

Mit Foucault im Lotussitz

von Jens Elberfeld



Titel Das therapeutisierte Subjekt

Untertitel Arbeiten am Selbst in Psychotherapie, Beratung und Coaching

Autor(en) Eva Georg

Land Deutschland

Erschienen Bielefeld 2020: transcript

Umfang S. 366

Preis EUR 32,00

ISBN 978-3-8376-5090-7

Rezension zu "Das therapeutisierte Subjekt. Arbeiten am Selbst in Psychotherapie, Beratung und Coaching" von Eva Georg

Wenn zurzeit über die Kollateralschäden der Corona-Pandemie diskutiert wird, geht es neben den ökonomischen nicht zuletzt um die psychischen Folgen. Dabei macht man gemeinhin gerade die Lockdown-Maßnahmen und das Gebot des Social

Distancing für eine - vermeintliche - Zunahme psychischer Leiden in der Bevölkerung verantwortlich und warnt im selben Atemzug vor einer steigenden Selbstmordrate. Zugleich geben Expert*innen allerorten Ratschläge, wie die Menschen angesichts von Home Office und Home Schooling ihren Alltag gestalten sollen, um auch im aktuellen Ausnahmezustand gesund und glücklich zu bleiben. Mithin dürften die Anbieter*innen therapeutischer Dienstleistungen zu den Krisengewinnern zählen.

Der in den 1970er-Jahren beginnende gesellschaftliche Aufstieg des Psychowissens als zentraler Ressource der Lebens- und Menschenführung ist seit längerem ins Blickfeld der Sozial- und Kulturwissenschaften geraten, welche darin üblicherweise eine neoliberale Regierungstechnik erkennen. Eva Georg will dem bestehenden Forschungsfeld mit ihrer an der Universität Marburg in den Erziehungswissenschaften angenommenen Dissertation nicht bloß eine neuerliche Studie hinzufügen. Vielmehr geht sie einen Schritt weiter und fragt, wie eine alternative Arbeit am Selbst denkbar sein könnte, die nicht der Selbstoptimierung dient. Die Arbeit gliedert sich grob in zwei Teile: In einem ersten werden theoretische Überlegungen zum Subjekt angestellt, im zweiten folgt eine Untersuchung des therapeutischen Konzepts „*Unity in Duality*“, das sich auf buddhistische Philosophien beruft.

Nach Einleitung und „Vorspiel“ wendet sich Georg im ersten Kapitel Michel Foucault zu. Mittels einer konzisen, inhaltlich aber wenig überraschenden Darstellung seiner einschlägigen Arbeiten zur Genealogie des Subjekts betont sie dessen Geschichtlichkeit und damit zugleich seine potenzielle Veränderbarkeit. Obschon sich Foucault gegen die Vorstellung eines autonomen Subjekts gewandt habe, indem er aufzeigte, dass es eben nicht jenseits von Macht zu denken sei, trieb ihn dennoch zeitlebens die Frage um, wie es sich den Zwängen und Zumutungen zumindest partiell entziehen könne. Dabei sei es ihm nicht um Befreiung gegangen, sondern darum, *weniger* regiert zu werden. Diesbezüglich habe Foucault die Bedeutung der Ethik ins Feld geführt, ohne jedoch darzulegen, wie eine solche konkret aussehen könnte.

Ausgestattet mit dem foucault'schen Werkzeugkasten widmet sich Georg im zweiten Kapitel heutigen „Therapeuten“, worunter sie die klassische Psychotherapie, aber auch nichtmedizinische Verfahren wie Beratung und Coaching fasst. Diese werden im Anschluss an die Forschung als Techniken der Normalisierung und Optimierung des Selbst betrachtet. In einem weiteren Schritt arbeitet Georg, ausgerechnet unter Rückgriff auf die Humanistische Psychologie, heraus, dass der Einfluss des humanistischen Subjektverständnisses - autonom, stabil, abgrenzbar - ungebrochen sei. Konkurrierende Schulen, allen voran die dominierende Verhaltenstherapie, lässt sie dabei außer Acht, obwohl deren Subjektkonzepte signifikante Unterschiede aufweisen.

