

# POLYLOGE

## Materialien aus der Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit Eine Internetzeitschrift für „Integrative Therapie“ (peer reviewed)

2001 gegründet und herausgegeben von:

Univ.-Prof. Dr. mult. **Hilarion G. Petzold**, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Hückeswagen,  
Donau-Universität Krems, Institut St. Denis, Paris, emer. Freie Universität Amsterdam

**In Verbindung mit:**

Dr. med. **Dietrich Eck**, Dipl. Psych., Hamburg, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit,  
Hückeswagen

Univ.-Prof. Dr. phil. **Liliana Igrić**, Universität Zagreb

Univ.-Prof. Dr. phil. **Nitza Katz-Bernstein**, Universität Dortmund

Prof. Dr. med. **Anton Leitner**, Department für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie, Donau-Universität Krems

Dipl.-Päd. **Bruno Metzmacher**, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Düsseldorf/Hückeswagen

Lic. phil. **Lotti Müller**, MSc., Psychiatrische Universitätsklinik Zürich, Stiftung Europäische Akademie für biopsychosoziale  
Gesundheit, Rorschach

Dipl.-Sup. **Ilse Orth**, MSc., Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Düsseldorf/Hückeswagen

Dr. phil. **Sylvie Petitjean**, Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel, Stiftung Europäische Akademie für biopsychosoziale  
Gesundheit, Rorschach

Prof. Dr. phil. **Johanna Sieper**, Institut St. Denis, Paris, Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit,  
Hückeswagen

*© FPI-Publikationen, Verlag Petzold + Sieper Hückeswagen.*

**Ausgabe 11/2015**

## **Trauma und „Überwindung“ - Menschenrechte, Integrative Traumatherapie und die „philosophische Therapeutik“ der Hominität**

*Hilarion G. Petzold (2001m, Neueinstellung 2015) \**

---

\* Aus der „**Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit**“ (EAG), staatlich anerkannte Einrichtung der beruflichen Weiterbildung (Leitung: Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold, Prof. Dr. phil. Johanna Sieper, Hückeswagen. <mailto:forschung.eag@t-online.de>, oder: [EAG.FPI@t-online.de](mailto:EAG.FPI@t-online.de), Information: <http://www.Integrative-Therapie.de>). Erschienen in: *Integrative Therapie*, 4/2001, 344-412

# Trauma und „Überwindung“ – Menschenrechte, Integrative Traumatherapie und die „philosophische Therapeutik“ der Hominität

*Hilarion G. Petzold; Düsseldorf/Amsterdam<sup>1</sup>*

*»Unsere Naturen sind Teil der Gesamtnatur. Daraus ergibt sich als das höchste Ziel das naturgeleitete, d.h. das seiner eigenen wie der Gesamtnatur gemäße Leben«. (Chrysispos von Soloi<sup>2</sup>)*

*»Unsere Biologie hat uns zu Wesen werden lassen, die beständig ihre eigenen psychischen und materiellen Umwelten gestalten ... Was uns also frei macht, ist unsere Biologie«. (Lewontin, Rose, Kamin 1988, 283f)*

*»Der Mensch ist von seiner im Verlauf der Evolution ausgebildeten Psychobiologie her ein „Traumaüberwinder“, für den im Sinne seines evolutionären Überlebensprogramms der Andere, die Gemeinschaft an erster Stelle stehen muss«. (Hilarion G. Petzold)*

*»Die Gewalt ergibt sich aus der spezifischen Menschlichkeit des Menschen. Weil er immer schon außer sich ist, ist er zu jeder Gewalttat in der Lage.« (Wolfgang Sofsky 2002, 15)*

*»Um was anderes geht es, als eine edle Gesinnung und gemeinnützige Werke als Frucht des Erdendaseins in seinem kurzen Leben hervorzubringen« (Marc Aurel ,VI, 30)*

## Kulturarbeit als Polylog

Psychotherapie hat neben ihren zentralen Aufgaben der Heilung, Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung die nicht minder bedeutsame Aufgabe der „Kulturarbeit“ – so ihr Verständnis im „Integrativen Ansatz“. Kulturarbeit als aktives Arbeiten an der Kultivierung der menschlichen Natur und der menschlichen Gesellschaft auf der individuellen und auf der kollektiven Ebene erfordert „Polylog“. Darunter verstehen wir vielfältige, vielstimmige Diskurse (Petzold [et al.] 2001) nach unterschiedlichen Seiten, in verschiedene Richtungen, so dass es zu keinen Einseitigkeiten, ausschließenden Polarisierungen, Zweiseitigkeiten, dialogischen Zweisamkeiten kommt, die der gegebenen Vielfältigkeit, den vorhandenen Differenzen in einer globalisierten Welt nicht gerecht werden. So erfordert Kulturarbeit eine „Konvivialität der Verschiedenheit“ (Petzold et al. 2001),

freundliches, offenes Miteinander, eine Polyphonie der Äußerungen (Bakhtin 1979, 1981), Meinungen, Visionen, Weltanschauungen. Sie ist ein Unterfangen, das von allen Völkern der Welt, allen Ethnien und Glaubensgemeinschaften, allen Wissenschaften und Künsten, allen politischen und staatsbürgerlichen Aktivitäten, in allen nur denkbaren Bereichen der Weltgesellschaft in Angriff genommen werden muss, von allen und jedem, von mir und dir: Es ist eine *Menschheitsarbeit* für ein menschengerechtes, menschenwürdiges Leben, die über unsere Zukunft entscheiden wird – Arbeit *gegen* die destruktiven, gewalttätigen, bössartigen und traumatisierenden Seiten der menschlichen Natur und für die lebensfreundlichen, schöpferischen, liebenswerten und schönen Seiten des menschlichen Wesens. Psychotherapie, Traumatherapie zumal, kann hier einen kleinen, und für Betroffene *wichtigen* Beitrag leisten, einen Beitrag auch für die „*Menschenarbeiter*“ – wie ich die HelferInnen nenne (Petzold 1969c; Sieper / Petzold 2001) –, denn die meisten von ihnen sind auch in irgendeiner Form Verletzte, tragen eine „*Verwundung vom Biss des Realen*“ (Marcel 1985, 19), sind Überlebende. Das darf nicht vergessen werden, das dürfen sie auch selbst nicht vergessen. Der vorliegende Text steht im *Diskurs* psychotherapeutischer Kulturarbeit und vertritt dezidiert die Auffassung, dass die Therapie von Traumafolgen durch „*man made disaster*“ ohne übergreifende kulturkritische und politische Reflexionen zu kurz greifen muss (vgl. grundlegend Sofsky 1996 und Morris 1998). Er steht in einer Reihe von Arbeiten zu schweren Überforderungen, Belastungen, Entwurzelungen (Petzold 1968a, b), zu Verletzungen der Menschenwürde, der *client dignity* (idem 1985d), zu Folter, Traumatisierung, Bedrohung leiblicher Integrität (idem 1985m; 1986b), zur Begleitung von Menschen in und nach solchen Erfahrungen und zur Behandlung von posttraumatischen Belastungen (1999i). Für diese Situationen haben wir spezifische Behandlungsmethoden – die „*Integrative und differentielle Regulation*“ entwickelt und evaluiert (IDR-Traumaformat, vgl. Petzold et al. 2000). Das Thema hat eine lange Geschichte im Integrativen Ansatz und kann m.E. nur interdisziplinär, methodenübergreifend und *polylogisch* angegangen werden. Es gibt eine lange Erfahrung in der Menschheitsgeschichte dazu, wie man mit traumatischen Belastungen umgehen, Menschen helfen kann, Traumaerfahrungen und schlimme Überlastungen zu überwinden, und auch hier gilt es anzuknüpfen.

Wir hatten für Entwurzelungserfahrungen und psychischen Überlastungen, die wir Ende der sechziger Jahre in der therapeutischen Arbeit mit „*Gastarbeitern*“ fanden, das stresstheoretische Konzept des „*Überforderungserlebnisses*“ (idem 1968a) im Anschluss an Janet (1919) und Mierke (1956) zur Grundlage der Konzeptualisierung gemacht, dabei aber stark auf die Bedingungen der **sozialen Situation** der Betroffenen, auf ihre „*Lebenslage*“ fokussiert (idem 1968b),

auf ihre Entwicklung in der **Lebensspanne** (Oerter et al. 1999; Petzold 1992a, 546ff) und auf dieser Grundlage die Krankheitslehre der Integrativen Therapie (idem 1975e, 120ff; 1992a) und Modelle und Strategien der Behandlung entwickelt:

„Überforderung tritt ein, wenn Belastungssituationen und externalen Ansprüchen keine stützende Umwelt, zureichende äußere und innere Ressourcen und keine adäquaten Bewältigungsmöglichkeiten sowie keine ausreichende persönliche Stabilität gegenüberstehen, so dass die Wahrnehmungs- und Handlungsmöglichkeiten des Individuums im Feld eingeschränkt oder blockiert und seine Fähigkeiten der Selbststeuerung beeinträchtigt oder gar außer Kraft gesetzt werden. Seine physiologische, psychologische, mentale und soziale Realität wird dysreguliert, wenn in der Überforderungssituation die bisherigen Muster nicht mehr greifen. Es kommt dann im Versuch, die Lage doch noch zu meistern, zu folgendem Prozess (vgl. Mierke 1956): einer **Agitationsphase** der Überaktivität, Überspannung, Alarmiertheit voller Überforderungsgefühle und somatische Akutreaktionen, die, wenn sie scheitert, in eine **Resignationsphase** der Lähmung, Unterspannung, Stumpfheit voller Ohnmachtsgefühle und psychosomatischer Beschwerden abstürzt. Eine **Restitutionsphase** bedarf dann ausreichender Entlastung, Entspannung, Erholung – neuer Möglichkeiten der Selbstregulation, Gefühle des Wohlbefindens“ (Petzold 1968a, 42).

Janet war schon in seinen frühen Arbeiten seit 1882 auf die Erschöpfungszustände seiner PatientInnen aufmerksam geworden und er sah, dass Überlastungen, Traumatisierungen recht unterschiedlich verarbeitet wurden (*Les médications psychologiques* 1919, vol. II, c. III, 204ff), so dass er ein breites Behandlungsspektrum für notwendig hielt und ein solches auch entwickelte (vgl. vol. III) – insbesondere für den Umgang mit „*souvenirs traumatiques*“ (vol. II, 204) und für ein Eindämmen der Überlastungen, was besonders im frühen Stadium der Erkrankung wesentlich ist. Insgesamt ging es ihm um eine „Ökonomisierung“, der Lebensführung, die „*économies psychologiques*“ (ibid. 303), denn die PatientInnen haben in ihrem „*train de vie ordinaire*“ einen verdeckten Verbrauch an Kräften „*trop considérable pour leur ressources*“ (ibid. 304). – Janet bietet hier, in Vielem seiner Zeit voraus, einen ersten ressourcentheoretischen Ansatz in der modernen Psychotherapie. Und hier ergeben sich für mich Anknüpfungspunkte an die Praktiken der antiken „Seelenführung“ (Guillemin 1952-1954; Rabbow 1954; Voelke 1993), der „*philosophischen Therapeutik*“ und ihrer Praxis, ihren Handreichungen (*praecepta*), Übungen (*exercitia*), ihrer „*ascèse philosophique*“ (Foucault 2001, 461ff), die u.a. auf ein gutes, maßvolles Nutzen der eigenen Ressourcen – geistiger, seelischer und materieller Art abzielen. Diese Praktiken werden einen Schwerpunkt des vorliegenden Textes bilden.

Bei der ablehnenden Haltung *Freuds* und in seiner Folge vieler PsychotherapeutInnen muss hier eine Bestimmung der Philosophie erfolgen, wie sie hier in diesem Text verstanden wird. *Rom Harré* (2002, 9) hat im Prolog seines Werkes „*1000 años de filosofía*“ formuliert: „Philosophie ist vor allen Dingen eine kritische Überprüfung der Formen menschlichen Lebens“. *Foucault* (1998) hat die diagnostische Aktivität der Philosophie heute betont und *Derrida* (1972, 2000) „liest“ mit der

Philosophie Lebensverhältnisse. In diesem Sinne habe ich Philosophie betrieben und betreibe sie noch: um das Leben, die Menschen, die Welt zu verstehen. Ich habe aus eben diesem Grunde mich der Psychotherapie zugewandt und für Sie eine „klinische Philosophie“ (Petzold/1991a) entwickelt. Für die klassischen Texte der späten Stoa waren eigene Lektüre und Übung in Jugendtagen – angeleitet durch meinen Vater – ein erster Anstoß. Meine patristischen Studien in den sechziger Jahren, die u.a. den Einflüssen des *Epiktet*, des *Seneca*, des *Plotin* nachgingen, *Foucaults* Vorlesungen zu den „Praxen der Subjektconstitution“, den „Technologien des Selbst“, der „Hermeneutik des Subjekts“ (Foucault 1988, 2001) am „Collège de France“ 1982-1984, von denen ich etliche hören konnte, regten erneute Lektüre der Quellentexte zur Lebensführung, Lebenskunst, Seelenführung, zur „asklepiadischen Therapeutik“, der altgriechischen Heilkunst (Petzold/Sieper 1990) an. Hier lagen wesentliche Impulse, diese „andere klinische Weisheit“ in therapeutische Praxis umzusetzen, das Verhältnis von Philosophie und Psychotherapie in praxisorientierter Absicht zu explorieren, „Philosophie als Psychotherapie“ – so ein erstes Buch zu diesem Thema (Kühn/Petzold 1991) – einzusetzen. Eine besondere Stellung nimmt hier die jüngere Stoa eines *Seneca* und *Marc Aurel* ein, auf die in dieser Arbeit Bezug genommen wird. Dabei kann es nicht darum gehen, die „Therapeutik der Stoa“ umfassend darzustellen. Es wird weder auf die wichtigen Protagonisten der älteren und mittleren Stoa z.B. auf *Chrysippos von Soloi* (281-208), *Panaitios von Rhodos* (185-109) usf. Bezug genommen noch auf *Epiktet* (Pohlenz 1970, 1972), und aus dem umfangreichen Werk *Senecas* zentriere ich mich hier auf seine „therapeutischste“ Schrift „*De tranquillitate animi*“ („Über die Ausgeglichenheit der Seele“<sup>3</sup>), die er selbst als „*remedium*“, als Heilmittel, bezeichnet (2,5). Die Selbstbetrachtungen von *Marc Aurel* (vgl. Rosen 1997; Rutherford 1989; Hadot 1992) sind natürlich ein Markstein, seine weitgehend unbekannte Korrespondenz mit seinem Lehrer und Freund, dem Rhetor *Marcus Cornelius Fronton*, eine vertiefende Ergänzung.

Nun mag man fragen: Was sollen wir mit den „alten Griechen“, den Römern gar? Um humanistische Nostalgie geht es keineswegs. Ist man erst in die Texte hineingetaucht, kann man nur *Nietzsche* zustimmen: „Wenn wir von den Griechen reden, reden wir unwillkürlich zugleich von heute und gestern. Ihre allbekannte Geschichte ist ein blanker Spiegel, der immer etwas wiederstrahlt, das nicht im Spiegel selbst ist. Sie erleichtern dem modernen Menschen das Mitteilen von mancherlei schwer Mitteilbarem und Bedenklichem“ (Menschliches, Allzumenschliche II, 218).

Von den Schriften und Praxen der antiken „Seelenführung“, der „philosophischen Therapeutik“, erweist sich die „stoische Therapeutik“ für eine *Konktivierung* mit modernen psychologischen und

neurowissenschaftlichen Perspektiven (Hüther 2001; Yehuda 2001) und mit einer modernen evolutionsbiologischen und -psychologischen Weltansicht (Buss 1999; Weber 2000, Petzold et al. 2001) als besonders „anschlussfähig“. In der Integrativen Therapie als einem **biopsychosozialen Ansatz** (BPS-Modell, Petzold, Wolf et al. 2000) und als Weg **kritischer Kulturarbeit** (Petzold 1994c; Petzold et al. 1999, 2000) – einem interdisziplinären und polylogischen Ansatz also – haben wir uns auf dem Hintergrund unserer philosophischen Studien mit diesen Quellen, der patristischen Seelsorge (idem 1983e; Zenkovsky/Petzold 1969) und der antiken „Seelenführung“, auseinandergesetzt und sie für die Praxis unserer Therapie fruchtbar zu machen gesucht. Denn der Diskurs der **praktischen Weisheitsliebe** (Oelmüller 1989; Kühn/Petzold 1991) lässt sich für eine moderne „**klinische Philosophie**“ (Petzold 1991a) und ihre Anwendung in der „Integrativen Therapie“ durchaus nutzen. Er erweist sich als anschlussfähig an ihre kognitivistischen und biopsychologischen Konzepte mit ihrer Praxis leiborientierter Behandlung (idem 1988n), ihren narrativen und netzwerkbezogenen Vorgehensweisen, die an der Leitmaxime „**Du, Ich, Wir in Kontext und Kontinuum**“ ausgerichtet sind (Petzold „et al.“ 2001; 2000h) und die als „kreative Therapie“ (Petzold/Orth 1985, 1990) ein differentielles und integriertes Arbeiten mit Menschen in heilender und fördernder Absicht verwirklichen können. Eine solche „ganzheitliche und differentielle Therapie“ vertreten, praktizieren und lehren wir seit über dreißig Jahren.

## 1. Τραῦμα

**Traumata** – von gr. τραῦμα (*trauma*), Wunde, Verletzung, Gewaltwirkung in körperlicher oder psychischer Hinsicht – haben Folgen. Sie hinterlassen „Eindrücke“ im Leibgedächtnis, erregende und bedrückende Erinnerungen, die so stark sein können, dass noch nach Jahrzehnten das „kalte Grausen“ aufkommt, wenn man an die Szenen des Entsetzens denkt, für die es „keine Worte gibt“ und die man „*nie wieder vergessen kann*“. Sie können zuweilen pathogen sein und Störungen oder Erkrankungen als Nachwirkungen haben, *sie müssen es nicht*. In der Regel werden derartige Erlebnisse verarbeitet, auch wenn sie entsetzlich sind, denn es handelt sich um Erfahrungen, denen Menschen seit Beginn der Hominisation – durch Naturkatastrophen und Unglücksfälle – ausgesetzt waren oder die sie selbst als Urheber von Grauenhaftem – durch Krieg, Bruder- und Bürgerkriege, Verwüstungen, Pogrome, Folter – *verschuldet* haben; hier trifft der Begriff „Schuld“ in ultimativer Weise. Naturkatastrophen sind furchtbar. Wir können sie in der Regel nicht verhindern, die Orkane, Fluten, Dürren, Feuersbrünste, Erdbeben, Vulkanausbrüche. *Absichtsvoll verursachte man made desaster* – und um diese ubiquitäre Präsenz men-

*schenverursachter Traumatisierungen* geht es mir in diesem Text vornehmlich – müssen wir mit aller Kraft in ihren Ursachen und Manifestationen zu verhindern suchen. Sie wüten seit Menschengedenken. Wir zitieren exemplarisch *Homer*, dessen *Ilias* wie auch *Caesars Bellum Gallicum* jedem Absolventen eines humanistischen Gymnasiums – damit vielen Offizieren des Ersten und Zweiten Weltkrieges – bekannt waren. Ich habe diese „klassischen Texte“ als Ausdruck heurer antiker Kultur in meiner Schulzeit lesen müssen. Mein Vater gab mir in dieser Zeit die Schriften der Vorsokratiker<sup>4</sup>, wies mich besonders auf *Heraklit* und *Demokrit* hin, schenkte mir „seinen“ *Marc Aurel*<sup>5</sup>. „*De vita beata*“ von *Seneca* – 1960 ein Geschenk von *Johanna Sieper* – kam hinzu. Auch das ist ein Erbe unserer Kultur, das eine genauso große Aktualität hat und eine größere Bedeutung haben sollte, als die hinlänglich bekannten Gemetzel der *Ilias*, die der amerikanische Psychiater *Jonathan Shay* (1998) mit seinem Buch „*Achill in Vietnam*“ mit der Realität der Kriege heute verbunden hat. Er macht die böse Banalität des kontinuierlichen Mordens über die Jahrhunderte, Jahrtausende deutlich – das auch heute fort dauert auf allen Schlachtfeldern und Kriegsschauplätzen von Tschetschenien, Mozambique bis Afghanistan, bis ...

Es trifft die „Streitaxt aus gutem Erz ... über der Nasenwurzel; es krachten die Knochen, die Augen fielen blutend hinab in den Staub bei den Füßen“ (*Ilias* XIII. Gesang 615), ... „stieß in die Weichen das Erz, das schöpfte heraus die Gedärme, sie zerreißend“ (XIV, 517f) ... „stieß ihm den Augapfel aus, der Speer durchborte das Auge bis in das Hinterhaupt ... schlug mit dem Schwerte, dem scharfen, mitten hinein in den Hals und schmetterte nieder zur Erde Haupt und Helm zugleich ... und allen ergriff ein Zittern die Glieder, jeder spähte umher, wohin zu entfliehn dem Verderben“ (XIV, 494f, 506f).

Oft aber gibt es kein Entfliehen und kein Entkommen, und es kommt zu schlimmen Überlastungen. *Einige* tragen „Schäden“ davon, wie schon *Alkmaion von Kroton* wusste, ein *Pythagoras* nahestehender Arzt des ausgehenden 6. Jahrhunderts. Er erklärt die Traumagenese nach *Aethius* (V 30, 1) wie folgt: „Zuweilen entstünden hier [im Blut, Mark, Gehirn sc.] Krankheiten auch durch äußere Ursachen: als Folge der Beschaffenheit des (Trink)wassers, des Landesklimas oder in Folge von Überbelastung oder Folter und dergleichen. Gesundheit beruhe hingegen auf der ausgewogenen Mischung der Qualitäten“ (*Alkmaion* fr. 4, *Diels, Kranz* 1961).

Überlastungen, die die Bewältigungsfähigkeiten und Ressourcen von Menschen hoffnungslos überfordern, „Überforderungserlebnisse“, „*stressfull live events*“ haben ein vielfältiges pathogenes Potential (*Dorenwend et al.* 1995). Darüber besteht ein breiter Konsens unter Klinikern und Forschern (*Mazure* 1995; *Traue* 1998). Aber die Menschen sind auch „*survivors*“. Sie überwinden, verarbeiten Traumata, lernen aus belastenden Erfahrungen, begegnen Gefahren mit Erfindungs-

geist. Sie entwickeln „Wege der Heilung“, Möglichkeiten des Trostes, der **Überwindung**, sie finden Lebensweisheit. Sie hätten sonst die Fährnisse ihrer Evolutionsgeschichte nicht überstanden (Loubotin 1992; Probst 1986; Vialou 1992). Vielmehr sind die Hominiden durch das „evolutionäre Lernen“ ihres Organismus in den etwa zwei Millionen Jahren ihrer Existenz – davon ca. 130.000 Jahre als *homo sapiens* (Wrangham/Peterson 1996) – für den Umgang mit Belastungen und Traumatisierungen gut ausgerüstet worden. In ihnen kommt auch stammesgeschichtliches Lernen zum Tragen, denn die neuroendokrinen Reaktionen der höheren Säuger auf Stress und Hyperstress zeigen eine ganz ähnliche Physiologie und Pathophysiologie wie beim Menschen (vgl. Hüther 2001). Für das unausweichliche „Lebensphänomen Stress“ konnte der Mensch als Körperwesen (d.h. sein Organismus), konnte der Mensch als identisches Individuum (d.h. seine Person), konnte der Mensch als Gruppenwesen (d.h. als Mitglied einer Gemeinschaft) – und diese drei Realitäten sind miteinander verschränkt – im Laufe der Evolution Anpassungs-, Restitutions- und Progressionsleistungen entwickeln. Belastungen sind Herausforderungen für Lebewesen. Bei Menschen stimulieren sie individuelle und kollektive Lernprozesse, um für künftige Gefährdungen besser ausgerüstet zu sein: durch effektivere Coping-Strategien (Zeidner, Endler 1996), intelligenteres Ressourcenmanagement (Petzold 1997p), aber auch durch die Entwicklung wirksamer Aggressions- und Destruktionspotentiale. Es ist durchaus lohnenswert, gerade für das Verstehen von Trauma- und Adaptionen- bzw. Bewältigungsphänomenen, eine evolutionsbiologische und evolutionspsychologische Perspektive einzunehmen (Buss 1995, 1999; Gaulin/McBurney 2001; Crawford/Krebs 1998), die deutlich macht, dass menschliches Verhalten auf allen Ebenen (Kognition, Emotion, Physiologie etc.) als eine fortwährende Anpassung an seine natürliche und soziale Umgebung gesehen werden kann. Wilde Zeiten, gefährvolle Kontexte in der Frühzeit der Menschheit haben Anpassungs- und Bewältigungsleistungen für Belastungserfahrungen, für „adverse events“ bzw. für Traumata notwendig gemacht und realisiert: auf der Ebene individueller Bewältigungsmöglichkeiten (Hilfesuchverhalten, Dissoziierung, Distraction, Trauer, Reflexion, kreative Aktivitäten usw.) und auf der Ebene kollektiver Bewältigungsformen (altruistische Hilfe und Unterstützung, gemeinsame Trauer, Trost, Zuspruch, soziale Aktivitäten, Rituale etc.). Durch diese Strategien vermögen Menschen als Einzelne oder Gruppen traumatische Belastungen zu überwinden, indem sie sich in die Gegebenheiten einpassen, aber auch, indem sie die Gegebenheiten verändern, beide Strategien können jeweils für sich sinnvoll sein oder können auch kombiniert zum Tragen kommen.

## 2. „An sich arbeiten“ – über „Hominität“ und aktives Engagement für Menschenrechte als Arbeit gegen Traumatisierungen

Wie auch immer die Orientierung ist, adaptiv oder veränderungsgerichtet, immer muss der Mensch – als Einzelner und als Gemeinschaft – *an sich arbeiten, arbeiten wollen*, um eine „edle Gesinnung und gemeinnützige Werke als Frucht des Erdendaseins in seinem kurzen Leben hervorzubringen“, so *Marc Aurel* (VI, 30), der auch ein entsprechendes Arbeitsprogramm vorschlägt: „Mache den illusionären Vorstellungen ein Ende. Hemme den Trieb der Leidenschaften. Behalte die Gegenwart unter deiner Kontrolle [vgl. *locus of control*, Selbstwirksamkeit, *Flammer* 1990]. Mache dich mit dem, was dir oder einem anderen begegnet, vertraut. Differenziere und analysiere jeden Gegenstand auf seine Ursprungskraft und seinen Stoff. Gedenke der letzten Stunde. Lass die Fehler, die von anderen begangen worden sind, da, wo sie geschehen sind“ (VII, 29) – „Liebe das Menschengeschlecht“ (VII, 31).

Das Individuum wird in der Arbeit an sich selbst Subjekt, gewinnt Persönlichkeit, d.h. *Hominität*, entfaltetes Menschenwesen. Die Gemeinschaft/Gesellschaft gewinnt dabei Kultur und eine freie, solidarische und gerechte Grundordnung, d.h. *Humanität*. In der „Integrativen Traumatherapie“ hat das Konzept des „**An sich Arbeitens**“ eine große Bedeutung. Es aktiviert eine Grundfähigkeit des Menschen, die ihn – unter einer evolutionstheoretischen Perspektive betrachtet – zum Menschen macht, denn das kann kein Tier: „*an sich arbeiten wollen*“ – im Wollen liegt das Moment der Freiheit. Das gibt Traumaopfern, die zum Objekt menschenverachtender Gewalt geworden sind, von anderen bestimmt, eingeschüchtert, erniedrigt und hilflos gemacht, den „*locus of control*“ (*Flammer* 1990), Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit wieder, das, was wir im Integrativen Ansatz als „**persönliche Souveränität**“ bezeichnen (*Petzold/Orth* 1998b). Ein Loslassen von dysfunktionalen, illusionären Emotionen, Kognitionen, Vorurteilen (*Gigerenzer* 1991) wird möglich und damit auch der Beginn neuer Initiativen. Etlichen unserer PatientInnen gelingt es mit unserer Unterstützung auch, in Menschenrechtsinitiativen oder anderen altruistischen Initiativen (Umweltschutz, Kinderhilfe, WWF usw.) mitzuarbeiten, sich in Gemeinschaften dafür einzusetzen, dass Zerstörung in der Welt etwas entgegengestellt wird. Das führt aus der Ohnmacht in die Möglichkeit der Gestaltung, erfordert aber eine Überschreitung der eigenen Resignation, Hoffnungslosigkeit und Angst durch *Arbeit an sich selbst und am Gemeinwohl*.

Investition in die *Arbeit* der Selbsterkenntnis, Selbststeuerung, Selbstsorge als zweckgerichtetes Handeln und Gemeinwohlorientierung (*Marc Aurel* XI, 20) und in die *engagierte Arbeit der Gemeinschaft am Gemeinwesen* ist – ein Blick in die Geschichte zeigt dies – *Mensch-*

*heitsarbeit für Menschlichkeit*, denn „wir alle sind füreinander da“ (ibid. XI, 18). Es ist Arbeit, die in grundsätzlichen Rechten Ausdruck findet, „*droits fondamentaux*“, wie sie Graf Mirabeau 1770 aus dem Strom der humanitätsorientierten Tradition des Denkens heraus formuliert und gefordert hat und wie sie am 26. August 1789 von der Nationalversammlung feierlich proklamiert wurden. Allerdings war es nicht die Parole der Französischen Revolution „Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit“ (van den Heuvel 1984; Bott / Schoch 1989; Ozouf 1996), die man feierte, denn die ging nie in ein revolutionäres konstitutionelles Dokument ein, sondern erst in die Verfassung der Dritten Republik (1870-1940).

· *Die engagierte Arbeit an Menschenrechten ist eine Arbeit gegen menschenverursachte Traumata*. Sie hat eine bewegte Geschichte, von der wir seit mehr als zweitausend Jahren Zeugnisse haben. Auf einer Ebene von *praktiziertem Altruismus* wird diese Geschichte noch viel älter sein (wir wissen von Hilfeleistung und Wundversorgung aus dem Neolithicum durch Skelettfunde mit verheilten komplizierten Brüchen, wo offenbar längere Pflege gewährleistet war). Die europäischen Traditionen führen uns in die antike Philosophie – man denke etwa an die Altruismus- und Staatslehre des Demokrit (460-370 v. Chr.)<sup>6</sup>, das stoische und sophistische Naturrecht, die christliche Anthropologie –, sie führen zur Lehre von Ockham, des hl. Thomas, zu Dokumenten wie der *Magna Charta* (1225), den „*poor laws*“ (1601) der ersten *Elisabeth* (1558-1603) bis zu den neuzeitlichen Ansätzen von Menschenrechtskonzepten in der Zeit der Aufklärung und in der Gegenwart. Für den Schutz von „Leib und Leben“, den Schutz vor willkürlichen Gewaltakten, Folter, Einkerkerung gab es einen steinigen Weg mit mühsam erstrittenen Rechten wie dem „Habeas Corpus Amendment Act“ (1679), der willkürlichen Freiheitsentzug abschaffte, dem „Bill of Rights“ (1689) bis zu den modernen Verfassungen im Gefolge der Französischen und Amerikanischen Revolution.

Die Gedanken von *Wilhelm von Ockham* (1285-1349), von *John Milton* (1608-1674), von *John Locke* (1632-1704) mit seiner Forderung nach *Gleichheit, Freiheit* und Recht auf *Unverletzlichkeit von Person und Eigentum* als obersten Rechtsgütern, sind in die französischen und amerikanischen Konstitutionen eingegangen: „*Freiheit, Gleichheit, Sicherheit, Eigentum*“ (so die franz. 3. Revolutionsverfassung vom 29. August 1795).

Das Spannungsverhältnis zwischen „Gleichheit“ und „Eigentum“ wurde als Erbe *Miltons* übernommen. Die „Brüderlichkeit“, die als Puffer oder Mediationselement dienen könnte, hatte es schwer, und doch liegt in ihr, wie *Derrida* (2000) neuerlich zeigte, ein Schlüssel für jedes friedliche Miteinander. Ich denke allerdings nicht „der“ Schlüssel, denn das würde die **Brüderlichkeit** überlasten, trägt sie doch schwer an der impliziten *Gendergewalt*, die bis heute wütet in offenem und clandestinem *Gendergenozid* bzw. *Femizid* (massenhafte Abtreibung von weiblichen Föten z.B. in Indien und China, lt. UN-Statistik

von 1993 fehlen 60-90 Millionen Mädchen in der Bevölkerungsstatistik, lt. Unicef 1998 etwa 100 Millionen, *Die Zeit* 10.12. 1998). Mit den Massenverstümmelungen von Mädchen durch die große, die „*pharaonische Beschneidung*“ in afrikanischen Ländern, durch Mitgiftmorde (Indien), Säureattentate (Bangladesch, Pakistan), Steinigungen von Frauen (Afghanistan, Iran) – in den westlichen Ländern durch Misshandlungen, Vergewaltigungen – findet sich auf der ganzen Welt ein *Traumamilieu ungeahnten Ausmaßes* von „*man made desaster*“.

