



73. Lindauer Psychotherapiewochen 2023

Das Ende der Vernunft?

Menschen gelten gemeinhin als „vernunftbegabte Wesen“. Doch warum handeln wir oft nicht vernünftig, führen Kriege und beschädigen unsere Lebensgrundlagen? Und was bedeutet das für Psychotherapeuten, die scheinbare „Irrationalitäten“ ihrer Patienten und deren Gründe zu verstehen suchen? Die Lindauer Tagung versuchte Antworten.

Die Vernunft als zentraler Begriff der Geistesgeschichte wurde im Laufe der Zeit immer wieder unterschiedlich aufgefasst. Heute beziehen wir uns hauptsächlich auf den Vernunftbegriff der Aufklärung, in Deutschland vor allem mit dem Namen Immanuel Kant (1724–1804) verbunden. Menschen gelten gemeinhin als „vernunftbegabte Wesen“. Demnach verfügen wir über die Fähigkeit, unsere Wahrnehmungen zu ordnen, Bedeutungen und Zusammenhänge zu erkennen, Schlussfolgerungen zu ziehen, Prognosen zu erstellen und unser Handeln damit in Einklang zu bringen. Dabei kennzeichnet vernünftiges Handeln, dass es möglichst viele Aspekte einbezieht, verschiedene Möglichkeiten abwägt und sich nach bestem Wissen für die geeignetste entscheidet. Doch warum handeln wir oft nicht vernünftig, führen Kriege und beschädigen unsere Lebensgrundlagen? Und was

bedeutet das für Psychotherapeutinnen und -therapeuten, die scheinbare „Irrationalitäten“ ihrer Patientinnen und Patienten und deren Gründe zu verstehen suchen?

Der irische Dichter Oscar Wilde (1854–1900) formulierte: „Der Mensch ist ein vernunftbegabtes Wesen, das immer dann die Ruhe verliert, wenn von ihm verlangt wird, dass es nach Vernunftgesetzen handeln soll.“ – „Das Ende der Vernunft wäre das Ende des Menschen?“, fragte Prof. Dr. med. Peter Henningsen, München, in seiner Einführung. Die Lindauer Tagung versuchte Antworten und Orientierungen.

Offen und evolutionär

Der Philosoph und Wissenschaftsjournalist Prof. Gert Scobel, Bonn, hat dem „Simplify your life“ in diesem Jahr das Buch „Complexify your life“ entgegengestellt. In seinem Eröffnungsvortrag unterscheidet er mit Immanuel Kant Verstand

und Vernunft. Während der Verstand an Regeln appelliere und sie anwende, sei die Vernunft „leer“, „a priori“, also vor aller Anschauung und Erkenntnis. Der Verstand steht demnach für „regelbasiertes Erkenntnis“, die Vernunft verfüge über die Freiheit, neue Regeln zu finden. Damit ist sie „offen und evolutionär“. Weil Evolution ohne Ziel erfolge, lasse sich immer erst „ex post“ feststellen, ob etwas vernünftig oder unvernünftig sei. Krisen erforderten entsprechende Transformationen. Nach der „Wende“ 1989 glaubten und hofften viele, Demokratie und Liberalismus hätten sich als vernünftigste Staatsform durchgesetzt (vgl. Francis Fukuyama). Der Demokratie-Index zeigt laut Scobel jedoch, dass lediglich 24 Staaten (acht Prozent) auf der Erde demokratisch verfasst und Demokratien im Schwinden begriffen sind. Die Bedeutung der Wissenschaft nehme ab, und wissenschaftliche Erkenntnisse haben keine

