Jürg Kollbrunner
Gespräch über Schuld und Schuldgefühle in der therapeutischen Beratung
Schulz-Kirchner Verlag, 1. Aufl., 2018, 120 S., € 18,–

„Drohende Behinderung", „Behinderung" und „Entwicklungsgefährdung" – von Anfang an und nahezu regelhaft mit diesen Begriffen verbunden ist die Frage um mögliche Schuld und auch von Scham. Es sollte nicht so sein, dass Entwicklungsgefährdung eine Frage von Schuld oder Scham beinhaltet. Aber dennoch ist therapeutische Beratung auch in der Frühförderung nicht befreit von der Beachtung und der Bewältigung dieser Begriffe: Schuld und Scham. Diese Gefühle betreffen das Kind, die Bezugspersonen, jeglichen Therapeuten in der Behandlung. Kein anderer Artikel des damaligen Jahrgangs des Deutschen Ärzteblattes erhielt 1987 (Heft 4) so viele Zuschriften als jener von Helmut Remschmidt mit dem Titel seines Artikels „Das autistische Kind – Eltern haben keine Schuld". Die Loslösung der Diagnose von der Schuldfrage wirkte wie ein Befreiungsschlag für Betroffene und Angehörige. Begriffe wie „schizophrenogene Mutter" oder „autismogene Mutter" waren geläufig und dürften nun hoffentlich Geschichte sein. Es waren auch schuld „die Familie" und schließlich schlichtweg „die Gesellschaft". Familientherapie und Elterntraining hatten (und haben?) implizit die Begründung u. a.: „Eltern haben erzieherisch gefehlt, ihnen ist richtige Erziehung beizubringen". Populär noch immer der Reflex, „wenn psychisch gestört, dann hat etwas in der Familie nicht gestimmt" oder „irgendwie doch selber schuld". In der Therapie aber geht es um Sehen, Annehmen, Verstehen und Helfen, nicht um Schuldvorwurf. Warum also muss dieses Thema mit Therapie in Verbindung gebracht werden? Die Schuldfrage mag ein juristischer, theologischer und moralischer Begriff sein, er ist kein medizinischer und überhaupt kein therapeutisches „Werkzeug", allerdings aber: oft genug therapeutischer „Gegenstand".

Die Frage von Schuld, Schuldgefühl und von Schamgefühl ist in der therapeutischen Beratung allgegenwärtig und kann nicht einfach geleugnet und ignoriert werden. Die Angehörigen stellen sich die Frage: „Bin ich schuld an der Behinderung meines Kindes?", „Was habe ich versäumt oder falsch gemacht?". Und der Patient leidet unter dem Schuldgefühl: „Ich bin meinen Angehörigen eine Last, schuldig dass sie wegen mir und an mir leiden müssen, ich ihnen ständig Sorge und auch Ärgernis bin". So kann es unvermeidlich und auch notwendig sein, den Schuld- und Schamgefühlen, wenn sich diese dem Patienten oder den Angehörigen aufdrängen, insbesondere „in den Weg stellen", nicht kategorisch aus dem Wege zu gehen. Diese Gefühle aufzugreifen kann lösungsrelevant sein, ihnen nachzugehen kann konkreten Hinweis für Veränderungsbedarf geben. Und Ratschläge können „ungewollt" Schuldgefühle auslösen und bestärken, wenn sie „Fehlverhalten" voraussetzen.

Wohl richtig und bedenkenswert ist die Feststellung des Autors, dass es in den Lehrbüchern für Therapieberufe zu der Frage, wie etwa Schuldgefühle der Patienten aufgegriffen werden können, kaum Hilfestellungen zu finden sind. Diese Lücke zu schließen, ist die Zielsetzung des Buches.

Jürg Kollbrunner hat aus seiner Erfahrung als Klinischer Psychologe dem „Gespräch über Schuld und Schuldgefühle in der therapeutischen Beratung" eine Monografie gewidmet. Sie ist einem Lehrbuch gleich ausgezeichnete Handreichung für die Praxis therapeutischer Beratung.

