

Psychotherapie zwischen Heilung und Selbstoptimierung: Polyvalenz einer prothetischen Praxis

Jürgen Straub

Zusammenfassung: *Von professioneller Psychotherapie verspricht man sich heilende Wirkungen. Sie wendet sich allerdings schon längst nicht mehr nur an bedrängte und bedrohte, „gestörte“ oder „erkrankte“ Seelen. Ihr Wirkungskreis erstreckt sich vielmehr auf eine immer ausgedehntere Prothetisierung und Optimierung des Menschen – jedes Menschen. Eine als Prothetik verstehbare Psychotherapie zielt auch auf Steigerungen des „Normalen“, „Funktionstüchtigen“ und „Gesunden“. In häufig unmerklichen Übergängen verschiebt sich der Zweck psychotherapeutischer Behandlungen seit geraumer Zeit in Richtung einer unendlichen Optimierung des Selbst, des Erlebens, Denkens, Fühlens, Wollens und Handelns von Personen. Psychotherapeutische Praxen sind tief in die Geschichte von Kulturen verstrickt, welche die Grenzen zwischen Heilung und Optimierung zunehmend verwischen. In solchen Kulturen stehen autonome Subjekte permanent unter Druck. Sie sollen vom Versuch einer unendlichen Selbst-Verbesserung nicht mehr ablassen. Diesen gesellschaftlichen Imperativ sollte eine das eigene Tun reflektierende Psychotherapie kennen – und bedenken, wenn sie sich nicht blindlings der unendlichen Steigerungspirale der Selbst-Optimierung verschreiben möchte.*

Schlüsselworte: Optimierung, psychotherapeutische Prothetik, Selbst, Subjekt

Die folgenden Überlegungen begreifen die höchst vielfältige Psychotherapie als Bestandteil gesellschaftlicher Entwicklungen (Grawe, Donati & Bernauer, 1994; Kriz, 2001; Slunecko, 2009). Ihre Formen und Funktionen unterliegen historischem Wandel. Psychotherapie ist ein soziokulturelles Phänomen. Wo sie etabliert ist – insbesondere in einigen modernen Gesellschaften der westlichen Welt –, richtet sie sich mittlerweile an alle möglichen Menschen: Junge und Alte, Frauen und Männer aus jeder Schicht und jedem Milieu werden adressiert, teilweise mit Angeboten umworben, die passgenau auf besondere Lebensformen und Lebenslagen zugeschnitten sind. Dabei scheint es oft – trotz anderslautender Definitionen – gar keine notwendige Bedingung für psychotherapeutische Behandlungen mehr zu sein, dass diese Menschen schwer leiden und über erhebliche Einschränkungen ihres Erlebnis- und Handlungspotenzials klagen. Es genügt vielfach die Bereitschaft, sich selbst weiter optimieren zu wollen (in irgendeiner Hinsicht). Worum es dabei gehen könnte und wie das zu bewerkstelligen wäre: Das klären Beratungen und Behandlungen, die weit ab von kurativen Zwecken bestimmte Bedürfnisse, Wünsche und Begehren erst einmal schaffen bzw. artikulieren helfen. Die gängige Eingrenzung des Begriffs „Psychotherapie“ ausschließlich auf solche Lehren und Maßnahmen, die eindeutig auf die „Feststellung,

Heilung oder Linderung psychischer Störungen mit Krankheitswert“ (<https://de.wikipedia.org/wiki/Psychotherapie>) bezogen sind, wird häufig nicht mehr strikt beachtet. Das bedeutet, dass auch die Grenzen zur beratenden Psychologie (und anderen Formen der Beratung, Betreuung und Begleitung von Menschen) zumindest in der Praxis ziemlich unscharf geworden sind.

Die im Folgenden vorgestellten Überlegungen kommen „von außen“, das heißt: Sie sind mit einem kulturpsychologischen, psychologiehistorischen und wissenssoziologischen Forschungsprogramm verwoben. Dieses Projekt ist allerdings auf genaue Kenntnisse psychotherapeutischer Praxen angewiesen, mithin am Gespräch mit Psychotherapeutinnen und -therapeuten interessiert, gerade auch mit solchen, die sich und ihre Tätigkeit in der Tradition der Humanistischen Psychologie bzw. im Feld personenzentrierter Ansätze verorten. Was im Folgenden dargelegt wird, betrifft freilich vielerlei professionelle Formen der uns vertrauten „Pflege der Seele“.

An einer Kritik „der“ Psychotherapie – die in dieser Pauschalität ohnehin unsinnig wäre – liegt mir dabei nichts. Professionelle Psychotherapie gilt zu Recht als eine für viele Menschen tatsächlich hilfreiche und bereichernde, obendrein einfach funktional notwendige Praxis. Ihr Ansehen verdankt sich nicht zuletzt den wissenschaftlichen Bemühungen, die sie fundieren (sowie als angemessen und wirksam zu erweisen bemüht sind; vgl. etwa Grawe, 2005a, 2005b; kritisch aus psychoanalytischer Sicht: Mertens, 1994). Es wäre abwegig und anmaßend, den Wert und Nutzen psychotherapeutischer und verwandter Unternehmungen in Abrede zu stellen – zumal jener auch ethisch anspruchsvollen Ansätze, welche den zu beratenden und zu behandelnden Menschen in ihrer jeweiligen individuellen Persönlichkeit begegnen und um möglichst „unbedingte“ Wertschätzung des Gegenübers bemüht sind. Jedoch möchte ich einen fragenden Blick auf diese vielschichtige Praxis und ihre zahlreichen Funktionen werfen, speziell auf ihre Verstrickungen in grassierende Bestrebungen einer unaufhörlichen, mitunter regelrecht besessen wirkenden *Optimierung des Menschen* (Straub, Sabisch-Fechtelpeter & Sieben, 2012; Straub, Sieben & Sabisch-Fechtelpeter, 2012; Straub, 2012a, 2012c, 2012d, 2013).

Optimierung des Selbst im Rahmen der Psycho-Prothetik

Der generalisierte gesellschaftliche Imperativ „*Optimiere Dein Selbst, verbessere Dich selbst!*“ bedeutet: Alle sollen sich unentwegt

steigern und entwickeln, sich erweitern und an sich feilen, in ständig neuen Hinsichten und mit stetig erneuerten Mitteln und Methoden (vgl. etwa Duttweiler, 2007; Elberfeld & Otto, 2009; Girkinger, 2012; Sieben, Sabisch-Fechtelpeter & Straub, 2012; Straub, 2013). „Du mußt Dein Leben ändern!“, zitiert der an Anthropotechnik interessierte Peter Sloterdijk (2011) den Dichter Rainer Maria Rilke. (Selbst-)Übungen ohne Unterlass: Die Menschen sollen *andauernd an sich arbeiten*. Sie sollen verfügbare Technologien des Selbst nutzen und auf dem unendlichen Weg der Selbstformung voranschreiten. Freilich werden sie dabei nicht allein gelassen und müssen nicht alles aus eigenen Kräften vollbringen (wenngleich es im Grunde vor allem auf sie selbst ankommt, auf diese in der Entwicklungspsychologie so titulierten *producers of their own development*; Lerner & Busch-Rossnagel, 1981). Bei Bedarf werden sie professionell angeleitet und mütterlich unterstützt. Sie werden motiviert und animiert, sich selbst ernst zu nehmen und sich ums eigene Selbst zu sorgen – gerade auch auf der Grundlage psychologischen Wissens und speziell dort, wo sich dieses Selbst entzieht und in diffuse Gefühle verhüllt, zu denen das strapazierte Subjekt keinen rechten Zugang mehr findet. Hier kommen also Psychotherapien und verwandte Professionen in der *therapeutischen Kultur* ins Spiel (zu diesem weiten Feld siehe z. B. Herman, 1995; Illouz, 2009; Maasen, Elberfeld, Eitler & Tändler, 2011; Moskowitz, 1995; Rieff, 1966; Rose, 1999, 2010; Stiegler, 2009; Straub, 2013; Tändler & Jensen, 2012; Traue, 2010). Diese Berufe fangen und pöppeln die mitunter schon sehr erschöpften Selbst (Ehrenberg, 2004, 2012) nicht nur auf, sie richten sie auch nicht bloß wieder her, um die nicht zu vermeidenden „Aporien der Perfektionierung“ (King et al., 2014; Uhlendorf et al. 2016) halbwegs erträglich zu machen. Viele Psycho-Berufe bzw. ihre zahllosen Repräsentanten reizen nämlich auch Optimierungsbegehren an, sie mobilisieren und kanalisieren, lenken und fördern diesen Wunsch und helfen ihn erfüllen – vorläufig wenigstens, zumindest für einen Moment lang, so gut es eben geht im jeweiligen Fall.