**Hominität, das Menschenwesen, hat zwei Geschlechter!** (vgl. Petzold et al. 2001). Die Genderperspektive wurde in der „*offiziellen Psychotherapie*“, z.B. den Richtlinienverfahren, völlig vernachlässigt. Bei der Spezifität der Probleme sollten **Geschwisterlichkeit** (sie suggeriert allerdings eine Einengung auf Verwandtschaftsbande), **Mitmenschlichkeit, Hominität, Konvivialität** den Begriff der „*Brüderlichkeit*“ vor diesem Faktenhintergrund ersetzen bzw. ergänzen. Aber auch diese Leitwerte müssen mit anderen Leitwerten „in Ko-responndenz“ gebracht werden, damit sie „füreinander Korrektive“ sein, situationsspezifisch zugeschnitten und austariert werden können (Petzold 1991a, 22ff; 1992a, 500ff), denn *Werte konstituieren Spannungsverhältnisse* (z.B. kann „Ehrfurcht vor dem Leben“ als Wert ohne den korrigierenden Wert der „Lebensqualität“ große Probleme aufwerfen). Nur harmonistische Ausblendungen können dieses Faktum negieren. Mit diesem Problem der Wertpluralität und der *differentiellen Wertebewertung* gilt es sich aus „*engagierter Verantwortung*“ für die *Infegrität* höchst verschiedener Menschen, Menschen von großer „*Andersartigkeit*“ (Levinas 1983; Petzold 1996j) auseinanderzusetzen, zumal in einer globalisierten Welt, sonst wird es traumatisch, wie der 11. September 2001 paradigmatisch zeigt. Eine *dominante universelle Ethik* europäischer oder amerikanischer Prägung (Elnadi/Rifaat 1992) wird *universelle Geschwisterlichkeit* nicht erreichen (zumal diese bislang ja *explizit*, als Begriff in Verfassungsdokumenten etwa, gar nicht vorgesehen ist). Man wird sich gegen eine westliche Dominanz wehren. Das Konstrukt einer „*vielschichtigen Universalität*“ (Nair 1992) hätte einige Chancen, wird indes permanente *Menscheitsarbeit*, respektvolle Ko-responndenz in Konsens-/Dissensprozessen mit „*wertgeschätztem Dissens*“ erforderlich machen, will man die ubiquitäre Präsenz von menschenverursachten Traumata eindämmen.

Die frühen Leitwerte der Französischen Revolution waren *Freiheit* (es ging ja zunächst um Befreiung) und *Gleichheit* (es ging um die Beseitigung der Privilegien, wie sie vor 1789 das *Ancien Regime* kennzeichnete). Die Idee der *Brüderlichkeit* tauchte erst später im Verlauf der Revolution auf. Der Ursprung der Formel „*Liberté, Égalité, Fraternité*“ ist nicht gänzlich geklärt. Öffentlich wurde sie zuerst 1791 von dem Buchdrucker *Antoine-François Momoro* von der „*Société des amis des droits de l'homme et du citoyen*“, dem „*Club des Corder*“

liers“ (gegründet am 27. April 1790), propagiert und zum Durchbruch gebracht. (Momoro, dieser Verfechter von Menschenrechten, der eine „universelle Brüderlichkeit“ forderte, wurde 1794 unter Robespierre guillotiniert!). Die Geschichte der Menschenrechte war oft genug eine blutige, traumatische, schäbige, prekäre Geschichte (Fitzpatrick 1994; Arendt 1964; Kimminich 1973).

Die Brüderlichkeit kommt offenbar immer zuletzt, sofern sie nicht ganz fallen gelassen wird, als Leerformel gebraucht wird oder schon im Aussprechen eine Lüge ist (Derrida 2000).

Jefferson nahm aus ähnlichen Quellen das Gleichheitsprinzip (*created equal*) und die „unalienable rights“, die er – höchst weise – gleichsam beispielhaft und damit ergänzungsfähig aufzählt: „among these“ sind Leben (*life*), Freiheit (*liberty*) und – ein gewaltiger Schritt – das Recht, sein Glück zu verfolgen (*pursuit of happiness*). Ohne den ko-respondierenden und ggf. korrigierenden Wert der Brüderlichkeit kann das in Schwierigkeiten führen („Jeder ist seines Glückes Schmied“), denn es muss ja auch Chancen geben, sein Glück zu verfolgen, und zwar nicht auf Kosten und in Ausbeutung Anderer<sup>8</sup>. Von „Recht auf Glück“ wird ja nicht gesprochen. Die „Declaration of Independence“ vom 4.7.1776 aus seiner Feder war, wie Jefferson selbst bescheiden und zutreffend ausführte, »Ausdruck des amerikanischen Geistes«, wie er sich zur Zeit der Revolution dargestellt habe. Es ist eine Frage, der sich nachzugehen lohnte, warum das Konzept der „Brüderlichkeit“ in diesem „amerikanischen Geist“ nicht aufscheint oder wie der Konflikt zwischen dem individuellen „*pursuit of happiness*“ und der weltweiten Armut und der Not angegangen werden kann (von Lösung soll man gar nicht erst sprechen). Hinter dem „Verfolgen des eigenen Glücks“ steht die augustinisch-calvinistische Lehre von Prädestination: Gott hat die seinen erwählt und sie mit Erfolg und Prosperität (vgl. Psalm 1) gesegnet, also gilt es, erfolgreich zu sein (vgl. Max Webers Protestantische Ethik von 1905). Dafür bot „God’s own Country“ die Möglichkeit, denn man war angetreten, die Welt zu verändern – so beispielhaft 1776 das berühmte Pamphlet von Thomas Paine: »Wir haben es in unserer Hand, die Welt von neuem zu beginnen«. Die reichste Nation der Welt mit ihrem hohen Anspruch an die Verwirklichung der Menschenrechte steht – zusammen mit den anderen reichen Industrieländern, die Gleichheit, Menschenwürde (wie Deutschland) und Brüderlichkeit (wie Frankreich) in der Verfassung verankert haben – vor dem „Elend der Welt“ (Bourdieu 1997). Dies ist eine Herausforderung, die den demokratischen Kulturleistungen der europäischen und amerikanischen Demokratien (die südamerikanischen Länder gewinnen zunehmend an Gewicht) angemessen wäre, aber nur gemeinsam mit der übrigen Welt (nicht „mit dem Rest“) zu realisieren ist.

Nachhaltige Schritte zu einer weltweiten und umfassenden Regelung allgemeinverbindlicher Menschenrechte (Arendt 1949) – von ihrer Durch-

setzung sind wir noch weit entfernt – „brauchten“ offenbar erst die Schrecken des Ersten *Weltkrieges* mit seinen Massenschlachten und furchtbaren Gasangriffen und die Gräueltaten des Zweiten *Weltkrieges* mit den gigantischen Zerstörungen durch den modernen Luftkrieg – Neuheiten in der Menschheitsgeschichte – „brauchten“ wohl den Holocaust und die Demonstration des atomaren Vernichtungspotentials durch das Verbrechen der amerikanischen Atomangriffe auf Hiroshima (6.8.1945) und Nagasaki (9.8.45) mit zusammen fast 300 000 Toten, vielleicht auch die für Weitblickende erkennbare globale Bedrohung mit der aufkommenden russischen Atommacht (seit 1949 A-Bomben, seit 1955 H-Bomben). So wurde von den Vereinten Nationen in der Nachkriegszeit die **Allgemeine Erklärung der Menschenrechte**, am 10.12.1948 als Empfehlung verkündet.

*Artikel 1*

Alle Menschen sind frei und gleich an Würde und Rechten geboren. Sie sind mit Vernunft und Gewissen begabt und sollen einander im Geist der Brüderlichkeit begegnen.

*Artikel 2*

Jeder hat Anspruch auf die in dieser Erklärung verkündeten Rechte und Freiheiten ohne irgendeinen Unterschied, etwa nach Rasse, Hautfarbe, Geschlecht, Sprache, Religion, politischer oder sonstiger Überzeugung, nationaler oder sozialer Herkunft, Vermögen, Geburt oder sonstigem Stand. Des Weiteren darf kein Unterschied gemacht werden aufgrund der politischen, rechtlichen oder internationalen Stellung des Landes oder Gebiets, dem eine Person angehört, gleichgültig ob dieses unabhängig ist, unter Treuhandschaft steht, keine Selbstregierung besitzt oder sonst in seiner Souveränität eingeschränkt ist.

*Artikel 3*

Jeder hat das Recht auf Leben, Freiheit und Sicherheit der Person.

Verbindliche Konventionen kamen erst zwanzig Jahre später, am 19.12.1966, mit dem **Internationalen Pakt über bürgerliche und politische Rechte** (in Kraft seit 23.3.1976) und dem **Internationalen Pakt über wirtschaftliche, soziale und kulturelle Rechte** (in Kraft 3.1.1976). Sie stehen als die Kernstücke des internationalen Menschenrechtsschutzes nicht nur auf dem Papier, sondern zeigen einige Konsequenzen – noch viel zu wenige, ist man geneigt zu sagen, wenn man nicht geschichtsbewusst hinschaut. Allerdings sei an *Demokrit* gemahnt: „Das Wort ist nur der Schatten der Tat“ (fr. 145).

Die Realisierung von **Humanität** und **Hominität** für alle Menschen auf der Welt braucht offenbar lange Zeiträume, auch wenn viele Erkenntnisse schon „alt“ sind. „Ist doch das Vaterland einer edlen Seele der ganze Kosmos“ (*Demokrit* fr. 247). *Seneca*, der immer wieder – im Unterschied zur sonstigen Tradition der Stoa – den lebenspraktischen *Demokrit* aufgreift<sup>9</sup>, affirmiert: „Nicht bin ich für einen einzigen Winkel

geboren, meine Heimat ist diese ganze Welt (*totus hic mundus*, Ep.ad Luc. 28, 4). Eine solche Sicht muss Konsequenzen haben.

„Haben wir das Denkvermögen miteinander gemein, so ist uns auch die Vernunft gemeinsam, durch die wir vernünftige Wesen sind; ist dem so, so haben wir auch den Logos gemein, der uns sagt, was wir tun sollen und was nicht; ist dem so, so haben wir auch alle ein gemeinschaftliches Gesetz; ist dem so, dann sind wir Mitbürger untereinander und leben zusammen unter derselben Regierung; ist dem so, so ist die Welt gleichsam unsere Stadt; denn welchen anderen gemeinsamen Staat könnte jemand nennen, in dem das ganze Menschengeschlecht dieselben Gesetze hätte?“ (*Marc Aurel IV, 4*).

Unter der Perspektive eines *Weltbürgertums*, wie es sich bei *Demokrit*, *Seneca*, *Marc Aurel* u.a. findet, vom Humanismus und von der Aufklärung aufgenommen wurde (etwa in *Kants* »Idee zu einer allgemeinen Geschichte in weltbürgerlicher Absicht«, 1784) bis in die Gegenwart bei *Russel* (1953), *Foucault* (1981), *Derrida* (1997), ist die „Menschheitsarbeit“ nur langsam vorangekommen. Das Moment der globalen Mobilität, Güter- und Informationsdistribution, die Globalisierung in der Moderne hat indes Möglichkeiten geschaffen, diesem Ziel einer „humanen Weltgesellschaft“ näher zu kommen, was aber nur möglich ist, wenn damit auch das Recht auf humane Lebensverhältnisse, auf ein menschenwürdiges Leben gegeben ist und verwirklicht wird. Es ist dann die Bereitschaft zur Hilfeleistung für alle Menschen angesagt: Auf der Grundlage des Kosmopolitismus (der in der Stoa besonders ausgefaltet wurde) muss das altruistische Handeln (*Demokrit* fr. 255) auf die Menschengemeinschaft ausgedehnt werden: „Wenn die Besitzenden es übers Herz bringen, ihren unbemittelten <Mitbürgern/Mitmenschen> zu leihen, überhaupt zu helfen und Gutes zu tun, so ist das schon Zeichen von Mitleid und dass sie nicht verlassen sind, vielmehr dass sie alle füreinander Genossen sind, einander helfen in Eintracht“. Der *Gleichheitsgrundsatz* ist die klare Konsequenz der Stoa und ist von dort, wie erwähnt, in unsere Konstitutionen gekommen: „Bedenke, dass der, den Du Deinen Sklaven nennst, aus dem gleichen Logosamen<sup>10</sup> entstanden ist, dass er sich des gleichen Himmels erfreut, genauso atmet, lebt und stirbt wie Du“ (*Seneca*, ep. 47, 10). Wenn dem so ist, muss man das auch wollen – und ohne globalen Willen (*Petzold* 2001i) wird nichts geschehen, wird nichts umgesetzt werden, wird man keine menschenwürdigen, keine menschlichen Weltverhältnisse schaffen. Grundvoraussetzung für ein solches „**menschenwürdiges Leben**“, in dem man und durch das man Menschen in ihrer „Identität des Menschseins“ gerecht wird, ist, dass man ein Dach über dem Kopf, Kleidung, genug zu essen, medizinische Versorgung hat, sich in Sicherheit befindet und in seiner Art akzeptiert ist, die Möglichkeit zur freien Entfaltung seiner Talente, Äußerungen seiner Meinung und zur uneingeschränkten Partizipati-

on an den Gütern der Kultur hat, z.B. Zugang zu Bildung, Wissenbeständen, Technik, Aktualinformation. **Das wäre die Basis für ein menschengerechtes Leben** (vgl. auch Russel 1953). Und wo das nicht gewährleistet ist, ist auch Identität gefährdet, so dass Hilfe gebracht, Schutz, Unterstützung, Asyl- und Gastrecht, Entwicklungshilfe gewährt werden muss, Aufklärungs-, Wissens- und Bildungsoffensiven lanciert werden müssen. „Als Gleiche sind wir nicht geboren, Gleiche werden wir als Mitglieder einer Gruppe erst kraft unserer Entscheidung, um gegenseitig Rechte zu garantieren“ (H. Arendt 1949, 776). Es sei nochmal unterstrichen: **Das alles muss man wollen und durch Taten auf einer globalen Ebene umsetzen.**

Die Geschichte der Menschenrechte ist eine Geschichte *kokreativer Gestaltungsarbeit*, in der mutige Menschen sich aktiv gegen Unrecht, Gewalt, gegen die *ubiquitäre Präsenz menschenverursachter Traumatisierungen* gestellt haben und noch stellen. Unter der Perspektive einer „**desillusionierten Anthropologie**“ (Petzold 1996j; idem et al. 2001; Russel 1953; Sofsky 2002), die den Menschen als zu Bösem und zu Gutem tendierend sieht, wird das auch für die überschaubare Zukunft so bleiben müssen. Hier sind Menschen nicht *adaptiv*, sie sind offensiv engagiert für die Würde, die Integrität, das Glück des Anderen, weil sie es *können* und weil sie es *wollen*. In dieser Möglichkeit eines „**Wollens**“ von **Humanität** (Petzold 2001i), das eine große Breite gewinnen müsste – und das *kann* gelingen – liegt *Hoffnung*.

### 3. Der evolutionswissenschaftliche Diskurs und das „Programm der Hominität“ durch identitätsstiftende „Arbeit an sich selbst“

Für das Verstehen des Menschen, sein Selbstverstehen, ist die Reflexion seines Herkommens, seiner Geschichte und seines Lebens in dieser Geschichte mit seinen kulturellen Leistungen und seinen Barbareien, seinen Großtaten, Untaten und seinen Banalitäten, ist eine *evolutionswissenschaftliche Perspektive*, wie sie (Human)Biologie, Soziobiologie, Evolutionspsychologie vertreten, die allerdings erkenntniskritisch und reduktionismuskritisch reflektiert werden muss, unverzichtbar. Geschichte wird uns – über die schriftlich und in Kulturmonumenten dokumentierte Überlieferung hinaus – durch die großartigen Leistungen der Paläoanthropologie und der evolutionsbiologischen Forschung immer weiträumiger einsehbar. Die neuen Funde und die Neuinterpretation der schon bekannten wirft indes noch viele Fragen auf, und die Theoreme sind in Entwicklung. Das ist mit all den „*science wars*“ verbunden, den heißen Themen – wie der offenbar durchaus verbreitete Kannibalismus in Frühkulturen (White 2001) – mit sich bringen, ist verbunden mit den Einseitigkeiten, die unver-

meidbar sind, und den Differenzierungs- und Integrationsleistungen, die notwendig werden. Den neodarwinistischen Diskursen kommen – dank *Darwin*, denn seine Idee ist ungebrochen – besondere Verdienste zu (Weber 2000). Sie sind, zu Recht meine ich, *en vogue*, bedürfen aber gerade deshalb der kritischen Betrachtung (vgl. in ungebrochener Aktualität *Lewontin et al.* 1988) jenseits des Enthusiasmus, den man besonders unter Evolutionspsychologen zuweilen antrifft. Vor dem Hintergrund meiner obigen Überlegungen zu der durchaus kontinuierlichen, wenn auch langsamen Entwicklung von *Menschenrechten* finde ich in der neodarwinistischen Betrachtungsweise das *adaptive* Moment – Menschen passen sich den Verhältnissen an – zu einseitig betont. Natürlich kann man sagen, dass aufgrund der Entwicklung von Massenvernichtungswaffen und ihr allseitiger Besitz, der die totale Vernichtung aller impliziert, eine sehr *prekäre* „Lösung“ gegeben war – die eines „Gleichgewichts des Schreckens“. Die Forcierung der Menschenrechte könnte deshalb als eine evolutionsbiologisch sinnvolle *Adaptation* betrachtet werden (die Menschenrechtsdeklaration von 1948 kam ja unmittelbar nach der Megakatastrophe des Zweiten Weltkrieges). Man kann auch argumentieren – der russisch-amerikanische Schulterschluss nach dem 11. September und vor dem Hintergrund des Tschetschenienkrieges legt das nahe –, dass die soziobiologische Erklärung des „Altruismus aufgrund wechselseitigen Vorteils“ greift. Aber reicht das allein als Erklärung?

Nach meiner Meinung findet damit das *kreative Moment*, das für die Humanevolution im sozialen und kulturellen Bereich bedeutsam ist, zu wenig Beachtung. Im soziobiologischen Diskurs werden die Erklärungskonzepte der „Konkurrenz“ (um Fortpflanzungsmöglichkeiten, Nahrung und andere Ressourcen) und des Proximitätsaltruismus (ich helfe, nepotistisch, den mir Nahestehenden, ich teile mit dem, der auch mit mir teilen wird) – zwei sehr starke und überzeugende Argumentationslinien mit hoher Relevanz für die Psychotherapie in und mit sozialen Systemen – in einer *generalisierenden Einseitigkeit* vertreten, die den Nutzen dieser Modelle wieder einzuschränken droht. Man muss deshalb, wie so oft in naturwissenschaftlichen Diskursen, *reduktionismuskritische* Perspektiven einbeziehen (*Lewontin et al.* 1984; *Sterenly/Griffits* 1999; *Weber* 2000), denn man kann für die Entwicklungsgeschichte von Menschen durchaus sagen, dass die evolutionäre Entwicklung der Hominiden durch das Meistern von Belastungssituationen hindurchgeht, und darin liegt ein Moment von Kreativität und *Kokreativität* (*Iljine et al.* 1970/1990). Belastungen werden am besten gemeinsam bewältigt, denn „Einigkeit macht stark“ und „geteiltes Leid ist halbes Leid“. Unzweifelhaft ist aus der Perspektive des evolutioswissenschaftlichen Diskurses (des sozialpsychologischen ohnehin) *unsere Intelligenz sozial* (*Frank* 1988; *de Waal* 1996).

Das integrative Konzept der *Kokreativität* könnte an das von Ehrlich & Raven (1964) eingeführte evolutionsbiologische Konzept der *Koevolution* anschließen, das in seiner weiteren Ausarbeitung (Durham 1991, Gowdy 1994) durchaus die Möglichkeit sieht, über Anpassung hinausgehend die Umgebung zu formen. Aber unsere Position „Menschen sind ihrer Natur nach koevoluierende Wesen, sie sind Weltgestalter“, ist damit allein nicht zu begründen. Menschen haben über den „creative adjustment“ hinaus, wie ich gegen Perls et al. (1951) stets betont habe, immer auch die Möglichkeit zu „creative change“ – am erfolgreichsten durch gemeinschaftliche Aktivität. Die hierdurch erlebten Erfolge, die wohl auch in dieser Zusammenarbeit wurzelnde „soziale Intelligenz“, die eigenen *erfahrenen kulturellen Leistungen* in Kunst, Wissenschaft, Technik, Wirtschaft – ästhetische Erfahrungen, Sinnerleben, wissenschaftliches Weltverstehen, aktive Weltgestaltung (Petzold 1999q; 2001k) – haben in der Menschheitsgeschichte eine formende Eigenwirksamkeit entwickelt, die auch als evolutionäres Programm eines „*survival by culture*“ gesehen werden kann. Evolution bleibt nicht stehen. Sie kann indes Lebewesen „aus der Serie nehmen“. Die Menschen haben deshalb das Washingtoner Artenschutzabkommen (3.3.1973) eingeführt, und sind wohl in der Lage zu sehen, dass es niemanden gibt, „der sie unter Artenschutz stellt“ (Petzold 1986h). Menschenrechtskonventionen aber allein als „*survival strategy*“ zu interpretieren, hieße, sie reduktionistisch einzustufen. Zum Wesen des Menschen gehört zweifellos das uneindämbbare Begehren, sich selbst, das Leben und die Welt zu verstehen: „Ich erforschte mich selbst“, erklärte Heraklit (fr. 101), und macht zugleich „die gemeinsame Vernunft zum Prüfstein von Allem“ (fr. 22 A 16). Zum Wesen des Menschen gehört, sich selbst zu erkennen, auch wenn es ihm nicht angenehm und leicht ist, seine Destruktivität zu erkennen. „Erkenne dich selbst“ und „Beherrsche den Zorn“, „Erleidest du Unrecht, versöhne dich. Aber wirst du misshandelt, so wehre dich“, riet Chilon, einer der „Sieben Weisen“ aus der ersten Hälfte des 6. Jahrhunderts. Thales von Milet weiß: „Schädlich ist Mangel an Selbstbeherrschung.“ Und Pittakos von Mytilene, ein weiterer der Weisen, wagt es auszusprechen: „**Schwer ist es, gut zu sein**“ (bei Capelle 1967, 64f). Die Menschen aller Kulturen wussten schon früh, worum es ging, was sie *von sich* zu erwarten hätten, und **woran sie arbeiten müssten**: „Wenn du dein Inneres öffnest, dann wirst du darin einen reichen Vorrat von bösen Trieben unterschiedlicher Art und viele schlimme Leidenschaften finden“ – so Demokrit (Fr. 149; vgl. 108). Hätten die Menschen nicht beständig **an sich gearbeitet**, an ihrer Gewalttätigkeit, ihrer Herrschsucht, ihren Rachegehlüsten, ihrer Grausamkeit, hätten sie nicht gemeinsam daran gearbeitet, Ordnungen herzustellen, Rechte einzuführen, Xenodochien, Einrichtungen der Hilfeleistung, Spitäler zu gründen, hätten sie nicht versucht, Ethiken und Le-

bensregeln zu ersinnen, Gebote, Gesetze, Menschenrechtskonventionen, sie hätten es nicht geschafft, die Fährnisse der Evolutionsgeschichte, ihre eigene, massenhafte Traumatisierungen verursachende Gefährlichkeit zu überleben. Sie galt und gilt es zu kennen, zu bändigen, zu überwinden, umzugestalten zu einem friedfertigen Menschenwesen mit einer Fülle von schöpferischen, Kultur und Wissen schaffenden Möglichkeiten, die zu aktualisieren die Realisierung des antiken Imperativs bedeutet: „Mensch, werde der du bist!“ und seine Fortführung: „Werde der Du sein könntest!“.

Bei Tieren sehen wir einen „*survival of the fittest*“, was auch „*of the smartest*“ heißen kann, denn manche Lebewesen sind sehr findig, in schwierigen Situationen durchzukommen. Und so sind die „Anpassungsfähigsten“ zuweilen erfolgreicher im Überleben, als die „Stärksten“. Beim „*human animal*“, den Hominiden, kommen all diese Möglichkeiten zusammen, werden aber noch von drei menschenpezifischen Prinzipien überstiegen: 1. dem des „*survival of the wisest*“ (Salk 1973), womit Besonnenheit, exzentrische Reflexivität bzw. Koreflexivität und – bei den Menschen der Neuzeit – hyperexzentrische Metareflexivität gemeint ist; 2. dem Überleben des „*most creative*“, womit schöpferische Phantasie, Gestaltungswillen, Transgressionsbereitschaft gemeint ist – der Neokortex hat sich entwickelt, weil wir nur durch Intelligenz- und Kreativitätsleistungen bei unserer schwachen physischen Ausstattung überleben konnten; 3. dem „*survival by mutual aid*“, Überleben durch kooperative, gemeinwohlorientierte Leistungen, durch altruistisches, humanes Handeln. Schon Kropotkin (1902) sah: Alleine hätten wir es nicht geschafft! Damit kann man die Verwirklichung von **Hominität** mit der Chance, über sich zu lernen, und der Möglichkeit zu *freier*, ethisch verantworteter Entscheidung und weiterhin die Realisierung von **Humanität** mit der Möglichkeit zu *freiem*, aus *Menschenliebe gelebten Altruismus* (Monroe 1996; Sober 1998) als **evolutionäres Überlebensprogramm** ansehen. Es ermöglicht, dass der Mensch sich selbst und seine Lebensbedingungen gestaltet – und das scheint bis hin zur Möglichkeit der genetischen Selbstreplikation und Selbstproduktion zu gehen, die in den Bereich des Vorstellbaren und Realisierbaren gerückt sind. Falls es zu dieser Realisierung kommen sollte, wird das eine qualitative Transgression darstellen – eine „Überschreitung“, vielleicht eine „Übertretung“, werden viele sagen, denn die Meinungen werden verschieden sein. Die Folgen sind nicht abzusehen und müssen gerade deshalb antizipiert werden. In der gerade laufenden Debatte zur Nutzung von Embryonen in der Forschung (Fritz-Vannahme 2002) stellt Habermas (2002, 34) zutreffend fest: „Der Mensch ist das Wesen, das nicht nicht lernen kann. Ebenso wenig kann er, was er einmal gelernt hat, mit Absicht wieder vergessen. Mit dem Wissen, wie wir über unsere eigene Natur verfügen können, werden wir fortan leben müssen. Das muss aber

unser Selbstverständnis als moralisch handelnde Personen nicht verändern“.

Der beträchtliche Nicht-Determinismus der Hominiden, den ich als „Möglichkeit zu einer Freiheit mit Anderen, die aus freier Entscheidung gewollt sein muss“, bezeichne, macht den Kern der **Hominität** aus, ist das evolutionäre Überlebensprogramm des Menschen, und in ihm liegt noch mehr: denn Menschen geht es keineswegs nur ums Überleben, es geht ihnen auch um **Kultur**. Sie *können* für ihre Werte und Überzeugungen sterben oder für ihre Freunde oder bei der Rettung eines Kunstwerkes oder anderer Güter ihrer Kultur. Sie *können* einen „kultivierten Altruismus“ entwickeln, eine „Herzenskultur“, eine „Kultur ihrer Selbst“, kurz: **Humanität**. Dieses Programm, und darin liegt seine Spezifik, ist „programmatisch“, folgt keinem unentrinnbarem biologischen Mechanismus, sondern muss in freiem Entscheid *gewollt* werden, erfordert *Selbstüberwindung* und ermöglicht Selbstüberschreitung. Das ist die besondere evolutionäre Logik für die Hominiden. Die Umsetzung oder das Scheitern dieses **Überlebens- und Entwicklungsprogrammes der Hominität** wird über die Zukunft der Menschheit entscheiden.

Biologische Deterministen „verfehlen das Wesen des Unterschieds zwischen der Biologie des Menschen und der anderer Organismen. Unsere Hirne, Hände und Zungen haben uns von vielen einzelnen bedeutenden Merkmalen der Außenwelt unabhängig gemacht. Unsere Biologie hat uns zu Wesen werden lassen, die beständig ihre eigenen psychischen und materiellen Umwelten gestalten und deren individuelle Existenz das Ergebnis einer außergewöhnlichen Mannigfaltigkeit sich überschneidender Kausalbahnen ist. Was uns also frei macht, ist unsere Biologie“ (Lewontin et al. 1988, 238).

Die Realisierung dieses Programms kann in eine Zukunft führen, in der die *ubiquitäre Präsenz menschenverursachter Traumatisierungen* zumindest auf der Makroebene menschlicher Gesellschaften, der Völker, Nationen und Glaubensgemeinschaften nachhaltig eingedämmt ist und Notsituationen soweit beseitigt sind, dass Verleumdungsverrohung und Verzweiflungsgewalt auf der Mikroebene weitgehend reduziert wird (Russel 1953) – es bleibt dann noch genug an potentiell Gewaltätigem und Traumatischem in der Welt. Denn: „Es bleibt ein unvoraussagbarer Rest, der sich jeder Erklärung entzieht: die Freiheit, Gewalt auszuüben oder zu unterlassen“ (Sofsky 2002, 26).

Die „Produkte“ menschlicher *Koevolution* sind zugleich ihre Motoren: Intelligenz, Kokreativität, Besonnenheit, Hilfsbereitschaft, Altruismus, Solidarität, Gemeinsinn. Sie bieten gute Voraussetzungen dafür, mit belastenden, „prekären Lebenslagen“, überfordernden, ja traumatischen Bedingungen fertig zu werden, auf der individuellen und der kollektiven Ebene – und beide sind oft verschränkt. Die evolutionär argumentierende Soziobiologie in der Folge von Wilson (1975, 1998) – bei allen Problemen, die sie in die Richtung missbräuchlicher Rassismusargumentationen brachte – hat mit dem *Altruismusthema* und dem Thema der *Gruppenselektion* in der auf das „*selfish gene*“ (Dawkins 1976) zentrierten neodarwinistischen Sicht die kollektiven Dimensionen betont (vgl. Boehm 1997, 1999; Caporela 2001; Buunk/Schaufeli 1999), die beim Thema Trauma und Bewältigung nicht

ausgeblendet werden dürfen. Die so häufige Individualisierung des Traumageschehens wird nämlich der Komplexität der Phänomene nicht gerecht. So werden Familien, soziale Netzwerke traumatisiert, Gruppen, Ethnien, und es werden individuelle *und* kollektive *Identitäten* durch traumatisierende Angriffe beschädigt (Petzold 1996k). Deshalb wird für die Traumabewältigung individuelle und kollektive „Identitätsarbeit“ (Petzold 1991o) einbezogen werden müssen, die durchaus in einem evolutionstheoretischen Rahmen gesehen werden kann (Caporel/Baron 1997). Identität ist ein spezifisches Ergebnis von Humanevolution. Menschen sind u.a. Menschen durch kollektive Identitätstributionen von Anderen. In Kriegen, Pogromen, Massenvernichtungen kommt es, wie beim Holocaust, regelhaft zu Dehumanisierungsphänomenen durch Negativtributionen, die im Absprechen der Humanität („Ungeziefer, Ratten, Tiere, keine Menschen, so die Diktion von Goebbels, Streicher u.a. vgl. Klemperer 1947) kulminieren. Klemperer hat in „*Lingua Tertii Imperii*“ gezeigt, was die Gewalt der Sprache vermag, und deshalb sollte man solche Sprache nicht verwenden (auf dem Boden demokratischer Verfassungen ohnehin nicht), auch schlimmen Gegnern gegenüber nicht, denn durch ihre Dehumanisierung wird antihumane Praxis sich nur noch verschärfen.

Es ist deshalb zutiefst beunruhigend, wenn der Präsident der Vereinigten Staaten in einer Rede zur Lage der Nation am 28.1.2002 in einen solchen Diskurs verfällt (der 11. September rechtfertigt das nicht, und schon hier sprach er von einem „Kreuzzug“). „Die ganze Welt ist unser Schlachtfeld. Heute Abend ist unser Land im Krieg, unsere Wirtschaft befindet sich in der Rezession und die zivilisierte Welt steht beispiellosen Gefahren gegenüber, und doch ist die Lage der Union niemals besser gewesen.“ Er hoffe, dass alle Länder dem Ruf folgen, die „terroristischen Parasiten zu vernichten“ aus der „Achse des Bösen Iran, Irak, Nordkorea“. Wer ist die „unzivilisierte Welt“? Die Welt der Armut, insbesondere des „vergessenen Kontinents“, steht tagtäglich in beispiellosen Gefahren. Wirtschaftsrezession und Schlachtenszenario bilden ein ungutes „Link“. Die Hypostasierung des „Bösen“ unter generalisierender Nennung ganzer Völker ruft eine kryptofundamentalistische Totalitätsqualität auf, die dringend der Aufmerksamkeit (der Europäer zumal) bedarf. Das Faktum der höchsten Popularität, die je ein Präsident hatte – 83% sind mit seiner Amtsführung zufrieden, 90 % mit seinem Krieg in Afghanistan –, unterstreicht die Notwendigkeit einer exzentrischen Betrachtung.

