



© Foto-Ruhrgebiet- Fotolia.com

lichkeit, die er in der gestalttheoretischen Tradition von Wertheimer, Duncker und Lewin auf diagnostische Fragestellungen umsetzt.

Er analysiert den Prozess der Lösung eines Problems, der bei „optimalem Zueinanderpassen der verschiedenen Gegebenheiten“ (33) einer „ausgeglichene spannungsfreien Struktur“ (ebd.) entspricht und kommt zu sieben grundlegenden Faktoren der Intelligenz (z.B. Differenzierungsfeinheit, Komplexität ... vgl. 40 ff.), die für die individuelle

Betrachtung der „Vielgestaltigkeit der psychologischen Wirklichkeit“ (46) für PsychotherapeutInnen viele Anregungen bereitstellt.

In seiner Analyse der Persönlichkeit bezieht sich Meili auf die Berliner Arbeiten zur Willens- und Affektpsychologie der Forschungsgruppe um Lewin. Er stellt für sein diagnostisches Schema folgende Faktoren vor: „Faktoren, die die dynamische Seite der Vorgänge bedingen (...Intensität der Spannungssysteme ... und ...

Stärke der gegenseitigen Isolation der psychischen Systeme ...), die Triebfedern und deren Verhältnis zueinander“ (vgl. 79 f).

Abschließend weise ich noch auf eine Arbeit im Übergangsbereich von klinisch-psychologischer Diagnostik und Psychotherapie hin:

Harrower, Molly (1956): Projective Tests and Psychotherapy. In Werner Wolff (Ed.), Contemporary Psychotherapists Examine Themselves. Springfield: Charles C. Thomas, 184-191.

Molly Harrower, Doktorandin und langjährige engste Mitarbeiterin von Kurt Koffka, wendete die „Tintenkleecks-Bilder“ des Rorschach-Tests in der Einzel- und Gruppentherapie zur Selbstexploration (*Projective Counseling*) an und entwickelte daraus auch ein eigenes therapeutisches Verfahren. Mit diesem Vorgehen, die Patientin zu ihrer eigenen Diagnostikerin werden zu lassen, vertritt sie eher den modernen Ansatz des Empowerment als den einer psychologischen Diagnostik im traditionellen Sinn.

„Leergesoffen“ - eine nachdenklich machende Biographie von Kurt Guss

Eine Buchbesprechung von Barbara Emnet (Wien)

Kurt Guss (2014): Leergesoffen. Bekenntnisse eines geretteten Alkoholikers

Bonifatius Gmbh Druck, Verlag Paderborn. ISBN-10: 3897106175, S. 200, € 14,30

„Für einen Alkoholiker ist das Vertrauen darauf, dass ihm ohne Alkohol nichts passieren kann, die wichtigste Voraussetzung für dauerhafte Genesung.“

Kurt Guss

Der Autor

Ich habe Kurt Guss als Vortragenden bei der 16. GTA-Tagung in Osnabrück 2009 kennengelernt.

Er blieb mir als leidenschaftlicher Redner und scharfsinniger Kritiker von psychiatrischen Diagnosen in Erinnerung. Ich war beeindruckt von seinem Enthusiasmus und der Stringenz für die Sache. Ich freute mich also darauf, sein neu erschienenes Buch zu lesen.

Bereits beim Buchtitel verwunderte mich die Diagnose „Alkoholiker“. Das Buch ist eine Mischung aus hu-

morvoller Biografie und Sachbuch. „Die einzelnen Kapitel werden mit Zitaten aus der Heiligen Schrift eingeleitet, denen sich persönliche Erlebnisse und fachliche Kommentare anschließen“ (S. 9). Mutig bekennt sich Kurt Guss zu seiner Vergangenheit als Alkoholiker, seinem christlichen Glauben und seiner Mitgliedschaft bei den Anonymen Alkoholikern.