Die Psy-Disziplinen (Rose, 1999) und ihre anwendungsorientierten Branchen machen aus Menschen sogenannte „auteronomie Subjekte“ (vgl. Straub, 2013). Jedenfalls sind sie an der Herstellung von Auteronomie – einer eigentümlichen Melange von Autonomie und Heteronomie – maßgeblich beteiligt. Auteronomie ist eine Subjektivitäts- und Selbst-Form, die in Psy-Regimen bestens gedeiht. Die entsprechende Lebensform ist generell auf Prothesen angewiesen, speziell auch auf *Psycho-Prothesen*, wie ich sagen möchte (auf der Grundlage einer metaphorischen Verwendung des Begriffs „Prothese“, der nun eben auch einen immateriellen Ersatz oder eine immaterielle Ergänzung und Erweiterung eines bedürftigen Selbst bezeichnet; vgl. Straub, 2016a, in Straub & Métraux, 2016, wo sich weitere Abhandlungen zur aktuellen Prothetik finden).

Psychotherapeuten und Psychotechnikerinnen aller Art fungieren – zu kurativen oder zu optimierenden Zwecken – als Psycho-

Prothesen bzw. stellen solche in intimen Interaktionsverhältnissen erarbeiteten „Stützen“ und „Zusätze“ zur Verfügung. Sie halten das geschwächte und gefährdete Erlebnis- und Handlungspotenzial eines verunsicherten Subjekts zusammen, stützen und fördern es oder verhelfen auch kaum oder gar nicht beeinträchtigten Personen zu neuen Schritten auf dem Weg einer optimierenden Entwicklung des Selbst. Ich betrachte die Psychologie (und Psychoanalyse) sowie ihre anwendungsorientierten Ausleger in der Psychotherapie und Psychotechnik als Bestandteil eines *prothetischen Programms*, ja: als wichtige Akteure bei der tatkräftigen Umsetzung dieses auch auf Optimierung abzielenden Vorhabens. Die Psy-Disziplinen und ihre praktischen Anwendungen wirken also bei einem von weit her kommenden Projekt mit, das darauf abzielt, aus dem Menschen jenen „Prothesengott“ zu machen, welcher Sigmund Freud (1931) in seiner berühmten Abhandlung über das „Unbehagen in der Kultur“ so klar vor Augen stand:

„Es klingt nicht nur wie ein Märchen, es ist direkt die Erfüllung aller – nein, der meisten – Märchenwünsche, was der Mensch durch seine Wissenschaft und Technik auf dieser Erde hergestellt hat, in der er zuerst als ein schwaches Tier auftrat und in die jedes Individuum seiner Art wieder als hilfloser Säugling – *„oh inch of nature!“* – eintreten muß. All diesen Besitz darf er als Kulturerwerb ansprechen. Er hatte sich seit langen Zeiten eine Idealvorstellung von Allmacht und Allwissenheit gebildet, die er in seinen Göttern verkörperte. Ihnen schrieb er alles zu, was seinen Wünschen unerreichbar schien – oder ihm verboten war. Man darf also sagen, die Götter waren Kulturi-deale. Nun hat er sich der Erreichung dieses Ideals sehr angenähert, ist beinahe selbst ein Gott geworden. Freilich nur so, wie man nach allgemein menschlichem Urteil Ideale zu erreichen pflegt. Nicht vollkommen, in einigen Stücken gar nicht, in anderen nur so halbwegs. Der Mensch ist sozusagen eine Art Prothesengott geworden, recht großartig, wenn er alle seine Hilfsorgane anlegt, aber sie sind nicht mit ihm verwachsen und machen ihm gelegentlich noch viel zu schaffen. Er hat übrigens ein Recht, sich damit zu trösten, daß diese Entwicklung nicht gerade mit dem Jahr 1930 A. D. abgeschlossen sein wird. Ferne Zeiten werden neue, wahrscheinlich unvorstellbar große Fortschritte auf diesem Gebiete der Kultur mit sich bringen, die Gottähnlichkeit noch weiter steigern. Im Interesse unserer Untersuchung wollen wir aber auch nicht vergessen, daß der heutige Mensch sich in seiner Gottähnlichkeit nicht glücklich fühlt“ (Freud, 1931, S. 222).

Freud meinte offenbar, dieses unaufhörlich sich selbst schaffende, seine Fähigkeiten und Fertigkeiten ungeheuer weit ausdehnende und stetig steigende Geschöpf sei wesentlich ein Werk der Naturwissenschaften und der auf sie gegründeten Technologien und Techniken. Der moderne Mensch sei ein Lebewesen, das seine Macht durch naturwissenschaftlich-technische „Hilfsorgane“ ins Unermessliche ausdehnt. Das war, wie ich meine, eine allzu einseitige Betrachtungsweise. Die Psy-Disziplinen und ihre prak-

tisch-technischen Branchen arbeiten längst am prometheischen Projekt des sich unendlich optimierenden Prothesengotts mit. Alles und alle sollen immer besser, schneller, stärker, schöner, kompetenter, gelassener, flexibler, glücklicher werden – und wie die hehren, vielfach durchaus widersprüchlichen Attribute des zeitgemäßen Menschen noch alle heißen mögen. Dabei helfen die Psy-Disziplinen, Psychotherapien und Psychotechniken mit, dafür offerieren sie prothetische Dienstleistungen. Die Psychoanalyse bereitete bereits den Weg, andere Richtungen wie der Behaviorismus und die Humanistische Psychologie setzten diese ehrgeizige, ambitionierte Unternehmung fort. Weitere Ansätze unserer Tage – von der Positiven Psychologie bis zu neurowissenschaftlich fundierten Programmen – tragen das Ihre dazu bei, Imaginationen und Visionen einer unendlichen Optimierung des Humanen weiterzuspinnen und Wirklichkeit werden zu lassen. Manches mag noch illusionär und allzu fantastisch wirken. Vieles jedoch, was dereinst als bloßes Wunschdenken abgetan wurde, prägt längst unseren Alltag. Freud sah dies und sagte dem Prothesengott eine glänzende Zukunft voraus. Was er nicht wahrnehmen wollte, war die Verstrickung der Psychoanalyse und Psychologie in dieses Projekt. Der Prothesengott ist keine lediglich materielle Erscheinung. Er besteht auch aus immateriellen Bestandteilen, die als Ersatz und Zusatz, Ergänzung und Erweiterung seines auf fortgesetzte Optimierung geeichten Erlebnis- und Handlungspotenzials fungieren. Diese Bestandteile sind nicht zuletzt Produkte psychotherapeutischer Interaktionen, denen das spezifisch kurative Moment zunehmend abhanden kam, oft unmerklich.