Auswirkung auf das Verhalten der Menschen. Mit Bezug auf den „optimism bias“ sei die Illusion nicht mehr haltbar, „dass es gut enden wird“. Philosophen haben die Fortschrittsgeschichte der Vernunft und die Idee universaler Vernunft als Mythos entlarvt (zum Beispiel Theodor W. Adorno, Max Horkheimer, Michael Hampe). Scobel plädiert dafür, das mit der Zunahme des Wissens notwendigerweise zunehmende Unwissen des Einzelnen zuzulassen, und für eine entspanntere Haltung gegenüber der Unübersichtlichkeit der Welt. Wir werden lernen müssen, damit zurechtzukommen, dass es für komplexe Probleme keine einfachen Lösungen gibt. Dazu sei „Weisheit“ im Sinn der Philosophie nützlich und hilfreich. „Bewusstseinskultur“ (Thomas Metzinger), die neu erfunden werden müsse, meint etwa die Frage, welche Bewusstseinszustände wir haben möchten und welche nicht. Lamentieren helfe nicht, und Entschleunigen sei in einer beschleunigten Welt allenfalls privat möglich. Und: „Psychotherapie allein wird nicht ausreichen.“

Impf- und Wissenschaftsskepsis

Univ.-Prof. Dr. med. Stephan Doering untersucht mit Blick auf das Buch „Gekränkte Freiheit“ der Soziologen Carolin Amlinger und Oliver Nachtwey Impf- und Wissenschaftsskepsis. Art. 3 des Grundgesetzes garantiert zwar Gleichberechtigung, verhindert aber nicht, dass Geld und Güter ungleich verteilt sind. Mehr Gleichheit schärfe indes die „Ungleichheitswahrnehmung“ – Menschen, die angestrebte Ziele nicht erreichen und sich nicht auf der Gewinnerseite finden, erleben das als „gebrochenes Versprechen der Leistungsgesellschaft“ („Wenn du dich nur genügend anstrengst, kannst du alles erreichen.“) und fühlen sich an diese Gesellschaft und ihre Regeln nicht mehr oder zum Teil nicht mehr gebunden. Die Expansion des Wissens mündet im Erleben vieler Menschen in eine Expertendiktatur („Epistokratie“). „Libertäre Autoritäre“ kapitulieren vor den „Komplexitätsumutungen der Wissenschaft“ und setzen epistemischen Widerstand gegen Epis-

tokratie. Doering benennt zudem „individuelle Einflussgrößen“ wie „epistemisches Vertrauen“, „intellektuelle Bescheidenheit“ und „psychische Störungen“. Als „Brücke“ eignen sich ihm zufolge „epistemische Bescheidenheit“ und „anerkennen, dass es zwei Stühle gibt“. Mit Bezug auf die Psychoanalytiker Wilfred Bion und Thomas Ogden empfiehlt er, auf allzu schnelles Verstehen des anderen zu verzichten.

Die Sprache gilt als entscheidendes Merkmal für die Entwicklung vom Tier zum Menschen. Als soziale Wesen sind wir auf Verständigung mit anderen angewiesen. „Kommunikation ist nicht alles, aber ohne Kommunikation ist alles nichts“, formuliert Prof. Dr. Bernhard Pörksen, Tübingen. Wie soll man also reden mit den „Unvernünftigen“, die vernünftigen Argumenten nicht zugänglich sind? Gibt es Auswege aus der Polarisierungsfalle? Pörksen bietet kein „Rezept“ und keine „Universalregel“, aber er benennt fünf Prinzipien: „Öffnende Wertschätzung“ versus pauschale Abwertung; die „Perspektivenverschränkung“ spielt weniger das „Spiel des Widerlegens“ und mehr das „Spiel des Verstehens“; das „Prinzip der doppelten Passung“ besagt, dass die Art der Kommunikation sowohl rollen- als auch situationskonform sein sollte; „nicht egozentrische Aufmerksamkeit“ hört mit zwei Ohren: Das Ich-Ohr fragt: „Stimmt das nach meiner Auffassung?“, das Du-Ohr fragt: „Ist es plausibel?“ „Respektvolle Konfrontation“ unterscheidet mit Friedemann Schulz von Thun zwischen „Verstehen, Verständnis und Einverständnis“. Laut Pörksen beginnt in einem wirklichen Dialog die Wahrheit zu zweit. Man muss also davon ausgehen, dass der andere Recht haben könnte. Mit dem Historiker Timothy Garton Ash plädiert Pörksen für „robuste Zivilität“, ein „Nicht gleichgültig sein“, das er zwischen „opportunistischem Taubstellen“ und „fundamentalistischer Attacke“ verortet. Und manchmal sei ein Dialog, der den Namen verdiene, auch nicht möglich.