Kurt Guss, 1943 als Sohn eines Lehrers und dessen Ehefrau in Sonderhausen in Deutschland geboren, studierte Philosophie, Psychologie, Psychopathologie, Physiologie, Humangenetik, Soziologie, Erziehungs- und Rechtswissenschaft an den Universitäten in Münster, Dortmund, Heidelberg und Gießen. Nach dem Diplom in Psychologie (1968) an der Universität Münster und dem ersten Staatsexamen für das Lehramt (1970), promovierte er 1972 bei Wolfgang Metzger. Es folgten die Habilitation in Psychologie an der Universität Duisburg (1981), die Berufung zum Professor für Psychologie und Soziologie an der Hochschule des Bundes in Mannheim (1983), die Promotion in Erziehungswissenschaft an der Universität Dortmund (1988) und die Promotion in Rechtswissenschaft an der Universität Gießen (2002). Kurt Guss wirkte als Hochschullehrer an der Universität Duisburg, an der Hochschule des Bundes in Mannheim und an der Staatlichen Nekrassow-Universität in Kostroma (Russland). Er ist Präsident der Ostwestfalen-Akademie mit dem Schwerpunkt für Weiterbildung in Humanistischer Psychotherapie. Kurt Guss ist Gründungspräsident der *Internationalen Gesellschaft für Gestalttheorie und ihre Anwendungen (GTA)* sowie beratender Herausgeber der internationalen multidisziplinären Zeitschrift *Gestalt Theory*. Seine vielfältigen wissenschaftlichen und literarischen Publikationen befassen sich in den letzten Jahren vor allem mit der Einführung in die Gestaltpsychologie und in einige ihrer Anwendungen, mit der Psychopathologie und mit der Alkoholkrankheit (aus Wikipedia: Die freie Enzyklopädie).

Bei dieser akademischen Karriere vermutet bestimmt niemand ein Leben eines Alkoholikers, der die meisten Prüfungen mit mindestens zwei Promille Alkohol im Blut bestanden hat (S. 16).



Der Inhalt

Im ersten Kapitel erzählt Kurt Guss über sein „erstes“ Leben, das er drei Jahrzehnte lang dem Alkohol geweiht hatte. Von Kindheit an empfand er sich anders als alle anderen, sehnte sich aber andererseits auch danach, so zu sein wie alle anderen. Bei seinem ersten und einzigen Kindergartenbesuch erlebte er das erste Mal bewusst die durchsichtige und unüberwindbare Wand, die ihn von anderen Menschen trennte, bis er schließlich als Gymnasiast das Wundermittel entdeckte, das alle Minderwertigkeitsgefühle, Hemmungen und Ängste löste. Nach drei Glas Bier genoss er das große Erlebnis der Erlösung. Der Alkohol gab ihm wie von Zauberhand das lang ersehnte Gefühl, ein vollwertiges Mitglied der menschlichen Gemeinschaft zu sein und endlich dazuzugehören. Der gläserne Vorhang, der ihn von den anderen trennte, hob sich endlich durch Alkohol auf (S. 22-24). In einer akademischen Jagdverbindung lernte er zu saufen. Sein gesamtes Leben wurde mehr und mehr vom Alkohol bestimmt. Drei Jahrzehnte hat er versoffen, ohne auf die Idee zu kommen, er könnte Alkoholiker sein, nicht nach zahllosen Black-

outs, nicht in der Ausnüchterungszelle, nicht nach Disziplinar- und Strafverfahren, nicht nach warnenden Beispielen und Todesfällen (S. 31). Wie Henri Frederic Amiel meint er: „Einen Kranken, der sich für gesund hält, kann man nicht heilen“ (S. 50). Und für gesund hält sich der Alkoholiker. Alkoholiker leiden nicht am Alkohol, sondern an ihren Mitmenschen oder ganz allgemein an der Welt, die sie nicht versteht und die sie im Grunde auch nicht verdient hat.

Kurt Guss beschreibt seine „Umkehr“, die bei einem eher unbedeutenden äußeren Ereignis, dem Besuch einer Vernissage, eintrat. Innerlich traf es ihn wie ein Blitz, eine Art spirituelles Erlebnis, das sein Leben durchgreifend veränderte. Deutlich spürte er die Nähe des Todes und die Gewissheit, es würde Schreckliches geschehen. Ein Gefühl von etwas Bedeutsamem, welches sich nicht näher beschreiben lässt (S. 65). Wie Caroline Knapp meint er: „Der Tiefpunkt der Sucht ist im Normalfall ein Ereignis im Innenleben des Betroffenen, von dem der Außenstehende nichts mitbekommt“ (S. 67). Am darauffolgenden Morgen stellte sich Kurt Guss ernsthaft die Frage, ob er nicht am Ende Alkoholiker sei. Dieses „Zugeben“, die „Kapitulation“, die „Niederlage“, das „Eingeständnis der eigenen Machtlosigkeit“, an einen Punkt gelangen, „an dem man nicht mehr kann“, das ist für ihn die „Umkehr“, die erst ein „neues“ Leben möglich macht. Er findet den Weg zu den Anonymen Alkoholikern.