Psychotherapeutisches Handeln zwischen Heilung und Steigerung

Psychotherapie ist, ungeachtet der Vielfalt ihrer Formen und Verfahren, an eine besondere Art des Handelns gebunden (Bosch, 1981). Wenngleich die innere Diversität und Heterogenität dieser Praxis eine allzu vereinheitlichende Bestimmung eigentlich verbieten, kann man sich für bestimmte Zwecke dennoch an eine allgemeine Definition wagen. Ein typischer, mehrere Aspekte und Ziele bündelnder Versuch begreift Psychotherapie als

„die nach einer allgemeinen und besonderen Ausbildung erlernte, umfassende, bewusste und geplante Behandlung von psychosozial oder auch psychosomatisch bedingten Verhaltensstörungen und Leidenszuständen mit wissenschaftlich-psychotherapeutischen Methoden in einer Interaktion zwischen einem oder mehreren Psychotherapeuten mit dem Ziel, bestehende Symptome zu mildern oder zu beseitigen, gestörte Verhaltensweisen und Einstellungen zu ändern und die Reifung, Entwicklung und Gesundheit des Behandelten zu fördern“ (Slunecko, 2009, S. 11).

Diese uns gut vertraute Auffassung weist die Psychotherapie als eine professionelle Tätigkeit bzw. als ein bewusstes und regelge-

leitetes, interaktives Handeln aus, das in eigens eingerichteten, oft recht intimen und deswegen „geschützten“ Situationen *bestimmte Ziele* zu erlangen sucht. Dazu dient der Einsatz spezieller, je nach der befolgten psychotherapeutischen Richtung bekanntlich variierender Mittel und Methoden. Was nun die angestrebten Zwecke angeht, ist es wichtig zu sehen, dass die im engeren Sinne *therapeutisch-kurativen* Ziele in der zitierten Definition klar benannt und fokussiert werden. Es ist nun allerdings so, dass psychotherapeutische Behandlungen neben der Beseitigung oder Milderung von sozial auffälligen Verhaltensstörungen, der Linderung von großem Schmerz und quälendem Leid sowie der Heilung von Krankheiten, die das Wohlbefinden, Erlebnis- und Handlungspotenzial einer Person massiv einschränken, untergraben oder sogar zerstören, auch andere Funktionen erfüllen können. Das bestätigen heute viele Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten jedweder Provenienz und Richtung.

Es geht unter diesem Namen schon längst *auch* um anderes: Psychotherapie kann durchaus als eine Form der *Psychooptimierung* betrieben werden, die für alle Menschen gedacht ist, für diejenigen zumindest, die – wie es bereits die zitierte Definition andeutet – an der „Reifung“ oder „Entwicklung“ ihrer Persönlichkeit bzw. einfach an ihrer „Gesundheit“ interessiert und diesbezüglich um psychologisch fundierte *Verbesserungen* bemüht sind. Einen wirklichen Gegenbegriff wie „Krankheit“ bedarf es zur Bestimmung solcher Ziele nicht mehr. Auch „Störungen“ sind keine unbedingt notwendige Bedingung „psychotherapeutischer“ Interventionen, die schon seit Jahrzehnten oft klammheimlich ins Feld psychopraktischer oder psychotechnischer Optimierungen übergehen. Zum Zweck der Verbesserung und Steigerung des Selbst genügen allgemeine, idealisierende Zielbestimmungen wie etwa die (humanistisch-psychologische) Idee einer „voll entfalteten Persönlichkeit“, einer „*fully functioning person*“. Ebenso kann man an die eng verwandte Vorstellung einer „lebenslang sich entwickelnden“ oder „zeitlebens lernenden Persönlichkeit“ denken, oder einfach an das heute allgegenwärtige Vorbild eines „unaufhörlich an sich arbeitenden“, um „Wachstum“ und „neue“ oder „vertiefte Kompetenzen“, um „Selbstaktualisierung“ oder „Selbstverwirklichung“ bemühten Subjekts, das vielleicht auch nach dem „Sinn des Lebens“ sucht (zu diesem „leeren Signifikanten“ siehe Eagleton, 2008). Es ist evident: die Humanistische Psychologie spielte bei der Etablierung solcher zutiefst normativen Ziel- und Idealvorstellungen bereits in den 1950er eine Schlüsselrolle, erst recht in den darauf folgenden Jahrzehnten des zunächst in den Vereinigten Staaten von Amerika, sodann auch in europäischen Ländern einsetzenden Psychobooms (vgl. die einschlägigen Beiträge in Straub, 2012).

Ich zitiere ein paar willkürlich herausgegriffene Beispiele heute angebotener Dienstleistungen psychotherapeutischer Praxen, die eine kleine Recherche im Internet ergeben hat (für die ich Lasse Peschka danke, der im Sommer 2016 als Forschungspraktikant

in unserem Bochumer Team tätig war). Es kommt mir hier nicht darauf an, welcher Schule oder Strömung sich die wiedergegebenen Werbetexte verpflichtet zeigen. Ich zitiere aus den Websites auch nicht unbedingt exakt und vollständig, da es mir nicht auf den gesamten und genauen Wortlaut dieser oder jener Anzeige ankommt, sondern auf eine allgemeine Tendenz. Dies erübrigt auch eine Quellenangabe, die leicht als Schleichwerbung oder – ebenso unangemessen – als kritische Fokussierung einzelner psychotherapeutischer Praxen oder individueller Personen aufgefasst werden könnte. Die Exempel ließen sich endlos ergänzen. Sie zeigen sehr schön, dass sich neben den psychotherapeutischen Angeboten im engeren Sinn allerlei Offerten finden, die mit der Behandlung von Leiden, Störungen oder Krankheiten nichts oder kaum mehr etwas zu tun haben. Man denke exemplarisch an Arbeitsstörungen wie Blockaden oder Burn-out, an Partner- und Familienkonflikte, Lebenskrisen in Trennungssituationen, bei Trauerfällen oder chronischen Erkrankungen oder nach Gewalterfahrungen, an Ängste aller Art, an Depressionen, Suchtprobleme, psychosomatische Beschwerden, sexuelle Probleme oder soziale Kontaktstörungen usw. (usf.). Vielmehr geht es viel unspezifischer zum Beispiel um folgende Ziele:

- *Veränderungen im Leben angehen / Lebensperspektive finden*
- *Suche nach persönlichen und sozialen Ressourcen*
- *Verbesserung der allgemeinen sozialen und psychischen Situation.*

Für meine Darstellungs- und Argumentationszwecke sehr aufschlussreich ist die folgende Anzeige, in der der Anbieter schreibt: „In der Einzeltherapie unterstütze ich Sie dabei,

- *Verständnis für sich und die Symptomatik zu entwickeln*
- *innere Verstrickungen und Blockaden zu erkennen und zu lösen*
- *neue Gedanken- und Handlungsalternativen zu erlernen und zu erproben*
- *Ihre Symptomatik zu bewältigen*
- *wahrzunehmen und auszudrücken, was Sie fühlen und brauchen*
- *mit Achtsamkeit das annehmen, was im Moment da ist*
- *Ihre persönlichen Lebensziele und -werte wiederzuentdecken.*

Hoffnung wagen, um das zu leben was für uns einen wirklichen Wert besitzt.

Ich unterstütze Sie darin, Ihre Ressourcen zu entdecken und zu mobilisieren. Die Therapie soll Ihnen dabei helfen, achtsamer und liebevoller mit sich umzugehen. Sie lernen durch die Bewältigung ihrer Problematik innere Spannungen zu mildern, um gelassener zu werden.

Der therapeutische Prozess ermöglicht Ihnen, authentischer und lebendiger zu werden. Dies ist das Fundament der Veränderung für mehr Freude, Liebe, Humor und Genuss im Leben.“

In einem ebenfalls sehr aussagekräftigen Inserat ist Folgendes zu lesen:

„In einer vertrauensvollen therapeutischen Beziehung, in der alle Gefühle und Gedanken ihren Raum haben, suchen wir gemeinsam

nach Spuren, nach kleinen Mosaiksteinen, die nach und nach ein gemeinsames Verstehen Ihrer Symptome und Ihrer ganz persönlichen Geschichte ermöglichen.

