



Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

katholisch: Kirche in WDR 4 | 30.10.2020 08:55 Uhr | Franz Meurer

Was will Psychotherapie, Herr Kernberg?

Zweimal gleichzeitig unter den ersten 10 der Spiegel-Bestsellerliste der Sachbücher, das macht dem Psychiater und Theologen Manfred Lütz so schnell keiner nach. Bekannt ist er nicht nur als Buchautor, etwa von "Irre, wir behandeln die Falschen", sondern auch Dauergast in den Talkshows.

Nun hat er zweiundzwanzig Stunden lang mit dem Psychiater Otto Kernberg gesprochen, dem berühmtesten noch lebenden Psychiater der Welt.

Der 91-jährige hat keine Biographie seines spannenden Lebens verfasst, weil er lieber noch täglich voll durcharbeitet, Supervisionen per Videokonferenz mit der ganzen Welt gibt, weiter forscht und Vorträge hält- Lütz bedauert das sehr und erledigt die Biographie mit seinem Buch.

Zugleich beantworten beide gemeinsam die Frage des Buchtitels: Was hilft Psychotherapie?

Sehr beeindruckt hat mich, dass Otto Kernberg als Psychoanalytiker nicht jede oder jeden zu einer langen Behandlung auf der Couch haben will. Oft hilft eine Verhaltenstherapie, etwa bei Flugangst, Platzangst oder Angst vor Spinnen. Kernberg sagt: "Ich habe das klare Prinzip: Wenn man bei einem isolierten Symptom schnell helfen kann, dann schnell helfen!"

Entscheidend ist für beide, Kernberg wie Lütz, die "Liebe zum Menschen". Also beschreibt Kernberg den guten Therapeuten so: "Wichtig ist also: Wissen, Ehrlichkeit, authentische Wärme, Interesse für Menschen und die Fähigkeit, sich anzupassen, und die eigenen Fehler zu erkennen und von ihnen zu lernen" (S. 20).

Otto Kernberg wurde 1928 in einer jüdischen- Familie in Wien geboren. Mit zehn verweisen ihn die Nazis von der Schule, mit elf flieht er mit den Eltern auf dem letzten Schiff nach Chile. Dort studiert er Medizin, erhält dann ein Stipendium in den Vereinigten Staaten. Hier forscht und lehrt er an verschiedenen Universitäten und wird schließlich Präsident der Internationalen Vereinigung. Seine Heimat ist die Welt.

Zugleich ist er jedem Patienten zugeneigt. Wie praktisch und zielführend das ist, möchte ich nun zum Schluss mit den vier Verhaltensweisen zeigen, die nach Otto Kernberg eine Partnerschaft gefährden: "Wenn sich ein Partner dauernd angegriffen fühlt, sich nur noch rechtfertigt, wenn er sich verachtet fühlt, und schließlich, wenn er sich emotional zurückzieht" (S. 541) Mein Tipp als Priester, nicht als Therapeut: Wenn etwas davon auf Ihre Partnerschaft zutrifft, sollten Sie es ändern oder sich zu einer Paartherapie aufmachen.