

# Ich bin doch kein Psycho!

Krankheiten haben stets mit Körper und Seele zu tun. Darüber besteht heute in der Medizin Einigkeit. Trotzdem befürchten viele Patienten, als eingebildet krank abgestempelt zu werden – warum eigentlich?

Von Regula Freuler

**M**anchmal stehen uns vor Entsetzen die Haare zu Berge. Sorgen können uns ordentlich auf den Magen schlagen, bei traurigen Nachrichten zieht sich unser Herz zusammen, und tragische Ereignisse gehen einem unter die Haut.

Für Sprachpuristen sind solche Sätze bloss Metaphernsalat. Für Psychosomatiker hingegen können sie wichtige Informationen enthalten. Dieser Fachbereich der Medizin beschäftigt sich mit körperlichen Beschwerden, für die man keine organische Ursache findet. Viele dieser Leiden sind chronisch, etwa ein Reizdarm oder Fibromyalgie.

Eine weitere Gemeinsamkeit: Viele von ihnen – wie ein Burnout oder Essstörungen – werden mit sozialen Missständen in Verbindung gebracht. «In ihrer Geschichte ist die Psychosomatik oft stark politisiert worden», sagt Bettina Hitzer, Forschungsgruppenleiterin am Max-Planck-Institut für Bildungsforschung und Privatdozentin an der Freien Universität Berlin, «und zugleich war sie immer wieder Anstoss für Reformen in Medizin, Pflege und den Psychowissenschaften.»

Gemeinsam mit Alexa Geisthövel, Medizinhistorikerin an der Berliner Universitätsklinik Charité, hat Hitzer den kürzlich erschienenen Band «Auf der Suche nach einer anderen Medizin» herausgegeben. Die Beiträge stammen von Historikern und Ärzten, von denen einige auch in Psychosomatik ausgebildet sind. Der Fokus liegt zwar auf der psychosomatischen Medizin in

Deutschland. Doch vieles ist auf andere Länder übertragbar.

Zum Beispiel die kritischen Vorbehalte ihr gegenüber. Heute besteht in Fachkreisen ein Konsens, dass Krankheiten immer mit Körper und Psyche zu tun haben. So ist man überzeugt, dass nicht nur übermässiger Stress krankmachen kann, sondern auch umgekehrt eine chronische oder schwere Erkrankung wie Krebs zu psychischem Leid

## Psychosomatik in der Schweiz

### Klinische Anwendung erst ab den 1960er Jahren

**Obwohl der Begriff schon seit 1818 existierte, fand die erste Entwicklungsphase der Psychosomatik im engeren Sinn etwa ab den 1930er Jahren statt. In der Schweiz wurde diese Phase jedoch bis nach dem Zweiten Weltkrieg kaum rezipiert. Erst in den 1950er Jahren gründete der St. Galler Psychiater Medard Boss so etwas wie eine schweizerische psychosomatische Schule. Ab den 1960ern wurde die Psychosomatik hierzulande klinisch angewandt, und ihre Vertreter schlossen sich in einem ersten Dachverband zusammen. Seit 1997 gibt es den FMH-Facharzttitel. – Am 28. März findet am Universitätsspital Zürich der Jahresskongress der Schweizerischen Akademie für Psychosomatische und Psychosoziale Medizin (SAPPM) statt. (ruf.)**

führen kann. «Selbst Bereiche wie die Epigenetik oder die Psychoneuroimmunologie, die zur Avantgarde der medizinischen und biologischen Forschung gehören, arbeiten mit Modellen, bei denen es um den Leib-Seele-Zusammenhang geht», sagt Hitzer.

Auch der gesellschaftliche Trend weg von einer rein an den Naturwissenschaften orientierten Medizin und hin zu einer ganzheitlichen Praxis zeigt, dass die Psychosomatik zunehmend akzeptiert ist. Dennoch fühlen sich viele Patienten, die an eine psychosomatische Klinik überwiesen werden, zunächst nicht ernst genommen oder als eingebildet krank abgestempelt. Woran liegt das?

Zum einen daran, dass Sigmund Freuds Konversionstheorie früher eine dominante Rolle in der Psychosomatik spielte. Mit dem Begriff beschrieb der Wiener Arzt 1894 seine Auffassung, dass ein ungelöster psychischer Konflikt in ein körperliches Symptom beziehungsweise eine organische Erkrankung «umspringen» kann. Radikale Vertreter der Psychosomatik gingen daraufhin so weit, sämtliche körperliche Krankheiten auf seelische Probleme zurückzuführen.