So entfalten sich neue Gefühls- und Verhaltensmöglichkeiten, entsteht Sinn, können verschüttete Potentiale wieder belebt werden. Ziel ist es, sich selber besser kennenzulernen und zu verstehen, innere und äußere Konflikte zu lösen und Ihr Leben gemäß Ihren Wünschen, Fähigkeiten und Möglichkeiten wieder selber zu gestalten“ [...].

Ein weiteres anschauliches Exempel einer Annonce, in der nicht massive Leiden, spezifische Störungen oder bestimmte Krankheiten den Anlass zum Besuch einer psychotherapeutischen Praxis bilden müssen, sondern eine recht vage erscheinende Unzufriedenheit mit dem Status Quo des eigenen Lebens, also eine Verfassung, wie wir sie wohl alle von Zeit zu Zeit erleben, ist das folgende, mit einer Frage anhebende:

„Sie sind mit sich und Ihrem Leben unzufrieden? Sie wissen, dass sich etwas ändern muss, schaffen es jedoch nicht, aus Ihren alten Mustern auszusteigen?“

Entsprechend allgemein lesen sich dann die Verheißungen und Versprechen, die mit der angebotenen Behandlung verbunden werden:

„Sie können Ihr gesamtes weiteres Leben lang von Ihren neuen realistischen Sichtweisen, Ihrem differenzierten und konstruktiven Selbstbild und den Strategien zur Problemlösung, Stressbewältigung und Entspannung profitieren. Sie können sich selbst helfen, dauerhaft weniger schnell ängstlich, ärgerlich, gekränkt oder verzweifelt zu reagieren. Sie können mehr Ruhe und Ausgeglichenheit empfinden lernen, Ihre Gesundheit steigern und Ihre Lebensfreude (zurück) gewinnen. Wollen Sie dieses effektive Verfahren nutzen und sind Sie bereit, die notwendige Arbeit und Zeit in Ihre Therapie zu investieren, dann melden Sie sich gern jederzeit zu einem unverbindlichen Erstgespräch.“

Zuletzt zitiere ich noch aus einer informativen Werbewebsite einer Psychotherapeutin, die mit folgenden Worten anhaltendes Interesse potenzieller Klient_innen zu wecken versucht:

„Suchen Sie einen roten Faden in Ihrem Leben? Auf dieser Homepage bekommen Sie einen ersten Eindruck von meiner therapeutischen Arbeit sowie wertvolle Informationen zum Systemischen Ansatz in der Psychotherapie.“

Unter den Angeboten finden sich dann etwa hilfreiche Unterstützung beim Versuch

- *„persönliches Potenzial zu entwickeln,*
- *berufliche und private Krisen zu überwinden,*
- *Entspannung zu finden mit Klangschalenmassage nach Peter Hess®“,*

oder auch einfach Hilfe bei der „Überwindung von Krisen beruflich oder privat“.

„Kennen Sie das? Ihr Leben läuft nicht so, wie Sie es wünschen im Hinblick auf

- Körper und Gesundheit?
- Arbeit und Beruf?
- Freunde, Freizeit und soziales Netz?
- Partnerschaft und Familie?

Stehen Sie unter Anspannung, sind Sie unruhig, haben Sie Antriebsmangel, Konzentrationsprobleme, Ein- oder Durchschlafstörungen? Sind Sie gereizt oder häufig verstimmt? Sind Sie insgesamt unzufrieden mit Ihrem Leben?

In einem Erstgespräch können wir klären, wie Sie mehr Lebensqualität gewinnen und sich – mit meiner Hilfe – eine neue Wirklichkeit schaffen.“

Soweit die Beispiele, die meine bisherigen Ausführungen vortrefflich illustrieren. Hier geht es durchweg um mehr und anderes als um Therapie im engeren Sinne. An die Stelle der Heilung tritt vielfach eine alles und jedes im Leben einbeziehende Optimierung, die kein Ende einer als Permanenz konzipierten Selbst-Verbesserung vorsieht (Selbst-Steigerung, Selbst-Entwicklung, Selbst-Aktualisierung, Selbst-Verwirklichung, Potenzial-Entfaltung und viele weitere Synonyme sind anzutreffen in Annoncen wie den selektiv wiedergegebenen, Entspannung oder Gelassenheit auch und Lebensglück). Ich betone noch einmal, dass es mir in keiner Weise darum geht, den Wert oder Nutzen, die Legitimität oder Funktionalität dieser und zahlloser weiterer Angebote in Frage zu stellen oder auch nur im Mindesten herabzumindern. Das wäre schlicht anmaßend und sogar töricht. Alles, was in den exemplarisch zitierten Angeboten vielfältiger Dienstleistungen offeriert wird, mag mit großem Ernst, mit aller Seriosität und höchster Sorgfalt entwickelt und erprobt worden sein. Es mag sich vielfach bewährt haben, zum Vorteil nicht nur der Anbieter, sondern gerade auch zum Wohl der Hilfe und Unterstützung suchenden Menschen. Die Behandelten mögen fortan nicht mehr missen, was sie in psychotherapeutischen Praxen erlebt und als eine das eigene Leben in erwünschter Weise verändernde, das persönliche Dasein ungemein bereichernde Kraft erfahren haben, von der sie noch Jahre nach der abgeschlossenen Behandlung zehren. Sie nehmen die gebotenen Psycho-Prothesen vielfach gerne und mit Gewinn in Anspruch, oft über eine sehr lange Zeit hinweg in einer Weise, die den prothetischen Charakter der immateriellen Praxis psychotherapeutischer Interaktion sehr anschaulich macht. Bekanntlich sind leichtere Formen der Angewiesenheit auf die professionellen Akteure üblich. Nicht selten wird auch von schwereren Formen der anhaltenden Anhänglichkeit und sogar von Abhängigkeiten berichtet, welche die Rat und Unterstützung suchenden Personen an die Therapeutinnen und Therapeuten, speziell an deren prothetische Interaktionen binden (egal, ob es um kurative oder optimierende Zwecke geht).

Obwohl es bekanntlich auch gescheiterte Bemühungen und berechtigte, in einschlägigen Evaluationsstudien begründete Zwei-

fel bezüglich der Effektivität und Effizienz bestimmter Ansätze und Verfahren gibt (sowie erst recht der wild wuchernden Praxen ohne wissenschaftliche Basis), so stehen die enormen Erfolge vieler psychotherapeutischen Behandlungen und psychologischer Beratungen doch nicht in Frage. Daran ändern auch verbreitete Behandlungsfehler nichts (zum Überblick s. Schigl & Gahleitner, 2013). Diese professionelle Praxis ist eine zwar kontingente, in vielen modernen Gesellschaften aber bestens etablierte und erwünschte, auch moralisch begründete und politisch unterstützte Angelegenheit (die im Rahmen des Gesundheitssystems vieler Gesellschaften zurecht ihren festen Platz hat. In vielen nicht-westlichen Kulturen tut sich diese Branche übrigens außerordentlich schwer und vermag sich bis heute kaum massenhaft zu etablieren).

Quod erat demonstrandum: Bei den zitierten Beispielen handelt es sich nicht mehr durchgängig um Dienstleistungen psychotherapeutischer Praxen, in denen allein das Ziel der Heilung oder der Linderung beträchtlichen Leids verfolgt wird. Die erwähnten Angebote gehören vielmehr recht eindeutig ins Feld einer grassierenden, längst allgegenwärtigen und noch immer rasant zunehmenden, alle Bereiche unseres Lebens kolonialisierenden Optimierung des Selbst. Gewiss, einige Psychologen und Psychotherapeutinnen warnen (gelegentlich) vor dem vielfältigen Optimierungsdruck, unter dem Subjekte in vielen spätmodernen Gesellschaften stehen. Viele tragen aber vielleicht auch längst zu diesem wuchernden Optimierungsbegehren bei, vielleicht sogar maßgeblich, und sie befeuern diesen unstillbaren Wunsch nach permanenter Verbesserung sogar wie nur wenige andere Branchen sonst. Wenn man dies so sieht, fragt man nicht zuletzt nach dem Subjekt dieses Begehrens und der darauf zugeschnittenen Behandlungen und Beratungen.