Sodann erörtert Georg den posthumanistischen Ansatz Karen Barads

(Kapitel 3). Ihre Theorie des Agentiellen Realismus gehe über Foucault hinaus, indem sie auf die Untrennbarkeit von Epistemologie, Ontologie und Ethik insistiere. Hier ist vor allem Letztere, die Ethik, entscheidend. Für die studierte Physikerin Barad gibt es keine festen, vorgängigen Objekte. Vielmehr würden diese erst in der Wechselbeziehung zu anderen Objekten entstehen. Sie verwendet dafür den Begriff „Intra-aktion“, um deutlich zu machen, dass kein Objekt außerhalb seiner Beziehung zu anderen besteht. Diese konstitutive Relationalität gelte ebenso für das Subjekt. Neben den gravierenden Konsequenzen für das Verständnis von Erkenntnis- und Handlungsfähigkeit resultiere daraus eine besondere Verantwortung: Wenn das Subjekt nur zusammen mit einem Anderen entstehe, bedürfe es einer „Ethik des Werdens“, die solchen Konstitutionsbedingungen entsprechend Rechnung trüge. Mit Barad lasse sich folglich die bei Foucault identifizierte Leerstelle der Ethik füllen.

Im „Zwischenspiel“ versucht sich Georg zunächst an der angekündigten Verbindung von Foucault und Barad, bevor sie dann ihr methodisches Vorgehen erläutert. Ihr empirisches Material setzt sich aus elf problemzentrierten Interviews mit Personen zusammen, die entweder eine Ausbildung in *Unity in Duality* durchlaufen hatten oder noch dabei waren, diese zu absolvieren. Bei der Auswertung orientiert sich die Autorin am Ansatz einer postqualitativen Forschung. Generell seien die erkenntnistheoretischen Einsichten über die Konstruktion der sozialen Wirklichkeit nicht hinreichend in das Methodenarsenal der Sozialwissenschaften eingeflossen. So fröne die qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring einem überwunden geglaubten Positivismus. Und der auf Foucault zurückgehenden Diskursanalyse und den Governmentality Studies wirft Georg vor, in der Anwendung zu starr und schematisch zu sein. Demgegenüber propagiert sie ein konsequentes *thinking with theory*, was im Endeffekt zu einer mäandernden Argumentation und zum ständigen Umkreisen der zentralen Fragen führt.

Der zweite Teil der Studie beginnt mit einer kritischen Betrachtung der Buddhismus-Rezeption im ‚Westen‘ (Kapitel 4). Mit Bezug auf Edward Said identifiziert Georg darin einen emblematischen Fall von Orientalismus. So habe man sich lange Zeit allein auf schriftliche Überlieferungen konzentriert, die den authentischen Kern ‚des Buddhismus‘ enthalten würden. Andere Überlieferungsformen, die spirituelle Praxis und der gesellschaftliche Kontext seien hingegen ausgeblendet oder abschätzig beurteilt worden. Georg spricht daher nicht vom Buddhismus, sondern von „buddhistischen Traditionen“, um kenntlich zu machen, dass es sich hierbei um etwas historisch Gewordenes handelt. Aus postkolonialer Perspektive sei es jedoch ebenfalls problematisch, Unterschiede zum ‚Westen‘ – etwa in den Selbstverhältnissen – nicht ernst zu nehmen und von vornherein als Phantasmen abzutun.

Folgerichtig werden im fünften Kapitel die buddhistischen Grundlagen von *Unity in Duality* beleuchtet. Das Verfahren wurde in den 1990er-Jahren von dem tibetischen Mönch Tarab Tulku, der ins Exil nach Europa gegangen war, und der dänischen Psychotherapeutin Lene Handberg entwickelt. Die beiden berufen sich darin auf

das „Tendrel“, eine tibetisch-buddhistische Lehre, deren Anfänge im 5. Jahrhundert vor Christus liegen und der zufolge alles Existierende in einem fortwährenden Prozess des Entstehens miteinander verbunden ist. Die das westlich-moderne Denken prägenden Dichotomien wie Subjekt/Objekt, Körper/Geist oder Energie/Materie sind im Tendrel keine Gegensätze, sondern bilden vielmehr eine Einheit. Wie Georg nicht müde wird zu betonen, bestehen hier – zumindest oberflächlich besehen – Gemeinsamkeiten mit Barads Agentiellen Realismus. Diese, von mir hier nur sehr verkürzt wiedergegebene buddhistische Philosophie übersetzten Tulku und Handberg in ein therapeutisches Konzept, das auf vier Säulen fußt: erstens die Auseinandersetzung mit Fragen des Bewusstseins und der Wahrnehmung von Realität, zweitens die persönliche Weiterentwicklung, drittens die Kunst, sich mit sich selbst und der Welt zu verbinden sowie viertens die spirituelle Entwicklung. Das Ziel von *Unity in Duality* besteht Georg zufolge darin, Handlungsfähigkeit zu erlangen.