Physischer Identitätsvernichtung mit extremen Mitteln und in extremen Ausmaßen geht, wie ich und andere gezeigt haben (Petzold 1996k), eine höchst traumatische soziale Ausgrenzung voraus: „Die gehören nicht mehr zu uns“. Damit wird jeder *Proximitätsaltruismus* (den mir Nahen helfe ich) verhindert, wird jede Möglichkeit zur „von

Eigeninteresse geleiteten Wechselseitigkeit“ blockiert, weil „von denen ja nichts mehr zu erwarten ist“. Die soziobiologischen Altruismusmotivationen entfallen also und die Geächteten werden unlieb-  
same, gefährliche Konkurrenten, Fremde, Vogelfreie, die eliminiert werden können. *Jane Goodall* hat in ihren beeindruckenden – und für unsere Selbstidealisationen – bedrückenden Forschungen bei Wildschimpansen „Schimpansenkriege“ dokumentiert, die mit einer Bösartigkeit und Gnadenlosigkeit geführt werden, wie man sie „im Tierreich“ nur noch bei den Menschen findet. Sie konnte Strategien der Isolierung und Verfolgung und äußerst brutale Misshandlungen von Tieren angrenzender Gruppen durch „Banden“ männlicher und weiblicher (!) Tiere der dominanten Gruppe beobachten und hat vom Phänomen einer »*Deschimpanisierung*« des Gegners gesprochen. (Schimpansen haben in ihrer genetischen Ausstattung 98% Gemeinsamkeit mit den Menschen). In komplexen menschlichen Kulturen sind die Verhältnisse ohne Zweifel vielschichtiger. Dennoch sind Ethnozentrismus und Fremdenfeindlichkeit als Phänomene durch die Geschichte und in der Gegenwart so ubiquitär, sind die Phänomene der *Dehumanisierung* und gezielten *Identitätsbeschädigung* und *Identitätsvernichtung* weltweit so verbreitet, dass hier eine besondere Aufmerksamkeit in präventiver und interventiver Hinsicht angezeigt ist. Solche Feindseligkeiten, selbst wenn sie nicht mit unmittelbarer physischer Gewalt verbunden sind, sondern auf der Ebene der Bedrohung, des „ethnischen Mobbings“ verbleiben – Äußerungen des Hasses, der Verachtung, Ausgrenzungen, soziale Erniedrigungen und Demütigungen, Schmähungen, Stigmatisierungen, Ridikülisierungen – haben eine traumatische, traumatisierende Qualität und können Identitätsbeschädigungen von Einzelpersonen und Gruppen bewirken.

Deshalb wurde in der **Integrativen Traumatherapie** bei derart Betroffenen und natürlich auch bei Opfern von physischer Gewalt, Misshandlung, Folter, Extremhaft das *Identitätsthema* stets zentral gestellt, zumal dieses Thema bei dem imponierenden Charakter körperlicher Traumatisierungen für die HelferInnen/TherapeutInnen, aber auch für die Viktimisierten selbst, oft in den Hintergrund tritt. In der Literatur zur Traumatherapie (*Fischer/Riedesser* 1998; *van der Kolk* et al. 1996; *Maerker* et al. 1999; *Resik* 2001; *Williams/Banyard* 1999) fehlt es weitgehend. Im Integrativen Ansatz ist dies eines der Spezifika, denn Identität ist ein Scharnier-Konzept, durch das Individuelles und Kollektives verschränkt werden (*Petzold/Mathias* 1983; *Müller/Petzold* 1999). So muss das **Überwinden** der Traumatisierung immer auch an dieser Schnittstelle von „*ego identity*“ und „*social identity*“ erfolgen. Dafür ist es notwendig, dass das unerlässliche Studium von „*survival patterns*“, die Untersuchung von „Bewältigungsstrategien“, die Erforschung von „**Überwindungsleistungen**“ auf der individuellen und kollektiven Ebene ein zentrales Anliegen der **Psychotraumatolo-**

gie wird, die diese Frage bislang vernachlässigt hat (Fischer / Riedesser 1998; Maerker et al. 1999 ), denn für eine interventionsorientierte Disziplin, und als solche muss sie definiert werden, kann das eine hohe klinische Relevanz für die Behandlung von Akuttraumatisierten und Posttraumatischen Belastungsstörungen gewinnen. Leider hat der pathologiefixierte Blick der PsychotherapeutInnen diese Perspektive der „**Überwindungserfahrungen**“ bislang noch kaum aufgegriffen. „*We shall overcome ...*“, dieses Lied hat seine weltweite Popularität gewonnen, weil es Ausdruck einer Menschheitssehnsucht ist. Es muß Ausdruck des *Willens* der Menschheit werden!

#### 4. Und vergessen wir nicht ... die Täter

Wo man mit „mensenverursachten“ Traumatisierungen in Kontakt kommt, gibt es Opfer und Täter. Die Begriffe und die damit verbundenen menschlichen Realitäten sind höchst komplex. Kompliziert sind auch die Beziehungsverhältnisse zwischen „*victims and perpetrators*“. In der Regel sind wir auf die Opfer zentriert, auf die Gefolterten, Misshandelten, Geschändeten. Die Täter sollte man aber in einem *doppelten Sinne* nicht vergessen. Täter werden häufig entindividualisiert, sie dürfen kein Gesicht haben. Das würde sich nämlich dem Gedächtnis einbrennen. Sie wollen selbst oft anonym bleiben. Die anonyme Menge von Tätern bietet ein gutes Versteck. Und wird ein „Großverbrecher“ in einer besonderen Weise bekannt, prägnant als Kriegsverbrecher, Massenmörder, Megaterrorist, wird er zum Prototyp des Bösen stilisiert, wenn man es sich leisten kann und will.<sup>11</sup> Zuweilen verdeckt eine solche sinistre Ikone viele „kleine“ Täter (Reich 1946), in denen sich das ganz gewöhnliche Potential von uns Menschen zum Bösen, zum Grausamen, ja zum Terror wieder einmal gezeigt hat. Die „kleinen Täter“, die Blockwarts, Denunzianten, Lageraufseher, Gefreiten, Bürokraten verstecken sich hinter den Gestalten der „dunklen Führer“, in ihrem Schatten; *und da lassen wir sie oft*, weil wir das generalisierte, banale Böse nicht sehen wollen (Sofsky 2002), denn das *nistet auch in uns* als Potentialität zur Schlechtigkeit (Arendt 1970): „... und wenn du *dich* auch von gewissen Vergehen fernhältst, so hast du zumindest die Anlage dazu“ (Marc Aurel XI, 18, 5). Hier wegzusehen, ist weder barmherzig noch heilsam. *Solche Täter soll man nicht vergessen*, zum einen, weil die Opfer ihre Taten nicht vergessen können (Petzold 1986b), zum anderen, weil sie uns an eigene potentielle Täterschaft mahnen – sind die situativen Verhältnisse nur schlecht genug, denn „vieles geschieht auch vermöge eines Zwangs der Umstände“ (XI, 18, 6); zum dritten, weil dieses „*Nicht-Vergessen*“ *auch die Funktion hat, erkennen zu können, wo sich Täter verändert haben*, wo sie einen anderen

Weg eingeschlagen haben, Reue zeigten, Wiedergutmachung praktizierten.

Menschen, die Opfer von Gewalt wurden, aber überlebten, die „*man made desaster*“ entkommen konnten, werden in ihrer Persönlichkeit, ihrem Leibselbst, ihrer Identität, in ihrem Verhältnis zu den anderen Menschen und zur Welt geprägt. Böse Menschen, Verbrecher, Gewalttäter haben sich gegen sie gewendet, Hilfe war nicht da. Man war „von Gott und der Welt verlassen“ wie die verhungerten ukrainischen Bauern (Zlepko 1988), brutalen Tätern ausgeliefert, wie in den Konzentrationslagern oder Gulags. Und solches Tun geschieht sehr oft nicht in Heimlichkeit. Leibowitz (1990) sagte von der Schoah: „Und die Welt hat zugeschaut“ – lange, viel zu lange. Beim Genozid an den Armeniern hat die Welt zugeschaut, bis fast ans bittere Ende (Ohandjanian 1989), in Ruanda, Ost-Timor hat die Welt zugeschaut, nicht willens zu einem schnellen und *überzeugenden* Einschreiten. Völker, Glaubensgemeinschaften, politische Gruppierungen tun einander zuweilen höchst Traumatisches an. Staaten, soziale Gruppen können zu Tätern werden. So können für Völker, religiöse Gruppen, Minderheiten jeder Art „*kollektive Traumatisierungen*“ entstehen als „soziale Repräsentationen“, die konkrete Lebenswelt und die mentale „*social world*“ einer Gruppe und ihrer Mitglieder prägen<sup>12</sup> – bis in die Leiblichkeit hinein, *traumatizing body narratives* (vgl. hierzu ausführlich Petzold 1999i, 1985m; Orth 1994). Diese kollektiv präsenten und (oft im Schweigen) tradierten Geschichten des Grauens – zwischen Russen und Tschetschenen (Unterwerfung durch *Nikolaus I*, Zwangsumsiedlung 1944), zwischen Kroaten (mit ihrer Ustascha-Geschichte) und Serben (mit der Geschichte der Tschetniki) zwischen Türken und Kurden ...; es gibt unendlich viele scheinbar unendliche Geschichten.

Aber es geht nicht nur um die Makrosphäre. Bei so manchem Überfall gibt es untätige Zuschauer oder die, die eilig weitergehen (Sofsky 1996). Sind das Mittäter? Ist unterlassene Hilfeleistung Täterschaft? Man wird das kaum verneinen können, denn Täter brauchen Grenzen, und wo sie nicht gesetzt werden, entsteht eine subtile Billigung, ja Unterstützung der Grenzverletzer. Es ist schlimm, wenn Hilfe hätte da sein können, aber nicht gegeben wurde, weil weggeschaut wurde, weil Gleichgültigkeit herrschte oder banale Feigheit, ja wenn Profiteure des Unglücks hämisch und hartherzig die letzten Habseligkeiten zu Schleuderpreisen an sich raffen: *dann hat sich die Welt abgewandt*. Auch das ist Täterschaft! Man darf den Begriff nicht zu eng fassen. Diejenigen, die mit weißem Kragen und schmutzigen Händen für Verelendung verantwortlich sind – und das sind gar nicht wenige, das sind auch die Prosperitätstycocoe des Turbokapitalismus – sind Täter, denn sie produzieren Täterschaft mit blutigen Händen.

Dabei geht es nicht – man verstehe es nicht falsch – gegen „die Reichen“, darauf wies schon der reiche *Seneca* hin. „Niemand hat die

Weisheit zur Armut verurteilt. Es kann der Philosoph großen Reichtum besitzen, aber dieser wird niemandem entrissen sein, auch nicht von fremdem Blute befleckt, ohne Unrecht gegen irgendjemanden erworben, ohne schmutzige Geschäfte ...; schenken wird er ... entweder Guten, oder solchen, die er gut machen kann. (...) Wer ruft die Freigebigkeit nur für die herbei, die eine Toga tragen? Menschen zu nützen befiehlt mir die Natur, ob diese Sklaven oder Freie sind“ (De vita beata 23, 1 ff, 24, 3f). Seneca praktizierte das und hat in seiner Verbannung gezeigt, wie er in äußerst bescheidenen Verhältnissen in heiterer Haltung leben konnte.

Der gnadenlose Bereicherungskapitalismus hat eine andere Qualität. Er geht über Leichen. Menschen, die Opfer in „schmutzigen Kriegen“ wurden – und der Amerika-Afghanistan-Russland-Krieg war ein solcher, einer von vielen –, Menschen, die in Elendsquartieren, in Lagerstrostlosigkeit von Stacheldrahtverhauen und Minengürteln umgeben aufwachsen müssen, werden damit von einer „doppelten Täterschaft“ viktimisiert: einer unmittelbaren, Verletzungen, Verbrennungen, Verstümmelungen verursachenden und einer distanten, oft clandestinen, fern vom Ereignis, Täter, die Landminenfabriken betreiben oder auch „nur“ deren „shareholder value“ einstreichen, und natürlich die Täter, die dem im Dezember 1997 (in Kraft getreten: März 1999) in Ottawa von mehr als 100 Staaten unterzeichneten »Vertrag über die weltweite Ächtung von Landminen« nicht beitreten.

Wenn dieses durchschaut wird und die Opfer der Dritten Welt und die der Vierten Welt, der „least developed countries“, beginnen das zu durchschauen – erzeugt das ein Verzweifeln an der Gerechtigkeit, an den Menschen, befördert das Hass, Aggression, Terrorismus (Petzold 2001d), denn das alles ist von den Betroffenen kaum zu ertragen, und auch von denen nicht, die mit den Betroffenen identifiziert sind: Angehörige der gleichen Ethnie, Sprach- und Glaubensgemeinschaft<sup>13</sup>. Die Einsicht in das ganze Panoptikum menschlicher Gewissenlosigkeit und Grausamkeit ist für viele auszuhalten, wenn sie sich von der Welt abwenden, sich zurückziehen oder gegen sie wenden: in Zynismus, Hass, Verdüsterung: „Es ergreift uns nämlich manchmal ein Hass auf das Menschengeschlecht und begegnet uns so viel an geglückten Verbrechen. Wenn du bedenkst, wie selten Aufrichtigkeit ist, wie unbekannt Uneigennützigkeit, man Ehrlichkeit nur da findet, wo sie einen Nutzen zu bringen verspricht (...), dann fühlt sich der Geist in die Nacht gestoßen und eine Verfinsterung breitet sich über ihm aus (*tenebrae oboriuntur*), so als wären alle Tugenden ausgerottet, die man weder erhoffen noch selbst besitzen kann“ (Seneca, De tranquillitate animi, 15, 1; Über die Ausgeglichenheit der Seele).

Es kann vor solchem Hintergrund auch zu einer Desperado-, ja Perpetrator-Mentalität kommen, denn das sind durchaus Folgen von Situationen der Extremtraumatisierung und von Extremverelen-

dung, bei denen *sich die Welt abgewandt hat*, über Jahrzehnte – *neglect, Vernachlässigung, ist Misshandlung, ja Verbrechen*. Die Abwendung der saturierten Welt von der Welt des Elends, der Armut, der Ungerechtigkeit, der Rechtlosigkeit ist massiv und notorisch: von den palästinensischen Lagern und vom Unrecht an den Palästinensern, von den Elends- und Bürgerkriegsregionen (z.T. als Stellvertreterkriege durch die Machtblöcke über Jahrzehnte des Kalten Krieges missbraucht in Afghanistan, in Somalia, im Sudan, Angola, Sierra Leone), Abwendung von den politisch nicht opportunen Minderheitsaufständen oder Minderheitenunterdrückungen der Kurden, Tibeter, Tschetschenen, und das sind große Minderheiten. Von den Slumgebieten um die Megastädte Mexiko City (das mit seinen mehr als 20 Millionen Einwohnern auf einer erdbebengefährdeten Zone situiert ist), von Manila, Bombay, Kalkutta hat man sich abgewandt, seit Jahren.

In all diesen Regionen und an all diesen Orten werden durch die *prekären, destruktiven, desaströsen Lebenslagen*<sup>14</sup> Opfer in Mengen und auch Täter produziert, und oft verwischen sich die Grenzen, wer was ist. „Es ist eine beunruhigende Fähigkeit des Menschen, sich nahezu an alles anpassen zu können, auch an seine eigene Gewalttätigkeit“ (Sofsky 2002, 33). Was sind die afghanischen *Kriegswaisen* aus der russisch-amerikanischen Afghanistankonfrontation, die als „Taliban“, als Koranschüler, in pakistani-schen Koranschulen aufgezogen wurden (denn nach dem Rückzug der Russen haben die Amerikaner keine Waisenhäuser oder Schulen in Afghanistan gebaut), und die dann als junge Männer, als Taliban-Krieger, ein Regime des Schreckens aufrichteten? Was sind das für Täter? Sind Kindersoldaten Täter? Wie werden sie beurteilt, wenn aus ihnen – etwa in Angola – über die Jahre des Krieges junge Männer geworden sind, aus Männern vorgealterte Veteranenwracks, die weiterhin marodieren, denn sie haben „nichts anderes gelernt“ und haben für sich keine andere Möglichkeit der Identität und des Lebensunterhalts als den permanenten Bürgerkrieg? Wo hatten sie je eine Chance, dem „Kontinuum der Traumatisierung“ zu entrinnen?

Zweifelos sind es Täter, *chronifizierte* Täter, wie die vertriebenen Huturebellen, die Rebellen im Südsudan, im Kongo. Solche Soldateska sind grausame Täterhorden bei jedem der traumatischen, traumatisierenden Massaker, an denen sie beteiligt sind. Und zugleich werden sie traumatisierte Opfer bei ihren grauenhaften Taten. Wir haben auf dieser Welt „heute“ viele Regionen mit einem „Dreißigjährigen Krieg“ und seinen desaströsen Lebenslagen von Gewalt, Hunger, Seuchen – und „die Welt schaut weg“, „tut nichts“ oder gibt „Minimalhilfen“, außer, es werden „vitale geostrategische Interessen“ (Öl; Rohstoffe, Handelswege, Absatzmärkte, Einflussphären etc.) der Prosperitätsländer – allen voran Amerika – berührt.

Die Soldaten aller Zeiten, zum Kämpfen, Töten gezwungen, mal werden sie als siegreiche Helden, mal als grausame Schlächter, ruchlose Verbrecher attribuiert. Letzteres geschieht, wenn bekannt wird (weil es nicht mehr vertuscht werden konnte), dass sie vom Sog der Gewalt in den Strudel von Verbrechen gerissen wurden (*Hamburger Institut* 1998): Die palästinensischen Freiheitskämpfer, Märtyrer, Attentäter, Terroristen, als was sie attribuiert werden, ist eine Frage des

Standortes, von dem man blickt. Wie redet man von *Irgun Zwai Leumi*, der rechtsradikalen, terroristische Aktionen ausführenden zionistische Untergrundorganisation in Palästina (gegründet 1931) und von ihren Kämpfern/Terrorspezialisten *W. Jabotinsky*, *M. Begin*? Wie von dem legendären „Helden“ *Me'ir Har-Zion* und dem *Haganah*-Offizier *Ariel Sharon*, der in der Nacht vom 14. Oktober 1953 Kommandant der Einheit 101 beim Massaker von Kibia an 70 Personen war, darunter Frauen und Kinder, und für die Massaker an den Menschen in den palästinensischen Lagern von Shatila und Sabra am 16. August 1982 als „eiserne Maßnahme der Vergeltung“ die militärische Verantwortung hatte? – Sein Stil hat sich nicht verändert (vgl. zum Ganzen die bedrückenden Dokumente bei *Amnon Katz* 1999 und die Überlegungen von *Leibowitz* 1992).

Für viele dieser „Täter“ im Vorderen Orient findet sich in ihrer persönlichen Entwicklung ein „*continuum of casualties*“, Ketten widriger Ereignisse in „*high risk environments*“ ohne protektive Faktoren (*Richters / Weintraub* 1990; *Petzold et al.* 1993), ohne Schutz, mit Elendssozialisierungen in Lagern, in Gefahr, in Kriegsgebieten, zwischen den Fronten, in Verfolgung und Unterdrückung, chancenlos, Sozialisierungen, die die Täter des Naziregimes nicht hatten. Das sollte man nicht aus den Augen verlieren (wobei man natürlich das „*kollektive Trauma*“ des Ersten Weltkrieges nicht unterschätzen darf und auch nicht die Traumata der Soldaten in den Materialschlachten an der Westfront).

Auf der Mikroebene zeigen sich ähnliche Phänomene in den Steinwüsten der Metropolen, im Großstadtdjungle – man denke an die (überwiegend farbigen) Unterschichtstäter in den USA, unter denen wir die Kinder aus den Slums finden, mit häuslicher Gewalt aufgewachsen, durch Gewalt überlebt, in Gangs, Banden gewalterfahren geworden, sicher in dem Wissen, dass nur die Starken, Rücksichtslosen, die „*coolsten*“ durchkommen, Menschen, die sich verhärtet, gepanzert haben. Diese *polytraumatisierten Täter* – wie verroht, abgestumpft, menschenverachtend sie auch sein mögen – **sie sind dennoch Menschen**. Unsere Sicht hat hier die Möglichkeit (mit den Prinzipien der byzantinischen Kanonistik) zwischen der „Strenge“ (*akribeia*) und der „Nachsicht“ (*oikonomia*) eine Position zu suchen (*Petzold* 1992a, 500ff), zwischen der Gerechtigkeit (*iustitia*) und der Milde (*clementia*), die nicht nur eine des Wesens, sondern die einer praktizierten Güte ist. Sie muss als ein ko-respondierender Wert zur Gerechtigkeit gesehen werden, durch den Korrektive möglich sind und die Vereinseitigung der Gerechtigkeit zur Härte und ihre Pervertierung zur Grausamkeit und Unmenschlichkeit verhindert werden. *Cicero* – ein Beispiel moralischer Strenge (vgl. *De legibus*) – vermochte die *clementia* als *humanitas* zu bezeichnen. *Seneca* kommt in seiner, dem jungen *Nero* gewidmeten Schrift „*De Clementia*“ (Über die Güte/Milde), die viel-

leicht schon unter dem Schatten der Ermordung des *Britannicus* steht<sup>15</sup>, zu dem Schluss: „Die Milde/Güte hat die Macht freier Entscheidung, sie urteilt nicht nach einem bloßen Rechtsformalismus, sondern aufgrund des Billigen und des Guten“<sup>16</sup>. Deshalb: *Vergessen wir nicht ... die Täter*. Als Menschen können sie Leid erfahren, können an ihren traumatischen Taten, die Traumaerfahrungen sind, körperlich und seelisch erkranken und durch „*perpetrator traumatization*“ (Petzold 1999i), hinzukommende Ausgrenzung und Stigmatisierung weiter verrohen. Die Prinzipien der Täterbehandlung sind im Integrativen Ansatz den Vorgehensweisen in der Integrativen Traumatherapie ähnlich. Durch Hilfen und Unterstützung besteht die Möglichkeit, dass diese Menschen erkennen, dass ihr Leben der Gewalt, des Drogenkonsums, der Destruktion in der Tat „*nicht nur ein schlechtes Leben, sondern ein langdauerndes Sterben*“ ist (Demokrit, fr. 160). Solche Erkenntnisse bieten die Chance, sich zu ändern. Demokrit hat mit seinem tiefgründigen Satz „Reue über schimpfliche Taten ist Rettung des Lebens“ (fr. 43) Recht, doch für die Traumatisierten, die als Opfer der Vernachlässigung und Gewalt zu *Tätern* geworden sind, für die durch eigene Gewalttaten traumatisierten Täter (*perpetrator traumatization*, Petzold et al. 2000, 478) besteht nur eine Chance, wenn ihnen konkrete Hilfen geboten werden und der Satz des *Seneca* greifen kann: „*Numquam enim usque eos inclusa sunt omnia, ut nulli actioni locus honestae sit* – Niemals sind uns alle Wege derart versperrt, dass nicht Raum für ehrenhaftes Handeln bliebe“ (De tranquillitate 4, 8).

## 5. Opfern beistehen, Überlebende unterstützen: Zuwendung, Trost, Zuspruch „um zu überwinden“ – nootherapeutische<sup>17</sup> Dimensionen Integrativer Traumatherapie

Überlebende von *man made disaster* sind im Leben nach dem Trauma zunächst immer beides: „*victims and survivors*“, und keine dieser Realitäten darf man ihnen nehmen, wie es gewisse Traumatherapeuten tun, die offenbar die Realität von Opfern nicht ertragen können und sie zu einer Survivoridentität umattribuieren müssen (Warner/Feltey 1999), indem sie stereotyp von „Survivern“ sprechen, ohne ihre PatientInnen gefragt zu haben, wie sie sich selbst definieren wollen. Es muss in ihre Entscheidungskompetenz gelegt werden, denn sie wissen am besten, wie wichtig es für sie ist und sein muss, der Welt ihr Schicksal als „Opfer“ zu zeigen, Unrecht deutlich zu machen, vorzuwerfen. Als Opfer hat man Rechte, wenn wieder normale Zeiten herrschen. Ob man sein Recht bekommt oder Wiedergutmachung – rechtzeitige und angemessene gar, man denke an die z.T. beschämenden Geschichten um die Abfindungen der ZwangsarbeiterInnen im Drit-

ten Reich -, ob man mit der Abwendung fertig wird und sich der Welt wieder zuwenden kann, wird davon abhängen, ob Traumaopfer / *survivor* in der Lage sind und durch Beistand und Unterstützung in die Lage gebracht werden, die furchtbaren Erfahrungen, die ihnen an Körper und Seele widerfahren sind, zu *überwinden*, um nicht im „*black hole of trauma*“ (Judith Herman 1993) fixiert zu sein und in ihm gefangen zu bleiben, dem Leben erstorben, denn „*ultimum malorum est e vivorum numero exire antequam moriaris*. Das größte Unglück ist, aus der Zahl der Lebenden zu scheiden, ehe du stirbst“ (Seneca, *De tranquillitate animi* 5.5). Durch Traumata aus dem Leben geworfene Menschen wissen – fürs Leben -, was Extrembelastung bedeutet, was aber nicht heißt, dass sie „fürs Leben geschädigt“ sind oder sein müssen. Woher weiß Rensen (1992) das so genau? Opfer von extremer Gewalt wissen, was Menschen zu tun in der Lage sind, Folterer aus Lust oder Langeweile („*it’s lonesome here, there’s no one left to torture*, Leonard Cohn, *The Future*), Schlächter, die „Holocaust als Handwerk“ (Ziegler 1983, 74 ff) betreiben, Kriegshandwerk, ein legitimer Beruf. „So drängt es sich letztlich geradezu auf, den Krieg vor allem als eine Weise des menschlichen Wirklichseins – eben des Tötens an sich – zu verstehen“ (ibid. 76). Das wissen Kriegsoffer, Opfer von Pogromen, Vertreibung. Das wissen diejenigen, die durch Folter gebrochen werden sollten (Reemtsma 1991; Millett 1993; Peters 1991). Sie kennen die wahnsinnigen, irrsinnigen Seiten menschlicher Wirklichkeit, den „Wirklichkeitswahn“, den „Abersinn“ als Pervertierung jeder Sinnhaftigkeit (Petzold 2001d, k), die „Normalität“ der Gewalt (Sofsky 2002). Das, diese erschlagende Erkenntnis, muss man erst einmal überleben und ihre desaströse Botschaft und Realität muss man *überwinden*. Möglich ist das nur, wenn man eine andere Botschaft dagegen stellt und eine andere Realität *will*, denn sonst bleiben Misstrauen, Angst, Hass, Unversöhnlichkeit und können neue Gewalt gebären, wenn man diese Erlebnisse nicht hinter sich lässt (ohne sie je verlieren zu können und zu sollen), wenn es zu keinen „Überschreitungen“ kommt, *Transgressionen* mit einem großen Schritt (Petzold et al. 2000, 231ff), die es ermöglichen, sich mit Feinden zu *versöhnen* oder – wenn dies aus inneren und äußeren Bedingungen nicht möglich ist – sich mit dem „Schicksal“, mit seinem Leben, mit sich selbst *auszusöhnen* (vgl. zu dieser auch behandlungsmethodisch wichtigen Unterscheidung Petzold 1988n, 234ff), sich mit den Menschen *auszusöhnen*, ja sich ihnen aktiv und sorgend zuzuwenden. Man kann eben aus solchen bösen Erfahrungen, die einen niedergeschlagen haben, zu Boden geworfen haben, solchem schlimmen Lebenswissen auch eine *Überwindungshaltung und Lebensweisheit* gewinnen. Und wer dazu aus eigener Kraft nicht mehr in der Lage ist, etwa Schwertraumatisierte, braucht Unterstützung.

Um diese geben zu können, ist eine grundsätzliche Bereitschaft des einzelnen Helfers und der Gesellschaft als Solidargemeinschaft zur **Hinwendung** erforderlich. Ein Wegsehen, eine „*Abstinenz von altruistischem Engagment*“, ist nicht mehr möglich. Hilfe muss von denen, die Hilfe geben könnten, eingefordert werden. Der Tatbestand der „unterlassenen Hilfeleistung“ muss ernst genommen und sanktioniert werden. Utopien? Mag sein, zumindest, so lange diese Frage so gestellt wird. Und natürlich ist diese Haltung der Abstinenz und Untätigkeit auch höchst riskant, denn man muss wissen, „dass die Schläge des Schicksals jeden treffen können“ – so *Demokrit* (Fr. 293). „Jeden kann treffen, was irgendeinen treffen kann“, so wird der römische Mimendichter *Publilius* von *Seneca* zitiert (De tranquillitate 11,8). Leiblich-konkrete Orientierung zum Anderen hin ermöglicht erst **Zuwendung**, und diese wird in der Doppelbedeutung des Wortes als körperliche **Hinwendung** und seelische **Zuneigung** zur Grundlage jeder weiterführenden Hilfeleistung. Dann nämlich kann man den Anderen sehen, sein Leiden, sein Menschsein, seine Besonderheit – bei aller mitmenschlichen Verbundenheit –, seine *Andersheit*, die *Levinas* (1983) herausgearbeitet hat. Erst dann erhält der Andere, der sich vielleicht in der Erfahrung der Gewalt und durch die *Abwendung* der Hilfeverweigerer selbst abgewendet hat, die Chance, wenn er sich auf Ansprache und Zuspruch hin umwendet, in ein Anlitz zu schauen, das die Qualität des *Zugewandten* hat. Ohne diese Qualität wird der Niedergeschlagene Angebote des **Zuspruchs** und der Hilfe zur „Aufrichtung der Seele“, der *Epanorthasis*, von welcher der *Aristotelesschüler Aristoxenos von Tarent* (um 370-300 v. Chr.) spricht, nicht auf- und annehmen können.

In der *Integrativen Therapie* und zumal in der *Integrativen Traumatherapie* (Petzold et al. 2000) haben wir uns stets darauf besonnen, dass seelisches Leid und seelische Krankheit über die Menschheitsgeschichte hin auch Menschheitserfahrungen hervorgebracht hat, die es zu nutzen gilt. Man kann einfach nicht hingehen und sagen, dass die Psychotherapie mit *Sigmund Freud* beginnt. Dies wird zwar in breiter Weise getan, ist aber nicht nur historisch falsch, es gilt auch für die neuere Zeit nicht – man denke an *J.Ch. Reil* (1803) oder *P. Janet* (1889) –, sondern wird, wenn so ahistorisch verfahren wird, Ausdruck einer Hybris oder Ignoranz der Psychoanalyse oder eine unglaubliche Geringschätzung gegenüber einem reichen Menschheitswissen. Was kann Psychotherapie nicht von Männern wie *Marc Aurel*, *Seneca*, *Augustinus* (in den *Confessiones* etwa Kapitel 11) lernen!

Im Folgenden soll eine praxeologische Perspektive des komplexen Modells „Integrativer Traumatherapie“ dargestellt werden. Da im Traumageschehen biologische, psychische, soziale und kulturelle Faktoren zusammenspielen, können Theorien der Verursachung nicht monodisziplinär, aus der Sicht einer *Disziplin*<sup>18</sup> – der Psycholo-

gie, der Medizin, Soziologie – argumentieren, ohne zu kurz zu greifen. Und das gleiche gilt für die Praxeologien der Traumabehandlung durch Psycho-, Sozio- und Leibtherapien und agogische Programme. Das gute Zusammenspiel verschiedener Fachleute, *Multiprofessionalität* und *Interdisziplinarität* sind daher eine **Vorbedingung** für die Auseinandersetzung mit dem Traumathema in Theorie, Praxeologie und praktisch-konkreter Hilfeleistung. Das alles wird notwendig, will man Menschen mit einer traumabedingten Schädigung behandeln, begleiten, unterstützen, fördern, „empowern“, damit sie die Traumafahrung und deren Nach- oder Auswirkungen auf ihre Persönlichkeit und auf ihre sozialen Netzwerke bzw. auf ihre Lebenslage durch nachhaltige **Überwindungsleistungen** in positives Lebenswissen und ein Engagement (Bourdieu 1998) für eine humane Welt verwandeln können.

Aus diesen Erfahrungen haben wir therapeutische Strategien gewonnen, die wir mit indikations- und situationsspezifischer Akzentsetzung im komplexen Modell **Integrativer Traumatherapie** einsetzen: Möglichkeiten „*narrativer Praxis*“, um wieder zu einer kohärenten Lebenserzählung zu finden (Petzold [et al.] 2001), Wege *leibtherapeutischer Behandlungen*, um psychophysiologische Dysregulationen, hyperarousal, numbing zu beeinflussen (IDR-Methode, Petzold et al. 2000), *Netzwerktherapie*, um belastete und beschädigte soziale Netzwerke zu restituieren (Hass/Petzold 1999), Formen *künstlerisch-kreativer Arbeit*, Ausdrucks- und Gestaltungsmöglichkeiten, um symbolische Verarbeitungsmöglichkeiten zu bieten, Eigeninitiative, Interessen anzuregen (Petzold 1986b; 1999q). Schließlich **nootherapeutische Wege** der Sinnfindung und Bewältigung, um mit der existentiellen Erschütterung umgehen zu lernen, neue Orientierungen zu finden. Mit diesem letztgenannten Zugang und seinen Hintergründen werde ich mich im folgenden beschäftigen.