Autonomie und prothetische Optimierung

Was ist das für ein „Subjekt“? Ich nenne dieses Subjekt „autonom“. Dieser Neologismus verwebt Autonomie und Heteronomie in spezifischer Weise ineinander. Der eigenartige Begriff zeigt an, dass sich in Psy-Regimen eine Form der Subjektivierung etabliert, die den Erwerb, die Erhaltung und Entwicklung von Autonomie zeitlebens von heteronomen Behandlungen abhängig macht (speziell von prothetischen Interaktionen in quasi-therapeutischen Settings). Diese Behandlungen, die eine spezielle Form von Autonomie erzeugen und erhalten, schaffen und gewähren Psycho-Prothesen bzw. *fungieren prothetisch*. Bei dieser Funktionsbestimmung psychotherapeutischen bzw. psychooptimierenden Handelns nehme ich ganz offenbar einen etwas eigenwilligen, metaphorischen Begriff der Prothese in Anspruch, weil das interessierende prothetische Handeln, seine Ergebnisse und Folgen ja nichts Materielles sind und oft keinerlei materielle Spuren aufweisen, anhand derer es zu identifizieren wäre (Straub,

2016a). Dennoch haben wir es bei ihnen mit einem Ersatz oder Zusatz, einer Ergänzung oder Erweiterung des Selbst zu tun. Oft geht es vornehmlich um irgendwelche das Erlebnis- und Handlungspotenzial einer Person steigernde Effekte (und nicht mehr um klassisch-kurative Ziele, mithin um die „Errettung der Seele“). Psycho-Prothesen binden die protegierten und prothetisierten Subjekte natürlich an die psychotherapeutische bzw. psychotechnische Praxis der Heilung oder Optimierung des Selbst. Auch deswegen – wegen dieser Anhänglichkeit und Abhängigkeit – spreche ich von Psycho-Prothesen und -Prothetik.

Das autonome, protegierte und prothetisierte Subjekt dreht sich paradoxerweise unentwegt um sein individuelles Selbst, ohne es schon ganz in Anspruch nehmen oder je besitzen zu können: es ist auf *mäeutische Unterstützung* und *social support* in Gestalt einer mit sanften Anleitungen und Anweisungen operierenden *psychologischen, psychopraktischen und psychotechnischen Hebammenkunst* angewiesen. Viele Berufstätige werden wohl sofort entgegen, mit Anleitungen oder gar Anweisungen arbeite man in der Psychotherapie doch gar nicht, erst recht nicht in der „personenzentrierten“ Therapie und Beratung. Richtig ist zweifellos, dass von (zumal „humanistisch“ ausgerichteten) Therapeutinnen und Therapeuten in der Tat sehr häufig penibel darauf geachtet wird, die Rat, Unterstützung und Heilung suchenden Menschen im geschützten Setting nicht zu bedrängen und ihnen nichts aufzudrängen, was sie nicht selbst wünschen und wollen, freiwillig annehmen und aufnehmen können. Dennoch wird man sagen dürfen, dass psychotherapeutische Interaktionen nicht völlig frei sind von wechselseitigen Einflussnahmen – gerade auch solchen, die von den therapeutischen Akteuren ausgehen und auf das Gegenüber einwirken sollen. (Das beginnt schon bei den vielleicht verführerischen Angeboten! Siehe oben.) Das ist auch gar nicht möglich und wohl von niemandem beabsichtigt, selbst wenn man den Einfluss non-direktiv anlegt oder ganz auf die viel zitierte „Hilfe zur Selbsthilfe“ setzt. Im Übrigen ist es so, dass Menschen, die psychotherapeutische Dienstleistungen in Anspruch nehmen, einen Einfluss der behandelnden Person bzw. der Behandlung auf ihr Leben, Erleben und Handeln erwarten. Auch wenn sich Patienten oder Klientinnen letztlich selbst um die Formung ihres Selbst bemühen wollen und müssen, lassen sie sich doch *be-handeln* und *be-raten*. Sie hören in dieser oder jener Weise auf eine andere Person, von der sie Hilfe und Unterstützung erwarten. Das gilt nun gerade auch für Verbesserungen im Sinne einer im Prinzip endlosen, unabschließbaren Optimierung des Selbst. Subjekte erweisen sich auch im hier interessierenden Kontext gar nicht so selten als Selbstoptimierer, die sich in ihrem unablässigen Streben nach Verbesserung „unter die Arme greifen“, anregen und anleiten lassen. Genau dadurch entsteht eine eigenartige und interessante Mischung zwischen Selbst- und Fremdbestimmung, zwischen Selbstformung und Einflussnahmen durch andere, zwischen auto- und heteroepoietischen, auto- und heteroplastischen Handlungen bzw. Praktiken

(Straub, Sieben & Sabisch, 2012a; Straub, 2012, 2013). Die Selbstsuche und Selbstfindung, Selbstaktualisierung und Selbstverwirklichung sind gerade in psychotherapeutischen Kontexten (und therapeutischen Kulturen im Allgemeinen) klar von anderen abhängig, und zwar auf eine eigentümliche, spezifische Art und Weise. Diese Ziele sind in hohem Maße an eine professionalisierte Tätigkeit im Kontext psychotherapeutisch-prothetischer Interaktionsverhältnisse gekoppelt. Oft scheinen sie ausschließlich oder vorzugsweise hier erreichbar.

Abhängig von anderen zu sein: Das ist freilich immer und überall so, sind wir Menschen doch generell auf die Unterstützung und Anerkennung durch andere angewiesen. Es ist immer jemand da, der an meiner eigenen „Arbeit an mir“ – an meinen Bemühungen der Selbstformung – mitwirkt. In therapeutischen Kulturen und psychotherapeutischen Kontexten sind die Mitwirkenden, denen wir (bis auf weiteres) irgendeine Art von Mitspracherecht und Möglichkeiten der Mitgestaltung einräumen, jedoch professionell Handelnde, die die Heilung oder eben auch die bloße Verbesserung des bedürftigen Selbst – bestimmter Aspekte dieses Selbst – anstreben und dabei all ihr Wissen und Können einsetzen (in besonderer, unvergleichlicher Weise). Daraus lässt sich durchaus ein charakteristisches Merkmal unserer Zeit herauschälen, das allgemeine Bedeutung besitzt (Straub, 2013; ich übernehme im Folgenden ein paar Formulierungen aus diesem Aufsatz).

Eine Eigenheit vieler Zeitgenossen in (westlichen) spätmodernen Gesellschaften besteht darin, dass diese Personen erst in jener therapeutischen Kultur zu sich selbst zu finden vermögen, welche ihnen die zentralen Elemente ihres Selbstverhältnisses und Selbstverständnisses sowie ihrer Selbstbeschreibung liefert. Obendrein bietet ihnen diese Kultur die praktischen Anleitungen und mäeutischen Unterstützungen, die für die Selbstaktualisierung und Selbstverwirklichung des Menschen in der unwirtlich gewordenen Moderne immer nötiger und nützlicher geworden sind. Die therapeutische Kultur ist eine Praxis, in der Expert/-innen unentwegt (und oft ungefragt) Offerten machen, Ratschläge erteilen und Empfehlungen geben, zu beinahe allen Belangen der Lebensführung, Selbstformung und Persönlichkeitsentwicklung (Ehrenberg, 2012; Illouz, 2008, S. 258–328). Die gut einhundert Jahre alte, längst stark ausdifferenzierte therapeutische Kultur bereitet die „Beratungsgesellschaft“ und jene sonstigen „Empfehlungsregimes“ vor (und nimmt sie teilweise schon vorweg), welche in jüngerer Zeit häufiger analysiert wurden. Oft geschah und geschieht das in einer an Michel Foucaults machtkritischem Konzept der Gouvernementalität oder an Jürgen Links Begriff der Normalisierung orientierten Weise (vgl. etwa die Beiträge in Maasen et al., 2011; Duttweiler, 2007; Girking, 2012; Traue, 2010 sowie die Beiträge in Straub, 2013).