Die Publizistin Katharina Nocun untersucht „Fake Facts“ und „True Facts“. Menschen, die Verschwö-

rungerzählungen anhängen, leiden nicht grundsätzlich an einer psychischen Erkrankung; doch würden Medizin und Psychotherapie in diesen Narrativen häufig diskreditiert. Nocun empfiehlt konkrete Fragen, etwa: „Woher hast du das? Was glaubst du genau? Wie lange glaubst du das schon? Was würde dich vom Gegenteil überzeugen?“ Faktenchecks seien dabei nur zu Beginn erfolgreich. Das Dilemma: Verschwörungsgläubige seien überzeugt, selbst offen zu sein, während die anderen als verbohrte angesehen werden. Aus der Sektenberatung stammt der Versuch, Verschwörungsgläubigen den „Nährboden abzugraben“, indem man sich frage, warum der Glaube für den anderen so attraktiv sei.

Populismus und Regression

Prof. Dr. med. Joachim Küchenhoff, Basel, beleuchtet den Zusammenhang zwischen Populismus und Regression. Populismus, verstanden als Selbstermächtigung des Volkes, ist demnach gekennzeichnet durch „Antipluralismus“, „Abwertung von kritischer Öffentlichkeit“ sowie ein „Missverständnis von Repräsentation“.

Schäfer/Zürn benennen als Ursachen „nichtmajoritäre Institutionen“, zum Beispiel Zentralbanken und Verfassungsgerichtsbarkeit, und die Schichtabhängigkeit politischer Repräsentation. Regression befriedigt Bedürfnisse, etwa die Identifikation mit Führerpersönlichkeiten. In Gestalt einer „regressiven Schleife“ reagiere Populismus auf Regression und verstärke sie.

Und was sagt die Hirnforschung? „Ist unser Hirn vernünftig?“, fragt Prof. Dr. rer. nat. Lutz Jäncke, Zürich, und beschreibt das Gehirn als individuelles „Interpretationsorgan“ zur „Berechnung eines Weltmodells“ – jeder Mensch mit seinem einzigartigen Gehirn berechne also sein eigenes Weltmodell. Damit können wir uns „in jede x-beliebige Kultur hineinlernen“. Dabei nehmen wir lediglich 10 bis 60 bits/Sekunde bewusst wahr, das entspreche 0,0005 Prozent der eingehenden Information. Bei anstrengender geistiger Arbeit verbraucht das Gehirn nur wenig

mehr Kalorien als in Ruhe. Jäncke formuliert: „Man kann durch Denken nicht dünn werden!“ Anhand vieler Beispiele zeigt er, dass unser Gehirn für absolute Urteile nicht gemacht ist. Sein Fazit: Absolute Vernunft sei unmöglich; Vernunft sei immer relativ, und nie sei alles bekannt. Damit bleiben wir angewiesen auf vorläufige Annahmen und Intuition.

Prof. Dr. rer. nat. John-Dylan Haynes, Berlin, sieht die „Neuroexuberanz“ der letzten Jahre kritisch. Die Hoffnung auf ein mechanistisches Verständnis des Gehirns nach Art eines Uhrwerks, das man in Einzelteile zerlegen kann, hat sich als trügerisch erwiesen. Laut Haynes sind viele Annahmen über das Gehirn Metaphern, welche die Realität unzureichend oder falsch abbilden. So seien etwa Gefühle nicht in bestimmten Hirnstrukturen lokalisierbar; hier seien nur Wahrscheinlichkeitsaussagen möglich. Der Nucleus accumbens im ventralen Striatum wird gemeinhin als Teil des Belohnungssystems angesehen. Laut Haynes repräsentiert die Struktur jedoch auch Motivation und Salienz. Das Modell des „dreieinigen Gehirns“ (Paul MacLean 1973: Reptilien-, Altsäuger- und Neusäugerhirn) vereinfacht unzulässig und ist nicht haltbar. Das „Protomodell“, die linke Hirnhälfte sei „logisch“ und die rechte „kreativ“, hält Haynes schlicht für „Quatsch“. Dennoch dürfe man Metaphern über das Gehirn machen, denn neuronale Erklärungen könnten Patienten entlasten. Neuere Forschung nutzt künstliche Intelligenz, um Wahrnehmung „auszulesen“ (Furkan Ozcelik, Rufin VanRullen).

