der Autor zu recht eine fundierte Ausbildung: „Hypnose sollte niemals von Menschen gehandhabt werden, welche von ihrem Beruf und von ihren Fähigkeiten her nicht imstande sind, die behandelten Störungen und Probleme auch ohne Hypnose therapeutisch anzugehen.“ (S. 10)

Ansonsten ist dem Text zuzustimmen, wenn es heißt: „Das Hypnosebuch ist ein verständliches, fundiertes Werk für Laien und Fachleute, das umfassend über die therapeutische Arbeit mit einem ‚veränderten Bewußtseinszustand‘ informiert. Erstmals (?) wird das ganze Spektrum der Hypnoseformen vorgestellt, die auf den neuesten Erkenntnissen beruhen. Dazu werden entsprechende Texte angeboten. Sie können vom Leser dazu eingesetzt werden, andere den Zustand tiefer Entspannung erfahren zu lassen, beziehungsweise von Fachleuten für die therapeutische Anwendung von Hypnose benutzt werden.“ K. H. Ditzer

EICHENBAUM, Luise – ORBACH, Susi: *Feministische Psychotherapie*. Auf der Suche nach einem neuen Selbstverständnis der Frau. München 1984: Kösel Verlag. 221 S., kt., DM 29,80.

Feministinnen haben in den letzten Jahren Aufsehen erregt und nicht immer dazu beigetragen, den – auch berechtigten – Anliegen der Frauen mit Offenheit, Unterstützung, Wohlwollen usw. zu begegnen. Viele Bekannte, denen ich das Buch in der letzten Zeit vorgestellt hatte, weil ich es für gut finde, antworteten mir – schon bei Nennung des Titels – mit der Gegenfrage: ‚Mit so etwas beschäftigen Sie sich auch noch?‘ Der Titel schreckt viele von denen ab, die nicht zum Lager der Befürworter um jeden Preis gehören. Damit der Inhalt weitertransportiert wird, sollte sich der Verlag eine andere Überschrift ausdenken. Denn was die beiden Autorinnen, Gründerinnen der Frauen-therapiezentren in London und New York, zu sagen haben, sollten zumindest alle lesen, die in der Beratung, sei es nun Seelsorge oder Psychiatrie, tätig sind.

Orbach und Eichenbaum haben ihren Ansatz der Psychotherapie für Frauen zwar aus der Frauenbewegung heraus entwickelt, sich aber dann freigeschwommen. Trotz der zuzugebenden Einseitigkeit der Psychologie und Psychotherapie – bezogen auf das Verhältnis zur Frau und ihrer Psyche – haben die beiden Autorinnen und ihre weiteren später hinzugekommenen Mitarbeiterinnen das Gespräch mit eben dieser Psychologie und ihren Vertretern nicht abreißen lassen. Der sich in der Psychologie im ganzen zu beobachtende Umdenkungsprozeß ist ihnen sicherlich dabei hilfreich gewesen. Die Reflexion auf dem erweiterten Hintergrund der Erfahrungen, die die Autoren in Beratungen und therapeutischen Sitzungen gesammelt haben, hat sich in dem Buch wohltuend niedergeschlagen. Mir scheint, daß auch der erste Teil, die von manchen als etwas trocken empfundene ‚Standortbestimmung‘, wichtig ist. Es ist sicher richtig und entspricht wohl heutigem Kenntnisstand, daß der kulturelle Einfluß auf die psychische Entwicklung eines Menschen ein in seiner Bedeutung eher unterschätzter Faktor ist. Aber eben dieser kulturelle Rahmen ist sicherlich noch einmal für den deutschen Sprachraum zu reflektieren, gerade wenn es um die konkrete individuelle Gestaltung und Entwicklung der Mutter-Tochter-/Mutter-Sohn-Beziehung geht. Ich bin mir nicht sicher, ob man bei uns so durchgängig noch von einer patriarchalischen Gesellschaft reden kann. Sicher ist richtig, daß der ‚Vater‘ in der frühkindlichen Erziehung noch viel zu wenig vorkommt und die wünschenswerte ‚Eltern-Baby/Kleinkind-Beziehung‘ Wunschtraum ist und sich erst in Einzelfällen realisiert.