Das ist ein wahres Paradox: Es gibt ein paar wichtige, ja sogar unerlässliche Mitmenschen für das psychologisch modellierte „au-

tonome Selbst“, und diese anderen sind, allen voran, die Therapeutinnen und Therapeuten selbst. Es ist zutreffend, die Psy-Disziplinen als Ort eines zunehmend hegemonialen, funktionalen Diskurses und entsprechender Praktiken auszuweisen, in denen Subjekte heteronomen Kräften ausgesetzt sind, die sie erst zu „autonomen Selbst“ machen. *Auteronomie*: Damit meine ich, wie gesagt, nicht den trivialen Sachverhalt, dass *jede* Form der Autonomie von Heteronomie durchkreuzt ist. Autonomie gibt es stets nur unter gewissen Bedingungen, und diese (materiellen und symbolischen, gesellschaftlichen, kulturellen, sozialen) Bedingungen unterstehen niemals vollständig der Kontrolle der Subjekte. Sie sind von diesen niemals ganz durchschaubar. Sie entziehen sich partiell dem Bewusstsein, konterkarieren also prinzipiell jede idealistische und puristische, illusionäre Idee von Autonomie (Meyer-Drawe, 1990). Das jedoch ist nicht gemeint, wenn von Auteronomie als einem spezifischen Ergebnis einer besonderen Form der Subjektivierung die Rede ist. Das auteronomie Subjekt lässt sich helfen, um zu sich zu kommen. Es sucht Unterstützung, um das eigene Selbst zu suchen und zu finden, zu schaffen und umzuformen. Es begibt sich in fremde Hände, um das „Ureigene“ zu entdecken und zu entfalten. Als könne der Trennungsschmerz der ersten Geburt kompensiert werden durch dieses zweite, unendliche Zur-Welt-Kommen, das als Zueinander-Kommen tiefe Abhängigkeiten und temporäre Illusionen einer wiedererlangten Symbiose eingehen kann – die letztlich freilich der Unabhängigkeit und Selbstständigkeit dienen sollen. Wer sich fallen lässt und vertrauensvoll öffnet, findet auf neue Weise zu sich, entdeckt ein neues Selbst, das schließlich neue Horizonte der Selbstbestimmung und Selbstführung entdeckt. Diese neue Unabhängigkeit und Selbstständigkeit gründet und stützt sich paradoxerweise auf immaterielle Psycho-Prothesen, wie sie im Setting therapeutischer oder optimierender Interaktion angeboten, „angefertigt“ und angenommen werden.

Auteronomie ist eine Struktur des Selbstverhältnisses von Personen, denen Selbstaktualisierung und Selbstverwirklichung sowie die permanente, nicht abzuschließende Optimierung des Selbst als ein gesellschaftlicher und kultureller Imperativ anempfohlen und als Aufgabe auferlegt wurden – und die diese ewige Aufgabe übernommen, schon einigermaßen erledigt haben und zeitlebens weiter zu erfüllen suchen. Es ist eine Struktur, die Selbstständigkeit und Selbstverantwortung oktroyiert, zugleich aber alle Einzelnen in ein Regime (mehr oder minder) professioneller, eben gerade auch psychologischer Anleitungen, Animationen und Mobilisierungen einbindet und von diesem Regime abhängig macht. Der von Duttweiler (2013) in ihrer historisch-systematischen Analyse des Konzepts und der Praxis der Beratung so genannten „Responsibilisierung“ der Subjekte – Individuen müssen selbst Verantwortung für sich übernehmen – korrespondiert eine „gleichursprüngliche“ und ebenso wichtige „Entantwortung“ auteronomer Subjekte genau dadurch, dass sie ihre existenzielle Angewiesenheit auf professionelle Berater_in-

nen oder Therapeut_innen einsehen und annehmen. Das heißt, dass sie Entscheidungen über ihr Handeln und Leben und Selbst in das Medium einer Beratung oder Behandlung legen, das sie in Form *und* Inhalt – sogar im Fall eines klientenzentrierten Gesprächs (sensu Carl Rogers) – ja nicht alleine, sondern mit einem professionellen Gegenüber führen, das ein gewisses Mitspracherecht ausübt. (Dabei ist es egal, ob die beratende Person das nun will und weiß oder nicht, zugibt oder vor sich und anderen verbirgt). Der beratene bzw. behandelte Klient trägt also selbst die Verantwortung für den Ausgang seines Lebens und schon eines Gesprächs, obwohl er die in diesem Dialog gefundenen Antworten auf seine Lebensfragen nicht ganz allein und selbstständig finden und formulieren kann.

In Beratungs-, Behandlungs- und Empfehlungsregimes spielen Psycho-Prothesen eine immer wichtiger werdende Rolle. Diese Sichtweise korrigiert und ergänzt Sigmund Freuds eindrucksvolle Beschreibung des Prothesengotts. Seine Bestandsaufnahme und psychoanalytische Interpretation war unvollständig. Sie blendete aus, dass Psycho-Prothesen als Ersatz, Ergänzung und Erweiterung im Feld des Immateriellen oder Seelischen fungieren und dass diese Form der Prothetik – neben der naturwissenschaftlich-technischen – zum prometheischen Projekt des modernen Menschen gehört. Das heißt, dass sich die Psychoanalyse, Psychologie und Psychotherapie nicht lediglich als bloße Beobachter und Kritiker des Prothesengotts aufspielen dürfen, sondern erkennen und anerkennen sollten, dass sie an seiner Verfertigung und Erhaltung beteiligt sind. Ohne die Psy-Disziplinen und ihre Anwendungen zumal im Feld einer unablässigen Optimierung des Selbst in den Blick zu nehmen, bliebe jede Beschreibung des Prothesengotts einseitig und unvollständig. Dies zu sehen und zu sagen mag dazu beitragen, dass sich psychotherapeutische Ansätze im Allgemeinen, personenzentrierte im Besonderen, künftig häufiger und unnachgiebiger fragen, was sie eigentlich selbst tun, wenn sie neben kurativen immer häufiger auch optimierende Offerten machen – und in ihren Praxen zunehmend Menschen begrüßen und behandeln, die als optimierungswillige Selbst eintreten und dann womöglich lange Zeit, vielleicht lebenslang optimierungsbedürftige, auteronomie Subjekte bleiben.

Die Psy-Disziplinen stärken und steigern Menschen, die als Prothesengötter eben nicht allein auf die Naturwissenschaften und deren technologische und technische Errungenschaften zählen, sondern sich auch auf die Psychologie und Psychotherapie halbwegs verlassen dürfen – selbst wenn sie sich dann in alte und neue Abhängigkeiten begeben und weiter zu jenen auteronom Subjekten werden und sich bis auf weiteres als solche reproduzieren.

Ich beende meine Ausführungen nicht, ohne zu betonen: Ich bin als Wissenschaftler ebenso in die hegemoniale Praxis der Psychologisierung, der psychotherapeutisch- und psychotechnisch-pro-

thetischen Optimierung des Selbst zahlloser Menschen verstrickt wie die unmittelbar praktisch Tätigen. Was wir alle tun können und was zu tun gewiss nicht das Schlechteste ist, ist nicht einfach, liegt aber, so scheint mir, klar auf der Hand: Wir können diese soziokulturelle und psychosoziale Tatsache wahrnehmen und bedenken, also überlegen, was das alles bedeutet und wie wir uns als reflexive Handlungssubjekte, die wir sind, dazu verhalten sollten – heute und morgen.