*Seneca*<sup>19</sup>, als „Seelenführer und Berater“ (Guillemin 1952) oder *Marc Aurel*<sup>20</sup> (Hadot 1992), als Beispiel der „Arbeit an sich selbst“, zuweilen in Form einer „Selbsttherapie“ (Michel 1977), sind mit ihrer „stoischen Therapeutik“ für uns in der praktischen Traumatherapie wesentlich geworden. Schon als Jugendliche haben wir (H. Petzold, J. Sieper) ihre Werke gelesen, und der integrative, ganzheitliche und differentielle Weg unserer anthropologischen Konzeptualisierung (Petzold et al. 2001), die den Menschen als „Körper-Seele-Geist-Wesen in der Lebenswelt“ sieht (Petzold 1965; Petzold et al. 2001), schöpft aus diesem Strom und seiner Tradition: „Körper, Seele, Vernunft – dem Körper gehören die Empfindungen zu, der Seele die Triebe, der Vernunft die Grundsätze“ (Marc Aurel III, 16). Lebensführung *im Angesicht von Prekarität* ist das Anliegen vieler antiker Seelenführer (denn Seelenführung und die Entwicklung des eigenen Selbst in Selbstsorge und Ge-

meinwohlorientierung war die primäre Aufgabe der Philosophie in der Antike).

*Seneca* gibt Hilfen bei Verlusten, traumatischen Erfahrungen, indem er **Zuspruch** gibt – ein aktives Herangehen und Beispringen – und **Trost** spendet – in einer emotionalen Anteilnahme und Zuwendung. *Seneca* lobt *Sokrates*, weil er „die klagenden Väter tröstete, die am Gemeinwesen Verzweifelnden ermutigte und denen, die ihm nacheifern wollten, sein Beispiel vor Augen stellte“ (De tranquillitate 5, 2). Der Berater ruft **Besonnenheit** auf den Plan, indem er der Stimme der Vernunft wieder Gehör zu schaffen bemüht ist. „Vernunft walten zu lassen (*sophronein*) ist die wichtigste Tugend; und Weisheit besteht darin, Wahres zu reden und gemäß der Natur zu handeln, indem man auf sie hört“ (*Heraklit*, fr. 112). Deshalb „bediene dich der Vernunft gegenüber den Schwierigkeiten, dann kann Härte gemildert, Enge geweitet werden und schwere Last drückt den, der sie zu tragen weiß, weniger“ (De tranquillitate 10, 4). *Seneca* gibt **praktischen Rat** und **Lebenshilfe** fern aller abgehobenen Philosopheme. „Man muss dem Geiste Erholung gewähren und ihm immer wieder Muße gönnen, damit auf Spaziergängen unter freiem Himmel und an frischer Luft sich der Geist (*animus*) belebe und erhebe“ (17, 8). Und genau diese Mischung ist es, die bei traumatisierten Menschen dazu führt, dass der **Zuspruch** (*sermo, exhortatio*) anspricht. In seiner Seelenführung ist *Seneca* dialogisch. Er wählt diese in der Antike beliebte literarische Gattung (*Köstermann* 1934; *Pohlenz* 1941), aber er war auch in seiner Praxis als Seelenführer dialogisch (*Guillemin* 1953; *Hadot* 1969) bis hin in die Zwiesprache mit sich selbst (*Michel* 1977). Zu einer positiven inneren Zwiesprache – und die ist ja nichts anderes als die Stimme des „generalisierten Anderen“ (*Mead* 1934) – zu gelangen, ist ein wesentlicher Weg aus der Traumafixierung. *Seneca* leitet zu dialogisierenden Selbstexplorationen an, wie *Serenus*, sein „Patient“ zu erkennen gibt, als er seinem Mentor seine Seelenverfassung zu Beginn von „*De tranquillitate animi*“ darlegt: „Inquirenti mihi in me ..., mich in mir erforschend“ (1,1). Selbsterforschung, begleitete Selbsterforschung, wird als ein Weg gewiesen, wieder zu sich zu finden, wenn man sich verloren hat, um wieder in **eine freundliche Beziehung zu sich selbst** zu kommen, zu einer „εὐθυμία“, zu einer guten Seelenlage zu finden – er verweist auf das so betitelte „ausgezeichnete Werk des Demokrit“ (2, 3) –, und das heißt auch wieder zu anderen, zu Freunden zu finden, denn: „nichts erfreut wohl in vergleichbarer Weise, wie eine Freundschaft in Treue und Liebe. Was an Guten ist doch da, wo Herzen dazu bereit sind, dass gefahrlos jedes Geheimnis denen anvertraut werden kann, deren Mitwissen du weniger fürchten musst als dein eigenes, deren Zuspruch deine Zerknirschung lindert, deren Rede Rat gibt, deren heitere *Freundlichkeit* (*hilaritas*) Schwermut auflöst und deren Anblick erfreut“ (De tranquillitate 7,1), deren Stil

aber auch wahrhaftig ist, so dass der Freund „der Pflicht, die Wahrheit zu sagen“ (*Demokrit*, fr. 225), nachkommt und sagt, was gesagt werden muss und vielleicht auch nur aus der Haltung einer solchen freundschaftlichen Zugewandtheit gesagt werden kann.

Das ist eine therapeutische Haltung erster Güte. So betrieb die stoische Therapeutik „Seelenführung“ und zwar nicht als auf eine „therapeutische Situation“ begrenzte Kunst- oder Spezialform der „Relationalität“, sondern als Beispiel der *wünschenswerten Form „zwischenmenschlicher Praxis in guter Alltäglichkeit“*, die wir auch für den Integrativen Ansatz als die wünschenswerte Form der (therapeutischen) Beziehung ansehen (*Petzold* 1991a, 1047ff), d.h.: als intersubjektives Miteinander (Ko-respondenz) in *Kontakt, Begegnung, Beziehung, Bindung, inniger Verbundenheit [Konfluenz]*. „Therapie ist das Wiederherstellen von guter Alltäglichkeit und integerer Zwischenmenschlichkeit und hat sich deshalb auch in dieser Qualität zu vollziehen“ (*Petzold* 2000h).

Wohin sind wir nur gekommen unter der Hegemonie ausschließlicher „Übertragungs-Gegenübertragungs-Orientierung“ (*Freud*), der verkürzenden Sicht alleiniger „Kontaktarbeit“ (*Perls*), die die ganze Differenziertheit menschlicher *Relationalität*, alle Affiliationsmöglichkeiten (*Stroebe* et al. 1996, 364ff) kupieren? Die leiblich konkret vermittelte und erfahrbare *Freundlichkeit* und *wahrhaftige Aufrichtigkeit* (*Parrhesie*) ist in der Integrativen Traumatherapie ein Kernelement der Arbeit (*Petzold* et al. 2000, 525), die eine Freundlichkeit sich selbst und eine Wahrhaftigkeit sich selbst gegenüber ermöglichen soll. Die Idee der „Parrhesie“, der *wahrhaftigen Rede*, die sich durch die gesamte Antike zieht – von *Sokrates* und *Diogenes von Sinope*, über *Demokrit* bis *Marc Aurel* und die *Michel Foucault* (1996a) für unsere Zeit als Prinzip politischen Mutes und Grundlage persönlicher Freundschaft aktualisiert hat, haben wir in den therapeutischen Raum übertragen (*Petzold* et al. 1999).

Grundlage der therapeutischen/alltäglichen Interaktion ist ein empathisches Aufeinandereingehen der Kommunizierenden, das von „wechselseitiger Einfühlung“ bestimmt ist, eine Praxis, die die Integrative Therapie im Anschluss an *Ferenczi* und *Iljine* pflegt (*Petzold* 1980f): Sie ist hier anders ausgerichtet als an der „Abstinenz“ des „undurchsichtigen Spiegels“, die der Analytiker nach *Freuds* absurder Idealvorstellung verkörpern sollte<sup>21</sup>, anders auch als *Kohuts* (1971) mutterzentrierte „Einweg-Empathie“ von der Mutter zum Kind hin ohne die „Mutualität des Empathierens“, die jede gelingende Sozialisation braucht, genauso wie jede gelingende Therapie.

„Gewöhne dich, auf die Rede eines anderen genau zu achten und versetze dich so intensiv wie möglich in die Seele des Sprechenden“ (*Marc Aurel* VI, 53). Aber nicht genug damit! „Suche Zugang zum Inneren eines jeden Menschen zu finden, aber gestatte auch jedem an-

deren, in deine Seele zu blicken“, empfahl *Marc Aurel* (VIII, 61). Den Dialogen des Seelenführers *Seneca* ging es nicht darum, jemanden zu verändern, sondern einen Veränderungswilligen zu begleiten und durch Rat und Vorbild zu fördern, bis sein Wesen – in meiner Terminologie: bis seine *Hominität* – immer klarer und prägnanter wird. Im dialogischen Briefwechsel zwischen *Seneca* und seinem Schüler und Freund *Lucilius* wird allerdings auch deutlich, dass sich nicht nur *Lucilius* verändert (Ep. 31, 1), sondern dass sich auch *Seneca* verändert: „Ich erkenne, *Lucilius*, ich bessere mich nicht nur, ich wandle (*transfigurari*) mich“ (ep. 6, 1). Hier findet sich eine „Mutualität“ (*Ferenczi* 1988), wird eine intersubjektive Grundqualität deutlich, von der im Machtdiskurs der psychoanalytischen „Grundregel“<sup>22</sup> nichts, aber auch gar nichts zu finden ist.<sup>23</sup> Zu fördern, war keine einseitige Angelegenheit. „Du ermahnst mich?, sagst Du. Schon hast Du Dich freilich selbst ermahnt, und etwa schon gebessert? So, so, du hast Zeit für die Besserung anderer? – Ich bin nicht so überheblich, dass ich mich, selbst ein Kranker, an Heilversuche heranwage, sondern ich unterhalte mich mit Dir, als ob ich in dem gleichen Krankenhaus (*valitudinario*, Gesundheitszentrum) läge, über unser gemeinsames Leiden und teile mit Dir die Heilmittel“ (*Seneca ad Lucilium*, ep. 27, 1).

Der stoische Therapeut ist *Parrhesiast*, um Wahrhaftigkeit sich selbst und seinem Gesprächspartner gegenüber bemüht und sie auch von ihm erwartend, sie sogar herausfordernd. Und daran ist nichts Moralinsaueres und kein Perfektionismusstreben, sondern *Streben* und ein Wissen um Fehlbarkeit. Wieviele TherapeutInnen haben diesen Mut? Die Psychoanalyse hat ein Bollwerk von Abwehrmaßnahmen erdacht und „theoretisch“ begründet: Widerstand, Abwehrmechanismen, Abstinenz, Spielgemetapher, Chiurgenmetapher – ich weiß, dies schreibend, viele KollegInnen werden nicht einmal versuchen zu verstehen, was hier gemeint ist, geschweige, dass sie bereit sein würden, ihre Positionen in Frage zu stellen. Der *Parrhesiast* unterstellt, dass der Andere eine wichtige Wahrheit hat, aufgrund derer er sich revidieren muss. Er ist bereit, nicht nur sich ins Gesicht zu schauen, er schaut in sein Inneres, und weiß, wer er ist, braucht sich nicht vor sich und anderen zu verstecken, denn er hat erkannt, dass man – so sehr man auch vor sich flieht – sich „nicht entkommen kann“<sup>24</sup> (*Seneca*, *De tranquillitate* 2, 14). Deshalb soll man sich auch „vor den Menschen nicht mehr schämen, als vor sich selbst!“ (*Demokrit*, fr. 264).

Der Berater, Lehrer, Freund, Mentor, Therapeut wird zum Modell für Gelassenheit, Freundlichkeit, Beherrschtheit, Wohltätigkeit. Dass Vorbild- und Modelllernen eine hervorragende Kraft hat und von Bedeutung für jede „Seelenführung“ ist, zeigt das ganze erste Buch der „Selbstbetrachtungen“ *Marc Aurels*, wo er jedem seiner Lehrer und Betreuer dankt – und natürlich seinen Eltern – und jeden mit seiner spezifischen Vorbildfunktion hervorhebt. Es sind keine Meister-

Schüler-Verhältnisse, die sich hier zeigen. Das unterscheidet sie wohlthuend von manchen fernöstlichen Modellen, von denen man indes in TherapeutInnenkreisen besonders fasziniert ist. Es sind Seelenführer und Lebenslehrer, die die *Souveränität* derjenigen, mit denen sie in Beziehung treten, fördern wollen – ohne jeden Unterwerfungsgestus. *Seneca* lobte, wie erwähnt, das konkrete, lebendige, zur Nachahmung aufrufende und gedachte Beispiel des *Sokrates*. Eine solche Therapeutik setzt allerdings auch *eine Arbeit an sich selbst* voraus. Deshalb halten wir im Integrativen Ansatz an einer *Lehranalyse* (*Frühmann* 1995) fest, deren *Zentrum* aber nicht im Auffinden unbewusster und unverarbeiteter Traumata und Konflikte besteht (das ist ein durchaus wesentliches Moment, allerdings im Bezug auf moderne gedächtnis- und bewusstseinstheoretische Ansätze; vgl. *Perrig et al.* 1993; *Schacter* 1996; *Edelman/Tononi* 2001), sondern in dem „Sich-selbst-kennen-Lernen“ und „Sich-meistern-Lernen“, in *Bewusstseinsarbeit* (*Petzold* 1993a, 177 et passim), *Gewissensarbeit* (ibid., 512ff), *Identitätsarbeit* (ibid., 368ff) aus einer „Sorge um sich“ (*Schmid* 1995) und – das akzentuieren wir stärker als *Foucault* (1986) – einer „Sorge um den Anderen“ (*Levinas* 1983). Es geht darum zu lernen, „*wie man an sich arbeitet*“. Nichts anderes will *Seneca* als Mentor oder „Coach“ seinem Alumnus, Klienten, Patienten, Partner, *Serenus* – denn das alles ist er – vermitteln, wobei er dessen eigene Entscheidung partnerschaftlich respektiert: „Wie man zu diesem Zustand [der heiteren Ausgeglichenheit, sc.] kommen kann, danach wollen wir allgemein fragen. Du wirst aus diesem Heilungsprogramm, den dir geeigneten Teil herausnehmen“ (*De tranquillitate* 2, 4).

Die grundsätzliche Zielrichtung der stoischen Therapeutik geht in die Richtung einer Lebensqualität, die das „normale Lebensgefühl“ eines gesunden Menschen in menschenwürdigen, guten und gesicherten Lebensverhältnissen kennzeichnet: ein gelassenes, ausgeglichenes Lebensgefühl, das den Menschen und der Welt in einer „*Freude am Lebendigen*“ (*Petzold/Orth* 1998a) zugewandt ist. Es geht um den Gewinn einer *heiteren* (gr. ἡλάρως, lt. *hilaris*) *Lebenshaltung*. Diese zu erlangen, ist das Ziel einer „*Lebenskunst*“, die es zu entwickeln gilt. „Keine deiner Handlungen geschehe aufs Geratewohl, sondern keine anders, als es die Regeln der Lebenskunst gestatten“ (*Marc Aurel* IV, 2). Die Bedeutung einer – für unsere Zeit spezifisch zu entwickelnden – *Lebenskunst* hat *Foucault* (1984; vgl. *Schmid* 1999) herausgestellt, indem er das Leben des Menschen als ein „Kunstwerk“ in einer zu gewinnenden „*Ästhetik der Existenz*“ sieht. Wir haben diesen Gedanken im Integrativen Ansatz in seiner kreativtherapeutischen Praxis umgesetzt (*Petzold/Orth* 1990a), in der „das Selbst Künstler und Kunstwerk zugleich“ ist (*Petzold* 1999q). Das hat zu ganz konkreten therapeutischen Strategien geführt: die Gestaltung von Selbstportraits, Selbstplastiken, Selbstentwürfen oder die Gestaltung des eige-

nen Gesichtes, der eigenen Haltung und Bewegung durch die Beeinflussung von Mimik und Gestik (ibid., 126). „Give yourself a smile for a while“, sich selbst, seinen liebenswerten Seiten wieder und wieder am Tage **zulächeln**. Ganz real „ein Lächeln aufzusetzen“ ist eine therapeutische Verschreibung in der Integrativen Therapie, die sowohl auf die stoische Therapie als auch auf die neuromotorischen Wirkungen (*movement produced information*) in der Hirnphysiologie Bezug nimmt (ibid., 525 f; Damasio 1995, 196f; Döring-Seipel 1996). Ein gleiches gilt für die „gramgebeugte Haltung“ vieler Traumaopfer, für ihre resignative und depressive, bedrückte und niedergeschlagene Leib- und Lebenshaltung. Diese gilt es wahrzunehmen und zu beobachten, um sie ggf. zu verändern: „Auch dein Körper muss eine feste Haltung haben und darf weder in der Bewegung noch in der Ruhe diese Festigkeit verlieren. Denn wie sich das Innere in deinen Gesichtszügen ausprägt und sich darin dein Nachdenken und deine Ehrenhaftigkeit zeigt, so lässt sich Ähnliches vom ganzen Körper fordern“ (Marc Aurel VII, 60).

Die stoische Therapie hatte viele übende Elemente, was den Körper, die Affekte, den Geist bzw. die Vernunft anbelangt. Vieles ist eine Art „kognitiver Verhaltenstherapie“ – nur nicht so reduktionistisch wie diese, denn Seneca oder Marc Aurel betten die Übung in einen reichen und bereichernden Entwurf über die „*conditio humana*“ ein, in eine „Sinnorientierung für das Leben“, in eine humanistische Vision von Weltbürgertum und in eine Ethik der Gemeinwohlorientierung, in eine praktische, praktikable Weisheit, die durch *Wollen*, *Streben* und *Üben* gewonnen werden kann. Sie zeigen, wie man ein Kybernetes, ein „Steuermann“, seines eigenen Geschicks werden kann, um „wie ein Schiffsreisender bei günstigem Fahrtwind“ im Leben zu *navigieren* (zu diesem Konzept Petzold et al. 2000). Das *Üben* wird in einen Rahmen gestellt und dabei muss man sich klar sein, dass der Rahmen des Zenon<sup>25</sup>, des Seneca, des Epiktet, des Marc Aurel nicht unser Rahmen heute ist und sein kann. Wir müssen die stoischen Ideale der *Apathie* (frei sein von Affekten), der *Athaumasia* (des Sich-nicht-Wunderns), der *Ataraxie* (Seelenruhe), der *Chara* (innerer Frieden), der *Eudämonie* (Glückseligkeit), dem *εὖ ζῆν* (dem mit der Natur übereinstimmenden Leben) *in unserer Zeit und für unseren Lebenskontext* interpretieren – mit jedem Klienten neu (z.B. ist unser Begriff der „Natur“ mit dem der Stoa und ihrem Gedanken des Welten-Logos, der Allnatur für den Menschen von heute zunächst nur noch schwer zu verbinden, obgleich sich zu den modernen Kosmologien Brückenschläge herstellen lassen [Florensky 1994]. Oder es müssen der Vernunftbegriff und die Vernunftorientierung geklärt werden, denn es geht ja weder um Rationalisierung noch um Intellektualität, sondern um eine sinnliche, dem sinnhaften Genießen gegenüber durchaus offene Reflexivität, die genau dazu dient, ein „rechtes Maß“ zu gewährleisten. Ich

habe für die Integrative Therapie von einer „sinnlichen Reflexivität“ gesprochen und damit einen anderen Akzent gesetzt als *Dreitzel* [1989] mit der Gestalttherapie-inspirierten „reflexiven Sinnlichkeit“).

Dabei haben die Ideale – insbesondere der späten „lebenspraktischen“ Stoa – in einer solchen Neuinterpretation stets noch eine Faszination, in der der alte Gehalt durchscheint. Der von *Demokrit* übernommene, bei *Seneca* so zentrale Begriff der *tranquillitas*, der *Euthymie* (εὐθυμία), der Ausgeglichenheit, Heiterkeit des Gemüts, der heiteren Gelassenheit, wie sie ein ruhiges Meer, die Atmosphäre einer Frühlingswiese, die Stille eines Feldweges (*Heidegger* 1953) kennzeichnet, berühren uns heute genauso, wie zu den Zeiten des großen Seelenführers. Das sind keine Qualitäten der „Abendröte“, des Niedergangs der schwächlich Gewordenen, wie *Nietzsche* (Die Geburt der Tragödie, 1) meint. Das sind Qualitäten der „Morgenröte“! Derartige Qualitäten sprechen auch Menschen an, die großes Leid erfahren haben, die ihren Seelenfrieden – so sie ihn je hatten – verloren haben oder nur eine hinlängliche Zufriedenheit erreichen konnten (was schon sehr viel sein kann). Wenn solche Qualitäten mit einer meditativen, leib- und bewegungstherapeutischen, kreativtherapeutischen Praxis verbunden werden (*Orth* 1993; *Petzold* 1983e), mit *Übungen*, die konkrete Erfahrungen vermitteln, Gelassenheit, Gelöstheit wieder erlebbar machen, so können auch schwertraumatisierte Patienten erreicht werden, weil mit der Übung sinnstiftende Konzepte verbunden sind. Sie erschließen einen persönlichen Sinnbezug, eröffnen den Blick für „vielfältigen Sinn“, ermöglichen Überschreitungen zu gänzlich neuem Erleben eines „transversalen Sinnes“, der die traumatische Erfahrung einbezieht in das Lebens- und Weltverstehen. Dabei geben wir – wo angezeigt – durchaus *Senecas* Schriften „De tranquillitate“ (Über die Gelassenheit), „De vita beata“ (Vom glücklichen Leben), „De brevitate vitae“ (Von der Kürze des Lebens) und auch „De providentia“ (Über die Vorsehung) und *Marc Aurels* „Selbstbetrachtungen“ im Sinne einer „Lesetherapie/Bibliotherapie“ (*Petzold/Orth* 1985) als Lektüre, um über diese Texte in der dyadischen Situation oder im *Polylog* der Gruppe in *Sinngespräche* einzutreten. Dabei zeigt sich, dass auch sehr verstörte, traumatisierte Menschen, wenn sie „im Kreis“, in „einem Rund“, einer „Runde“ sitzen – wie die frühen Hominiden ums Feuer (*Petzold* [et al.] 2001) – in ein Erzählklima kommen, eine Erzählgemeinschaft bilden, in der spontan über Probleme gesprochen werden kann, über Traumatisches, was in der dyadischen Situation verschlossen geblieben war. Es werden dabei auch immer wieder Sinnfragen angesprochen. Wenn Menschen „Körper-Seele-Geist-Wesen“ sind, so unsere „anthropologische Grundformel“, dann muss das Geistige auch einen Ort in der Therapie haben. Das „Sinngespräch“, zu dessen Urhebern die vorchristlichen Philosophen *Pythagoras von Samos* (570-500 v.Chr.), *Diogenes von Sinope* (412-323), *Sokrates* (470-

399) zählen, gehört zu den Formen nootherapeutischer Arbeit<sup>26</sup> (Orth 1993; Petzold 1983e), denen gerade auch in der traumatherapeutischen Praxis große Bedeutung zukommt. Die Konzepte der späten Stoa sind wegen ihrer unpräzisen, naturrechtlichen und humanistischen Argumentation, ohne religiöse Festlegungen und dennoch mit einer klaren Werteorientierung, mit ihrem Humanitätsanspruch und ihrem „Weisheitsideal ohne Abgehobenheit“ u.E. und nach unseren Erfahrungen gut mit einer modernen, wissenschaftlichen Psychotherapie und ihrer „clinical wisdom“ (Petzold 1991a, 395f) zu verbinden.

Innere Ruhe, Gelassenheit und Heiterkeit des Gemüts wird in der stoischen Therapeutik nicht „geschenkt“, sie bedarf der vollzogenen Lebenspraxis, der *Übung* im Denken, Fühlen, Wollen, Handeln. In der Integrativen Therapie und Traumabehandlung kommt deshalb der therapeutisch begleiteten und unterstützten *Übung* seit jeher Wichtigkeit zu – etwa in der übungszentrierten Bewegungs- und Entspannungstherapie (Koop 2001; Orth 1994), der Übung im Denken, der Arbeit an negativen Kognitionen bzw. „kognitiven Stilen“ (Sieper 2001), in der Steuerung des Gefühlslebens in Form der Arbeit an „dysfunktionalen emotionalen Stilen“ (Petzold 1992a, 823ff) und an konkretem Handeln. Man muss eben mancher „Schwäche durch Übung abhelfen“ (Marc Aurel V, 5). Die Integrative Therapie hat seit ihren Anfängen eine starke behaviorale Seite (Sieper 2001). Nicht nur das Ausdrücken, Ausagieren von Schmerz und Leid – der Weg der erlebnisaktivierenden Verfahren (Gestalttherapie, Psychodrama) – hat seine Indikation, auch das Aushalten, Ertragen von seelischen Schmerzen, das Unterbrechen und „Vertreiben“ von finsternen Gedanken, ruhelosem Grübeln (Wyer 1996) und bedrückenden Stimmungen kann therapeutisch wichtig sein. Neue Forschung zu Trauerprozessen (Bonanno 1999; Stroebe et al. 1993) zeigt, dass eine Kontrolle von Trauerreaktionen durchaus positiv für Bewältigungsleistungen zu sehen ist. Sie hilft, Labilisierungen zu stabilisieren, verhindert ein weiteres Einbrechen von Ichleistungen und „Retraumatisierungen“, unterbindet dysfunktionale neurophysiologische Bahnungen. „Jammere nicht mit anderen und gerate auch sonst nicht in heftige Erregung“ (Marc Aurel V, 43). Auch Seneca betont: „Auch im eigenen Unglück gilt es sich so zu verhalten, dass du dem Schmerz nur soviel zugestehst, wie die Natur fordert, nicht die Gewohnheit“ (De tranquillitate 15, 6). In der Trostschrift an seine Mutter betont er die Sinnhaftigkeit öffentlicher Regelungen der Trauer (zehn Monate). „Sie haben die Klagen nicht verboten, sondern beschränkt“ (Ad Helviam matrem de consolatione/Trostschrift an die Mutter Helvia 16, 1). „Endloser Schmerz“ fruchte nicht. „Die beste Art, Pietät und Vernunft miteinander in Einklang zu bringen, besteht darin, den Sehnsuchtswunsch zu spüren und zu unterdrücken (*sentire desiderium et opprimere*)“ (ibid.). Hier

wird keiner billigen Verdrängung das Wort geredet – Trauer, Leid, Gram sollen gespürt (*sentire*) werden – und *Seneca* weiß, dass „kein Affekt gefügig ist, am wenigsten, der, der aus dem Schmerz geboren wird, denn er ist wild und widersetzt sich hartnäckig jedem Heilmittel (*remedium*)“ (ibid., 17, 1). Aber genau deshalb muss er gebändigt werden, gilt es „den Gram in die Schranken zu weisen und zu besiegen (*coercenda comprimendaque*)“, so die Empfehlung an seine Mutter (ibid., 16, 7). Ähnlich rät er in seinem berührenden Trostbrief der *Marcia*, die nach dem unzeitigen Tod ihres Sohnes *Metilheus* in eine dreijährige Trauer mit Krankheitswert versunken war. *Seneca* zeigt genuine Anteilnahmen, konfrontiert aber *Marcia* auch: „Was wir uns fragen müssen ist, ob die Trauer tief oder ob sie *permanent* sein muss“.

## 6. Überwindungsarbeit, Überschreitungen, Überwindungsleistung

Man muss Leid und Schmerz, Zorn und Hass *überwinden*, Angst und Unsicherheit überwinden, denn wenn diese Affekte nicht kontrolliert, die *Gefühle* nicht gesteuert werden, ergreifen sie den Menschen dauerhaft, prägen seine *Grundstimmungen*, bestimmen sein *Lebensgefühl*. Unter der Perspektive eines neuronalen Darwinismus (*Edelman* 1987, 1995; *Edelman/Tononi* 2001; *Damasio* 1995) ist die Gehirnenwicklung auch unter der Perspektive einer Kontrolle des limbischen Systems und seiner Dynamik zu sehen. An durch Auslösereize aufgerufene physiologische Reaktionen des Hypothalamus und an die *hyperarrousal* der Amygdala (*LeDoux* 1996) ausgeliefert, zwischen überschießender Furcht oder Aggression hin und hergerissen, in dumpfer Verzweiflung, in der Apathie eines *numbing* nach einer Katastrophe versunken, hätten die schwachen Menschenwesen – wir haben dies schon ausgeführt – nicht überleben können. Der Schlüssel dafür lag in der Entwicklung ihres Gehirns und hier in der Kontrolle leiblicher Erregungszustände und der damit verbundenen Thymosregungen, den Emotionen. *Julian Jaynes* (1988) hat in seinem psychohistorischen Versuch – unter Rückgriff auf die implizite Emotionslehre der *Ilias* – Materialien zusammengetragen, die das Entstehen des reflexiven Bewusstseins, der Vernunft (*νοῦς*) zur Regulation des Thymos, des Affektlebens (*θύμος*) aufzeigen. Dabei waren die Affekte der Herzregion zugeordnet, der *Nous* aber dem Gehirn, so *Pythagoras* (*Diogenes Laertius* 8, 30). Sein Schüler, der Arzt *Alkmaion von Kroton*, belegte das anhand seiner Sektionen: „Solange das Gehirn unversehrt ist, solange hat der Mensch auch seinen Verstand. Daher behaupte ich, dass es das Gehirn ist, das den Verstand sprechen lässt“ (fr. 22 A 11 und 17). Das Gehirn steuert also mit dem Verstand die Affekte. Dieses Wissen steht hinter der antiken Strategie der *Regulierung über-*

*bordender Affekte* durch die Arbeit des Verstandes (so z.T. auch die kognitive Therapie; vgl. Ehlers 1999) und des Willens. Sie müssen durch Übung, Askesis, für diese Arbeit geschult und ausgerüstet werden. So ist die „stoische Therapie“ durchaus sinnvoll und auch für eine moderne Therapiekonzeption wegweisend, denn die heutigen Therapieverfahren – die Psychoanalyse, das Psychodrama, die Gestalttherapie, die wissenschaftliche Gesprächstherapie etc. – haben hier wenig zu bieten. Es lässt sich eben nicht alles über „Durcharbeiten“ unbewusster Konflikte lösen oder durch das kathartische *Ausdrücken aufgestauter Emotionen* oder das *In-Kontakt-Kommen mit „unfinished business“*. Und auch ein kognitiv-behaviorales Umüben dysfunktionaler Kognitionen ohne Bereitstellung eines übergeordneten Sinnkontextes – als ob einzelne Kognitionen bzw. „Schemata“ (Grawe 1998) von übergeordneten Stilen des Denkens und Sinnzusammenhängen gelöst werden könnten – greift zu kurz. Es ist erschreckend und faszinierend zugleich zu sehen, wie wenig die Psychotherapie der Gegenwart hier anzubieten hat – es fehlt ihr eine *allgemeine Nootherapie* (kleine Schulen wie die von V. Frankl oder M. Boss haben hier Wissensstände erarbeitet, die leider aber wenig Anschluss an die „Allgemeine Psychologie“ oder die klinisch relevanten Sozial- und Biowissenschaften aufweisen). Das Konstrukt eines „*sense of coherence*“ (Antonovsky 1979, 1987) hat in die Praxis der Therapie noch nicht in dem Maße Eingang gefunden, wie es erforderlich wäre. Eine solche Nootherapie kann natürlich heute keine religiösen Metaerzählungen (Lyotard 1994) anbieten, sondern nur Prinzipien oder Konzepte, über die Menschen in „Begegnung und Auseinandersetzung“ ko-respondieren können (Petzold 1991e), über die sie nachsinnen, meditieren können. Und ihre Richtigkeit erweist sich daran, ob sie aus ihnen ein Erleben von *Trost* und von *Sinn* – Begriffe, die in Psychotherapielehrbüchern fehlen – gewinnen, ein „*sense of coherence*“ (Antonovsky 1979, 1987) entsteht oder gefestigt wird. Häufig bedingt sich beides: *Trost* ermöglicht *Sinnerfahrung* und *Sinnerfahrung* spendet *Trost* – nicht ohne „*Sinn*“ werden die *philosophia* und die *consolatio* zusammengespannt. Dabei wird heute von einem „*pluralen Sinn*“ ausgegangen werden müssen (Petzold 2001k). Die Sinnmatrix, die die späte Stoa – auf dem Boden der klassischen – anbietet, ist ein gelassenes, glückliches/glückseliges Leben, eine heitere Existenz. Das sind Qualitäten, die sich auch dem modereren Menschen erschließen. *Seneca* schreibt an seinen Schüler *Lucilius* in dem berühmten 92. Brief: „*Quid est beata vita? Was ist ein glückliches Leben? Freiheit von Sorge und dauerhafte Gemütsruhe. Das ist die Frucht der Seelengröße (animi magnitudo) und der Beständigkeit im Festhalten am rechten Werturteil. Wie kommt man an dieses Ziel? Wenn man die Wahrheit ganz erschaut, wenn im Handeln Ordnung, Maß, Anstand, ein uneigenütziges und gütiges Wollen (innoxia voluntas ac benigna) gewährleistet sind, das*

sich an der Vernunft orientiert und, liebenswert und bewundernswert zugleich, niemals von ihr abweicht“ (ep. 92, 3) (...) „von Störendem befreit, widmet sich der Geist ungehindert der Schau des Universums und nichts lenkt ihn von der Betrachtung (*contemplatio*) der Natur ab“ (92, 6).