Haltung der Affekttoleranz

Was bedeuten diese Erkenntnisse für die Psychotherapie? Laut Prof. Dr. phil. Cord Benecke, Kassel, produziert unser Gehirn „Fantasien über die Welt da draußen“. „Prozedural-dynamischen Regulierungsmechanismen“ wie Wut (Handlungsmacht) stünden Ohnmacht, Demütigung und Kränkung gegenüber. Mit Blick auf den aktuellen Weltklimabericht des IPCC konstatiert er: „Abwehr ist gesund, aber eventuell tödlich.“ Mit Begriffen wie „Unverfügbarkeit“ und „Resonanz“ (Hartmut Rosa) so-

wie „Mediopassivität“ und „Agentivität“ (Béatrice Han-Pile) entwickelt er eine Haltung und Weltbeziehung der Affekttoleranz: „Ich kann hilflos.“ Eine Haltung, die ermögliche, „ein lebbares Narrativ in Resonanz sich entwickeln zu lassen“.

Prof. em. Dr. Franz Caspar, Bern, beschäftigt sich mit der Herausforderung von Komplexität und Ungewissheit in Psychotherapie und Psy-



Foto: picture alliance/Heritage Images/The Print Collector

chotherapieforschung. Zunehmende Erfahrung führe bei Psychotherapeuten nicht automatisch zur Abnahme von Unsicherheit (Dreyfus HL und Dreyfus SE 2005). Gelungener Intuition gehen bei Experten „viele Durchgänge rational-analytischer Verarbeitung“ voraus. Mit dem Entwicklungspsychologen Juan Pascual-Leone plädiert er für „Umschalten“ und „Kombinieren“ von Intuition und rational-analytischer Verarbeitung.

2012 war Intuition ein Leitthema der Lindauer Tagung. Laut Jun.-Prof. Dr. phil. Carina Remmers, Witten-Herdecke, hat man nach intuitiven Entscheidungen ein besseres Gefühl als nach analytischen Entscheidungen, und intuitive Entscheidungen werden eher in die Tat umgesetzt als analytisch getroffene. Depressiv Erkrankte haben weniger

Der Philosoph Immanuel Kant (1724–1804) steht in Deutschland für den Vernunftbegriff der Aufklärung.

Vertrauen in die eigene Intuition. Dabei sagt ein positives Gefühl nach intuitiv getroffenen Entscheidungen nichts über die Richtigkeit der Entscheidung aus. Psychotherapeuten greifen eher auf Erfahrung und Intuition zurück als auf Evidenz und Manuale. Explizites Nachdenken mache die Intuition kaputt. Das Vorurteil, dass Frauen eher aus dem Bauch entscheiden als Männer, bestätigt eine Studie des Max-Planck-Instituts nicht.