Die therapeutische Kultur bildete frühzeitig ein Übergangsfeld, in dem heilende Anliegen und ärztliches Können zunehmend mit Ambitionen und Verfahren aus irgendwelchen Optimierungsprogrammen verschwammen (und teilweise verdrängt bzw. ersetzt wurden). Das zeigen mittlerweile viele minutiöse Untersuchungen spezifischer Therapie- und Beratungspraxen. Jens Elberfeld (2012) etwa illustriert am Beispiel der Paartherapie (und auch der Familientherapie), wie hier allmählich die Grenzen zwischen notwendigen Heilungen und nützlichen Verbesserungen verwischt wurden (was einen Wandel von Beziehungsvorstellungen voraussetzte und/oder beförderte). Alles kann und soll besser werden, jederzeit. Auch gute Partnerschaften und reife Persönlichkeiten können noch mehr aus sich machen, wenn sie dies wollen – und sie sollten es wollen! Dieser generalisierte Optimierungsimperativ richtet sich seit ein paar Jahrzehnten an Menschen, deren autonomes Selbstverhältnis sie empfänglich und bereit macht für Empfehlungen und Beratungen, Steigerungs- und Entwicklungsangebote aller Art. Sie entwickeln sich selbst und ihre Persönlichkeit nach Maßgabe und Machart der subtilen Aufforderungen, wie sie heute massenweise kursieren (Gesundheit, Fitness, Schönheit, Jugend, Originalität, Kreativität, Ausgeglichenheit, Entspannung und Gelassenheit – die Liste optimierbarer Merkmale in verschiedenen Dimensionen ist lang, das alles überwölbende psychische Wohlbefinden steht ganz oben auf der allgemein verbreiteten Skala von Präferenzen).

Die Optimierung des Selbst ist eine ernste Angelegenheit und offensichtlich überaus funktional in einigen Gesellschaften der Gegenwart. Sie ist im Übrigen attraktiv für viele und verspricht ein hohes Maß an Gratifikation und Satisfaktion für jene Personen, welche ständig das Beste aus sich zu machen versuchen und dabei immer wieder in neue Dimensionen ihres Selbst vorstoßen. Warum sonst sollten sie sich zeitlebens abmühen und manchmal regelrecht plagen? Dennoch können wir feststellen, dass uns das Unbehagen in der Kultur nicht allein wegen der von den technisch orientierten Naturwissenschaften nicht eingelösten Versprechen wohl noch lange erhalten bleiben wird. Dieses diffuse Unbehagen wird auch wegen der Enttäuschungen andauern, die uns die Psy-Disziplinen bescheren. Diese uns disziplinierenden Disziplinen werden gleichwohl nicht damit aufhören, attraktive Verheißungen an autonome, optimierungswillige Subjekte zu adressieren und die bereits erfolgreich psychologisierten Menschen weiter an sich zu binden.

Literatur

- Boesch, E. E. (1981). Möglichkeiten und Grenzen psychotherapeutischen Handelns. In W.R. Minsal & R. Scheller (Hg.), *Brennpunkte der klinischen Psychologie* (S. 11-38). München: Kösel.
- Duttweiler, S. (2007). *Sein Glück machen. Arbeit am Glück als neoliberale Regierungstechnologie*. Konstanz: UVK.
- Eagleton, T. (2008). *Der Sinn des Lebens*. Berlin: Ullstein.
- Ehrenberg, A. (2004). *Das erschöpfte Selbst*. Frankfurt a.M.: Campus.
- Ehrenberg, A. (2012). *Das Unbehagen in der Gesellschaft*. Berlin: Suhrkamp.
- Elberfeld, J. (2012). Subjekt/Beziehung: Patriarchat – Partnerschaft – Projekt. Psycho-wissen und Normalisierungspraktiken im Diskurs der Paartherapie (BRD 1960-1990). In M. Tändler & U. Jensen (Hg.), *Das Selbst zwischen Anpassung und Befreiung. Psychowissen und Politik im 20. Jahrhundert* (S. 85-114). Göttingen: Wallstein.
- Elberfeld, J. & Otto, M. (2009) (Hg.). *Das schöne Selbst. Zur Genealogie des modernen Subjekts zwischen Ethik und Ästhetik*. Bielefeld: transcript.
- Freud, S. (1931). Das Unbehagen in der Kultur. In ders.: *Studienausgabe, Bd. IX. Fragen der Gesellschaft, Ursprünge der Religion*. Hg. v. Alexander Mitscherlich, Angela Richard, James Strachey. Frankfurt a.M.: Fischer 1997.
- Girkinger, M. (2012). *Einmal Glück und Erfolg, bitte! Über das Glück und seine Vermarktung in der Persönlichkeitsbildung. Eine Untersuchung zur Kultur der Selbstoptimierung*. Marburg: Tectum.
- Grawe, K. (2005a). Empirisch validierte Wirkfaktoren statt Therapiemethoden. In *Report Psychologie* 7/8, 311.
- Grawe, K. (2005b). (Wie) kann Psychotherapie durch empirische Validierung wirksamer werden? *Psychotherapeutenjournal* 4, 4-11.
- Grawe, K., R. Donati, F. Bernauer (1994). *Psychotherapie im Wandel*. Göttingen: Hogrefe.
- Herman, E. (1995). *The Romance of American Psychology. Political Culture in the Age of Experts*. Berkeley: University of California Press.
- Illouz, Eva (2009). *Die Errettung der modernen Seele. Therapie, Gefühle und die Kultur der Selbsthilfe*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- King, V., Lindner, D., Schreiber, J., Busch, K. Uhlendorf, N., Beerbom, Ch., Salfeld-Nebgen, B., Gerisch, B., Rosa, H. (2014). Optimierte Lebensführung – wie und warum sich Individuen den Druck zur Selbstverbesserung zu eigen machen. In S. Kluge, I. Lohmann & G. Steffens (Hg.), *Jahrbuch für Pädagogik: Menschenverbesserung – Transhumanismus* (S. 283-300). Frankfurt a.M.: Peter Lang.
- Kriz, J. (2001). *Grundkonzepte der Psychotherapie*. Weinheim: Beltz/PVU.
- Lerner, R. M. & Busch-Rossnagel, N. (Hg.) (1981). *Individuals as Producers of their Development. A Life-Span Perspective*. New York: Elsevier.
- Maasen, S., Elberfeld, J., Eitler, P. & Tändler, M. (Hg.) (2011). *Das beratene Selbst. Zur Genealogie der Therapeutisierung in den ›langen‹ Siebzigern*. Bielefeld: transcript.
- Mertens, W. (1994). *Psychoanalyse auf dem Prüfstand? Eine Erwiderung auf die Meta-Analyse von Klaus Grawe*. München: Quintessenz.
- Meyer-Drawe, K. (1990). *Illusionen von Autonomie. Diesseits von Ohnmacht und Allmacht des Ich*. München: Kirchheim.
- Moskowitz, E. (1995). *In Therapy we Trust. America's Obsession with Self-Fulfillment*. Baltimore: The John Hopkins University Press.
- Rieff, P. (1966). *The Triumph of the Therapeutic. Uses of Faith after Freud*. Chicago: University of Chicago Press.
- Rose, N. (1999). *Governing the Soul. The Shaping of the Private Self* (2nd ed.). London: Free Association Books.
- Rose, N. (2010). *Inventing our Selves: Psychology, Power, and Personhood* (3rd ed.). Cambridge/MA: Cambridge University Press.
- Schigl, B. & Gahleitner, S.B. (2013). Fehler machen – aus Fehlern lernen? Perspektiven zur Klassifizierung von psychotherapeutischen Fehlern und dem Umgang damit. In: *Psychotherapie Wissenschaft* 3 (1) (onli-ne: <http://www.psychotherapie-wissenschaft.info/index.php/psy-wis/article/view/1001/975>).
- Sieben, A., Sabisch-Fechtelpeter, K. & Straub, J. (Hg.) (2012). *Menschen machen. Die hellen und dunklen Seiten humanwissenschaftlicher Optimierungsprogramme*. Bielefeld: transcript.
- Sloterdijk, P. (2011). *Du mußt dein Leben ändern. Über Anthropotechnik*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Sluneko, T. (2009). Psychotherapie – eine Lagebestimmung. In ders. (Hg.), *Psychotherapie. Eine Einführung* (S. 11-28). Wien: facultas wuv/UTB.
- Stiegler, B. (2009). *Von der Biopolitik zur Psychomacht: Logik der Sorge I.2*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.