Das ist keine weltenthobene *contemplatio*, kein „stumpfer Stoizismus“ – so das Zerrbild – sondern tätiges Beteiligtsein an den Dingen der Welt, orientiert auf das Gemeinwohl aus einer liebevollen, menschlichen Grundhaltung, die für Seelengröße (*magnitudo animi*, vgl. die ausgezeichnete Studie von Knoche 1935) steht. Durch die Seelengröße, die „Großgesinntheit“ (so Knoche 1935, 45), *μεγαλοψυχία*, dehnt sich die Seele aus hin zu Höherem, wie *Thomas Aquino* (*Summa theol.* IIa, IIae, q. 129 a. 1) es formulierte. Im *Wollen des Guten* gelingt ihr eine „Überschreitung“, sie kann über sich hinauswachsen. Damit gewinnt sie eine gewisse Abständigkeit zu den Dingen der Welt, eine *Überschau*, die es ermöglicht, auch mit schwierigen, belastenden Lebenssituationen fertig zu werden. Es ist dies eine Qualität, die in der Integrativen Therapie in der „metahermeneutischen Mehrebenenreflexion“ (Petzold/Orth 1999, 112) als „Exzentrizität“ oder – Frucht „philosophischer Kontemplation“ – als „Hyperexzentrizität“ (idem 1998a, 153ff) gewonnen wird. Die Dinge wirklich zu durchschauen bzw. sich einer solchen *Überschau* (*supervisio*) anzunähern, ist ein zentrales Ziel für *Marc Aurel*, *Seneca*, die Stoiker, die Weisheitsliebenden, ist aber auch Ziel jeder Persönlichkeitsentwicklung in und durch Psychotherapie. Man muss zu einer „Exotopie“ (Bakhtin 1979) fähig werden, sich neben, über sich stellen können, um den Involvierungen, den Konfluenzen, den überschwemmenden Gedanken und Gefühlen zu entkommen und eine „klare Sicht“, „*clear mindedness*“ zu gewinnen, so dass der *Wille Freiheit* gewinnt. In einer solchen „Exzentrizität“, Bakhtin spricht von einer Außenständigkeit, *vnenakhodimost'* (внеаходимость), wird eine Überschreitung, eine „Transgredienz“ (трансграденство), erreicht, so dass die Lebenserzählung im Kontext der Vielfalt anderer Lebenserzählungen, im Zusammenhang der Weltverhältnisse gesehen werden kann (vgl. das Werk *Pawel Florensky*, 1937 im Gulag erschossen). Und das gibt Gelassenheit.

Die Rolle des **Willens** wurde in der Psychotherapie völlig ausgeblendet (Petzold 2001i). Sie ist für die Selbstentwicklung, für die **Überwindung** der Hindernisse auf dem Wege zu einem glücklichen Leben, für die **Überschreitungen** von Blockaden, die man selbst aufgebaut hat, und für den Gewinn einer gelassenen Freiheit nicht zu unterschätzen. Es bedarf des bewussten **Wollens**, gut zu werden (*Seneca*, ep. 34, 3; 92, 30), sich zu verändern, zuweilen so zu bleiben, „wie man ist“ – d.h. für kurze Zeit gegen den herakliteschen Strom zu schwimmen versuchen, um einzusehen: es ist nicht möglich (wie absurd ist doch die „paradoxe Theorie der Veränderung“, zu „sein, was

man ist und nicht zu werden, was man nicht ist“ [Beisser 1970], die bei Gestalttherapeuten so hochgehalten wird). Es bedarf des Willens, Ordnung in sein Leben zu bringen. Es bedarf des Willens zur **Übung** (*exercitium, askesis*) im praktischen Handeln, im Überdenken des Lebens, seiner Gefühle, Gedanken, Taten – tagtäglich. Die antike Seelenführung hat für solche Übung eine Fülle von Praktiken entwickelt, durch die die „Weisheitsliebe“, die Philosophie, eine „*manière de vivre*“ (Domanaski 1996) wurde, wie Pierre Hadot (2001) es so treffend ausgeführt hat (und für das Leben heute, für sein Leben zeigte). Seine grundlegende Arbeit „*Exercices spirituels et philosophie antique*“ (idem 1981), bietet ein Florilegium, eine wirkliche Blütenlese, an praktischen Übungen aus der antiken philosophischen Tradition. Auf diese Tradition hat die Integrative Therapie in ihrer nootherapeutischen Arbeit (Petzold 1983e), wo sie indiziert ist, dem Bereich in Behandlungen, der sich mit Fragen des Sinnes, der Werte, dem Leben und dem Tod, dem Bösen, dem Religiösen, der Transzendenz befasst, neben Praktiken aus der byzantinischen Tradition, etwa aus der „Philokalie“ (Zenkowsky/Petzold 1969), zurückgeriffen. Erwähnt sei hier nur, weil so zentral, die allabendliche Rückschau – ein *exercitium*, das schon Pythagoras und seine Anhänger betrieben haben sollen. „Erlaube nicht, das der süße Schlaf dir in die Augen kommt, bevor du alle Handlungen des Tages geprüft hast“ (Pythagoras, Die Goldenen Verse). Epiktet (III, 10,1) stellt seine Praxis der Gewissenserforschung in diese Tradition und Seneca (De ira, 3, 36) berichtet ausführlich über seine eigene abendliche Rückschau und über allmorgendliche Tagesvorbereitung (*praemeditatio*). Foucault (Kurs vom 24. März 1982, 2. Stunde, 2001, 462f, vgl. Vorlesung vom 12. März 1980) hat gezeigt, dass es hier um ein Bilanzieren ohne punitive Qualität ging – anders als in der mittelalterlichen christlichen Gewissenserforschungen – mit dem Ziel der besseren Selbststeuerung. Der Mensch wird in dieser Aktivität – so könnte man sagen – sein eigener Supervisor und Mentor, „Coach“.

Das Subjekt kommt hier – auch anders als im Freudschen Diskurs, wo die Autonomisierung, wie Foucault gezeigt hat (Dauk 1989), durch die *Unterwerfung* unter das analytische Setting, die Grundregel nur vermeintlich emanzipatorisch ist und beeinträchtigt wird – durch **eigene Arbeit an sich** zu einer **Souveränität**. Es ist eine hagiographische Zuschreibung, dass Freud eine einmalig zu nennende Seelengröße zu einer *Selbstanalyse* aufgebracht habe (gut, es gibt da noch C.G. Jung, aber auch der wird hagiographisch überhöht). In der Antike war Selbstbetrachtung für die Freunde der philosophischen Lebensweise *Alltagspraxis*, die von Freunden und Lehrern/Mentoren begleitet werden konnte. Es wird dringend Zeit, in der Psychotherapie und jenseits von ihr eine solche Praxis wiederzugewinnen und diesen Mythos, der vom psychoanalytischen **Diskurs** als Machtdiskurs (Fou-

cault 1978) ausgeht, zu dekonstruieren. Er monopolisiert nämlich in subtiler Weise die Möglichkeit der Selbsterkenntnis für die Psychoanalyse, diskreditiert die Möglichkeiten der (philosophischen) Selbstanalyse, indem er mit seinem Faszinosum und durch eine mit universellem Geltungsanspruch auftretenden Einseitigkeit alle anderen Wahrheits- und Weisheitsdiskurse und Erkenntnispraxen als obsolet darstellt. „Die einschneidenden Wahrheiten wurden endlich gehört und anerkannt (...) Es ist bisher noch immer so gegangen, und die unerwünschten Wahrheiten, die wir Psychoanalytiker *der Welt* zu sagen haben, werden das selbe Schicksal finden“ (1910, StA, 129, meine Hervorhebung). „Die Psychoanalyse *Freuds* hat nach dem Ende der Philosophie<sup>27</sup> ihre Antwort darauf [die Frage danach, was der Mensch sei, sc.] gefunden und im Begehren die Wahrheit des Subjekts erkannt“ (Pohlen/Bautz-Holz Herr 2001, 21). Nun, das ist nur *eine* Wahrheit, und die Philosophie ist noch lange nicht zu Ende!

Die philosophische Therapeutik und Übung bereitet als „praktische Weisheit“ (*prudentialia*, Lebensklugheit, *Seneca*, ep. 113, 19) den, der sie praktiziert, auf sein weiteres Tun vor, sie „übt fürsorglichen Weitblick aus“ (ibid.). „Denn, was ist Philosophie? Ist es nicht ein Sich-Vorbereiten auf alle Ereignisse?“ (*Epiktet* III, 10, 6, vgl. *Hadot*, *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 1995). Wenn man auf die Dinge des Lebens gut vorbereitet ist, kann einen nichts mehr wirklich treffen (und das ist keine oberflächliche Aussage). „Krankheit gibt es, Gefangenschaft, Einsturz und Brand des Hauses, nichts von alledem ist unvorhersehbar“ (*Seneca*, *De tranquillitate* 11, 7). Deshalb ist eine Lebenskunst erforderlich, dazu eine vorbereitende Auseinandersetzung mit kommenden bzw. möglichen Belastungen (*preparedness*), was in der Integrativen Therapie als „Antizipationsarbeit“ (*Petzold* 1992a, 563) „*prebriefing*“<sup>28</sup> bezeichnet wird, wobei wir u.a. die Technik der „Zukunftsprojektion“ (idem 1979f) verwenden. *Seneca* nennt das „*praemeditatio*“ und gibt in dem Trostbrief für *Marcia* eine Anleitung zur täglichen Praxis: Der Weise „beginnt jeden Tag mit dem Gedanken (...) dass das Glück uns nichts gibt, was wir wirklich besitzen können. Keine Sache, sei sie öffentlich oder privat, ist sicher; die Schicksalsbestimmungen der Menschen, aber auch der Städte, sind unüberschaubar. Jedes Gebäude, für das Jahre des Aufbaus notwendig waren mit unendlichen Anstrengungen und Dank der großen Güte der Götter kann in einem Tag vernichtet und zerstört werden. Nein, derjenige der sagt ‚einen Tag‘, gibt dem schnellen Unglück eine zu lange Zeit: eine Stunde, ein Augenblick genügt für den Fall eines Reiches. Wieviele Städte Asiens, wieviele in Achaia [Griechenland als römische Provinz] wurden durch einen einzigen Erdstoß zerstört. (...) Wir leben mitten in Dingen, die alle dazu bestimmt sind, zu verschwinden. Ihr seid sterblich geboren und gebt Sterblichen das Leben. Deshalb seht alles voraus und bereitet euch auf alles vor“.

Derartige Praemeditationen und die Abendbilanzierung des Tages gehörten zur Lebenspraxis derjenigen, die für sich eine „philosophische Therapeutik“ als Weg, als eine Art „Selbsttherapie“ gewählt haben, wobei die Breite des Wortes „*therapeuein*“ im Blick sein muss als „sorgsam umgehen, pflegen, heilen, kultivieren“ – ähnlich dem lateinischen *colere* „dienen, pflegen, bebauen, verehren, heilen“. Es geht also um eine „**Kultur seiner Selbst**“ mit und für die Anderen, das Gemeinwohl, die erworben und gepflegt werden muss. Ihr Ziel ist **Hominität, eine Kultiviertheit des eigenen menschlichen Wesens**. Es geht um eine „**Lebenskunst**“, und eine solche gilt es auch für die Psychotherapie heute – und für eine „ganz normale“ *besonnene Lebensführung* – zu entwickeln und zu nutzen. „Die Lebenskunst hat mit der Kampfkunst mehr Ähnlichkeit als mit der Tanzkunst, insofern man auch auf unvorhergesehene Schläge gerüstet sein und fest stehen muss“ (*Marc Aurel VII, 61*).

Im Unterschied zur Praemeditatio, wie sie *Seneca* empfiehlt, gehen wir heute in der nootherapeutischen Praxis der Integrativen Therapie „prozessual“ vor. Wir erarbeiten mit den PatientInnen unter Rückgriff auf ihre Lebenserfahrungen, auf das, was sie beruhigt, tröstet, stärkt, „Tagesvorbereitungen“. Dabei verweisen wir in einer kleinen Propädeutik durchaus auf die Praxis des *Seneca*, sensibilisieren für den in den „Flussfragmenten“ entwickelten Gedanken des *Heraklit* (fr. 12, 49a, 91) – einer der bedeutendsten Referenzphilosophen im Integrativen Ansatz (*Petzold/Sieper 1988*) –, dass alles fließt, im Fluss ist und nichts bleibt, und dass „das Leben verstehen“ bedeutet, sein Fließen zu verstehen und sich ihm einzufügen. Das ist keineswegs eine Anleitung zum Fatalismus, denn es schließt ein, auf dem Fluss gut zu  *navigieren* und in seinen Strömungen besonnen zu steuern, die Ziele überlegt zu formulieren, in den Blick zu nehmen und anzugehen, Tag für Tag. Weiterhin wird darauf geachtet, dass in der Prämeditation das Moment der „**freudigen Gestimmtheit**“, der „**hilaritas**“, Bedeutung hat, eine „**Freude am Lebendigen**“ – wie wir das als Konzept vertreten (*Petzold/Orth 1998a*) und wie wir es in den Naturbetrachtungen aller Völker und Kulturen finden (*Orth 1993*). „Sich des Lebens freuen“, ist eine Freude am Leben, dem wir zugehören, am Lebendigen, an dem wir teilhaben. „Wie anziehend ist es, ein mit verschiedenen Pflanzen bedecktes Stückchen Land zu betrachten, mit singenden Vögeln in den Büschen (...) und sich dabei zu überlegen, dass alle diese so kunstvoll gebauten, so sehr verschiedenen und doch in so verzwickter Weise voneinander abhängigen Geschöpfe durch Gesetze erzeugt worden sind, die noch rings um uns wirken. Es ist wahrlich etwas Erhabenes um die Auffassung, dass der Schöpfer allen Lebens, das uns umgibt, nur wenigen oder gar nur einer einzigen Form eingehaucht hat und dass, während sich unsere Erde bewegt (...) aus einem so schlichten Anfang eine unendliche Zahl der schönsten und wunder-

barsten Formen entstand und noch weiter entsteht“ – so *Charles Darwin* am Schluss der „*Origin of Species*“ (1859). Dieses Leben tritt uns in der Betrachtung einer Landschaft, einer Blume, eines Kindes, in der Selbstbetrachtung entgegen und vermag uns die „*ontologische Erfahrung*“ einer tiefen Verbundetheit mit der Welt des Lebendigen zu vermitteln (*Albert* 1972; *Florensky* 1996), wie uns in der Naturbetrachtung integrativer Nootherapie (*Orth* 1993; *Petzold/Orth* 1998a) von PatientInnen immer wieder berichtet wird, sofern dieser Bezug zum Leben nicht massiv gestört und verschüttet ist. Dann nämlich braucht es die Arbeit, „zu sich“ zu kommen, zu sich zu finden, sich verstehen zu lernen, „sich selbst-verständlich zu werden“, um sich „zu haben“. Es wird die Arbeit eines Selbstgewinns erforderlich, um mit sich „zu sein“.

„Und das Selbstverstehen, das sich in diesem Selbstbesitz bildet, ist nicht einfach das einer beherrschenden Kraft oder einer Souveränität über eine aufrührerische Macht, es ist die Erfahrung einer Freude, die man an sich selber hat. Wer es vermocht hat, endlich Zugang zu sich selbst zu finden, ist für sich ein Gegenstand der Freude“ (*Foucault* 1982, 83). Eine solche Haltung hat als Hintergrund eine „philosophische Therapeutik“, eine Weisheitslehre der Lebenskunst und Hominität, und aus solchen Quellen hat auch *Foucault* (2001) geschöpft, für sich selbst im Umgang mit seiner tödlichen Erkankung (*Miller* 1995).

„Der erste Trieb eines Lebewesens zielt nach ihnen [den Stoikern] auf die Selbsterhaltung, weil die Natur es von Geburt an sich selbst zugeneigt (οικειούση) macht; nach *Chrysipp* ... gilt die erstrangige **Zuneigung** jedes Lebewesens seinem eigenen Wesen und seinem Bewusstsein davon. Es wäre nämlich unwahrscheinlich, dass die Natur ein Lebewesen mit sich selbst verfremdet oder so geschaffen hat, dass es sich zu sich selbst weder fremd noch zugeneigt verhalte (...) wo immer die Natur für sich selbst das Bedürfnis nach dem ihrem Wesen Angemessenen befriedigt, freuen sich die Lebewesen und blühen die Gewächse“ (*Diogenes Laertios* lib.VII, 85-86, meine Hervorhebung).

Wo diese *Zuwendung bzw. Zuneigung zu sich selbst und zur Natur*, die „Teil der Gesamtnatur ist, woraus sich als höchstes Ziel das naturgemäße, d.h. seiner eigenen wie der Gesamtnatur gemäße Leben ergibt“ (ibid. 88) nicht oder nicht mehr erfolgt, liegt demnach Entfremdung, Störung, Krankheit vor. **Der Mensch ist „sich selbst fremd geworden“, „sich selbst verlorengegangen“**. Die Abstumpfung (*numbing*) und der soziale Rückzug von Patienten mit posttraumatischen Belastungsstörungen kann unter dieser Perspektive als ein „sich selbst und der Welt fremd werden“ gesehen werden, das nicht „naturgemäß“ ist – und die PatientInnen berichten dies ja immer wieder. Deshalb ist die Wiederherstellung einer naturgemäßen Haltung zum Leben und natursyn-tone Lebensführung eine zentrale Aufgabe. Für TherapeutInnen ist es in diesem Kontext natürlich wesentlich, dass sie sich Gedanken ge-

macht haben, was die „Natur des Menschen“ sei, und fast alle Verfahren haben deshalb auch explizite oder zumindest implizite Anthropologien (eine Übersicht in meinem Werk „Wege zum Menschen“; Petzold 1984a) – nur wenige haben dabei eine Tiefe und dennoch Nüchternheit wie die Stoa. Menschenbilder geben Orientierung (Hagehülsmann 1984), und die brauchen Menschen. In der Therapie sollte an die Menschenbilder der PatientInnen Anschluss genommen, gleichzeitig aber auch eine Möglichkeit geboten werden, diese kritisch auf ihre Bedeutung und ihren Wert zu hinterfragen, um gegebenenfalls hier zu Neuorientierungen und dann zu deren Umsetzung zu kommen. Die „Prämeditationen“ in der integrativen nootherapeutischen Praxis haben deshalb „das Ziel, aus einer ‚Sorge um sich selbst‘ zu einer ‚Freude an sich selbst‘ und zu einer ‚Freude am Lebendigen‘ zu gelangen“ (Petzold/Orth 1998a). Sie haben damit für die Psychotherapie insgesamt und für die Arbeit mit TraumapatientInnen im Besonderen, einen großen Wert und eine gute Wirksamkeit. Sie werden von Patienten gut angenommen, umgesetzt und als hilfreich erlebt, besonders wenn sie mit Rückgriff auf die eigene Lebenserfahrung „in narrativer Praxis“ (Petzold [et al.] 2001; 1991o; McLeod 1997; Pennebaker 1993), in einem Erzählklima erarbeitet wurden („Mein Großvater hatte so eine gelassene Haltung, der war immer heiter“, „Innere Sammlung, das hatte ich früher, das will ich wieder versuchen zu üben“ etc.). Seneca, in einer für seine Zeit ungewöhnlichen Weise Männer wie Frauen gleichermaßen ansprechend (Burck 1969, Balsdon 1979), fand u.a. eine hohe Resonanz, weil er eine lebendige, die ganze Breite des Lebens und Bilder der Natur einbeziehende narrative Sprache hatte (Pohlentz 1941) und vitale Themen wie Glück (Grimal 1978; Michel 1978), Leid und Trost (Coccia 1959; Kassel 1958), sittliches Leben (Krüger 1994), Endlichkeit (Leeman 1971) aufgriff und als ein wirklicher Weisheitslehrer und Seelenführer (Bellincioni 1978; Guillemini 1952-1954; Michel 1977) einen „Mut zum Sein“ vermittelte, wie Tillich (1969) es treffend formulierte. Durch die narrativen Qualitäten, die dialogische Ansprache eines Gesprächspartners, konnte sich der Leser in einen *Polylog* einbezogen fühlen. Dadurch werden Konzepte leichter *ichsynton* und es kann die Sinnhaftigkeit der vorgestellten Lebenspraxis gesehen werden, was Akzeptanz und Umsetzungschancen erhöht. Die Therapie muss dann lediglich versuchen, eine Unterstützung bei der Implementierung dieser Praxis zu geben und eine Habitualisierung der *Prämeditation* zu unterstützen neben dem durcharbeitenden Vorgehen, das weiterläuft.

Moderne psychotraumatologische Forschung unterstützt diese Erkenntnis der traumamoderierenden Kraft einer vorbereitenden Auseinandersetzung mit Schicksalsschlägen, da sie zeigen konnte, dass politische Aktivisten, Menschenrechtsverfechter, Menschen, die sich mit den möglichen Konsequenzen ihres Engagements auseinander-

gesetzt hatten, mit Erfahrungen von Folter und Misshandlungen besser fertig wurden als andere Opfer (vgl. die Arbeiten der Forschergruppe um *Başoğlu* 1997). Diese zentrale Erkenntnis der stoischen Therapie gewinnt nicht als rationale Einsicht ihre Evidenz, sondern durch erfahrene Lebenspraxis. Sie erhält in und durch Übung ihren therapeutischen, verändernden Wert, wenn sie nämlich in die Lebenspraxis integriert wird, wie wir es aus dem Brief des jungen *Marc Aurel* an seinen Rhetoriklehrer *Fronton* erfahren, in dem er minutiös seinen Tagesablauf beschreibt (ep. IV, *Cassan* 1830, 249ff), um dann zu berichten: „Als ich zu mir nach Hause zurückgekehrt war, bin ich, ehe ich mich auf die Seite drehte, um zu schlafen, mein Tagesgeschehen durchgegangen (*meum pensum explico*)“. Dieses *exercitium*, diese *askesis*, wird zum genuinen Bestandteil einer „Lebenskunst“ aus einer „Sorge um sich“, und genau um eine solche geht es in der Patientenarbeit mit Traumabetroffenen. Sie müssen wieder lernen, für sich Sorge zu tragen. Und das wird ihnen leichter gelingen, wenn ein Begleiter, Mentor, Therapeut sich besorgt zeigt, sich sorgt, dass sie für sich nicht in einer guten Weise sorgen. *Foucault* (1986) hat in seinen zentralen Arbeiten zum „*soucis de soi*“, der Sorge um sich, der sokratischen *epimeleia heautou*, dieses Moment der *Besorgtheit des Anderen*, die Sorge des *Seneca* um die *Marcia*, um den *Serenus*, um *Lucilius*, die des *Fronton* um *Marc Aurel* und des *Marc Aurel* um *Fronton* – ihr Briefwechsel lässt die freundschaftliche Wechselseitigkeit erkennen – m.E. nicht genügend gesehen und gewürdigt. Die Stoiker selbst haben dies, gänzlich auf die Autonomisierung des Subjekts gerichtet, zu wenig gesehen, obgleich die Dialoge ihnen ein bevorzugtes Medium des Umgangs, der Kommunikation, des Lehrens waren (*Marc Aurel* wurde als Knabe unterwiesen, „Dialoge zu schreiben“ I, 6). Die philosophische Therapie des *Sokrates* war eine dialogische. *Seneca* entwickelt sein Hauptwerk im Dialog mit *Lucilius*. *Foucault* (2001, 465) stellt mit Recht fest: „Die philosophische Askese muss man, glaube ich, als eine gewisse Weise begreifen, das Subjekt der wahren Erkenntnis (*vrai connaissance*) als Subjekt des rechten Handelns (*d'action droit*) zu konstituieren“. Aber dann muss im gleichen Atemzug gesagt werden, dass dieses „rechte Handeln“ das praktische Tun im und am Gemeinwesen ist, im dialogischen Bezug zu anderen Menschen vor dem Hintergrund des Universums, das von der allumfassenden Vernunft, dem Göttlichen erfüllt ist (vgl. *Whitehead*, *Florensky* 1994).

Auch wenn die Stoa immer wieder vom Göttlichen, von Gott, den Göttern spricht, so sind diese Begriffe Metaphern für ein übergreifendes Prinzip, den Weltenlogos, eine Allvernunft. Der Kosmos ist vom „Feuerhauch“ der Vernunft durchdrungene Materie (hier klingt der „dunkle“ *Heraklit* durch, fr. 63-67, *Petzold* / *Sieper* 1988b). Heute sagen wir: „Der Mensch ist Sternenstaub [kosmische Urmaterie s.c.], in dem der Kosmos begonnen hat, über sich nachzudenken“ – so der Astro-

physiker Carl Sagan (1982). „Die Seele ist ein Funke von der Substanz der Gestirne“, so Herakleitos (fr. 22 A 15) – Berührungspunkte zwischen zwei Jahrtausenden. Die späten Stoiker (ebenso wie die Skeptiker in der Tradition des Heraklit (ausgehend von Pyrrhon von Elis bis zu dem Arzt Sextus Empiricus) haben eine Sicht des Lebens und der Welt, eine gleichsam „säkulare Mystik“, die für die säkularen Menschen unserer Zeit etwas bieten kann: Trost, Gelassenheit, Sinn, Wertorientierung, ohne dogmatischen Anspruch, mit einer Zentrierung auf die eigene Verantwortung und auf ein humanitäres Engagement. Diese Seelenführer versprechen keine einfache Gelassenheit, sondern fordern eine *disziplinierte Arbeit an sich selbst*, von der viele Menschen gar nicht mehr wissen, was das ist – und sie ist sicher nicht gleichzusetzen mit einem tiefenpsychologisch orientierten „Durcharbeiten“. Sie kann dieses einschließen, übersteigt es aber in jedem Falle (eine Aussage, die PsychotherapeutInnen bzw. PsychoanalytikerInnen sicher nicht gerne hören werden, aber sie können die Probe auf den Wahrheitsgehalt machen, wenn sie sich nach *ihrem* Seelenfrieden, ihrer Heiterkeit (*hilaritas*) des Gemüts, ihrer *tranquillitas animi*, ihrer *clementia* fragen).

Für die Arbeit mit traumatisierten Menschen hat eine solche „philosophische Therapeutik“ *neben und mit einer klinisch differenzierten und forschungsgegründeten Methodik* der Traumatherapie, die einen klaren Anschluss an die klinische Psychologie und die Neurowissenschaften hat, eine große Bedeutung. Denn im Prozess der klinischen Therapie – von TraumapatientInnen wie auch von TäterInnen – kommt der Punkt, wo es darum geht, das Festhalten an Vorstellungen des Leides, der Schuld, der Schmerzen einmal aufgeben zu müssen, die eindringenden, überflutenden, „*intrusiven*“ Erinnerungen aktiv abzugrenzen, die Rachegedanken loszulassen und zu verändern, Verzweiflung, Negativität und Menschenverachtung bei Seite zu legen, alle lebensfeindlichen Gefühle und Gedanken (und das sind eben auch die Gedanken über die Traumatisierungen oder über eigene schlimme Taten) *zu überwinden*, um einen neuen Zugang zum Leben zu wagen. Das würde – ein wenig versachlichender ausgedrückt – die kognitive Verhaltenstherapie wahrscheinlich auch so sehen. Aber damit bietet sie für diese Menschen noch keine Wege zu einer Neuorientierung ihres Lebens.

„Lasse die Vorstellungen schwinden, und es schwindet die Klage, dass man dir Böses getan. Mit der Unterdrückung der Klage: ‚Man hat mir Böses getan‘, ist das Böse selbst unterdrückt“ (Marc Aurel IV, 7). Das ist keine Vermeidung, das ist aktive „*Überwindungsarbeit*“, die auch ein Umwerten (und das ist mehr als ein NLP-Reframing) des kognitiven Kontextes erforderlich macht: „Fasse die Dinge nicht so auf, wie sie der Beleidiger auffasst oder von dir aufgefasst haben will; sehe sie vielmehr so an, wie sie in *Wahrheit* sind“ (ibid., IV, 11). Denn:

„Der Zorn und das Leid, das wir durch die Taten der Menschen empfinden, sind härter für uns als diese Handlungen selbst, über die wir uns erzürnen und uns betrüben“ (XI, 18) – zumindest ist dies oft so. Eine solche Praxis greift, aber nur, wenn sie von einer Sinnhaftigkeit des Daseins und von der von Überzeugung der Sinnhaftigkeit der eigenen Existenz getragen sein kann.

„Das Gute und Rechte ist bei mir“ (VII, 42). „Zeige Gemütsruhe den Dingen gegenüber, die von äußeren Ursachen herkommen, und Gerechtigkeit bei denen, die von deinem eigenen Tun bewirkt werden, das bedeutet, dein Streben und Tun soll kein anderes Ziel haben als das allgemeine Beste; denn das ist deiner Natur gemäß“ (IX, 31). „Viele unnötige Anlässe zu deiner Beunruhigung, die nur auf deinen falschen Vorstellungen beruhen, kannst du dir aus dem Weg schaffen und dir damit sofort einen weiten Spielraum eröffnen; umfasse das Weltall mit deinem Geiste und betrachte seine ewige Dauer und dann wieder die rasche Verwandlung jedes einzelnen Dinges. Welch kurzer Zeitraum liegt doch zwischen dem Entstehen und Vergehen der Geschöpfe. Wie unermesslich ist die Zeit, die ihrer Entstehung voranging, wie unendlich aber auch die Zeit, die ihrem Vergehen folgen wird“ (IX, 32).

Bei einer solchen Therapeutik, werden die „*Psychodynamik*“ der Seelenunruhe und ihre äußeren Anlässe natürlich nicht außer Acht gelassen. Die stoische Therapeutik ist nicht naiv, denn die Ursachen des Leidens müssen erspürt und erkannt werden. Das ist eine der vornehmsten Aufgaben der Vernunft, denn nur sie kann die rechte Strategie wählen, sich für das richtige Remedium entscheiden. Werden nämlich durch „Menschenscheu quälende Sorgen in unserer Innerstes verdrängt, dann ersticken sich die Leidenschaften, wie in einem engen Kerker eingeschlossen, gegenseitig selber. Daher kommen Trübsinn und Trübsal und unendliches Schwanken des Geistes, das aufkeimende Hoffnungen beseitigt und traurig und mutlos macht“ (Seneca, *De tranquillitate* 2, 10).

All das hat aber letztlich „nur eine Auswirkung, keinen Gefallen an sich zu finden (*unus effectus ... sibi displicere*“, *ibid.* 2, 7), denn die Seele wird resonanzlos: sich selbst gegenüber, so dass eine „*philautie*“, ein liebevoller Bezug zu sich selbst, „des Selbstes zum Selbst“ unmöglich wird und in der Folge die Zuwendung/Zuneigung anderen gegenüber eingetrübt wird. Man kann dann „niemanden lieben und wird dann wohl auch von niemandem geliebt“ (Demokrit, fr. 103), so dass man vereinsamt: „Wer auch nicht einen einzigen guten Freund hat, dessen Dasein ist nicht lebenswert“ (*idem*, fr. 99). Und damit kommt es zu einer progredierenden „*Lähmung der Seele*“. Ja es kann zu psychosomatischen Reaktionsbildungen kommen wie sie Seneca bei dem gewaltigen „unverwundbaren“ Kämpfer Achill nach dem Tod seines von Hektor erschlagenen Freundes Patroklos (*Ilias* 24, 10f) diagnosti-

ziert, der von Schmerz überwältigt sich ruhelos wälzt, „bald auf der Brust, bald auf dem Rücken liegt und sich in wechselnde Stellungen bringt; quod proprium aegri est, das verrät einen kranken Menschen (Seneca, De tranquillitate 2, 12). Für solche Beschwerden haben die antiken Seelenführer verschiedene Heilmittel (*remedia, praecepta*): gemeinwohlorientierte Aktivität, Arbeit mit jungen Menschen, Aufsuchen seiner Freunde, Betrachtung der Natur etc. (vgl. 3, 2ff). Davor muss aber eine Entscheidung treten, wie Demokrit zeigt (fr. 290): „Einen Kummer, den die <von einem Schicksalsschlag> gelähmte Seele nicht zu bändigen vermag, vertreibe durch die Vernunft“. Was aber, wenn die Vernunft verdunkelt ist und dem Willen nicht raten oder ihn unterstützen kann? Dann geht es nicht ohne Hilfe, weil es das Wesen solcher Lähmung (*contractio, συστολη*) ist, dass man selbst keinen Ausweg mehr findet. Und hier braucht der *Wille*, der „Wille zum Guten“ (Seneca, ep. 92,3), Unterstützung, finstere Gedanken und Seelenregungen zu *überwinden*, „angestregtes und unablässiges Sorgen“, denn das schwächt die Seele (De tranquillitate 17, 12).

Dem **Willen**, seiner Pflege, Entwicklung und Unterstützung kommt in der stoischen Therapeutik eine große Bedeutung zu, denn man glaubt an die **Souveränität** des Menschen, seine Fähigkeit zur Selbststeuerung als Ausdruck seiner **Integrität**: „Einen Räuber der Willensfreiheit gibt es nicht“ überliefert Marc Aurel (XI, 36) ein Wort des Epiktet, und durch den Willen und vermittels der Unterstützung durch Therapontes kann man und muss man „an seinem Inneren arbeiten“ (ibid. 59). „Von dir selbst hängt es ab, ein neues Leben zu beginnen. Betrachte nur die Dinge von einer anderen Seite, als du sie bislang angesehen hast. Das nämlich heißt: ein neues Leben beginnen“ (idem VII, 2), und das hat Konsequenzen, muss Konsequenzen haben.

„Du musst in dein ganzes Leben, wie in jede einzelne Handlung Ordnung bringen, wenn du dir nämlich bei allen Handlungen sagen kannst: Ich handelte nach besten Kräften, dann kannst du ruhig sein, denn dass du deine ganze Kraft einsetzt, daran kann dich niemand hindern“ (VIII, 32). Wo man aber selbst zu einem solchen „Reframing“ nicht die Kraft hat, wo man nicht weiter kommt, weil man verletzt oder behindert und geschwächt ist, soll man „die Hilfe eines anderen in Anspruch nehmen“ – „Schäme dich nicht, dir helfen zu lassen“ (ibid. VII, 7).

