

Die Eigenständigkeit eines alten Menschen zu respektieren bedeutet nicht zuletzt auch, dessen persönlichen Rhythmus zu berücksichtigen. Im Alter verlangt der Organismus genauso wie in jungen Jahren quasi sein Naturrecht und mag sich nicht in starre Zeitpläne einbinden lassen. Der mangelnde Respekt vor der Eigenständigkeit der Person sowie ihrem Verhalten im Alltag ist weit verbreitet. Man denke etwa an die in vielen Heimen routinemäßige Ruhigstellung im Ineinandergreifen von Verwaltung, Pflege, Ärzteschaft und Pharmaindustrie. Arbeitsabläufe und Kommunikationsformen der Institutionen wären aber an deren Anspruch zu messen. *„Strukturen sind nicht um ihrer selbst willen da, sie müssen dem Sinn und Zweck der Einrichtung dienen, die Verwirklichung der im Leitbild verankerten Grundsätze unterstützen und ein gutes Arbeitsklima ermöglichen“* (S. 126).

Die Autorin betrachtet sehr genau, wie die Pflegenden und andere Betreuungspersonen auf die momentanen Wünsche und Bedürfnisse alter Menschen eingehen und eingehen könnten. Sie macht nicht den Fehler, auch in der Gegenwart institutionell reproduziertes Leiden in den Schatten der Vergangenheit zu stellen, wie

dies bei dem eingangs erwähnten Buch von Radebold der Fall ist.

Sind nur vergangene Vorkommnisse problematisch und unerträglich und damit schwer zu erinnern oder ist nicht gerade auch die gegenwärtige Behandlung fragwürdig? Pörtner konzentriert sich auf die Gegenwart und wird deshalb den momentanen Problemen älterer Personen vielleicht eher gerecht als Radebold, der die Zustände in manchen Heimen und das Vorgehen bei der Pflege mit keinem Wort problematisiert. Pörtner glaubt, dass sich menschenwürdige Pflege und Versorgung mit einer personenzentrierten Haltung ohne Wiederbelebung der Vergangenheit auch im Rahmen großer Einrichtungen und ihrer Sachzwänge verwirklichen lässt. Sie sieht allmählich eine Generation von Betreuenden heranwachsen, die sich einer humanistischen Sichtweise von Pflege und Betreuung verpflichtet fühlt und dies *„wird nicht ohne Einfluss auf die Institutionen bleiben“* (S. 121).

Alles in allem: Ein gutes Buch, ein schönes Buch, das Pflegenden, Ärzten, Angehörigen und allen Menschen, die sich auf ihre eigene Zukunft einstellen, empfohlen werden kann.

Mark Galliker

Gerald Hüther: Die Macht der inneren Bilder. Wie Visionen das Gehirn, den Menschen und die Welt verändern

Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2004. 137 Seiten, ISBN 3-525-46213-1, € 14.90 / SFr. 27.20

Am Salzburger Symposium „Selbstorganisation“ der deutschsprachigen personenzentrierten Verbände im Herbst 2004 gehörte Gerald Hüther zu jenen Referenten, die am meisten Aufsehen erregten. Hüther, Professor für Neurobiologie an der Psychiatrischen Klinik der Universität Göttingen, wurde in den letzten Jahren durch seine Veröffentlichungen im Schnittbereich von Neurobiologie und Psychologie auch einem größeren Publikum bekannt. Ein besonderes Anliegen des Neurowissenschaftlers ist die Wiedervereinigung natur- und geisteswissenschaftlicher Ansätze. 2004 wurde er in der GwG-Zeitschrift von Ursula Reinsch zum Zusammenhang von Psychotherapie und Plastizität des Gehirns interviewt (Gesprächspsychotherapie und Personenzentrierte Beratung, 4/2004, S. 243-245).

Für den an praktisch-psychologischen Fragen interessierten Naturwissenschaftler, der seine experimentelle Hirnforschung evolutionstheoretisch einbettet, werden die Weichen für die Nutzung und die spätere Strukturierung des Gehirns sehr früh in der Ontogenese gestellt. Die Art und Weise, wie ein Mensch denkt, fühlt und handelt, ist ausschlaggebend dafür, welche Verschaltungen von

Nervenzellen in seinem Gehirn etabliert und stabilisiert und durch unzureichende Nutzung gelockert und schließlich aufgelöst werden. Das Gehirn bleibt also bis ins hohe Alter veränderbar. Bereits in seiner „Bedienungsanleitung für das menschliche Gehirn“ hat Hüther (2001) festgestellt, dass das Gehirn sich durch seine Benutzung selbst programmiert; ein Sachverhalt, der sich sicherlich auch innerhalb der neuropsychologischen Forschung als weiterführend erweisen könnte.

Nach Hüthers Aussagen im Interview verändern sich die neuronalen Verschaltungen und synaptischen Verbindungen insbesondere bei Erfahrungen, die emotional bedeutsam sind. Demnach sind bei Problemen Psychotherapien umso effektiver und nachhaltiger, je besser es den Therapeuten oder Therapeutinnen gelingt, die Klienten oder Klientinnen emotional zu erreichen. Er betrachtet die therapeutische Beziehung als eine „Begegnung in Augenhöhe“, bei der die Interaktion und das gegenseitige Aufeinandereinfließen wesentlich sind: *„Immer dann, wenn Menschen nicht nur miteinander oder aneinander vorbeireden, sondern miteinander in Beziehung treten, also sich wirklich auf den anderen einlassen – sich*

„beeindrucken“! lassen –, verändern sich beide und damit verändert sich auch ihr Hirn“ (Gesprächspsychotherapie und Personzentrierte Beratung, 4/2004, S. 245).