Im zweiten Kapitel beschreibt Kurt Guss zunächst seinen Prozess bei den Anonymen Alkoholikern, seine anfängliche Überheblichkeit bei Meetings gegenüber all diesen „Idioten“, die an eine höhere Macht und „anderen Blödsinn“ glaubten. Dieses abwertende Bild sei das Bild eines Süchtigen, der sich für den

Nabel der Welt hält. Heute stehe dagegen für ihn die Gewissheit, geliebter Teil in einem herrlichen Ganzen zu sein (S. 76-78). Schonungslos und radikal rechnet er mit seinem „alten“ Leben ab und beschreibt, wie es ihm gelungen ist, sein „neues“ Leben zu bewahren. Für Kurt Guss ist Alkohol nichts anderes als ein „krebserzeugendes Nervengift“. Es gibt keinen Alkoholgenuss, kein kontrolliertes Trinken, keine Reduktion. Es macht auch keinen Sinn, den Grund für die Sucht in der Vergangenheit zu suchen, wie es die Psychoanalyse tut. Manche Menschen trinken, weil sie Stress haben, andere aus Langeweile oder weil ihr Partner gestorben ist. Es geht ums „Aufhören“ und zwar „Jetzt“ (S. 103-106). Der Wandlung muss ein Sturz vom hohen Ross voran gehen, die bedingungslose Kapitulation, das Eingeständnis der Machtlosigkeit. Erst diesem Punkt folgt die Bereitschaft, Verantwortung für sich und für sein Leben zu übernehmen. Dabei macht der gerettete Alkoholiker die Erfahrung, dass er seine alten Freunde verliert. Häufig verliert er auch seine Familie. Das Leben muss unumgänglich neu gestaltet werden. Für Kurt Guss bedeutet dies kein Unglück, sondern eine gewaltige Chance für ein Leben in Wahrheit, Freiheit und Liebe, das dem menschlichen Sein von Natur aus durch Glauben und Hoffnung entspringt (S. 125).

Im dritten Kapitel verdeutlicht Kurt Guss seine Rettung vom Alkohol durch seinen tiefen Glauben an Gott und an den Menschen selbst. Durch seinen individuellen Heilungsprozess kommt er zum Schluss, dass Drogen nur ein Irrtum der süchtigen Gesellschaft sind und ein Leben ohne Drogen für alle Menschen die bessere Wahl ist, also auch für Menschen, die von ihnen nicht abhängig sind oder waren. Bei der Diskussion um Ersatzdrogen handelt es sich seiner

Meinung nach um einen Mythos: Wenn die Seele erwacht, dann tut sich kein Loch auf, das mit irgendeinem Ersatz zu füllen wäre (S. 146). Das Gefühl und das Wissen eines freudvollen Lebens stellen sich von selbst ein und tragen von selbst. Der süchtige Mensch benötigt keinen Besserwisser, keine Fremddiagnose, keinen starken Willen, die Lösung seines Problems trägt er von Natur aus in sich. Den Kampf gegen den Alkohol aufgeben, bedeutet nicht Selbstaufgabe, sondern Lebensqualität, Lebensfreude und Heilung. Kurt Guss meint, dass Alkoholismus mehr ist, als eine körperliche, seelische und geistige Krankheit. Alkoholismus ist ein Verlust der geistigen Mitte, Verlust von Verankerung, Zusammenhang, Zugehörigkeit und Geborgenheit. Dieser Verlust bewirkt die Angst des Alkoholikers. Das Gegenteil von Angst ist Vertrauen, Vertrauen zum Leben, Vertrauen zu anderen Menschen, Vertrauen zu sich selbst, Vertrauen zur Zukunft, Vertrauen auf Gott (S. 159-160).