Die *philosophische Therapeutik* der Antike zeigt Wege, wie mit belastenden und traumatischen Lebenssituationen umzugehen sei, wie sie überwunden werden können, wie Hindernisse, sich dem herakliteschen Strom des „alles fließt“ einzufügen, beseitigt werden können. Sie macht erfahrbar, wie Lebenswissen zu Lebensweisheit führt: zu einer Liebe zum Leben, einer Freude am Lebendigen und zu Weisheit, dem Wissen um die eigene Hominität und zum Engagement

**für Humanität.** Was mehr könnten Psychotherapeuten Traumapatienten anbieten? Häufig bieten sie weniger. Dass eine Weisheitsliebe Trost spenden kann – *Boethius* (480-524 n. Ch.) schrieb seine „*consolatio philosophiae*“, zum Tode verurteilt, während seiner Kerkerhaft –, dass sie *Aufrichtung* gibt in Niedergeschlagenheit, Beruhigung in der Unruhe, weich macht in der Verhärtung, Verbitterung vertreibt, Abwendung vom Leben in Lebenszugewandtheit kehrt, zeigt die Wirkung dieses Trostes über die Jahrhunderte (*Kassel* 1959; *Coccia* 1959) bis in die Gegenwart, etwa im anregenden Buch für Menschen von heute von *Alqin de Botton* (2001) „*Les consolations de la philosophie*“, ein Buch über die **Überwindungsleistungen** (des *Sokrates*, des *Seneca*, *Montaigne*, *Nietzsche*, *Schopenhauer*) für Menschen, die Schwierigkeiten, die Schweres zu überwinden haben.

Ich habe viele schwersttraumatisierte Menschen kennengelernt, die eine Philosophie, „ihre Philosophie“, als Lebensform gefunden oder in **Überwindungsleistungen** erarbeitet haben. Zumeist war diese Philosophie sehr praktisch, lebenszugewandt, wie beispielhaft in *Marc Aurels* Selbst- und Lebensbetrachtungen (*Hadot* 1992). Oft war sie handlungskonkret und naturnah wie in *Ciceros* Beschreibungen der „*voluptates agricolorum, quibus ego incredibiliter delector, der Freuden des Landbaus, an denen ich ein unglaubliches Vergnügen finde*“, im „unmittelbaren Umgang mit der Erde“, dem Wachsen und Gedeihen (*Cicero*, *De senectute* 15, 51). Und immer war solche Philosophie einfach wie eine stille Landschaft, wie dieser „Feldweg“, dessen „Zuspruch“, Schlichtheit und lebendige Stille *Heidegger* (1953) in einem tröstlichen Text eingefangen hat. Die Stille „reicht bis zu jenen, die durch zwei Welt-Kriege vor der Zeit geopfert sind. Das Einfache ist noch einfacher geworden. Das Selbe befremdet und löst. Der Zuspruch des Feldwegs ist jetzt ganz deutlich (...). Alles spricht den Verzicht in das Selbe. Der Verzicht nimmt nicht. Der Verzicht gibt. Er gibt die unerschöpfliche Kraft des Einfachen“ (idem 1953, 6f).

Dieser Text hat viel Wahres, aber diese Stille und der Frieden des Naturerlebnisses ist nicht unbedroht, denn aus dem Hintergrund taucht *Heideggers* zwiespältiges Engagement im Nationalsozialismus auf (u.a. während seines Rektorats in Freiburg 1933/34 und danach; vgl. *Fariás* 1989). Mit dem Begriff „geopfert“ schiebt sich ein böses Fragezeichen an den Rand des Bewusstseins, und es entsteht eine *Dissonananz*: als wenn die Felder, über die der „Abendfrieden“ am „Feldweg“ niederfällt, Felder sind, wo die Toten liegen und die Verwundeten schreien: das Schnepfenfeld am Don, Kulikowo polje 8.9.1380, das Amselfeld, Kosovo polje 28.6.1389 – Vogelnamen erinnern an verlorenen Landschaftsfrieden –, Culloden Muir 16.4.1746, Gettysburg 3.7.1863, Tannenberg 15.7.1410, 31.8.1914 ..., Schlachtfelder ohne Ende. Wenn man auf die Bucht von Kotor mit all ihrem Zauber schaut und man hört die Marschflugkörper im Hinterland detonieren, dann

kommt es zu einer *existentiellen Dissonanz*, die zutiefst verstört und die schwer zu überwinden ist.

Was nun ist der **Prozess des Überwindens**? Hier ist zu sehen, dass das Wort mehrere – für diesen Kontext durchaus wichtige – Bedeutungen hat. Man kann *im Kampf* einen *Feind überwinden*, einen äußeren Gegner, der einem das Leben schwer macht, einen „inneren Feind“ (Petzold 1985), etwa einen „Täter“, den man nicht vergessen kann. Man kann *etwas überwinden*, eine Krankheit, trübe Gedanken, eine Angst, ein Begehren und man kann *sich selbst, sein Selbst überwinden*, wenn man generalisierte, für die eigene Person charakteristische Wesenszüge zu überschreiten und zu verändern vermag, wenn man eine unliebsame Gewohnheit aufgibt oder eine Verzichtleistung erbringt. In der Therapie soll ein „Widerstand“ überwunden werden – eigentlich eine Arbeit, die der Patient zu leisten hat. Freud indes sah diese Überwindungsarbeit als Aufgabe des Analytikers: „Dieser Kampf zwischen dem Arzt und dem Patienten, zwischen Intellekt und Triebleben, zwischen Erkennen und Agierenwollen spielt sich fast ausschließlich an den Übertragungsphänomenen ab. Auf diesem Felde muss der Sieg gewonnen werden ...“ (Freud, Zur Dynamik der Übertragung 1912, StAG 1982, 167) – Kampfmetaphorik. Es geht um „die Überwindung der beim Kranken bestehenden Widerstände“ (idem, Ratschläge für den Arzt; 1912, *ibid.*, 178). Genau um solche Überwindung geht es in der philosophischen Therapeutik der Stoa (und auch im Integrativen Ansatz) *nicht!* Denn es geht nur um die **Überwindungsleistungen** des Subjektes – hier des Patienten –, dem eine **Überschreitung** gelingen muss. Was braucht es zu diesem Schritt? In der Integrativen Therapie fassen wir das so:

„**Überwinden** ist die Aktivität eines Menschen, Hindernisse – innere und äußere – in seinem Lebenskontext und Lebensvollzug *wahrzunehmen*, zu *bewerten*, um sie ggf. zu beseitigen, zu umgehen, hinter sich zu lassen auf dem Weg zu einem *Besseren*: im Vertrauen auf sein Können, unter Einsatz aller seiner Kräfte und Ressourcen, durch Mobilisierung seiner Vernunft und seines Willens, durch die Bereitschaft, die Hilfe seiner Freunde zu suchen und anzunehmen, durch das *Wollen* einer Veränderung, auch wenn sie schmerzliche Einschnitte oder Verzicht notwendig macht. *Überwindung* ist, einen unmöglich erscheinenden Schritt an einen anderen Ort zu tun, um eine andere Position und eine größere Souveränität zu gewinnen, verlorene Integrität wieder herzustellen. *Überwindung ist Überschreitung*. Gelingt sie, gelang die Überwindung, misslingt sie, wird ein neuer Anlauf notwendig, der die wichtige Erfahrung des Misslingens – und das ist kein endgültiges Scheitern – nutzt“ (Petzold 1969c).

Diese im Kontext der Arbeit mit Drogenabhängigen – z.T. polytraumatisierten jungen Menschen – in einer therapeutischen Wohngemeinschaft aus der Praxis gefundene Position, mit einem Nachhall von Foucaults (1963) „Vorrede zur Überschreitung“, lässt sich in der Feinstruktur wie folgt präzisieren:

»**Überwinden** ist ein Prozess, an dem das Subjekt in seiner Ganzheit als *Körper-Seele-Geist-Wesen* beteiligt ist, indem es *das zu Überwindende* (eine Kränkung, ei-

nen Schicksalschlag, ein Trauma, eine Schwäche, ein Begehren, eine böse Absicht, eine Verstrickung, eine Angst, eine Schuld) in und mit seinem Kontext **wahrnimmt**, einschließlich des Ortes, der Position, von der aus das Wahrnehmen und Betrachten erfolgt. In der Wahrnehmung beginnt alles! Das Wahrgenommene mit seiner *Resonanz* auf der Körperebene, „im Leibe“, wird im *eigenleiblichen Spüren* in der *Selbstempfindung* **bewusst gemacht** genauso wie die bestimmenden Situationsfaktoren. Beides wird *emotional (valuation)* und *kognitiv (appraisal)* **bewertet** und damit im bewussten Sinne „für wahr genommen“ (*adsensio*). Diese Bewertung wird verbunden mit einer Reflexion, woher die Maßstäbe der Bewertung kommen und inwieweit sich darin die Bewertungen Anderer niederschlagen. In einem Akt der *Selbstempathie* wird dieses alles zusammengeschaut (*synopsis*), um die eigene Position zu bestimmen, sein Selbstvertrauen, seine **persönliche Souveränität**, d.h. die Verlässlichkeit seiner Fähigkeiten/Wissen (Kompetenzen) und seiner Fertigkeiten/Können (Performanzen) zu überprüfen, und zu einem Entschluss zu kommen – was ggf. erneute Reflexions-, Klärungs- und vor allem *Antizipationsarbeit* notwendig macht. Diese klärt, welcher **Verzicht** durch die Entscheidung ansteht, was verlassen, hinter sich gelassen wird, und welcher **Gewinn** erwartet werden kann, was das Kommen-de im Sinne *eines Besseren* ist, denn nur dann lohnt sich die **Überschreitung**. Ist der Entschluss klar, wird der *Wille* angespürt und geprüft, ob er stark genug ist, den Entschluss umzusetzen. Es werden erneut die Konsequenzen dieser Umsetzung in den Blick genommen, wodurch eine letztendliche Klarheit darüber erreicht wird (und das kann das Klarwerden einer Unsicherheit, einer nicht zu beseitigenden Unwägbarkeit sein), wie groß das Wagnis sein wird, wie einschneidend und umfassend die **Transgression** von einem biographischen Ort zu einem anderen werden wird – und um solche **Überschreitungen** geht es, in denen Souveränität und Integrität wieder miteinander verbunden werden. – Es wird dann geprüft, ob alle Ressourcen (Freunde, materielle Mittel, professioneller Rat) genutzt wurden und bereit stehen. Dann erst soll man den Schritt wagen! Misslingt er, beginnt eine erneute Reflexion und Metareflexion, wird erneut Rat eingeholt, wird untersucht, ob ein bekanntes Muster des Scheiterns, Selbstverhinderung zum Tragen kam, ob Willensentschluss/Willenskraft nicht ausreichend tragfähig waren, und was noch – für einen nächsten Versuch – **im Bereich des Durcharbeitens** und was **im Bereich des Übens**, beides gilt es zu differenzieren, geleistet werden muss in der Arbeit an sich und mit sich selbst.«

Es wird deutlich, dass dieses Konzept des **Überwindens** durchaus Elemente moderner sozial-kognitiver Ansätze (Flammer 1990; Schwarzer 1992) einbezieht, der Coping-Ansätze (ibid., 39ff), der „*perceived control*“ (ibid., 100ff), der „Selbstwirksamkeit“ (ibid., 3ff), der „Performanz“ (ibid., 92ff), und dennoch greift das Konzept des **Überwindens** mit seiner subjekttheoretischen Fundierung breiter und tiefer als die sozialbehavioristische Konzeption des „*copings*“ (Zeidner/Endler 1996). Es steht näher bei dem Konzept der „Daseinstechniken“ von Thomae (1968/1988). „**Persönliche Souveränität**“ (Petzold/Orth 1998b) ist umfassender als Albert Banduras nützliches Konstrukt der „*self-efficacy*“, und die *egkrateia*, „*maîtrise de soi*“ (Foucault 1986) der antiken philosophischen Therapeutik (Foucault 1986), die „Meisterschaft seiner Selbst“ ist als Gedanke tiefer als Susan Harters (1981) „*Mastery-Konzept*“ – alles Ansätze die im „Souveränitätskonzept“ der Integrativen Therapie durchaus einbezogen werden.

In dem beschriebenen Vorgehen ist vieles in Übereinstimmung mit der stoischen Therapeutik: es setzt bei der Wahrnehmung an. Der Mensch wird „zunächst durch den Eindruck irgendeines Gegenstan-

des angeregt, greift einen Impuls (*impetus*) auf und bestätigt diesen Impuls mit einer Zustimmung (*adsensio*) in einem fürsorglichen Weitblick“ (*Senca*, ep. 113, 18ff). Die *adsensio* ist die Zustimmung zu einer Wahrnehmung, die einen nicht klar bewussten Antrieb in bewusstes Wollen umsetzt, welches ein „Wollen zum Guten“ sein soll (ep. 34, 3) und im Selbstvertrauen auf die Realisierbarkeit (ep. 31, 3) angegangen werden muss, sowie in der Bereitschaft zum Verzicht auf Unwesentliches und Lebensabträgliches.

Das Thema des **Verzichts** in Überschreitungs- und Überwindungsprozessen ist ein zentrales. Eine Aufgabe von Überwindungsprozessen besteht darin, sich zum Verzicht durchzuringen: *Verzicht* auf Hass, Vergeltung, Rache, auch wenn das keine Tabugefühle sind und sie ihre Berechtigung haben. Aber sie fixieren an die destruktive Erfahrung, schaffen bis in die Ebene der eigenen Physiologie Prozesse der Selbstintoxikation (*Sapolsky* 1992, 1996a, b) durch Prolongierung von Zuständen der Übererregung. Ein weiterer *Verzicht* auf das „Festhalten am Unwiederbringlichen“ ist erforderlich, ein Loslassen der Trauer, des Leides, der Bitterkeit, des Verlorenen muss geschehen, dessen unabänderlicher Verlust *angenommen* werden muss. Denn wird diese Frage vermieden, totalisiert sich der traumatische Verlust, die traumatische Gewalt, *die Zeit steht im Erleben still*, auch wenn die Jahre verfliegen und unter dem Schatten des *perpetuierten Traumas* bittere, verdüsterte, verängstigte, verlorene Jahre werden, die, wird der Verlust an Lebenszeit dann endlich – vermeintlich zu spät – realisiert, Nahrung für neuen Hader über die verlorene Zeit geben. Aber: „*Quod cuique temporis ad videndum datur, eo debet esse contentus*, was einem an Zeit zum Leben vergönnt ist, damit muss man jeweils zufrieden sein“ (*Cicero*, op. cit. 19, 69). Auch darauf, das Leben, die Zeit anzuklagen, über Jahre und Jahre, wird man *verzichten* müssen, will man erfüllte Jahre wiedergewinnen, in dem man sie sich *neu erschafft*, indem man das Buch der reiterierenden *Trauma-Narrative*, der sich endlos perpetuierenden malignen Erzählungen, zuschlägt, den Band archiviert – man kann ihn ja nicht wegwerfen, sollte es auch nicht tun – und mit einer neuen *Narration* beginnt (*Petzold* 1991o), indem man ein neues Buch mit neuen *Erzählungen* zu schreiben beginnt.

## 7. Um diesen „Polylog“ hier vorerst zu beenden

Das Traumatheuma ist in seiner Breite und Vielschichtigkeit nur interdisziplinär anzugehen und ein Gleiches gilt auch für das Thema der „Überwindung“, das hier schon recht breit behandelt wurde – keineswegs erschöpfend, denn die höchst interessante Dimension der religiösen Überwindungserfahrungen, wie sie sich in der Mystik aller Religionen findet (vgl. *Haas* 1999; *Sölle* 1999), wurde hier nicht aufge-

griffen. Von der Philosophie geht der Blick auf die anthropologische Dimension dieser Themen, von der Biologie bzw. den Evolutionswissenschaften wird der Blick auf die Fragen des adaptiven und kreativen Umgangs des Organismus, aber auch der sozialen Gruppe mit Trauma- und Überwindungserfahrungen gelenkt. Die klinischen Disziplinen fokussieren Perspektiven der Psychopathologie, fehlgesteuerter Kognitionen und Emotionen sowie des „*neuronal functioning*“. Nur im *interdisziplinären* Diskurs der einzelnen Fachgebiete und im *Polylog* der verschiedenen SpezialistInnen, aber auch der Experten-HelferInnen und der Experten-PatientInnen, im Austausch der „doppelten Expertenschaft“ (Petzold 1990i) von Betroffenen und Professionellen, können die einzelnen Wissensstände so konnektiviert werden, dass es zu übergeordneten *transdisziplinären Erkenntnissen* kommt und zu einem *transversalen Wissen*, das die Fülle der menschlichen Erfahrungen durchquert und immer wieder zu neuen Einsichten kommt. Ich hoffe, dass dieser interdisziplinäre Text und seine *Polyloge* einige interessante Perspektiven bieten konnten, die PatientInnen zugute kommen, denn der Frage der „**Überwindungserfahrungen**“ (Petzold et al. 2000, 461) in Traumen und durch Traumaerlebnisse ist bislang in der Forschung und in der klinischen Theorienbildung noch kaum nachgegangen worden und findet erst neuerlich einige Beachtung. Die monodisziplinäre und monomethodische Ausrichtung und die Ferne vom Alltagsleben der Menschen, die viele psychotherapeutische Ansätze kennzeichnet, ist hierfür ein wesentlicher Grund. Man sollte sich jedoch mit Überwindungserfahrungen intensiv befassen, sie entdecken, erkunden, untersuchen, denn hier liegen kostbares Menschenwissen und bewundernswerte Menschenleistungen. Das systematische Studium solcher **Überwindungserfahrungen** durch das Zuhören von Traumaerzählungen, das Begleiten solchen Erzählens wird wesentliche Perspektiven für die Behandlung von PatientInnen mit Traumaerlebnissen bieten. Dokumentationen wie das Projekt von *Steven Spielberg* mit Holocaust-Überlebenden, das Beforschen solcher Materialien, werden von größter Bedeutung sein.

In der gegenwärtigen Psychotherapie mit ihrer zum Teil schon ans Sensationslüsterne grenzenden und dramatisierenden Fokussierung auf die Traumatisierungen und ihre posttraumatischen Folgen, wird übersehen, dass die weitaus größte Zahl von Schwertraumatisierten, etwa die Opfer des Luftkrieges unter der Zivilbevölkerung im Zweiten Weltkrieg – und für solchen Bombenterror gibt es keine ethische Rechtfertigung – diese Schrecken überwinden konnten, in ähnlicher Weise die durch Krieg und Verfolgung Vertriebenen. Diese Menschen haben sich mit ihren traumatischen Erfahrungen auseinandergesetzt oder ließen die Zeit die Wunden heilen oder haben sich dem Zuspruch und Trost ihrer Vertrauten und Freunde anvertraut, um das Belastende und Schreckliche zu „**überwinden**“. Bei TherapeutIn-

nen hören wir mehr vom „Besiegen“ der Traumaerfahrung, vom „Bekämpfen“ ihrer Folgen, das allzuleicht zu einem „Bekämpfen“ des Patienten gerät, indem man das zu bekämpfende Symptom oder das Widerstandsverhalten artifizial von der Person trennt (und z.B. in Expositionen oder mit Widerstandsdeutungen attackiert). Kampf und „Sieg auf dem Felde“ sind seit Freud (s.o.) beliebte – wenngleich dysfunktionale – Metaphern für Bemühungen, psychische Störungen zu beseitigen. Professionelle TherapeutInnen kommen damit leicht in die Position der „Kämpfer für das Gute“. Und je schwerer die Belastung, desto größer ihre Leistung. Hier liegen Gefahren! Die „Posttraumatischen Belastungsstörungen“ (van der Kolk et al. 1996/2000) eignen sich in besonderer Weise für den Erweis der eigenen Größe. Aber das ist eine zwiespältige Sache bei PTBS-PatientInnen, denn das Ausgeliefertsein in Ohnmacht an *überwältigende* Macht – bis hin zur malignen, wenngleich situativ vielleicht rettenden Identifikation mit dem Perpetrator (Stockholm-Syndrom) – ist ein Kernmoment im Traumageschehen. Deshalb muss die Selbstermächtigung der PatientInnen ein zentrales Ziel der PTBS-Therapie sein, bei dem keine Ziel-Mittel-Divergenzen aufkommen sollten. Die zum Teil brachialen Expositionsmethoden von Seiten mancher Therapieverfahren (z.B. EMDR, Shapiro 1995; Frueh et al. 1996; Foa 1997; Ehlers 1999) bergen da beachtliche Probleme, wie z.B. Miltenburg & Singer (1997, 1999) in ihren Arbeiten zeigen (besonders in „The (ab)use of reliving childhood traumata“). Die Retraumatisierungsgefahr ist erheblich, und Methoden wie „safe place“, „Ort der Kraft“, „positiver Anker“, „innere Beistände“, „Distraktoren“, „imaginale Distanzierung“ etc. – Methoden die ich in den siebziger Jahren für die Krisenintervention entwickelt habe (vgl. z.B. Rahm et al. 1993; Schnyder/Sauvant 1994), und wie sie derzeit in der Traumabehandlung verbreitet werden (Reddemann/Sachsse 1999), vermögen nichts auszurichten, wenn die physiologischen Hyperarousals sich Bahn brechen, über deren potentielle pathophysiologische Neben- und Nachwirkungen noch keine Informationen vorliegen – man hat das einfach nicht beforscht. Es erfolgt eine einseitige Orientierung auf das Traumageschehen mit massiven Tendenzen zum „overdiagnosing“ von PTBS – unterstützt durch die Möglichkeiten einer sicheren Kostenübernahme durch die Kassen. Allerdings ist glücklicher Weise „PTSD ... the exception rather than the rule following exposure to trauma“ (McFarlane 1997, 10). Dieses Faktum gerät bei der fiebrigen Traumawelle in der gegenwärtigen Psychotherapieszene leider nachhaltig aus dem Blick. Es scheint, als ob sich ein untergründiger Diskurs (Foucault 1974; Bublitz et al 1999) erzählt, ein kollektives Narrativ des Schlimmen in ruhigen Zeiten (zumindest ruhig in den Regionen, in denen die Mehrzahl der TraumatherapeutInnen lebt). Aber vielleicht braucht es ja ruhige Zeiten, weitab von den historischen Traumata, um sich mit den Traumageschichten, den ei-

genen, denen im Hintergrund der eigenen Kultur, der eigenen Familie auseinanderzusetzen, bevor man wirklich neue Erzählungen erzählt, und nicht die alten – und ich habe oft den Eindruck, dass das leider geschieht – im sogenannten „therapeutischen Raum“ mit TraumatpatientInnen reinzeniert (so z.B. Ehlert-Balzer 1999, der keineswegs gegen Reddemann & Sachse Recht hat), ja dass *strukturell* Gewalttätiges wiederholt wird aus der guten Distanz, die man als Therapeut mit *Situationskontrolle* zu haben glaubt (man muss ja nicht selbst durch „Expositionen“ hindurch). Das ist ein schwieriges Kapitel im gegenwärtigen psychotherapeutischen Feld, dem man mit viel Besonnenheit und Sorgfalt nachgehen muss. Bislang gibt es weder seriöse Untersuchungen darüber, wie Expositionen auf der *psychophysiologischen* bzw. *neuroimmunologischen* Ebene langfristig wirken, noch darüber (Videodokumente müssten hier ausgewertet werden), was ExpositionstherapeutInnen in ihren Sitzungen *wirklich* machen, was sie erleben, was sie antreibt, diese Arbeit *so* zu machen, und welche Auswirkungen es hat, jahrelang *so* zu arbeiten. Es sind sicher nicht nur (wenn überhaupt) Wirkungen einer „sekundären“ Traumatisierung, wie jetzt vermehrt bestimmte Phänomene bei HelferInnen bezeichnet werden (Holderegger 1993; Pearlman/Saakvine 1995) – ich spreche lieber von „indirekten traumatoformen Belastungen“ (Petzold et al. 2000, 479). Man muss auch über drohende Effekte der Vergleichgültigung und Gefahren der Verhärtung sprechen, die **überwunden** werden sollten, um der PatientInnen willen. Dafür müssen sie erst einmal – ganz im Sinne stoischer Therapeutik – wahrgenommen werden.

*Überhaupt liegt die Frage, was für Menschen Traumaopfer als TherapeutInnen brauchen, welche Qualitäten diese BehandlerInnen haben müssen, noch völlig im argen und natürlich auch, was konkret TraumatpatientInnen von ihnen brauchen. Man hat sie bisher nicht gefragt!* Wie man es überhaupt in der Psychotherapieforschung unterlässt, den PatientInnenwillen und die PatientInnenwünsche zu erforschen oder ihre *Überwindungsleistungen*. Den meisten Menschen gelingt es glücklicher Weise aus eigener Kraft, das Trauma zu überwinden „with a little help by their friends“ – wohl dem, der Freunde hat (Foucault 1996; Knoche 1935)! Und denen, denen es nicht gelingt? Brauchen sie TherapeutInnen, die Traumatisierungen allein oder doch überwiegend in Konzepten der Pathophysiologie, der kognitiven und emotionalen Dysregulationen, der entgleisten Psychodynamik sehen? Brauchen sie TherapeutInnen, die von einer „Philosophie als einer Form des Lebens“ (Hadot 2001) wenig wissen, auch wenig von einer „Lebenskunst“ aus einer „Sorge um sich“? Michel Foucault machte diese Themen zu einem zentralen Anliegen seines Spätwerkes (Foucault 1984, 1986), in dem es ihm gelingt – mit seiner AIDS-Erkrankung schon im Schatten des Todes stehend – zu einer „Ästhetik der Existenz“ zu finden, die mit der integrativtherapeutischen Konzeption vom „Selbst als Künst-

ler und Kunstwerk“ zu einem Leitgedanken für unsere traumatherapeutische Praxis wurde (Petzold 1999q). Brauchen TraumapatientInnen Kliniker, in deren klinischen Lehrbüchern *nichts* von Unrecht und Gerechtigkeit, von Würde und Entwürdigung, von Treue und Verrat steht, *nichts* zu finden ist von Menschenverachtung und Achtsamkeit, *nichts* von Trost und der Heiterkeit des Herzens, von Bösem, dem Bösen (evil, Nelson/Eigen 1984; Sofsky 2002) und Gutem, *nichts* von Menschenrechten und Menschenrechtsverletzungen? Marc Aurel bietet hier „eine andere Therapeutik“ als die der Expositionen oder die des übertragungszentrierten Durcharbeitens. Er sensibilisiert für die „eigene grundsätzliche Bereitschaft zu Bösem (XI. 18.5), zeigt aber auch die Möglichkeit zum Guten: „Grabe in deinem Inneren. In dir ist die Quelle des Guten, und sie kann immer wieder sprudeln, wenn Du gräbst“ (Marc Aurel 1998, 173). Das erfordert oft harte Arbeit!

Die **Polyloge** müssten genau bei diesen Fragen weitergehen und sie werden mit Sicherheit in neue Diskurse führen: desillusioniert und *deshalb* engagiert, denn „Intellektuelle neigen häufig dazu, die Wirkungen von Ideen und Ideologien maßlos zu überschätzen“ (Sofsky 2002, 24). Aber gerade deshalb wird es darum gehen: komplexe Realitäten komplex zu betrachten und *konkret* tätig zu werden – um Menschen gerecht zu werden, die Schlimmes durchmachen mussten, aus einer Haltung engagierter **Humanität** und im Sinne der eigenen **Hominität**.

#### Anmerkungen

- 1 Aus dem „Zentrum für IBT“, Faculty of Human Movement Sciences, Free University of Amsterdam, der „Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit“, Hückeswagen und dem „Zentrum für psychosoziale Medizin“, Donau-Universität, Krems, Programm für Psychotraumatologie.
- 2 Nach *Diognes Laertios*, lib. VII, 88
- 3 Ich benutze die Ausgabe von *Rosenbach* (1971/1989)
- 4 Ich las damals den *Heraklit* in einer alten *Schleiermacher*-Ausgabe. Hier benutze ich *Diels*, *Kranz* 1961 und *Mansfeld* 1987, zuweilen *Capelle* (1968)
- 5 Die *Wittstock*-Übersetzung von 1949, die ich immer noch habe. Hier benutze ich meistens die *Marc Aurel*-Ausgabe von *Nicke* (1968), zuweilen *Hadot* (1998).
- 6 *Demokrit*, fr. 248: „Das Gesetz will dem Leben der Menschen zum Heil sein“, fr. 261: „Dem, welcher Unrecht leidet, muss man nach Kräften helfen, ohne untätig zuzusehen. Denn solches Handeln ist gut und gerecht, das Gegenteil aber ungerecht und feige“. Aber das Gemeinwohl, nicht das Wohl des einzelnen, steht am höchsten: „Von allen Angelegenheiten muss man die des Staates als die wichtigsten ansehen, die Frage nämlich, ob er gut regiert werde. Man darf weder gegen Recht und Billigkeit streitsüchtig sein, noch sich Macht gegen das Gemeinwohl anmaßen. Denn ein wohlregierter Staat ist die höchste Einrichtung. Alles ist darin beschlossen: gedeiht er, gedeiht alles, bricht er zusammen, bricht alles zusammen“ (fr. 252).