### Rorschachs Tintenkleckse

Dazu kamen nach dem Zweiten Weltkrieg Reformbemühungen, die stark unter dem Einfluss der US-Forschung standen. «Dieser Re-Import der psychosomatischen Medizin, die im Sinne einer Demokratisierung wesentlich mit amerikanischen Stiftungsgeldern gefördert wurde, ist eine Wurzel für ihre Politisierung», sagt Bettina Hitzer. «Man hat in dieser Zeit angefangen, Parallelen zwi-

## «Entdeckungen in der Immunologie und der Bakteriologie haben psychogenetische Erklärungen in Misskredit gebracht.»

schen dem individuellen Körper und dem «Körper der Gesellschaft» zu ziehen.» Ein berühmtes Beispiel ist «Mars» von Fritz Zorn, das in den 1980ern zum Kultbuch avancierte. Der Zürcher Industriellensohn und Lehrer stellte darin seine Krebserkrankung als zwangsläufige und letztlich «reinigende» Reaktion seines Körpers auf seine «verdrängten Tränen» dar.

Gefragt war seit der Nachkriegszeit wissenschaftliche Evidenz: Die Leib-Seele-Dynamik sollte experimentell und quantifizierend nachgewiesen werden. Als Instrument dazu boten sich Persönlichkeitstests an, zu denen die 1921 erstmals öffentlich vorgestellten Tintenkleckse des Schweizer Psychiaters Hermann Rorschach gehörten.

In der Praxis viel wichtiger waren jedoch Tests, die aus den USA und England nach Mitteleuropa kamen und mit denen man Persönlichkeitsprofile erstellte. Die Designs der Tests waren allerdings oft fragwürdig. «Sie lenkten die Aufmerksamkeit der Patienten auf die Anteile ihrer Persönlichkeit, die von den Studienleitern als zentrale Faktoren psychosomatischer Erkrankung angenommen wurden», sagt Bettina Hitzer. Anders gesagt: Wenn man gründlich sucht, findet fast jeder ein gewichtiges Ereignis in seiner frühen Kindheit. Ob und inwiefern es sich auf die spätere Gesundheit auswirkt, ist damit nicht geklärt.

### Böse Mütter

Für die Patienten besonders schlimm war, dass die statistische Erfassung der Krankheiten mit Charaktermerkmalen in Verbindung gebracht wurden. «Einige der problematischen Effekte waren Schuldzuweisungen an die Kranken», so Bettina Hitzer. Diese wurden stark kritisiert, am prominentesten von der 2004 an Leukämie gestorbenen Intellektuellen Susan Sontag im Essay «Illness as Metaphor» (1978). Überhaupt kam aus den Reihen der Frauenbewegung viel Kritik an der nach einem patriarchalischen Weltbild ausgerichteten Psychosomatik, weil sie Mütter oft als Schuldige für die Erkrankung ihres Nachwuchses ausmachte.

Der Band der Berliner Historikerinnen ist die erste derart breit angelegte historische Darstellung der Psychosomatik im deutschen Sprachraum. Während die übrige Fachliteratur vorwiegend die Praxis beschreibt, wird hier eindrücklich der Wandel der Psychosomatik im jeweiligen Zeitgeist sowie durch Impulse der naturwissenschaftlichen Fortschritte vermittelt.

So halten sich die Herausgeberinnen bei der Auswahl der Krankheiten, mit denen sich einzelne Kapitel beschäftigen, auch nicht an den Kanon der «Holy Seven». Dieser wurde 1950 beschrieben und listet sieben klassische psychosomatische Krankheiten auf, die der Analytiker und Arzt Franz Alexander (1891–1964) spezifischen Persönlichkeitsdefiziten zuordnete. «Es war ein anregendes Modell, leitete aber den stärksten Bruch in der Geschichte der Psychosomatik ein», sagt Hitzer. «Denn spätere Entdeckungen in der Immunologie und der Bakteriologie lieferten Erklärungen für einige dieser Krankheiten, zum Beispiel das Magengeschwür. Damit gerieten psychogenetische Erklärungen in der Öffentlichkeit in Misskredit.» So gesehen waren die 1990er die Krisenjahre der Psychosomatik. Heute, sagt Bettina Hitzer, orientiert man sich wieder stärker in Richtung Psyche. Dazu gehören die Erforschung wirkungsloser Medikamente, sogenannter Placebos, und die Traumaforschung.

Alexa Geisthövel, Bettina Hitzer (Hg.): *Auf der Suche nach einer anderen Medizin. Psychosomatik im 20. Jahrhundert.* Suhrkamp 2019. 549 Seiten, um 31 Franken.

**Wie hängen Geist und Körper zusammen? Messung von Gehirnströmen an der Charité in Berlin, 1964.**