Sein hier rezensiertes, mittlerweile (2006) in dritter Auflage erschienenes Buch behandelt ein Thema, das in den letzten Jahren bei Fachleuten immer größere Bedeutung erlangte. Der Autor beschreibt Vorstellungen, die sich auf unsere Erfahrungen beziehen und verweist auch auf Visionen betreffend Veränderungen der eigenen Lebensgestaltung. Im Hirn eines Menschen, der immer wieder mit emotionaler Erregung an das Gleiche denkt oder der immer wieder auf die gleiche Weise emotional erregt reagiert und handelt, entstehen starke innere Bilder in Form der dabei gebahnten Verschaltungsmuster. „Diese sind dann besonders leicht wachrufbar und können unter Umständen bestimmend für das gesamte Denken, Fühlen und Handeln der Person werden“ (S. 87).

Vorstellungen und Visionen korrespondieren mit neuronalen Mustern, welche aktiviert werden, wenn wir versuchen, uns in der Welt zurechtzufinden und neue Möglichkeiten auszuprobieren. Innere Bilder können uns verunsichern und das Leben schwer machen; unter günstigen Bedingungen sind sie aber auch veränderbar und können uns in Zukunft vieles erleichtern. Hierzu ein Illustrationsbeispiel aus dem generell sehr anschaulich geschriebenen Buch:

„Als ich etwa zehn Jahre alt war, traf ich in einem dieser Heime auf einen Lehrer: Der war ganz anders als all die anderen. Er war der erste Mensch, dem ich bis dahin begegnet war, der mich wirklich angeschaut und mich so, wie ich war, einfach angenommen hat. In welchen Fächern er mich damals unterrichtete, weiß ich nicht mehr: Es war nur so, dass mir die Schule (...) auf einmal richtig Spass zu machen begann. Irgendwie hat es dieser Lehrer geschafft, in mir das Gefühl zu wecken, wirklich wichtig zu sein. Er hat mir zum ersten Mal gezeigt, dass ich etwas konnte und dass es irrsinnig viel Freude macht, neugierig zu sein und die Welt zu entdecken. Auch in Büchern. Ich begann viel zu lesen und fand auf einmal alles, was in diesen Büchern stand, unglaublich spannend, so wurde ich auch in der Schule immer besser: Nach einem halben Jahr kam ich allerdings schon wieder in ein anderes Heim. Dort hatte ich wieder andere Lehrer; aber meine Lust am Lernen habe ich nicht wieder verloren. Irgendwie habe ich das Bild

von diesem einen, entscheidenden Lehrer seither immer in mir getragen. Es ist, als hätte er mich damals auf ein anderes Gleis gesetzt, meinem Leben eine neue Richtung oder erstmals überhaupt eine Richtung gegeben“ (S. 106–107)

In dem mit einer gewissen Leichtigkeit geschriebenen Buch, das kaum je an die oft mühsam zu lesenden Bücher anderer Neurobiologen erinnert, schafft der Autor eine Verbindung zwischen materiellen und geistigen Prozessen. Neurophysiologische Prozesse begründen zwar psychische Prozesse, doch letztere haben eine starke Rückwirkung auf erstere; ein Kreislauf auf den seit den russischen Reflexologen des 19. Jahrhunderts in der einen oder anderen theoretischen Ausgestaltung (u. a. Kulturhistorische Schule und Berliner Schule) immer wieder hingewiesen wurde, der aber in den letzten Jahren aus dem Blickfeld geriet, obgleich es an entsprechenden Impulsen – zumal auch von Vertretern der Nachbardisziplinen – nie gefehlt hat (vgl. z. B. den Festvortrag des Biologen Hubert Markl in Göttingen anlässlich des 100-jährigen Jubiläums der Deutschen Gesellschaft für Psychologie vom 26. 9. 2004).

In klinischer Hinsicht entscheidend ist, dass sich psychische Prozesse – durch Gespräche nahe gelegte und ausgelöste Prozesse, mithin psychotherapeutische Prozesse – unter bestimmten Bedingungen, zu denen maßgeblich emotionale gehören, in das menschliche Gehirn eingraben. Hüther weist in seinem theoretisch sowie praktisch relevanten Buch mehrmals auf Sachverhalte hin, die für Ohren von Gesprächspsychotherapeutinnen wohlklingend sind; ja manche seiner Ausführungen könnten geradezu als neurobiologische Rechtfertigung der personzentrierten Auffassung figurieren. Allerdings würde der Autor mit einigen seiner Erkenntnisse bei verhaltenstherapeutisch und systemisch orientierten Kollegen und Kolleginnen auf ebenso große Zustimmung stoßen. Als Beispiel seien die tief gebahnten Verschaltungsmuster des Suchtverhaltens angeführt, bei dem nur unter der Voraussetzung eines externen Kontextwechsels bei erneuter Bedrängnis und wiederholter Stressreaktion ein automatisches Zurückgreifen auf die ursprünglichen Bahnen vermieden werden kann (vgl. auch Hüthers Artikel „Die neurobiologische Verankerung von Erfahrungen und ihre Auswirkungen auf das spätere Verhalten“ in Gesprächspsychotherapie und Personzentrierte Beratung, 4/2004, S. 246–252).