- 7 Ich verstehe unter *Konvivialität* (von lat. *convivus*, der mit mir in Hausgemeinschaft Lebende, Gast, „Gastin“) „die Qualität eines freundlichen, ja heiteren *Mit-einanders*, die aufkommt, wenn Menschen bei einem Gastmahl oder in einem Gespräch oder einer Erzählrunde zusammensitzen, wenn sie miteinander spielen, Singen, Lachen und Scherzen den Raum erfüllt oder sie gemeinsam Musik hören oder einer Erzählung lauschen. Die Qualität der *Konvivialität* umfasst Verbundenheit in einer Leichtigkeit des Miteinanderseins, wo jeder so sein kann und akzeptiert wird, wie er ist, wo ein Raum der Sicherheit und Vertrautheit gegeben ist, eine gewisse Intimität, in der man ohne Furcht vor Bedrohung, Beschämung, Beschädigung, ohne Intimidierung zusammen sitzen, beieinandersein kann“ (Petzold 1988t). Wegen dieses bei allen Völkerschaften auf der ganzen Welt und in alle Zeiten, von denen wir wissen, anzutreffenden Qualität, die Menschen zu realisieren suchen, habe ich von einer „*allgemeinen Konvivialität*“ gesprochen“.
- 8 Mit Bezug auf die Philosophie von *Levinas* wird Anderer stets groß geschrieben.
- 9 Das spricht auch für die Echtheit des – von *Diels* als bedenklich gesehenen – zitierten Demokritfragmentes 247. Vgl. Auch *Marc Aurel* VI, 44: „Als Antonius ist meine Stadt und Heimat Rom, als Mensch aber die Welt.“
- 10 *Semen* ist das lat. Äquivalent des λόγος σπερματικός, des Logosamens des Welten-Logos, womit die Gleichwertigkeit aller Menschen begründet wird.
- 11 Man denke an amerikanische Politik, was sie sich leistete, mit Protegees, Vasallen, Verhandlungspartnern – und sei es nur für einige Zeit der „Opportunität“ oder der CIA-Interessen: die Duvaliers (Papa- und Baby-Doc), Somoza, Marcos, Pinochet, Saddam Hussein (auch der, das sei nicht vergessen). Ähnliches lässt sich für die französische Afrikapolitik sagen, man denke an das beschämende *Intermezzo Bokassa/Giscard D'Estaing*, das den Stoff für einen spannenden Jean-Paul Belmondo-Film hergab.
- 12 In einer *Social world*, unter der eine „gemeinsame Perspektive auf die Welt“ verstanden wird, kommen „soziale Repräsentationen“, d.h. kollektive Muster zum Tragen, die allerdings breiter gefasst werden müssen als bei *Serge Moscovici* (2001), dem Begründer des Konzeptes. Deshalb habe ich es erweitert und definiere: „Soziale Repräsentationen sind polyzentrische Wissensnetze, Sets kollektiver Kognitionen, Emotionen und Volitionen mit ihren Mustern des Reflektierens bzw. Meta-reflektierens in polylogischen Diskursen bzw. Ko-responsenzen und mit ihren Performanzen, d.h. Umsetzungen in konkretes Verhalten und Handeln. Soziale Welten entstehen aus geteilten Sichtweisen auf die Welt und sie bilden geteilte Sichtweisen auf die Welt. Sie schließen Menschen zu Gesprächs-, Erzähl- und damit zu Interpretations- und Handlungsgemeinschaften zusammen und werden zugleich durch solche Zusammenschlüsse gebildet und perpetuiert – rekursive Prozesse, in denen soziale Repräsentationen zum Tragen kommen, die wiederum zugleich narrative Prozesse *kollektiver Hermeneutik* prägen, aber auch in ihnen gebildet werden“ (Petzold 1999r).
- 13 In allen Revolutionen finden wir Angehörige des Adels, der Bürgerschaft, der Besitzenden, der Intellektuellen, die aus solchen Motiven: einer starken *Identifikation* mit den Leidenden, der Liebe zu ihrem Volk, ihren Glaubensbrüdern, zu einem Engagement für die Armen kommen, an denen der *eigene Stand schuldig wurde*: z.B. *Pjotr Kropotkine*, *Mikhail A. Bakunin*, *Georges Sorel*, im südamerikanischen Raum *Amilcar Carabal*, *Carlos Fonseca*, *Abimael Guzmán*. Nicht selten waren sie Mediziner wie *Frantz Fanon*, *Che Guevara*, *Salvador Allende Gossens*, zuweilen Priester wie *Camillo Torres Restrepo*. Die Biographien der zentralen Köpfe der *Bin Ladin-Gruppe* und auch die Profile und Herkunftsfamilien der Attentäter vom 11. September – soweit jetzt bekannt – unter einer solchen Perspektive zu betrachten, ist aufschlussreich.
- 14 Das Lebenslage-Konzept hat für die Diagnostik und Therapie im Integrativen Ansatz eine hohe Bedeutung, weil es die sozialen und ökonomischen Faktoren ins Blickfeld stellt und deshalb der Gefahr unbilliger Psychologisierung entgegensteht: „*Prekäre Lebenslagen* sind zeittextendierte Situationen eines Individuums

mit seinem *relevanten Konvoi* in seiner sozioökologischen Einbettung und seinen sozioökonomischen Gegebenheiten (Mikroebene), die dieser Mensch und die Menschen seines Netzwerkes als ‚bedrängend‘ erleben und als ‚katastrophal‘ bewerten (kognitive *appraisal*, emotionale *valuation*), weil es zu einer Häufung massiver körperlicher, seelischer und sozialer Belastungen durch Ressourcenmangel oder -verlust, Fehlen oder Schwächung ‚protektiver Faktoren‘ gekommen ist. Die Summationen ‚kritischer Lebensereignisse‘ und bedrohlicher Risiken lassen die Kontroll-, Coping- und Creatingmöglichkeiten der Betroffenen (des Individuums und seines Kernnetzwerkes) an ihre Grenzen kommen. Eine *Erosion* der persönlichen und gemeinschaftlichen Tragfähigkeit beginnt. Ein progredienter Ressourcenverfall des Kontextes ist feststellbar, so dass eine Beschädigung der persönlichen Identität, eine Destruktion des Netzwerkes mit seiner ‚supportiven Valenz‘ und eine Verelendung des sozioökologischen Mikrokontextes droht, eine *destruktive Lebenslage* eintritt, sofern es nicht zu einer Entlastung, einer substantiellen ‚Verbesserung der Lebenslage‘ durch Ressourcenzufuhr kommt und durch infrastrukturelle Maßnahmen der Amelioration, die die Prekarität *dauerhaft* beseitigen und dabei von Morenos (1923) Fragen ausgehen: ‚Was hat uns ins diese Lage gebracht? Worin besteht diese Lage? Was führt uns aus dieser Lage heraus?‘ (Petzold 2000h). Die Negativwirkungen prekärer Lebenslagen wird durch die Ergebnisse der Mannheimer Kohorten-Studie eindrucksvoll bestätigt (Franz et al. 2000)

- 15 Wir wissen nicht, ob *Seneca* bei der Abfassung der Schrift von der verbrecherischen Entgleisung seines Zöglings wusste, es ist eher nicht anzunehmen, denn er war kein feiger Opportunist. Zum Zeitpunkt seines Todes wusste er jedenfalls darum, als er bemerkte, es bleibe *Nero* nichts übrig, „nachdem er Mutter und Bruder getötet habe, als dass er den Mord an seinem Lehrer und Erzieher hinzufüge“ (*Tacitus, Annales* 15, 62).
- 16 „*Clementia liberum arbitrium habet; non sub formula, sed ex aequo iudicat*“, *De clementia* II, 7,3.
- 17 **Noothérapie** ist abgeleitet von gr. *nous*: „**Geist/Nous** wird definiert als die Gesamtheit aller aktuellen kognitiven bzw. mentalen Prozesse und der durch sie hervorgebrachten (individuellen und kollektiven) Inhalte nebst der im cerebralen Gedächtnis archivierten Lernprozesse, Erfahrungen und Wissensbestände sowie der auf dieser Grundlage möglichen, antizipatorischen Leistungen und Perspektiven (Ziele, Pläne, Entwürfe), kulturspezifischen *kognitiven* bzw. *mental*en *Stile*. All dieses ermöglicht im *synergetischen* Zusammenwirken Selbstbewusstheit, persönliche Identitätsgewissheit, d.h. **Souveränität** und **Integrität** und das individuelle Humanbewusstsein, als Mitglied der menschlichen Gemeinschaft an der mundanen Kultur und an einem ‚übergeordneten Milieu generalisierter Humanität‘ zu partizipieren, wobei der Geist als bewusst, also reflektierend und reflexionsfähig, als kausal, also begründetes Handeln ermöglichend und dieses wertend, sowie als regulativ, z.B. Bedürfnisse steuernd, gesehen wird“ (Petzold 2002a).
- 18 Das für den Integrativen Ansatz so zentrale Konzept wird wie folgt definiert: „Unter **Disziplin** werden eine ‚*community of experts*‘ und die von dieser *community* in ko-responzierenden Konsens-Dissens-Prozessen generierten *Wissenstände* verstanden, die in *Konzepten* ausgearbeitet wurden. Diese Konzepte werden in fortlaufenden Diskursen der *community* unter Einhaltung bestimmter Ordnungsprinzipien (*disciplina*) weitergegeben und weiterentwickelt, um in gesellschaftlichen Arbeitsprozessen von Einzelpersonen, Gruppen und Organisationen genutzt werden zu können. Eine Disziplin ist damit auch ein *gesellschaftlicher Wissensvorrat*, der in Form von ‚sozialen Repräsentationen‘ der Gesellschaft zur Verfügung steht und durch Informationsagenturen (z. B. wissenschaftliche bzw. öffentliche Einrichtungen, Hochschulen, Bibliotheken) und durch Methodologien der *Konnectivierung* und *Distribution* von Wissen (z.B. Bildungsmaßnahmen, Beratung) genutzt wird. Diese Konnectivierungs- und Distibutionsprozesse machen individuelles und kollektives Lernen möglich, wobei in ihnen selbst auch wieder Wissen generiert und der Gesellschaft zur Verfügung gestellt wird. Die Einzeldisziplinen können *mono-*

*disziplinär* oder in mehrperspektivischer Weise *multidisziplinär* genutzt werden, sie können sich in *interdisziplinären* Polylogen, d.h. Begegnungs-, Austausch- und Arbeitsprozessen ergänzen und dabei auch durch Emergenzen *transdisziplinäre* Wissenstände hervorbringen, so dass die *gesellschaftlichen Wissensvorräte* durch Wachsen des jeweiligen monodisziplinären Fundus, des durch Multidisziplinarität akkumulierten Wissens, der diskursiv geschaffenen inter- und transdisziplinären Erkenntnisse fortlaufend anwachsen, nicht zuletzt durch das beständige Entstehen neuer Disziplinen aufgrund von Forschungsaktivitäten, Erkenntnis- und Wissensdynamiken. Das lässt *polyzentrische Wissensnetze* in und zwischen Disziplinen, lässt *Metadisziplinen* entstehen, deren Emergenzpotential vom Grad ihrer *Konnektiviertheit* abhängt und den Fähigkeiten der Wissensnutzer, in transversalen Querungen auf den Meeren des Wissens kompetent zu  *navigieren* und *wagemutig* in die unendlichen Ozeane des Nichtwissens vorzustoßen“ (Petzold 1994q, vgl. 1998a, 27f, 312).

- 19 Das Leben des *Lucius Annaeus Seneca*, des Jüngeren, römischer Dichter, Staatsmann und Philosoph, \*Corduba um 4 v. Chr., † Rom April 65 n. Chr., Sohn von Lucius Annaeus Seneca (Schriftsteller; \*um 55 v. Chr., † um 40 n. Chr.) vollzog sich in einer Zeit der Katastrophen (die Schreckenerrschaft *Caligulas* und *Neros*, die Zerstörung Pompejis, die vernichtenden Feuersbrünste von Rom und Lugdunum), eigene schwere Erkrankung, Bedrohung, Verbannung; dann aber auch als Staatsmann, Lehrer und Mentor des jungen *Neros* großer Erfolg, ein Erfolg, der ihn nicht korrumpierte, denn er hatte den Mut, als Nero unbeeinflussbar dem Caesarenwahn verfiel, sich zurückzuziehen, ihm die Rückgabe seiner Schenkungen anzubieten und sie dann auch zurückzugeben. Seine Arbeit für das Gemeinwohl war unbildlich, seine Ausfaltung der Stoa war lebensnah und praktisch (Grimal 1978; Maurach 1996; Pohlenz 1970, 1972 Bd. I, 303-327). Als Seelenführer kann er als *der „Therapeut“* der Antike gelten (Bellincioni 1978; Hadot 1969). Seine Lehre ausgewogener Lebensführung wurde von ihm selbst verwirklicht. Sein Sterben im Kreise seiner Freunde – durch Selbsttötung auf *Neros* Geheiß – in einer Haltung der Würde, der Serenität und Menschenliebe (*Tacitus*, *Annales*. 15, 60, vgl. *Veyne* 1993) hat ihn zu einem der großen Beispiele der Menschheitsgeschichte für Humanität und Weisheit gemacht. Dieses Leben ist – und dies halte ich für wesentlich – in *seiner Qualität* paradigmatisch, es steht, wie das Wirken jeden großen Menschheitslehrers, für das Leben und Sterben unzähliger Menschen, die nie bekannt wurden, in einer „Qualität von Würde und Integrität“.
- 20 *Marcus Aurelius Antoninus*, römischer Kaiser, der „Philosophenkaiser“, \*Rom 26.4. 121, † Vindobona/Wien 17. 3. 180. Er übernahm 161 nach dem Tod seines Adoptivvaters *Antoninus Pius* die Herrschaft mit seinem Adoptivbruder *Lucius Verus*, ab 177 mit seinem Sohn *Commodus*.
- 21 „Der Arzt soll undurchsichtig für den Analysierten sein und wie eine Spiegelplatte nichts anderes zeigen, als was ihm gezeigt wird“, *Freud*, S., Ratschläge für den Arzt bei der psychoanalytischen Behandlung, 1912, Studienausgabe, Fischer, Frankfurt 1982, Ergänzungsband, S. 178.
- 22 „Wir verpflichten ihn auf die analytische *Grundregel*, die künftig sein Verhalten gegen uns *beherrschen* soll ... gelingt es ihm, nach dieser Anweisung seine *Selbstkritik* auszuschalten, so liefert er uns eine Fülle von Material, Gedanken, Einfälle ... die uns also in den Stand setzen, das bei ihm verdrängte Unbewusste zu *erraten* und *durch unsere Mitteilung* die Kenntnis seines Ich von *seinem Unbewussten* zu erweitern“ (Die psychoanalytische Technik, 1940, Studienausgabe 1982, 413, meine Hervorhebungen).
- 23 Siehe zu einer „Integrativen Grundregel“ den Text im Anhang zu diesem Beitrag.
- 24 Diese Prinzip ging in die Regel der von mir 1968 in Paris begründeten ersten Therapeutischen Wohngemeinschaft für Drogenabhängige – viele von ihnen waren polytraumatisiert – ein (nachgedruckt in *Petzold* 2001a, 145).
- 25 *Zenon von Kition* (der Jüngere), Begründer der Stoa, griechischer Philosoph, \* um 335, † um 262 v. Chr.

- 26 Siehe Anmerkung 17.
- 27 Nach persönlicher Mitteilung von *Manfred Pohlen* meint er „der bürgerlichen Philosophie“.
- 28 *Briefing*, das Vermitteln einer Instruktion. *Debriefing* eine Technik der Katastrophenintervention und Militärpsychologie, durch die Verwendung spezifischer Techniken der psychologischen Unterstützung, Hilfen für die Verarbeitung traumatischer Erfahrungen zu geben (*Mitchell/ Everly* 1995), wobei es für die PTBS-präventive Wirkung von Debriefings keine empirischen Belege gibt, wohl aber negative Nebeneffekte gefunden wurden, wie z.B. die Metaanalyse von *Rose/Bisson* (1998) zeigte.

### Zusammenfassung

Der Beitrag behandelt Themen der Integrativen Traumabehandlung in einem interdisziplinären „Polylog“. Er entfaltet Traumatherapie vor dem Hintergrund der Menschenrechtsfrage, reflektiert das Thema der Trauma-Bewältigung unter evolutionspsychologischer Perspektiven und entwickelt vor dem Hintergrund der „philosophischen Therapie“ der Antike (insbesondere der Stoa) die Konzepte der „Überschreitung“ und „Überwindung“ in der Integrativen Traumatherapie, die breiter greifen will als die Arbeit mit „Coping-Strategien“ und Expositionen, und auf eine Wiederherstellung personaler Integrität und Souveränität abzielt.

#### **Summary: Trauma and Overcoming – Human Rights, Integrative Trauma Therapy and „Philosophical Therapeutics“**

The article is dealing with Integrative Traumatherapy in the framework of an interdisciplinary „polylogue“. It is exposing traumatherapy on the ground of the question of Human Rights, it is reflecting the overcoming of trauma from the perspective of evolutionary psychology. It is developing on the ground of „philosophical therapeutics“ (particularly of the stoa) the concept of „transgression“ and „overcoming“ in Integrative Traumatherapy, which is broader than just using coping strategies and expositions aiming to restore the integrity and sovereignty of the person.

**keywords:** integrative therapy, trauma, evolutionary psychology, human rights, overcoming

### Anhang

Wenn es in der Integrativen Therapie für die Behandlung freiwillig kommender, kommunikationsfähiger und hinlänglich kognitiv kompetenter Patienten (wir reden hier weder von forensischen Patienten noch von schwer geistig Behinderten, für die besondere Behandlungsbedingungen gelten, vgl. *Petzold* 1993i) eine „Grundregel“ im Sinne zentraler Leitlinien gibt, dann könnte man sie so formulieren, wie dies vor dem Hintergrund integrativer Anthropologie und Intersubjektivitätstheorie im Kontext therapiesupervisorischer Überlegungen von *Petzold* (1999r) versucht wurde:

»Therapie findet im Zusammenfließen von zwei Qualitäten statt: einerseits eine Qualität der *Konvivialität* – der Therapeut/die Therapeutin bieten einen gastlichen Raum, in dem PatientInnen willkommen sind und sich niederlassen, heimisch werden können, in dem Affiliationen in *Dialogen, Polylogen* eines „Du, Ich, Wir“ möglich werden. Andererseits ist eine Qualität der *Partnerschaftlichkeit* und *wechselseitigen Empathie* erforderlich, in der beide miteinander die *gemeinsame Aufgabe* der Therapie in Angriff nehmen unter Bedingungen eines geregelten Miteinanders, einer Grundregel, wenn man so will:

- a) *Der Patient* bringt die prinzipielle Bereitschaft mit, sich in seiner Therapie mit sich, seiner Störung, ihren Hintergründen und seiner Lebenslage sowie (problembezogen) mit dem Therapeuten und seinen Anregungen partnerschaftlich auseinanderzusetzen. Das geschieht in einer Form, in der er – seinen Möglichkeiten entsprechend – seine Kompetenzen/Fähigkeiten und Performanzen/Fertigkeiten, seine Probleme und seine subjektiven Theorien einbringt, *Verantwortung* für das Gelingen seiner Therapie mit übernimmt und er die *Integrität* des Therapeuten als Gegenüber und belastungsfähigen *professional* nicht verletzt.
- b) *Der Therapeut* seinerseits bringt die engagierte Bereitschaft mit, sich aus einer *intersubjektiven Grundhaltung* mit dem Patienten als *Person*, mit seiner *Lebenslage* und *Netzwerksituation* partnerschaftlich auseinanderzusetzen, mit seinem *Leiden*, seinen *Störungen, Belastungen*, aber auch mit seinen *Ressourcen, Kompetenzen* und *Entwicklungsaufgaben*, um mit *ihm gemeinsam* an *Gesundung, Problemlösungen* und *Persönlichkeitsentwicklung* zu arbeiten, wobei er ihm nach Kräften mit professioneller, soweit möglich forschungsgesicherter *„best practice“* Hilfe, Unterstützung und Förderung gibt (Sieper / Petzold 2001).
- c) *Therapeut und Patient* anerkennen die Prinzipien der „doppelten Expertenschaft“ – die des Patienten für seine Lebenssituation und die des Therapeuten für klinische Belange – des Respekts vor der „*Andersheit des Anderen*“ und vor ihrer jeweiligen „*Souveränität*“. Sie verpflichten und bemühen sich, auftretende Probleme im therapeutischen Prozess und in der therapeutischen Beziehung ko-respondierend und lösungsorientiert zu bearbeiten.
- d) *Das Setting* muss gewährleisten (durch gesetzliche Bestimmungen und fachverbandliche Regelungen), dass Patientenrechte, „informierte Übereinstimmung“, Fachlichkeit und die Würde des Patienten gesichert sind und der Therapeut die Bereitschaft hat, seine Arbeit (die Zustimmung des Patienten vorausgesetzt, im Krisenfall unter seiner Teilnahme) durch Supervision fachlich überprüfen und unterstützen zu lassen.« (Petzold 1999r).

## Literatur

- Albert, K. (1972): Die ontologische Erfahrung. Heidelberg. Academia.
- Antonovsky, A. (1979): Health, Stress and Coping. London: Jossey Bass.
- (1987): Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well. San Francisco: Jossey-Bass.
- Arendt, H. (1949): Es gibt nur ein einziges Menschenrecht. *Die Wandlung* 4, 745ff.
- (1964): Eichmann in Jerusalem. Ein Bericht von der Banalität des Bösen. Hamburg.
- (1970): Macht und Gewalt. München: Hanser.
- Bakhtin, M.M. (1979): Estetika slovesnogo tvorchestva. Hrsg: S.G. Bocharov. Moscow: Iskusstvo.
- (1981): The Dialogic Imagination: Four Essays. Hrsg. Holquist, Übers. Caryl Emerson and Michael Holquist. Austin: Univ. of Texas Press.
- Balsdon, S. (1979): Die Frau in der römischen Antike. München.
- Başoğlu, M. (1997): Torture as a Stressful Life Event: A Review of the Current Status Knowledge. In: Miller, T.W. (ed.), Stressful Life Events. New York: International Universities Press.
- , Mineka, S., Paker, M., Aker, T., Livanou, M., Gök, S. (1997): Psychological preparedness for trauma as a protective factor in survivors of torture. *Psychological Medicine* 27, Cambridge Univ. Press, 1421-1433.
- Barthel, A. (1991): Die Menschenrechte der dritten Generation. Aachen.

- Beisser, A. (1970): The paradoxical theory of change. In: *Fagan, J., Shepherd, I.L.* (Hg.): *Gestalt Therapy*. New York: Harper, 77-80.
- Bellinioni, M. (1978): Eduzione alla sapientia in Seneca. *Antichita classica e christiana* 17. Brescia.
- Boehm, C. (1997): Impact of the Human Egalitarian Syndrome on Darwinian Selection Mechanism. *The American Naturalist* 150 (Suppl.), 100-121.
- (1999): Hierarchy in the Forrest. The Evolution of Egalitarian Behavior. Cambridge: Harvard Univ. Press.
- Bonanno, G.A. (1999): The Concept of Working Through Loss: A Critical Evaluation of the Cultural, Historical, and Empirical Evidence. In: *Maercker, Schützwohl, Solomon* (1999), 221-248.
- Bott, G., Schoch, R. (1989): Freiheit – Gleichheit – Brüderlichkeit. 200 Jahre Französische Revolution in Deutschland. Ausstellungskatalog Germanisches Nationalmuseum. Nürnberg: Nürnberg 1989.
- Botton, de, A. (2000): Les consolations de la philosophie. Paris: Mercure de France.
- Bourdieu, P. (1997): Das Elend der Welt. Zeugnisse und Diagnosen alltäglichen Leidens an der Gesellschaft. Konstanz: Konstanz Universitätsverlag.
- (1997): Die verborgenen Mechanismen der Macht. Suhrkamp: Frankfurt.
- (1998): Gegenfeuer. Konstanz: Konstanz Universitätsverlag.
- Bubltz, H., Bührmann, A.D., Hanke, C., Seier, A. (1999): Das Wuchern der Diskurse. Perspektiven der Diskursanalyse Foucaults. Frankfurt am Main: Campus.
- Burck, E. (1969): Die Frau in der griechisch-römischen Antike. München.
- Buss, D.M. (1995): Evolutionary psychology. A new paradigm for psychological science. *Psychological Inquiry* 6, 1-49.
- (1999): Evolutionary Psychology. The New Science of the Mind. Boston, MA: Allyn and Bacon.
- (2000): Dangerous passion. Why *jealousy* is as necessary as love and sex. New York: Free Press.
- Buunk, A.P., Schaufeli, W. (1999): Reciprocity in interpersonal relationships: an evolutionary perspective on its importance for health and well being. *European Review of Social Psychology* 10, 259-292.
- Capelle, W. (1968): Die Fragmente der Vorsokratiker. Stuttgart. Kröner.
- Caporeal, L.R. (2001): Evolutionary psychology: toward a unifying theory and a hybrid science. *Ann. Review of Psychology* 52, 607-628.
- , Baron, R. (1997): Groups as the mind's natural environment. In: *Simpson, J., Kenrick, D.* (Hg.): *Evolutionary Social Psychology*. New York: Lawrence Erlbaum.
- Cliffors, S., Herrman, A. (1998): Making a Leap – Theatre of Empowerment. A Practical Handbook for Creative Drama Work with Young People. London: Jessica Kingsley Publ.
- Coccia, M. (1959): La „consolatio“ in Seneca. *Revista de Cultura Classica e Medioevale* 1, 148-180.
- Crawford, C., Krebs, D. (1998): Handbook of evolutionary psychology. New York: Lawrence Erlbaum.
- Damasio, A. (1995): Descartes Irrtum. Fühlen, Denken und das menschliche Gehirn. München: Paul List, 1997 dtv.
- (2000): The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the Making of Consciousness. London: Vintage.
- Darwin, C. (1895): On the origin of species. London: Murray.
- Dauk, E. (1989): Denken als Ethos und Methode. Foucault lesen. Berlin: Reimer.
- Dawkins, R. (1976): The Selfish Gene. New York: Oxford University Press.
- De Waal, F. (1996): Good Natured: The Origins of Right and Wrong in Humans and Other Animals. Cambridge: Harvard Univ.Press.
- Derrida, J. (1972): Positions. Paris: Minuit.
- (1997): Cosmopolites de tous les pays, encore en effort. Paris.
- (2000): Politik der Freundschaft. Frankfurt: Suhrkamp.
- Diels, H., Kranz, W. (1961): Fragmente der Vorsokratiker, 3 Bde. Berlin: de Gruyter.
- Diogenes Laertius, Vitae philosophorum. Ed. H.S. Long. Oxford: Bibliotheca Oxoniensis. Dtsch. Diogenes Laertius. Leben und Meinungen berühmter Philosophen, übers. O. Apelt, Leipzig 1921; und Leben und Lehre der Philosophen, übers. F. Jürß, Stuttgart 1998.
- Dohrenwend, B.C., Shrout, P. E., Link, B. G., Skodol, A.E., Stueve, A., (1995): Life Events and Other Possible Psychosocial Risk Factors for Episodes of Schizophrenia and Major Depression: A Case-Control Study, in: *Mazure* (1995), 43-66.
- Domanski, J. (1996): La philosophie, théorie ou manière de vivre? Les controverses de l'Antiqué à la Renaissance. Fribourg/Paris.
- Döring-Seipel, E. (1996): Stimmung und Körperhaltung: Eine experimentelle Studie. Weinheim: PVU.
- Dreitzel, H.P. (1992): Reflexive Sinnlichkeit. Köln: EHP.
- Durham, W.H. (1991): Coevolution: Genes, Culture and Human Diversity. Stanford: Stanford Univ. Press.
- Edelman, G. (1987): Neural Darwinism. The Theory of Neuronal Group Selection. New York: Basic Books.
- (1995): Göttliche Luft, vernichtendes Feuer. Wie der Geist im Gehirn entsteht. Die revolutionäre Vision des Medizin-Nobelpreisträgers. München: Piper.
- , Tononi, G. (2001): Consciousness. How Matter Becomes Imagination. London: Penguin.
- Ehlers, A. (1999): Posttraumatische Belastungsstörung, Göttingen: Hogrefe.
- Ehlert-Balzer, M. (1999): Ist die Psychoanalyse Gift für Traumaopfer? Erwiderung auf L. Reddemann und U. Sachse. Welche Psychoanalyse ist für Opfer geeignet? *Forum Psychoanalyse* 15, 81-84.
- Ehrlich, P.R., Raven, P.H. (1964): Butterflies and Plants: a study in coevolution. *Evolution* 18, 568-608.
- Elnadi, B., Rifaa, A. (1992)(Hrsg.): Universalität, eine europäische Vision? Schwepunktheftes von *Unesco-Kurier* 33. Jahrgang, Heft 7/8.
- Enright, R.D., Fitzgibbons (2001): Helping Clients to Forgive. Washington: APA.

- Epiktet* (1956/1959): Diatriben. The Discourses as reported by Arian, the Manual, and Fragments. With an English translation by W. A. Oldfather, 2 Bde, London..
- (1992): Handbüchlein der Moral (Encheiridion), übers. und hg. v. Kurt Steinmann, Stuttgart: Reclam.
- Farías, V.* (1989): Heidegger und der Nationalsozialismus. Berlin (aus dem Französischen, vom Autor korrigierte, erweiterte und autorisierte Ausgabe).
- Ferencki, S.* (1932): *Journal clinique*. Paris (1985). dtsh.: Ohne Sympathie keine Heilung. Das klinische Tagebuch von 1932. Frankfurt a.M.: Fischer 1988.
- Fischer, G., Riedesser, P.* (1998): Lehrbuch der Psychotraumatologie. München: UTB-Reinhardt.
- Fitzpatrick, J.* (1994): Human rights in crisis. The international system for protecting rights during states of emergency. Philadelphia, Pa.
- Flammer, A.* (1990): Erfahrung der eigenen Wirksamkeit. Einführung in die Psychologie der Kontrollmeinung. Bern: Huber.
- Florensky, P.* (1994): An den Wasserscheiden des Denkens. Berlin: Kontext Verlag.
- Foa, E.B.* (1997): Psychological Processes Related to Recovery from a Trauma and an Effective Treatment for PTSD. In: *Yehuda/McFarlane* (1997), 410-424.
- , *Riggs, D.S., Massie, E.D., Yarcowzer, M.* (1995): The impact of fear activation and anger on the efficacy of exposure treatment for PTSD. *Behavioral Therapy* 26, 487-499.
- Fodor, J.* (1983): The modularity of Mind. Cambridge: MIT Press.
- Foucault, M.* (1963): Vorrede zur Überschreitung. In: Idem: Die Subversion des Wissens, Frankfurt: Ullstein (Auszg. 1978), 32-34.
- (1974): Die Ordnung des Diskurses. München: Hanser.
- (1978): Dispositive der Macht. Berlin: Merve.
- (1981): Face aux gouvernements, les droits de l'homme. In: *Foucault, F., Dits et Écrits*. Paris: Gallimard.
- (1982): Der Staub und die Wolke, Bremen: Impuls.
- (1984): Eine Ästhetik der Existenz (1984). In: Michel Foucault im Gespräch. Von der Freundschaft der Lebensweise. Berlin: Merve, frz. In: (1994): Dits et Écrits. Paris: Gallimard.
- (1984): L'histoire de la sexualité. 2 L'usage des plaisirs, Paris: Gallimard.
- (1986): Die Sorge um sich. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- (1988): Technologien des Selbst, hg. von *Martin, L.H., Gutman, H., Hutton, P.* Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- (1996): Von der Freundschaft. Berlin: Merve.
- (1996a): Diskurs und Wahrheit: Die Berkely Vorlesungen. Berlin: Merve.
- (1998): Foucault, ausgewählt und vorgestellt von *Mazumdar, P.* München: Diederichs.
- (2001): L'Hermeneutique du sujet. Cours au College de France 1981-1982. Paris: Gallimard/Seuil.
- Frank, R.* (1988): Passions within Reason. The Strategic Role of Emotions. New York: W.W. Norton.
- Franz, M., Liebertz, K., Schepank, H.* (2000): Seelische Gesundheit und neurotisches Elend. Der Langzeitverlauf in der Bevölkerung. Wien: Springer.
- Fritz-Vannahme, J.* (2002): Moral aus der Retorte, *Die Zeit* 5, 24. Januar, 27-28.
- Frueth, B.C., Turner, S.M., Beidel, D.C., Mirabella, R.F., Jones, W.J.* (1996): Trauma Management Therapy: A preliminary evaluation of a multicomponent behavioral treatment for cronic combat-related PTSD. *Behavior Research and Therapy* 34, 533-543.
- Frühmann, R.* (1995): Die Vermittlung theapeutischer Grundqualitäten im Prozess der Lehranalyse. In: *Frühmann, R., Petzold, H.G.* (Hg.): Lehrjahre der Seele. Paderborn: Junfermann, 331-364.
- Gaulin, S., McBurney* (2001): Psychology. An evolutionary approach.
- Gigerenzer, G.* (1991): How to make cognitive ilusions disappear: Beyond ‚heuristics and biases‘. *European Review of Social Psychology* 2, 83-115.
- Gowdy, J.* (1994): Coevolutionary Economics: The Economy, Society and Environment. Dordrecht: Kluwer Academic Publishers.
- Graessner, S.* (1996): Folter. An der Seite der Überlebenden. München.
- Grawe, K.* (1998): Psychologische Therapie. Göttingen: Hogrefe.
- Grimal, P.* (1978): Seneca. Macht und Ohnmacht des Geistes. Impulse der Forschung, Bd. 24. Darmstadt: Wissensch. Buchges.
- (1978): Sénèque: traité sur la vie heureuse aux *Lettres à Lucilius, Vita Latina* 69, 2-11.
- Guillemin, A.-M.* (1952): Sénèque directeur d'âmes. *Revue Études Latines* 30, 202-221; 31 (1953), 215-234; 32(1954), 250-274.
- Haas, A.M.* (1999): Visión en azul. Estudios en mística europea. Madrid: Editions Siruela.
- Habermas, J.* (2002): Auf schiefer Ebene. *Die Zeit* 5, 24. Januar, 33-34.
- Hadot, P.* (1969): Seneca und die griechisch-römische Tradition der Seelenleitung. Berlin: de Gruyter.
- (1981): Exercices spirituels et la philosophie antique. Paris. Etudes Augustiniennes; 3. erw. Auf. 1993.
- (1991): Philosophie als Lebensform. Geistige Übungen in der Antike. Berlin: Gatzka.
- (1992): La Citadelle intérieure. Introduction aux Pensées de Marc Aurèle. Paris: Fayard.
- (1995): Qu'est-ce que la philosophie antique? Paris: Gallimard.
- (2001): La philosophie comme manière de vivre. Entretiens avec Jeannine Carlier et Arnold I. Davidson. Paris: Albin Michel.
- Hamburger Institut für Sozialforschung* (1998): „Verbrechen der Wehrmacht.“ Ausstellungskatalog. Überarbeitete Version in Vorber. Hamburg: Verlag Hamburger Edition.
- Harré, R.* (2001): 1000 años de filosofía. Madrid: Taurus.
- Harter, S.* (1978): Effectance motivation reconsidered: towards a developmental model, *Human Development* 21, 34-68.