Das Buch findet eine Abrundung mit drei Nachwörtern: Prägnant ist ein fiktives Interview mit dem Gründer des Dromedary Clubs, den Kurt Guss und andere 2007 gegründet haben. Hier wird noch einmal deutlich, was Kurt Guss von der Alkoholproblematik hält. Berührend ist das Nachwort seiner Ehefrau, in der sie ihr vergangenes Leid und ihre Verantwortung als Co-Abhängige thematisiert. Am Ende steht ein fiktiver Brief seiner verstorbenen Mutter aus dem Himmel. Mit tröstenden und friedvollen Worten schließt er damit seine Darstellungen ab.

Kommentar

Die ersten zwei Kapitel waren für mich zäh zu lesen. Die Zitate aus der Bibel und die Merksätze der Anonymen Alkoholiker hatten für mich so etwas Predigendes, ein

Schönreden der Welt. Sein Erlebnis, dass er „Alkoholiker“ ist, klang wie eine Erleuchtung, irgendwie zu „heilig“. Absolut ungeeignet für mich als Psychotherapeutin, die mit ganz anderen Welten von KlientInnen – egal, mit welchen Diagnosen - konfrontiert ist. Mein Verständnis fand erst im dritten Kapitel statt. Ich verstand, dass Kurt Guss von einem sehr tiefen Glauben – in seinem Fall der Glaube an Gott – getragen war und ist. Für Kurt Guss ist das Erlebnis der Einsicht einmalig, intensiv und bewirkt die sofortige „Umkehr“, durch die Besuche bei den Anonymen Alkoholikern wird sein Glaube gefestigt. Von meinen KlientInnen kenne ich ähnliche innere Geschehnisse, die die Entscheidung zu einem drogenfreien Leben ganz konkret und lebensnah auslösten: ein Gefängnisaufenthalt, der als tiefer Fall im Leben empfunden wird, ein Todesfall eines süchtigen Freundes aufgrund von Drogen, die Geburt eines eigenen Kindes oder des Kindes einer nahestehenden Person, die der Mensch durch seine Sucht nicht verlieren möchte. Im psychotherapeutischen Prozess mit (nicht nur) süchtigen Menschen bin ich konfrontiert mit Schwankungen, Unklarheiten, Unsicherheiten und Ambivalenzen im inneren Erleben. Ein Kampf, der immer wieder ausgefochten werden muss. Nach meiner Erfahrung mit süchtigen Menschen ist ein Heilungsprozess meistens auch ein sehr langwieriger Prozess. Von diesem immer wiederkehrenden, inneren „Hin- und Hergerissen Sein“, hätte ich mir erwartet mehr zu lesen.

Die Selbstdiagnose, „Ich bin Alkoholiker“, ist für Kurt Guss keine leere Floskel. Ich erinnere mich diesbezüglich an einen Patienten, den ich im Zuge meiner Tätigkeit in einer stationären Drogentherapieeinrichtung von der Entgiftungsstation eines Krankenhauses ab-

holte. Bei seinem Ausgang hatte er beinahe eine Überdosis an Drogen konsumiert und sagte ganz mit-leidig, dass er halt drogensüchtig sei. Diese Art von Selbstdiagnose meint Kurt Guss gerade nicht. Der Satz „Ich bin ein Alkoholiker“ ist für Kurt Guss ein schöpferischer Akt, der den Menschen von Grund auf verwandeln und tragen kann, ein innerer Prozess und ein spirituelles Geschehen, ein Perspektivenwechsel, vom Ich weg zur Welt hin, weg vom Selbstmitleid und der Selbstbezogenheit, vom Gefühl der Angst und Nutzlosigkeit, von der Ichbezogenheit und Selbstsucht hin zum Leben, zum Glauben an sich selbst, zum Glauben an die Menschheit und zum Glauben an Gott.

Für Kurt Guss war seine Heilung durch seinen tiefen Glauben an Gott möglich. Tatsache ist hingegen, dass viele suchtkranke Personen ohne Gott zum Trinken aufhören und, dass auch gläubige Menschen Alkoholprobleme bekommen können.

Mir lockt Kurt Guss zu sehr mit einer Erfüllung der Sehnsucht nach einem Leben ohne Leid, ohne Schmerz und ohne Verzicht, nach einem Leben voller ungetrübter Glückseligkeit, wenn die Menschheit alkoholfrei lebt. Aus Sicht der Gestalttheorie setzt man auf die „selbstregulativen Vorgänge“ im Menschen. Unter günstigen Bedingungen bildet sich natürliche Ordnung von selbst (Tendenz zur guten Gestalt), was aber nichts mit automatischen „Heilserwartungen“ zu tun hat. Der Aspekt der Selbstverantwortlichkeit ist in der Gestalttheorie ein wichtiger und

inkludiert „die Notwendigkeit, sich von Illusionen und unerfüllbaren Wünschen zu verabschieden und auf seine eigenen Fähigkeiten zu vertrauen“ (Zabransky & Soff 1996, 13). Zu guter Letzt teilen wir jedoch die Auffassung, dass es um Vertrauen in sich selbst geht!

