



Joachim Vieregge, Körperpsychotherapeut in München, befasst sich mit einem Thema, das in der therapeutischen Allgemeinpraxis in den letzten 15 Jahren, nicht nur, aber gerade bei jüngeren Patienten vermehrt auftaucht: Wozu bin ich eigentlich hier in dieser Gesellschaft, was bin ich bei Lichte besehen tatsächlich wert, wozu werde ich überhaupt gebraucht? In Zeiten, wo hierzulande wieder darüber diskutiert wird Schuluniformen einzuführen, um den Mode-, Fashion- und Styledruck und -terror der Teuermarken von den weniger begüterten Kindern wegzunehmen, wo auf allen Sendern ebenso uniformer und konformer Starsearch betrieben wird, der einerseits "Individualität", "Originalität" und "Persönlichkeit" verlangt, andererseits diese Begriffe ad absurdum führt und sinnwidrig werden läßt, weil ohne allerstrenge Anpassung und Unterordnung an die von den Musikgiganten vorgegebenen Erfolgsnormen, -regeln und -gesetze sowieso nichts läuft (also das, was Walter Benjamin treffend die "Revolution in der Arena der Bourgeoisie" nannte), in diesen Zeiten, wo "natürliche Autorität" (Vieregge) als Vorbild für unsere Jugend gewiß nicht in den Medien zu finden ist, jedenfalls nicht bei denen, die sich dort pausenlos und unaufhörlich nach vorne drängen, seien sie nun Politikerbosse, Wirtschaftsbosse, Religionsbosse oder sonstige Führer und Prinzipale, wird die Frage nach dem Selbstwert und dem Gefühl dafür, beständig dringender und fordert Antworten, es sei denn, wir überlassen diese den Fundamentalisten aller Art. Wohin dieses Überlassen immer wieder führt und auch in Zukunft wieder führen muß, müßten und sollten wir in unserem Lande besonders gut wissen.

Das Selbstwertgefühl, dieses Gefühl für den eigenen Wert und die eigene Würde, bildet sich auf gesunde und natürliche Art im "offenen Raum", den das Baby und schon der Embryo und Fötus zuallererst auf dieser Erde mit der Mutter, dieser allerersten Bezugs-, Abhängigkeits und Kommunikationsperson, erlebt, oder eben auch nicht erlebt. Meist beides in den verschiedensten Abstufungen und Schwere- oder Leichtigkeitsgraden. Mit diesen haben wir es später in der Psychotherapie zu tun, deren Grundlage und Fundament eben dieser "offene Raum" ist, in dem die ins Stocken oder auf neurotische Abwege geratene Selbstorganisation des sich entfaltenden neuen Menschen wieder in Fluß kommen soll. Aus dieser Sicht sind wir Psychotherapeuten Fundamentalisten. Fundamentalisten des offenen Raumes. Wen wundert 's, da wir doch alle nach dem Fundament suchen, denn ohne dieses fällt der Griff nach den Sternen übel aus, falls er, wenn wir das Fundament dann haben, überhaupt noch nötig ist. Aber das ist eine andere Frage.

Begrüßen wir also den Text von Vieregge. Er durchforstet die einschlägige Literatur und findet heraus, daß der Begriff des Selbstwertgefühls strenggenommen noch gar keiner ist. Er wird tatsächlich fast durchgängig subsumiert unter die ausführlichen Diskussionen der Narzissmus- und Borderlineproblematik. Einigermaßen fündiger werde man in den Schriften zur modernen Säuglingsforschung, die denn auch ausgiebig unter dem in Rede stehenden Blickwinkel herangezogen und durchgearbeitet werden. Eingegangen wird aber auch auf die psychoanalytischen Definitionen, die sozialpsychologischen und historischen Aspekte und Untersuchungen zum Selbstwertgefühl als Beziehungsphänomen. Aufschlußreich auch hier wie im ganzen Buch immer wieder die Brückenschläge zur aktuellen gesellschaftlichen Situation, die verdeutlichen, wie ein gestörtes Selbstwertgefühl zu einem Mangel an Zivilcourage und einer modernen Autoritätsgläubigkeit führt und verführt. Dazu gehört im Umkehrschluß das Nichtaushaltenkönnen von berechtigter Kritik, die rastlose Suche nach Anerkennung und die Selbstaufwertung durch Abwertung anderer. Wer dafür praktische Beispiele erleben möchte, schaue sich die täglichen Nachrichten an. Einer langgeübten Lebenspraxis des Autors folgend studiert er das Thema auch bezüglich einiger spiritueller Traditionen wie dem tibetischen Buddhismus und den Lehren des vor einigen Jahren verstorbenen christlichen Mystikers

Daskalos. Darauf bauend beschreibt Vieregge in der zweiten Hälfte der Publikation einen eigens von ihm erarbeiteten und mehrmals durchgeführten gruppentherapeutischen Kursus zum Thema, mit detailliert ausgeführten Übungen, die jeweils noch einmal dankenswerterweise theoretisch unterlegt und untermauert sind.

In Vieregge´s Buch nimmt die esoterische Seite im zweiten Teil für meinen Geschmack zuviel Raum ein, wird jedoch immer wieder, und das ist ihm zu danken, auf eine fast strenge Art und Weise theoretisch und praktisch begründet und auf die Füße gestellt. Daher sollten Sie sich, lieber Leser, Ihr Urteil selber bilden. Lesenswert ist die Abhandlung allemal, besonders im ersten Teil, und gewünscht sind aus ganz egoistischem Interesse weitere, die die sozialpsychologischen und historischen Aspekte des Themas vertiefen. Das sollte dem gelernten Germanisten und Politologen Vieregge nicht allzu schwer fallen. Oder, wie es der langjährige Studienrat selbst zu Beginn schreibt: "Eine Stabilisierung des Selbstwertgefühls bedarf Veränderungen des Kommunikationsverhaltens in Schule, Betrieb und im politisch-öffentlichen Raum, wenn man einem stets drohenden Rückfall in ideologisierte reaktionäre Lösungen vorbeugen will."

Bernhard Maul, Freiburg i.Br.

E-Mail: bernmaul@aol.com