- (1981): The development of competence motivation in the mastery of cognitive and physical skills: Is there still a place for joy? In: *Roberts, G.C., Landers, D. M.*: (Hg.): *Psychology of motor behavior and sports*. Campaign: Human Kinetic Publisher.
- Hass, W. Petzold, H. G.* (1999): Die Bedeutung der Forschung über soziale Netzwerke, Netzwerktherapie und soziale Unterstützung für die Psychotherapie – diagnostische und therapeutische Perspektiven. In: *Petzold/Märtens* (1998), 193-272.
- Heidegger, M.* (1953): *Der Feldweg*. Frankfurt: Vittorio Klostermann, 10. Aufl. 1998.
- Herman, J.L.* (1992): *Trauma and Recovery*. New York: Basic Books.
- (1993): *Die Narben der Gewalt*. München: Kindler. Neuauflage bei Junfermann, Paderborn 2002.
- Holderegger, H.* (1993): *Der Umgang mit dem Trauma*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Hunt, M.M.* (1992): *Das Rätsel der Nächstenliebe: Der Mensch zwischen Egoismus und Altruismus*. Frankfurt: Campus-Verlag.
- Hüther, G.* (1996): The central adaptation syndrome. Psychosocial stress as a trigger for adaptive modifications of brain structure and brain function. *Progress in Neurobiology* 48, 569-612.
- (1997): *Biologie der Angst. Wie aus Stress Gefühle werden*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- (1998): Stress and the adaptive self-organization of neuronal connectivity during early childhood. *International Journal of Developmental Neuroscience* 16, 297-306.
- (1999): Der Traum vom stressfreien Leben. *Spektrum der Wissenschaft. Dossier* 3, 6-11.
- (2001): Gewalterfahrung und Verarbeitung traumatischer Erinnerungen. Vortrag auf dem 1. Bad Zwestener Symposium für Traumatherapie und PTSD-Forschung „Trauma, Leiblichkeit und Salutogenese“, 25.-27. Februar 2000, Bad Zwesten, in diesem Band.
- Ilijine, V. N., Petzold, H.G., Sieper, J.* (1990): Kokreation – die leibliche Dimensio des Schöpferischen – Aufzeichnungen aus gemeinsamen Gedankengängen. In: *Petzold/Orth* (1990a), Bd. I, 203-212.
- Janet, P.* (1889): *L'automatisme Psychologique*. Nouvelle Édition. Paris: Société Pierre Janet 1989.
- (1919): *Les médicaments psychologiques*. Paris: Alcan.
- Jaynes, J.* (1988): *Der Ursprung des Bewusstseins durch den Zusammenbruch der bikameralen Psyche*. Reinbek: Rowohlt.
- Kassel, R.* (1959): *Untersuchungen zur griechischen und römischen Konsolationsliteratur*. München: Zetemata 18.
- Katz, A.* (1999): *Israel: The Two Halves of the Nation*. New York: Inverted A Inc.
- Kellermann, P.F., Hudgins, M.K.* (2000): *Psychodrama with Trauma Survivors. Acting Out Your Pain*. London: Jessica Kingsley Publ.
- Kimminich, O.* (1973): *Menschenrechte. Versuch und Hoffnung*. München.
- Kirsch, A.* (2001): *Trauma und Wirklichkeit. Wiederauftauchende Erinnerungen aus psychotherapeutischer Sicht*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Klemperer, V.* (1947, 1996). *LTI – Lingua Tertii Imperii*. Berlin: Aufbau-Verlag.
- Knoche, U.* (1935): *Magnitudo animi*. *Philologus. Supplement* 27,3, 1-88.
- (1954): *Der Gedanke der Freundschaft in Senecas Briefen an Lucilius*. *Arctos. Acta Philologica Fennica* N. Helsinki, 83-96.
- Kohut, H.* (1971): *The analysis of the self*. New York: International Univ. Press.
- (1979): *Die Heilung des Selbst*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Koop, I.* (2001): Referat auf dem I. Bad Zwestener Symposium, dieser Band.
- Köstermann, E.* (1934): *Untersuchungen zu den Dialogschriften Secas*. Sitzungsberichte der Berliner Akademie der Wissenschaften. Phil.-hist. Klasse 12. Berlin
- Kropotkin, P.* (1902): *Mutual aid. A factor of evolution*. London 1902, dtsh. 1904. Neudruck: Gegenseitige Hilfe. Berlin: Kramer 1977.
- Krüger, G.* (1994): *Seneca über das rechte Leben*. Heidelberg.
- Kühn, R., Petzold, H.G.*, (1991). *Psychotherapie und Philosophie*. Paderborn: Junfermann.
- Labouitin, C.* (1992): *Steinzeitmenschen. Vom Nomaden zum Bauern*. Ravensburg.
- Lapworth, P.* (2001): *Integration in Counseling & Psychotherapy*. Seven Oaks: Sage.
- LeDoux, J.E.* (1996): *The emotional brain*. New York: Simon & Schuster; dtsh.: *Das Netz der Gefühle. Wie Emotionen entstehen*. München: Hanser.
- Leibowitz, Y.* (1990, 1994): *Gespräche über Gott und die Welt*. Frankfurt: Insel.
- (1992): *Judaism, human values and the jewish state*. Boston: Harvard University Press.
- Levinas, E.* (1983): *La trace de l'autre*, Paris 1963; dtsh.: *Die Spur des anderen*. Freiburg: Alber.
- Lewontin, R.C., Rose, S., Kamin, L.J.* (1988): *Die Gene sind es nicht. Biologie, Ideologie und menschliche Natur*. München: Psychologie Verlags Union.
- Lyotard, J.-F.* (1994 [1978]). *Das postmoderne Wissen. Ein Bericht*. Wien: Passagen Verlag.
- Mace, C., Moorey, S., Roberts, B.* (2000): *Evidence in the Psychological Therapies*. London: Brunner-Routledge.
- Maclagan, D.* (2001): *Psychological Aesthetics. Painting, Feeling, Making*. London: Jessica Kingsley Publ.
- Maercker, A.* (1997): *Therapie der posttraumatischen Belastungsstörungen*. Berlin: Springer.
- , *Schützwohl, M., Solomon, Z.* (eds.) (1999): *Posttraumatic Stress Disorder. A Lifespan Developmental Perspective*. Seattle: Hogrefe.
- Mansfeld, J.* (1987): *Die Vorsokratiker. Griechisch/Deutsch*. Stuttgart: Reclam.
- Marc Aurel* (1830): *Lettres inédites de Marc Aurèle et de Fronton*. Hrsg. *A. Cassan*. Paris: A. Levasser.
- (1998): *Wege zu sich selbst*. Herausgegeben von *Rainer Nicke* (griech./dtsh.). Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgemeinschaft; dtsh.: auch als Selbstbetrachtungen, übers. *A. Wittstock*, Stuttgart: Reclam 1949; frz. *Écrits pour-lui-même*, hrsg. von *P. Hadot*, Paris: Les Belles Lettres 1998.

- Marcel, G. (1985): Leibliche Begegnung, in: *Petzold* (1985g), 15-46.
- Märtens, M. Petzold, H.G. (2002): Therapieschäden. Über Risiken und Nebenwirkungen von Psychotherapie. Mainz: Grünewald.
- Maurach, C. (1975): Seneca als Philosoph. Wege der Forschung Bd. 414. Darmstadt: Wissensch. Buchgesellschaft.
- (1996): Seneca. Leben und Werk. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Mazure, C.M. (1995): Does Stress Cause Psychiatric Illness? Washington: American Psychiatric Press.
- McFarlane, A. (1997): The Prevalence and Longitudinal Course of PTSD. Implications for the Neurobiological Models of PTSD. In: *Yehuda, McFarlane* (1997) 10-23.
- McLeod, J. (1997): Narrative and Psychotherapy. London: Sage Publications.
- Mead G.H. (1934): Mind, self and society. University of Chicago Press, Chicago; dtsh. Geist, Identität, Gesellschaft, Suhrkamp, Frankfurt 1968, 1973, 1975, 1988.
- Michel, A. (1977): Dialogues philosophiques et vie intérieure, Cicéron, Sénèque, Saint Augustin. *Helmantica* 28, 353-376.
- (1978): A propos du bonheur. *Revue des Études Latines* 56, 349-368.
- Mierke, K. (1955): Wille und Leistung. Göttingen: Hogrefe.
- Müller, J. (1995): Die Leidenschaft des Michel Foucault. Köln: Kiepenheuer & Witsch.
- Millett, K. (1993): Entmenslicht. Versuch über die Folter. Hamburg.
- Miltenburg, R., Singer, E. (1997): The (ab)use of Reliving Childhood Traumata. *Theory & Psychology* 7 (5), 605-628.
- , — (1999a): Culturally Mediated Learning and the Development of Self-Regulation by Survivors of Child Abuse: A Vigotskian Approach to the Support of Survivors of Child Abuse. *Human Develop.* 42, 1-17.
- Mitchell, J.T., Everly, G.S.J. (1995): The critical incident debriefing (CISD) and the prevention of work-related traumatic stress among high risk occupational groups. In: *Everly, G.S.J., Lating, J.M.* (Hg.): *Psychotraumatology: Key papers and core concepts in post-traumatic stress*. New York: Plenum Press, 267-280.
- Monroe, K.R. (1996): The heart of altruism: perceptions of a common humanity. Princeton NJ.: Princeton University Press.
- Moreno, J.L. (1923): Rede über den Augenblick. Wien Anzengruber.
- Morris, D. B. (1998): Krankheit und Kultur. Plädoyer für ein neues Körperverständnis. München: Kunstmann.
- Müller, L., Petzold, H.G. (1999): Identitätsstiftende Wirkung von Volksmusik – Konzepte moderner Identitäts- und Lifestyle-Psychologie. *Integrative Therapie* 2-3, 187-250.
- Nair, S. (1992): Eine vielschichtige Universalität. *Unesco Kurier* 7/8, 12-14.
- Nelson, C.M., Eigen, M. (1984): Evil, Self & Culture. New York: Human Science Press.
- Nietzsche, F. (1999): Werke. München: Hanser.
- Oelmüller, W. (1989): Philosophie und Weisheit. Paderborn: Schöningh.
- Oerter, R., van Hagen, C., Röper, G., Noam, G. (1999): Klinische Entwicklungspsychologie. Ein Lehrbuch. Weinheim: Beltz.
- Ohandjanian, A. (1989): Armenien: der verschwiegene Völkermord. Wien: Böhlau.
- Orth, I. (1993): Integration als persönliche Lebensaufgabe. In: *Petzold / Sieper* (1993a), 371-384.
- (1994): Der domestizierte Körper. Die Behandlung beschädigter Leiblichkeit in der Integrativen Therapie. *Gestalt* (Schweiz) 21, 22-36.
- (2001): Weibliche Identität und Leiblichkeit – Prozesse „konvivaler“ Veränderung und Entwicklung. Vortrag Bildungshaus, Maria Trost, Graz.
- Ozouf, M. (1996): Das Pantheon. Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit. Zwei französische Gedächtnisorte. Berlin.
- Pargament, K.I., Thoresen, C.E. (2000): Forgiveness. Theory, Research, and Practice. London: Guilford Press.
- Pearlman, G., Saakvitne, K. (1995): Trauma and the Therapist. New York: Norton.
- Pennebaker, J.W. (1993): Putting stress into words: health, linguistic and therapeutic implications. *Behaviour Research and Therapy* 31, 539-548.
- Perls, F.S., Hefferline, R.F., Goodman, P. (1951): Gestalt Therapy. New York: Julian Press.
- Perrig, W.J., Wippich, W., Perrig-Chiello, P. (1993): Unbewusste Informationsverarbeitung. Bern: Huber.
- Peters, E. (1991): Folter. Geschichte der peinlichen Befragung. Hamburg.
- Petzold, H.G. (1965): Gêragogie – nouvelle approche de l'éducation pour la vieillesse et dans la vieillesse. *Publications de L'Institut St. Denis* 1, 1-16; dtsh. in: *Petzold* (1985a) 11-30.
- (1968): Arbeitspsychologische und soziologische Bemerkungen zum Gastarbeiterproblem in der BRD. *Zeitschrift f. Prakt. Psychol.* 7, 331-360.
- (1968a): Überforderungserleben und nostalgische Reaktion bei ausländischen Arbeitern in der BRD. *Genese, Diagnose, Therapie*, Paris.
- (1969c): Les Quatre Pas. Concept d'une communauté thérapeutique. Paris, mimeogr.; teilweise dtsh. in: (1974b), 124-129.
- (1974b): Drogentherapie – Methoden, Modelle, Erfahrungen. Paderborn: Junfermann/Hoheneck.; 3. Aufl. Fachbuchhandlung für Psychologie. Frankfurt: D. Klotz, 1983.
- (1975e): Thymopraktik als körperbezogene Arbeit in der Integrativen Therapie. *Integrative Therapie* 2/3, 115-145; erweiterte Fassung in: (1988n, 341-406).
- (1980f): Die Rolle des Therapeuten und die therapeutische Beziehung. Paderborn: Junfermann.
- (1983d): Psychotherapie, Meditation, Gestalt. Paderborn: Junfermann.
- (1983e): Nootherapie und „säkulare Mystik“ in der Integrativen Therapie, in: *Petzold* (1983d), 53-100.

- (1984a): Wege zum Menschen. Methoden und Persönlichkeiten moderner Psychotherapie. Ein Handbuch. 2 Bde. Paderborn: Junfermann.
- (1985a): Mit alten Menschen arbeiten. München: Pfeiffer..
- (1985g): Leiblichkeit. Philosophische, gesellschaftliche und therapeutische Perspektiven. Paderborn: Junfermann.
- (1985d): Die Verletzung der Alterswürde – zu den Hintergründen der Misshandlung alter Menschen und zu den Belastungen des Pflegepersonals, in: *Petzold* (1985a), 553-572.
- (1985l): Über innere Feinde und innere Beistände, in: *Bach, G., Torbet, W. (Hg.): Ich liebe mich – ich hasse mich*, Rowohlt, Reinbek, 11-15.
- (1985m): Neue Körpertherapien für den bedrohten Körper. Leiblichkeit, Zeitlichkeit und Entfremdung, (1986a) 223-250.
- (1986a): Psychotherapie und Friedensarbeit. Paderborn: Junfermann.
- (1986b.): Was nicht mehr vergessen werden kann. Psychotherapie mit politisch Verfolgten und Gefolterten. In: *Petzold* (1986a) 357-372; auch in: *Integrative Therapie* 3/4, 268-280.
- (1988n): Integrative Bewegungs- und Leibtherapie. Ausgewählte Werke Bd. I. Paderborn: Junfermann; 3. revid. und überarbeitete Auflage 1996a.
- (1988t): Methoden des therapeutischen Umgangs mit Symbolen und Symbolisierungsprozessen – Überlegungen zu Kernqualitäten des Menschenwesens – , Vortrag auf dem 7. Deutschen Symposium für Kunsttherapie, 27.-30.11.1988, Fritz Perls Akademie, Hückeswagen.
- (1990i): Selbsthilfe und Professionelle – Gesundheit und Krankheit, Überlegungen zu einem „erweiterten Gesundheitsbegriff“, Vortrag auf der Arbeitstagung „Zukunftsperspektiven der Selbsthilfe“, 8.-10. Juni 1990, Dokumentation, Düsseldorf, auch in: *Petzold, Schobert* (1991) 17-28
- (1991a): Integrative Therapie. Ausgewählte Werke Bd. II, 1: Klinische Philosophie. Paderborn: Junfermann; Neuauflage 2002.
- (1991e): Das Ko-responzenzmodell als Grundlage der Integrativen Therapie und Agogik, überarbeitet und erw. von (1978c); repr. (1991a), 19-90.
- (1991o) Zeit, Zeitqualitäten, Identitätsarbeit und biographische Narration – Chronosophische Überlegungen, in: (1991a), 333-395.
- (1992a): Integrative Therapie. Ausgewählte Werke Bd. II, 2: Klinische Theorie. Paderborn: Junfermann; Neuauflage 2002.
- (1993a): Integrative Therapie. Ausgewählte Werke Bd. II, 3: Klinische Praxeologie. Paderborn: Junfermann; Neuauflage 2002.
- (1994c): Metapraxis: Die „Ursachen hinter den Ursachen“ oder das „doppelte Warum“ – Skizzen zum Konzept „multipler Entfremdung“ und einer „anthropologischen Krankheitslehre“ gegen eine individualisierende Psychotherapie in: *Gestalt* (Schweiz) 20, 1994, 6-28 und *Hermer, M. (Hrsg.), Die Gesellschaft der Patienten*, dgvt, Tübingen 1995, 143-174.
- (1996j): Identitätsvernichtung, Identitätsarbeit, „Kulturarbeit“ – Werkstattbericht mit persönlichen und prinzipiellen Überlegungen aus Anlass der Tagebücher von *Victor Klemperer*, dem hundertsten Geburtstag von Wilhelm Reich und anderer Anstöße. *Integrative Therapie* 4, 371-450.
- (1996k): Der „Andere“ – das Fremde und das Selbst. Tentative, grundsätzliche und persönliche Überlegungen für die Psychotherapie anlässlich des Todes von *Emmanuel Lévinas* (1906-1995). *Integrative Therapie* 2-3, 319-349; auch in: *Petzold, Orth* (1999a) 337-360.
- (1997p), Das Ressourcenkonzept in der sozialinterventiven Praxeologie und Systemberatung, *Integrative Therapie* 4 (1997), 435-471
- (1998a): Integrative Supervision, Meta-Consulting & Organisationsentwicklung. Modelle und Methoden reflexiver Praxis. Ein Handbuch. Band I. Paderborn: Junfermann.
- (1999i): Body Narratives. *Integrative Bewegungstherapie* 1-2/1999, 4-30. Erweitert: Body narratives – Traumatische und posttraumatische Erfahrungen aus Sicht der integrativen Therapie (Teil 2). *Energie & Charakter*, 2000, 22, S. 26-43.
- (1999q): Das Selbst als Kunstwerk – Rezeptive Kunsttherapie und die heilende Kraft „ästhetischer Erfahrung“. Düsseldorf/Hückeswagen: FPI/EAG. Und in: *Kunst & Therapie* 1-2/1999, 105-145.
- (1999r): Integrative Supervision – Ideen, Modelle, Konzepte, Vortrag gehalten auf dem regionalen Studientag für Supervision an der Hochschule Den Haag, Abt. Supervision, *Forum voorheen supervisors. Nieuwsbrief* 4, September 1999, 21-23.
- (2000h): Wissenschaftsbegriff, Erkenntnistheorie und Theorienbildung der „Integrativen Therapie“ und ihrer biopsychosozialen Praxis (Chartacolloquium III). Düsseldorf/Hückeswagen: Europäische Akademie für Psychosoziale Gesundheit.
- (2001a): Integrative Therapie – Das „biopsychosoziale“ Modell kritischer Humantherapie und Kulturarbeit. Ein „lifespan developmental approach“. Paderborn: Junfermann.
- (2001d): „Goodmansche“ Gestalttherapie als „klinische Soziologie“ konstruktiver Aggression? – 50 Jahre „Goodman et al. 1951“ mit kritischen Anmerkungen zu Blankertz „Gestalt begreifen“ – ein Beitrag aus integrativer Perspektive, *Gestalt* Teil I 40 (Schweiz) 48-66.
- (2001i): Wille und Wollen. Psychologische Modelle und Konzepte. Göttingen. Vandenhoeck & Ruprecht.
- (2001k): Sinnfindung über die Lebensspanne: Gedanken über Sinn, Sinnlosigkeit, Abersinn – integrative und differentielle Perspektiven zu transversalem, polylogischem SINN. Düsseldorf: Europäische Akademie für psychosoziale Gesundheit.
- (2002a): Zentrale Modelle und KERNKONZEPTE der „INTEGRATIVEN THERAPIE“. Düsseldorf/Hückeswagen: Europäische Akademie für Psychosoziale Gesundheit.

- [„et al.“] (2001): „Lebensgeschichten verstehen, Selbstverstehen, Andere verstehen lernen“ – Polyloge über intersubjektive, narrative Biographiearbeit, collagierende Hermeneutik, Traumabelastungen und Neuorientierung“. Düsseldorf/Hückeswagen: Europäische Akademie für Psychosoziale Gesundheit.
- , *Goffin, J.J.M., Cudhof, J.* (1993): Protektive Faktoren und Prozesse – die „positive“ Perspektive in der longitudinalen, „klinischen Entwicklungspsychologie“ und ihre Umsetzung in die Praxis der Integrativen Therapie. In: *Petzold/Sieper* (1993a) 173-266.
- , *Märtens, M.* (1999a): Wege zu effektiver Psychotherapie. Opladen: Leske + Budrich.
- , *Mathias, U.*, 1983. Rollenentwicklung und Identität. Paderborn: Junfermann.
- , *Orth, I.* (1985a): Poesie und Therapie. Über die Heilkraft der Sprache. Poesietherapie, Bibliotherapie, Literarische Werkstätten. Paderborn: Junfermann.
- , — (1990a): Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie, 2 Bde.. Paderborn: Junfermann.
- , — (1998a): Ökopsychosomatik – die heilende Kraft der Landschaft, Europäische Akademie für psychosoziale Gesundheit. Düsseldorf: FPI/EAG.
- , — (1998b): Wege zu „fundierter Kollegialität“ – innerer Ort und äußerer Raum der Souveränität. In: *Slembek, E., Geissner, H.* (1998): Feedback. Das Selbstbild im Spiegel der Fremdbilder. St. Ingbert: Röhrig Universitätsverlag, 107-126.
- , — (1999a): Die Mythen der Psychotherapie. Ideologien, Machtstrukturen und Wege kritischer Praxis. Paderborn: Junfermann.
- , —, *Schuch, W., Steffan, A.* (2001): Integrative Therapie als „angewandte Anthropologie“ – Theorienbildung und Praxisstrategien in „polylogischer Konnektivierung“ von Menschenbild, Behandlungsheuristiken und therapeutischer Beziehung (Chartacolloquium II). Düsseldorf/Hückeswagen: Europäische Akademie für Psychosoziale Gesundheit.
- , —, *Sieper, J.* (1999a): Psychotherapie, Mythen und Diskurse der Macht und der Freiheit. In: *Petzold/Orth* (1999a), 15-66.
- , — (2000a): Transgressionen I – das Prinzip narrativer Selbst- und Konzeptentwicklung durch „Überschreitung“ in der Integrativen Therapie – Hommage an Nietzsche. *Integrative Therapie* 2/3, 231-277.
- , *Schobert, R.* (1991): Selbsthilfe und Psychosomatik. Paderborn: Junfermann.
- , *Sieper, J.* (1988b): Die FPI-Spirale – Symbol des „heraklitischen Weges“, *Gestalttherapie & Integration, Gestalt-Bulletin* 2, 5-33; repr. in (1991a) 413-444.
- , — (1990b): Die neuen – alten – Kreativitätstherapien. Marginalien zur Psychotherapie mit kreativen Medien, in: *Petzold/Orth* (1990a) II, 519-548.
- , — (1993a): Integration und Kreation, 2 Bde.. Paderborn: Junfermann, 2. Aufl. 1996.
- , *Wolf, U., Landgrebe, B., Josic, Z., Steffan, A.* (2000): Integrative Traumatherapie – Modelle und Konzepte für die Behandlung von Patienten mit „posttraumatischer Belastungsstörung“. In: *van der Kolk, B., McFarlane, A., Weisaeth, L.*: Traumatic Stress. Paderborn: Junfermann, 445-579.
- Pohlen, M., Bautz-Holzherr, M.* (2001): Eine andere Psychodynamik. Bern: Huber.
- Pohlenz, M.* (1941): Philosophie und Erlebnis in Senecas Dialogen. Nachrichten der der Göttinger Gesellschaft der Wissenschaften. Phil.-hist. Klasse, 55-118.
- (1970, 1972): Die Stoa. Geschichte einer geistigen Bewegung. 2 Bde. Göttingen.
- Probst, E.* (1986): Deutschland in der Urzeit. Von der Entstehung des Lebens bis zum Ende der Eiszeit. München.
- Rabbow, P.* (1954): Seelenführung. Methodik der Exerziten in der Antike. München: Kösel.
- Rahm, D., Otte, H., Bosse, S., Ruhe-Hollenbach, H.* (1993): Einführung in die Integrative Therapie. Grundlagen und Praxis. Paderborn: Junfermann.
- Reddemann, L., Sachse, U.* (1998): Welche Psychoanalyse ist für Opfer geeignet? Einige Anmerkungen zu Martin Ehler-Balzer: Das Trauma als Objektbeziehung. *Forum Psychoanalyse* 14, 289-294.
- , — (1999): Traumazentrierte imaginative Therapie. In: *Egle, U.T., Hoffmann, S.O., Joraschky, P.*: Sexueller Missbrauch, Misshandlung, Vernachlässigung. Stuttgart: Thieme.
- Reemtsma, J.P.* (1991): Folter. Zur Analyse eines Herrschaftsmittels. Hamburg.
- Reich, W.* (1946): Rede an den kleinen Mann. Frankfurt a.M.: Fischer 1984.
- Reil, J.C.* (1803): Rhapsodien über die Anwendung der psychischen Curmethode auf Geisteserüttungen. Halle: Curt'sche Buchhandlung.
- Rensen, B.* (1992): Fürs Leben geschädigt. Stuttgart: Trias.
- Resik, P.A.* (2001): Stress and Trauma. London: Psychology Press.
- Richters, J., Weintraub, S.* (1990): Beyond diathesis: Toward an understanding of high-risk environments. In: *Rolf et al.* (1990), 67-97.
- Rolf, J., Masten, A.S., Cicetti, D., Nuechterlein, K.H., Weintraub S.* (1990): Risk and protective factors in the development of psychopathology. Cambridge: Cambridge Univ. Press.
- Rose, S., Bisson, J.* (1998): Brief early psychological interventions following trauma: A systematic review of literature. *Journal of Traumatic Stress* 11, 679-710.
- Rosen, K.* (1997): Marc Aurel. Hamburg.
- Russel, B.* (1953): Wissenschaft wandelt das Leben. München: Paul List.
- Rutherford, R.B.* (1989): Meditations of Marc Aurelius. Oxford: Oxford University Press.
- Sagan, C.* (1982): Unser Kosmos. München: Knauer, Droemer.
- Salk, J.* (1973): Survival of the Wisest. New York: Wiley.
- Sapolsky, R.M.* (1992): Stress, the aging brain, and the mechanisms of neuron death. Cambridge: MIT Press.
- (1996a): Why stress is bad for your brain. *Science*, 273, 749-750.

- (1996b): Stress, glucorticoids, and damage to the nervous system: The current state of confusion, *Stress*, 1-19.
- Schacter, D. (1996): Searching for memory. The brain, the mind, and the past. New York: Basic Books. dtsh.: Wir sind Erinnerung. Gedächtnis und Persönlichkeit. Reinbek: Rowohlt.
- Schay, J. (1998): Achill in Vietnam. Kampftrauma und Persönlichkeitsverlust. Hamburg: Hamburger Edition.
- Schmid, W. (1995): Selbstsorge. Zur Biographie eines Begriffs. In: *Endref, M.* (Hg.): Zur Grundlegung einer integrativen Ethik. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- (1999): Philosophie der Lebenskunst. Frankfurt a.M.: Suhrkamp, 3. Aufl.
- Schnyder, U., *Sauvant, Ch.* (1994): Krisenintervention in der Psychiatrie. Bern: Huber.
- Schwarzer, R. (1992): Self-Efficacy. Thought Control of Action. London: Hemisphere.
- Seneca, L.A. (1917): Seneca Opera. Leipzig: Teubner; Studienausgabe dt./lt. von Rosenbach, M. (1989). Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgemeinschaft.
- Shapiro, F. (1995): Eye movement desensitization and reprocessing: Basic principles, protocols, and procedures. New York: Guilford Press; dtsh.: EMDR – Grundlagen und Praxis, Paderborn: Junfermann.
- Sieper, J. (2001) Das behaviorale Paradigma im „Integrativen Ansatz“ klinischer Therapie, Soziotherapie und Agogik: Lernen und Performanzorientierung, Behaviourdrama und Transfertraining, Stressphysiologie, *Integrative Therapie* 1, 105-144.
- , *Petzold, H.G.* (2001): „Eingreifende Wissenschaft“ für „Menschenarbeiter“, *Integrative Therapie* 1-2, 208-209.
- Sober, E. (1998): Unto others: the evolution and psychology of unselfish behavior. Cambridge, MS: Cambridge University Press.
- Sofsky, W. (1996): Traktat über die Gewalt. Frankfurt a.M.: Fischer.
- (2002): Zeiten des Schreckens. Frankfurt: Fischer.
- Sölle, D. (1999): Mystik und Widerstand. München: Pieper.
- Stereny, K., *Griffits, P.E.* (1999) Sex and Death. An Introduction to Philosophy and Biology. Chicago: Univ. of Cicago Press.
- Streek-Fischer, A., *Sachsse, U., Özkan, I.* (2001): Körper, Seele, Trauma. Biologie, Klinik, Praxis. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Stroebe, M., *Stroebe, W.* (1991): Does „grief work“ work? *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 59, 479-482.
- , —, *Hansson, R.O.* (1993): Handbook of bereavement: Theory, research, and intervention. Cambridge: Cambridge University Press, 255-270.
- Stroebe, W., *Heustone, M., Stevenson, G.M.* (1996): Sozialpsychologie. Eine Einführung. Heidelberg: Springer. Engl. Introduction to Social Psychology. London: Basil Blackwell
- Thomae, H., (1968). Das Individuum und seine Welt. Göttingen. 2., neu bearbeitete Aufl. 1988.
- Tillich, P. (1969): Der Mut zum Sein. In: *Thomae, H.*: Gesammelte Werke. Bd. 11, 22 ff. Frankfurt.
- Traue, H.C. (1998): Emotion und Gesundheit. Die psychobiologische Regulation durch Hemmung. Heidelberg: Spektrum Akademischer Verlag.
- van den Heuvel, G. (1988): Der Freiheitsbegriff der Französischen Revolution. Studien zur Revolutionsideologie. Göttingen.
- Van der Kolk, B.A., *McFarlane, A.C., Weisaeth, L.* (1996): Traumatic Stress, New York: Guilford. dtsh.: Hrsg. von M.Märtens und H.G. Petzold bei Junfermann, Paderborn 2000.
- Veyne, P. (1993): Weisheit und Altruismus. Eine Einführung in die Philosophie Senecas. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Vialou, D. (1992): Frühzeit des Menschen. München.
- Voelke, A.-J. (1993): La philosophie comme thérapie de l'ame. Études de philosophie hellénistique, Fribourg/Paris: Vrin.
- Vygotsky, L.S. (1993b): Compensatory processes in the development of the retarded child. In: *Rieber, R.W., Carton, A.S.* (Hg.): The collected works of L.S. Vygotsky, Vol. 2: The fundamentals of defectology. New York: Plenum, 122-138. (orig. 1931).
- Warner, S., *Felley, K.M.* (1999): From Victim to Survivor: Recovered Memories and Identity Transformation. In: *Williams/Banyard* (1999), 161-174.
- Weber, T.P. (2000): Darwin und die Anstifter. Die neuen Biowissenschaften. Köln: Dumont.
- White, T. (2001): Menschenfresser in der Altsteinzeit. *Spektrum der Wissenschaft*, 11, 38-45.
- Williams, L. M., *Banyard, V L.* (1999): Trauma & Memory. London: Sage.
- Wilson, E.O. (1975): Sociobiology: The new synthesis. Cambridge: Harvard Univ. Press.
- (1998): Consilience. New York: Knopf.
- Winn, L. (1994): Post Traumatic Stress Disorder and Dramatherapy. London: Jessica Kingsley Publ.
- Wrangham, R., *Peterson, D.* (1996): Demonic males. Boston: Houghton Mifflin.
- Wyer, R.S. (1996): Ruminative thoughts. Mahwah: Erlbaum.
- Yehuda, R. (1997): Sensitization of the Hypothalamic-Pituitary-Adrenal Axis in Posttraumatic Stress Disorder. In: *Yehuda/McFarlane* (1997), 57-75.
- (2001): Die Neuroendokrinologie bei posttraumatischer Belastungsstörung im Lichte neuroanatomischer Befunde. In: *Streek/Fischer* (2001), 43-71.
- , *McFarlane, A.C.* (1997): Psychobiology of Posttraumatic Stress Disorder. New York: The New York Academy of Sciences.
- Zahn-Waxler, C., *Cummings, E.M., Iannotti, R.* (1991): Altruism and aggression: biological and social origins. Cambridge: Cambridge University Press.

- Zeidner, M., Endler, N.S.* (1996): Handbook of Coping: Theory, Research, Applications. New York: Wiley.
- Zenkovsky, B., Petzold, H.C.* (1969): Das Bild des Menschen im Lichte der orthodoxen Anthropologie. Marburg: Rainer Edel.
- Ziegler, A.J.* (1983): Wirklichkeitswahn. Die Menschheit auf der Flucht vor sich selbst. Zürich: Schweizer Spiegel Verlag, Raben-Reihe.
- Zlepko, D.* (1988): Der ukrainische Hunger-Holocaust: Stalins verschwiegener Völkermord 1932/33 an 7 Millionen ukrainischen Bauern im Spiegel geheimgehaltener Akten des deutschen Auswärtigen Amtes. Eine Dokumentation aus den Beständen des politischen Archivs im Auswärtigen Amt, Bonn. Sonnenbühl: Wild.

**Korrespondenzdresse:**

Prof. Dr.Dr.Dr. Hilarion Petzold

Achenerbachstr. 40

40211 Düsseldorf

## **Zusammenfassung: Trauma und „Überwindung“ - Menschenrechte, Integrative Traumatherapie und die „philosophische Therapeutik“ der Hominität**

Der Beitrag behandelt Themen der Integrativen Traumabehandlung in einem interdisziplinären „Polylog“. Er entfaltet Traumatherapie vor dem Hintergrund der Menschenrechtsfrage, reflektiert das Thema der Trauma-Bewältigung unter evolutionspsychologischer Perspektiven und entwickelt vor dem Hintergrund der „philosophischen Therapeutik“ der Antike (insbesondere der Stoa) die Konzepte der „Überschreitung“ und „Überwindung“ in der Integrativen Traumatherapie, die breiter greifen will als die Arbeit mit „Coping-Strategien“ und Expositionen, und auf eine Wiederherstellung personaler Integrität und Souveränität abzielt.

**Schlüsselwörter:** Integrative Therapie, Trauma, Evolutionspsychologie, Menschenrechte, Überwindungserfahrung

## **Summary: Trauma and Overcoming - Human Rights, Integrative Trauma Therapy and „Philosophical Therapeutics“**

The article is dealing with Integrative Traumatherapy in the framework of an interdisciplinary „polylogue“. It is exposing traumatherapy on the ground of the question of Human Rights, it is reflekting the overcoming of trauma form the perspective of evolutionary psychology. It is developing on the ground of „philosophical therapeutics“ (particularly of the stoa) the concept of „ transgression“ and „overcoming“ in Integrative Traumatherapy, which is broader than just using coping strategies and expositions aiming to restore the integrity and sovereignty of the person.

**Keywords:** integrative therapy, trauma, evolutionary psychology, human rights, overcoming