„Was sind Schuldgefühle?", denen der Therapeut in der Behandlung begegnet. „Was ist Schuld?" die den Therapeuten angeht. Wie lassen sich die-

PDF bereitgestellt von Reinhardt e-Journals | © 2024 by Ernst Reinhardt Verlag
Persönliche Kopie. Zugriff am 06.05.2024
Alle Rechte vorbehalten. www.reinhardt-verlag.de

se Botschaften von Schuld und Scham wahrnehmen und kategorisieren („böse", „fahrlässig", „schicksalhaft"; „bewusst", „unbewusst")? Diesen Fragen sind die Anfangskapitel des Buches gewidmet.

Beispiele von direkten Schuldbekenntnissen („Meine Tochter handelt genau so blöd wie ich …") und verschlüsselten („Ich bin unter strengen Eltern aufgewachsen …") sind aufgelistet. Ausführlich sind Beispiellisten zu Aussagen, die von früher Kindheit an Schuld- und Schamgefühle erzeugen, von Eltern zu Kindern („Du bist ein schlechter Junge …", „Mami ist ganz traurig …") und unter Erwachsenen („Wenn Du mich liebtest, dann würdest Du …"; nicht sprechen, Stöhnen …). Wurzeln einer Verdrängung von Schuldgefühlen werden benannt (Angst vor Strafe, Angst vor Liebesentzug). Nicht ausgelassen sind die aufkommenden Schuldgefühle bei Gebrechlichkeit und nach dem Tod nahestehender Bezugspersonen („Hätte ich meine Mutter nicht häufiger besuchen sollen?"). Nicht zuletzt werden auch die „positiven Aspekte der Schuld- und Schamgefühle" herausgearbeitet. Sie signalisieren ein „seelisches Ungleichgewicht", regen an zu Reflexionen über Veränderungsbedarf, können zu empathischem Zugehen motivieren (sich entschuldigen, trösten).

Den Kapiteln zum Umgang mit Schuldgefühlen in der Therapie ist der Satz vorangestellt: „Gespräche mit Patienten über Schuldgefühle und Schuld sind keine Notwendigkeit, aber manchmal eine einzigartige Chance, Hilfesuchenden zu helfen, eine Not abzuwenden." Wie lassen sich vonseiten des Therapeuten Hemmungen überwinden, die Schuldfrage anzusprechen oder aufzugreifen, wie erkenne ich sie als Therapeut aus verbalen oder gestischen Mitteilungen? Welche Maßnahmen empfehlen sich bei verschiedenen Arten und Schweregraden von Schuldgefühl und Schuld (sich Schuld eingestehen, um Vergebung bitten, sich selbst vergeben, Gutes tun, Grübelzeit festlegen). Schließlich gilt auch die Reflexion zur Selbsthilfe bei Schuldgefühlen, die der Therapeut in Bezug zu seiner therapeutischen Verantwortung erleben kann („Der Patient ist unzufrieden, was habe ich falsch gemacht?").

Der Anhang umfasst 27 der insgesamt 120 Seiten. Dargelegt werden Dialoge, zu deren Lösung sich der Leser Gedanken machen kann – geeignet als Stoff zur Selbsterfahrung.

Formal ist das Buch klar gegliedert, durch Listen und Tabellen, manche Skizze und farblich unterlegte Merksätze ist es leicht leserlich. Die vielfältigen Beispiele aus der Praxis erleichtern das Verständnis und sind Muster für eigene Handlungsalternativen.

Allen Berufsgruppen, die im Rahmen der Frühförderung Beratung ausüben, ist dieses Buch zur Lektüre zu empfehlen.

Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. Andreas Warnke

DOI 10.2378/fi2019.art15d

PDF bereitgestellt von Reinhardt e-Journals | © 2024 by Ernst Reinhardt Verlag
Persönliche Kopie. Zugriff am 06.05.2024
Alle Rechte vorbehalten. www.reinhardt-verlag.de