Empörung und Wut

Laut Prof. Dr. Dr. Thomas Fuchs, Heidelberg, finden sich bei Menschen, die Verschwörungserzählungen anhängen, gehäuft paranoide, schizotype und narzisstische Persönlichkeitsmerkmale. Nach dem Grad der Überzeugung unterscheidet er Irrtum, Vorurteil, überwertige Idee, Wahnidee und schizophrene Wahn. Verschwörungserzählungen sind demnach „überwertige Ideen auf affektiver Grundlage“. Ähnlich wie beim Wahn tritt an die Stelle des Zufalls eine „intentionale Deutung“. Überfordernde Komplexität werde durch Kohärenzbildung reduziert, statt Ohnmacht und Angst artikulierten sich Empörung und Wut. Bei Anhängern von Verschwörungserzählungen sind Opferstatus und Geltungsbedürfnis („Wir sind die Wissenden.“) sowie die Gemeinschaft Gleichgesinnter wesentlich, häufig als „virtuelle Pseudogemeinschaft“; demgegenüber ist der Wahn laut Fuchs durch „Subjektzentrierung“ und „fehlende Perspektivübernahme“ gekennzeichnet – Wahnkranke bilden keine „Wahngemeinschaft“. Der Skepsis gegenüber menschlicher Vernunft hält Prof. Dr. Sabina Pauen, Heidelberg, schließlich kindliche Vernunftbegabung entgegen. Anhand experimenteller Befunde macht sie deutlich, dass Kinder altersabhängig zu kausalem, mathematischem und funktionalem Denken fähig sind. Konzeptuelles Denken entwickle sich auch auf der Basis von Irrtümern, die sich durch Interventionen korrigieren lassen. **Christof Goddemeier**

Literatur im Internet:
www.aerzteblatt.de/pp/lit0623

Zusatzmaterial PP 6/2023, zu:

73. Lindauer Psychotherapiewochen 2023

Das Ende der Vernunft?

Menschen gelten gemeinhin als „vernunftbegabte Wesen“. Doch warum handeln wir oft nicht vernünftig, führen Kriege und beschädigen unsere Lebensgrundlagen? Und was bedeutet das für Psychotherapeutinnen und -therapeuten, die scheinbare „Irrationalitäten“ ihrer Patientinnen und Patienten und deren Gründe zu verstehen suchen? Die Lindauer Tagung versuchte Antworten.

Literatur (Auswahl)

1. Addis ME, Krasnow AD: A national survey of practicing psychologists' attitudes toward psychotherapy treatment manuals. *J Consult Clin Psychol* 2000; 331–9.
2. Amlinger C, Nachtwey O: Gekränkte Freiheit: Aspekte des libertären Autoritarismus. Berlin: Suhrkamp Verlag 2022.
3. Dreyfus HL, Dreyfus SE: Peripheral vision: Expertise in real world contexts. 2005; <https://10.1177/0170840605053102>.
4. Feyerabend P: Irrwege der Vernunft. Frankfurt a. M.: Suhrkamp 1989.
5. Fukuyama F: Das Ende der Geschichte: Wo stehen wir? München: Kindler 1992.
6. Hampe M: Die Dritte Aufklärung. Berlin: Nicolai Publishing & Intelligence GmbH 2018.
7. Han-Pile B: Hope, Powerlessness, and Agency. *Midwest Studies In Philosophy* 2017; 41 (1): 175.
8. Horkheimer M, Adorno TW: Dialektik der Aufklärung. Frankfurt a. M.: Fischer Verlag 1988.
9. MacLean PD, Kral VA: A Triune Concept of the Brain and Behaviour. Toronto: Ontario Mental Health Foundation 1973.
10. Metzinger T: Bewusstseinskultur: Spiritualität, intellektuelle Redlichkeit und die planetare Krise. Berlin: Berlin Verlag 2023.
11. Müller JW: Was ist Populismus? Berlin: Suhrkamp, 5. Aufl., 2017.
12. Ozcelik F, VanRullen R: Brain-Diffuser: Natural scene reconstruction from fMRI signals using generative latent diffusion. 2023; <https://doi.org/10.48550/arXiv.2303.05334>.
13. Pachur T, Spaar M: Domain-specific preferences for intuition and deliberation in decision making. *Journal of Applied Research in Memory and Cognition* 4 2015: 303–11.
14. Rosa H: Unverfügbarkeit. Berlin: Suhrkamp 2020.
15. Rosa H: Resonanz: eine Soziologie der Weltbeziehung. Berlin: Suhrkamp 2019.
16. Schäfer A, Zürn M: Die demokratische Regression: die politischen Ursachen des autoritären Populismus. Berlin: Suhrkamp 2021.
17. Sterzer P: Die Illusion der Vernunft: warum wir von unseren Überzeugungen nicht zu überzeugt sein sollten. Berlin: Ullstein 2022.