- Straub, J. (2012a). Optimierungstypen. Ein provisorisches Nachwort zu Licht- und Schattenseiten von Menschenverbesserungsprogrammen. In A. Sieben, K. Sabisch-Fechtelpeter & J. Straub (Hg.), *Menschen machen. Die hellen und dunklen Seiten humanwissenschaftlicher Optimierungsprogramme* (S. 473-490). Bielefeld: transcript.
- Straub, J. (Hg.) (2012b). *Der sich selbst verwirklichende Mensch. Über den Humanismus der Humanistischen Psychologie*. Bielefeld: transcript.
- Straub, J. (2012c). Humanistische Psychologie als wissenschaftliche Macht zur Optimierung des Menschen. Ein Vorwort. In ders. (Hg.), *Der sich selbst verwirklichende Mensch. Über den Humanismus der Humanistischen Psychologie*. (S. 7-14). Bielefeld: transcript.
- Straub, J. (2012d). Wissenschaftliche Psychologie als Humanismus? Rekonstruktion eines hybriden Programms zur Errettung der modernen Seele. In ders. (Hg.), *Der sich selbst verwirklichende Mensch. Über den Humanismus der Humanistischen Psychologie* (S. 15-68). Bielefeld: transcript.
- Straub, J. (2013). Selbstoptimierung im Zeichen der »Autonomie«. Paradoxe Strukturen der normierten Selbststeigerung: von der »therapeutischen Kultur« zur »Optimierungskultur«. In *Psychotherapie & Sozialwissenschaft (Schwerpunktheft hg. von J. Straub)*, 15, 2, 5-38.
- Straub, J. (2016a). Vom Prothesengott zur Psycho-Prothese. Über prothetische Therapien und Optimierungen des Selbst in Psy-Regimen. In J. Straub & A. Métraux (Hg.), *Prothetische Transformationen des Menschen: Ersatz, Ergänzung, Erweiterung, Ersetzung*. Bochum: Westdeutscher Universitätsverlag (im Druck).
- Straub, J. (2016b). Das Selbst als interkulturelles Kompetenzzentrum. Ein zeitdiagnostischer Blick auf die wuchernde Diskursivierung einer »Schlüsselqualifikation«. In P. Chakkarath & D. Weidemann (Hg.), *Kulturpsychologische Gegenwartsdiagnosen. Bestandsaufnahmen zu Wissenschaft und Gesellschaft*. Bielefeld: transcript (im Druck, seit 2009).
- Straub, J. & Métraux, A. (Hg.) (2016). *Prothetische Transformationen des Menschen: Ersatz, Ergänzung, Erweiterung, Ersetzung*. Bochum: Westdeutscher Universitätsverlag (im Druck).
- Straub, J., Sabisch-Fechtelpeter, K., Sieben, A. (2012). Homo modificans, homo modificatus. Ein Vorwort zu aktuellen »Optimierungen des Menschen«. In dies. (Hg.), *Menschen machen. Die hellen und dunklen Seiten humanwissenschaftlicher Optimierungsprogramme*. Bielefeld: transcript, 9-26.
- Straub, J., Sieben, A., Sabisch-Fechtelpeter, K. (2012). Menschen besser machen. Terminologische und theoretische Aspekte vielgestaltiger Optimierungen des Humanen. In dies. (Hg.), *Menschen machen. Die hellen und dunklen Seiten humanwissenschaftlicher Optimierungsprogramme*. Bielefeld: transcript, 27-78.
- Tändler, M. & Jensen, U. (Hg.) (2012). *Das Selbst zwischen Anpassung und Befreiung. Psychowissen und Politik im 20. Jahrhundert*. Göttingen: Wallstein.

- Traue, B. (2010). *Das Subjekt der Beratung. Zur Soziologie einer Psycho-Technik*. Bielefeld: transcript.
- Uhlendorf, N., Schreiber, J., King, V., Gerisch, B., Rosa, H., Busch, K. (2016). »Immer so dieses Gefühl, nicht gut genug zu sein«. Optimierung und Leiden. In *Psychoanalyse im Widerspruch (Themenheft »Selbstoptimierung«)*, 55 (1), 31-50.

Elektronische Literatur

Psychotherapie: <https://de.wikipedia.org/wiki/Psychotherapie>



Prof. Dr. phil. Jürgen Straub, seit 2008 Inhaber des Lehrstuhls für Sozialtheorie und Sozialpsychologie in der Fakultät für Sozialwissenschaft der Ruhr Universität Bochum (RUB). Von April 2011 bis September 2013 Dekan dieser Fakultät; seit August 2014 Co-Direktor (mit Dr. Pradeep Chakkarath) des „Hans Kilian und Lotte Köhler-Centrums für sozial- und kulturwissenschaftliche Psychologie und historische

Anthropologie“; Mitwirkung in der Mercator Research Group Spaces of Anthropological Knowledge der RUB, im Research Department Center for Religious Studies (CERES), im Institut für Diaspora- und Genozidforschung (IDG) sowie im Center for Anthropoietic Studies (CAS); Mitglied im Think Tank des Exzellenzclusters TOPOI an der Humboldt Universität zu Berlin und assoziiertes Mitglied im Freiburger DFG Graduiertenkolleg „Faktuales und fiktionales Erzählen“.

Kontakt:

juergen.straub@rub.de

Anzeige

„Gesellschaft und Psyche“

Videodokumentationen zum 16. Jahreskongress der GwG 2016 in Bochum

Die folgenden Veranstaltungen des Kongresses wurden auf DVD und CD dokumentiert und können bezogen werden:

- **Hollick, Ulrike: Psychosoziale Belastungen und ihr Einfluss auf die Bindung von Kindern und Jugendlichen**
Spieldauer ca. 63 Min., CD 12,00 EUR, DVD 14,00 EUR.
- **Lieb, M. / Ziebertz, T.: Belastete Familien verstehen - ein resilienzfördernder Blick**
Spieldauer: ca. 67 Min., CD 12,00 EUR, DVD 14,00 EUR.
- **Sehrig, Jürgen: Empathie gegenüber Rassismus und Intoleranz?**
Spieldauer ca. 58 Min., CD 12,00 EUR, DVD 14,00 EUR.
- **Straub, Jürgen: Psychotherapie zwischen Heilung, Prothese und Selbstoptimierung**
Spieldauer: ca. 80 Min., CD 14,00 EUR, DVD 17,00 EUR.
- **Völschow, Yvette: Gesellschaft, Lebenswelt und Psyche! Oder anders herum!?**
Spieldauer: ca. 90 Min., CD 14,00 EUR, DVD 17,00 EUR.

AUDITORIUM[®]
NETZWERK
VERLAG FÜR AUDIO-VISUELLE MEDIEN

Die DVDs und CDs sind erhältlich beim Auditorium-Netzwerk – Verlag für audiovisuelle Medien (Müllheim-Baden) unter <http://bit.ly/gwg-dvd2016>. Alle Preise inkl. USt. und zzgl. Versandkosten.