Der gerettete Alkoholiker verurteilt jeglichen Alkoholgenuss. Er teilt seine Welt in „alt“ und schlecht mit Alkohol sowie „neu“ und gut ohne Alkohol. Während vorher Sinn bzw. Unsinn seines Lebens der exzessive Alkoholgenuss repräsentiert, tut dies nun meiner Meinung nach die exzessive Ablehnung des Alkohols. Kontrolliertes Trinken wird disqualifiziert und auch mäßiger Alkoholkonsum grundsätzlich abgelehnt. Dass in unserer Gesellschaft Alkoholgenuss eine die Suchtentwicklung fördernde Rolle spielt und dieser Umstand der Veränderung bedarf, leuchtet ein. Aber mir leuchtet nicht ein, dass ein Mensch nicht selber fähig sein sollte, Einsicht in ein für ihn angemessenes Alkoholverhalten zu finden. Obwohl der Verzicht auf das Suchtmittel die sicherste Variante darstellt, die Sucht zu überwinden, gibt es in der Suchthilfe inzwischen sehr unterschiedliche Therapiewege und Angebote, die dem Krankheitsverlauf, der persönlichen Situation, der individuellen Lebensgeschichte und Persönlichkeit auf ganz unterschiedliche Weise Rechnung tragen (vgl. Walter 1994, 137f). Und spätestens bei den substanzungebundenen Süchten (z.B. Sexsucht, Kaufsucht, Internetsucht, Arbeitssucht, Spielsucht, Esssucht, Mager-sucht) komme ich mit der Variante

des absoluten „Verzichts“ als Mittel zur Heilung süchtigen Verhaltens in eine Sackgasse.

Kurt Guss lässt uns mit seinem Buch „Leergesoffen“ teilnehmen an seiner menschlichen Rettung. Wie er durch ein großes inneres Erlebnis sein Leben so radikal ändert, ist für mich beispiellos. Was er durch einen tiefen Glauben persönlich bewegt hat, ist für mich genauso beeindruckend wie seine Folgerungen, die er für sein Leben zieht. Sein Mut zur radikalen Veränderung in Theorie und Praxis ist imponierend. Sein tiefer Glaube an Gott fesselte und berührte mich besonders im dritten Kapitel. Ich vermisse jedoch an dieser scharfen Sichtweise die vielfältigen und lebensnahen Schattierungen der Suchtproblematik. Da lässt Kurt Guss wenig Spielraum walten und wird dem Suchtphänomen in seiner Vielfalt nicht gerecht. Ich glaube aber, dass er das auch gar nicht intendierte.

Ein Buch für alle Nichtgläubigen!

Literatur

- GUSS, K. (2013): Psychiatrische Diagnosen. In: *Phänomenal - Zeitschrift für gestalttheoretische Psychotherapie*, Wien, Krammer Verlag, Heft 1-2, 2013, 63-66.
- WALTER, H.- J. (1994): Gestalttheorie und Psychotherapie. Ein Beitrag zur theoretischen Begründung der integrativen Anwendung von Gestalt-Therapie, Psychodrama, Gesprächstherapie, Tiefenpsychologie, Verhaltenstherapie und Gruppendynamik, Opladen, Westdeutscher Verlag, 3. Auflage.
- WIKIPEDIA. Die freie Enzyklopedie: https://de.wikipedia.org/wiki/Kurt_Guss
- ZABRANSKY, D., SOFF, M. (1996): Einführung in die Grundlagen Gestalttheoretischer Psychotherapie. Hrsg. von der Österreichischen Arbeitsgemeinschaft für Gestalttheoretische Psychotherapie, Wien.

www.krammerbuch.at

versandbuchhandlung für psychotherapeutische,
psychologische&medizinische fachmedien

buchhandlung@krammerbuch.at | Tel: 01/985 21 19 | Fax: 01/985 21 19-15
portofreier versand (in ö)