Wie eine solche Arbeit am Selbst konkret aussieht, untersucht die Autorin im sechsten und siebten Kapitel. Besonders erhellend erläutert sie die Praktiken, die wesentlich Meditationstechniken entlehnt sind. Beispielsweise sollen Anweisungen zur Sitzhaltung, Atemkontrolle und Aufmerksamkeitslenkung eine „Verankerung im Körpersinn“ erreichen. Leider diskutiert Eva Georg die Befunde nicht im Hinblick auf die einschlägige Forschung zu Körpertherapien, die zumeist von einer Somatisierung und Sakralisierung des Selbst im Zusammenhang mit dem New-Age-Diskurs seit den 1970er-Jahren spricht.[1] Fraglich erscheint mir zudem, welche weitreichenden Schlüsse sie aus den Interviews zieht, die sich auf das Verständnis von Selbst, Freiheit, Handlungsfähigkeit und Ethik konzentrieren. Entsprechen die Aussagen der Interviewten den Begriffsbedeutungen in der buddhistischen Philosophie, gilt dies als Beleg für eine erfolgreiche Veränderung des Selbst. Beispielsweise fühlte sich eine befragte Person durch die Anwendung von *Unity in Duality* freier in ihrem Handeln. Anstatt diese Aussage zu problematisieren und den Erkenntniswert der Interviews methodenkritisch zu reflektieren, suggeriert die Analyse, die Selbsttechniken des untersuchten Verfahrens trügen zu einer Ent-Unterwerfung im Sinne Foucaults bei (vgl. S. 249 ff.).

Insgesamt fällt mein Fazit also durchwachsen aus. Georg widmet sich einem bislang nicht erforschten Verfahren und gelangt bei der Untersuchung der philosophischen Prämissen zu interessanten Befunden. Auch die postkoloniale Perspektive auf die Buddhismus-Rezeption weiß zu überzeugen. Überhaupt bewegt sich die Arbeit auf einem hohen theoretischen Niveau, etwa mit der innovativen Verbindung von Foucault und Barad. Wer sich aber neue Erkenntnisse über die Therapeutisierung erhofft, wird enttäuscht, denn dieser Prozess und seine gesellschaftliche Einbettung spielen höchstens am Rande eine Rolle. Es wäre wünschenswert, wenn nicht gar notwendig gewesen, *Unity in Duality* im therapeutischen Feld zu verorten und zumindest elementare Fakten zu vermitteln: Wo und von wem wird es praktiziert? Gibt es eigene Verbände oder Zeitschriften? Wie steht es zu konkurrierenden Schulen? So fällt es jedenfalls schwer, die Bedeutung des Verfahrens und damit die Ergebnisse der vorliegenden Untersuchung richtig

einzuordnen.

Neben den genannten Schwächen hadere ich vor allem mit der Absicht der Studie, nach alternativen Formen der Arbeit am Selbst zu suchen, die nicht dem Imperativ der Selbstoptimierung anheimfallen. Meines Erachtens resultiert aus einem solchen Ansinnen ein Spannungsverhältnis zwischen kritischer wissenschaftlicher Analyse und affirmativer therapeutischer Praxis. Es führt letztlich dazu, dass die Autorin diejenigen Annahmen und Praktiken, die ihren Vorstellungen einer ‚guten‘ Selbstführung entsprechen, nicht weiter problematisiert, während sie konkurrierende Verfahren durchaus kritisch analysiert. Warum erörtert das Buch beispielsweise den „ethical call“ Barads, als relationales Wesen Verantwortung für den Anderen zu übernehmen, nicht ebenso als eine spezifische Form der Anrufung? Des Weiteren halte ich es für verkürzt, die Ethik zum Gradmesser für die Frage zu erheben, ob eine Selbsttechnik zur Herrschaftssicherung diene oder eine „Praxis der Freiheit“ ermögliche. Ganz abgesehen von der Sinnhaftigkeit einer solchen Gegenüberstellung müssten hierfür zwingend der Kontext und insbesondere die von der Ethik nicht zu kontrollierenden Effekte betrachtet werden. Dann ließe sich auch besser verstehen, wieso sich buddhistische Therapeutiken als Mittel zur individuellen Distinktion gerade in der Mittelschicht so großer Beliebtheit erfreuen oder wieso sie in Managementseminaren zur Selbstoptimierung anleiten sollen.

Fußnoten

[1] Vgl. Pascal Eitler, „Selbstheilung“. Zur Somatisierung und Sakralisierung von Selbstverhältnissen im New Age (Westdeutschland 1970–1990), in: Sabine Maasen et al. (Hg.), Das beratene Selbst. Zur Genealogie der Therapeutisierung in den ‚langen‘ Siebzigern, Bielefeld 2011, S. 161–181.