

Mythen der Psychoanalyse und die digitale Zukunft des Therapeutischen: Literaturessay zu "The Distance Cure: A History of Teletherapy" von Hannah Zeavin

Stetten, Moritz von

Veröffentlichungsversion / Published Version

Zeitschriftenartikel / journal article

Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Stetten, M. v. (2022). Mythen der Psychoanalyse und die digitale Zukunft des Therapeutischen: Literaturessay zu "The Distance Cure: A History of Teletherapy" von Hannah Zeavin. *Soziopolis: Gesellschaft beobachten*. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-81431-8>

Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer CC BY Lizenz (Namensnennung) zur Verfügung gestellt. Nähere Auskünfte zu den CC-Lizenzen finden Sie hier: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.de>

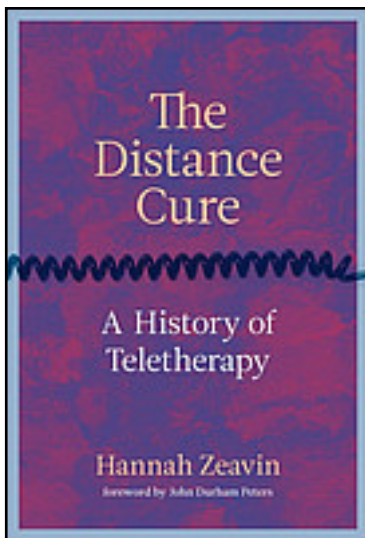
Terms of use:

This document is made available under a CC BY Licence (Attribution). For more information see: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

Moritz von Stetten | Literaturressay | 14.07.2022

Mythen der Psychoanalyse und die digitale Zukunft des Therapeutischen

Literaturressay zu „The Distance Cure. A History of Teletherapy“ von Hannah Zeavin



Hannah Zeavin

**The Distance Cure . A History of
Teletherapy**

USA

Cambridge, MA 2021: MIT Press

328 S., 35.00 \$

ISBN 9780262045926

Bis heute wird mit einer Psychotherapie vor allem eines assoziiert: ein*e Patient*in liegt erzählend auf einer Chaiselongue, den Blick abgewandt von der Therapeut*in, die sich um eine Anregung des Sprachflusses und wertfreie Einordnung des Erzählten bemüht. Es dominiert die Vorstellung von der Psychotherapie als Gesprächssituation in Präsenz, in einem geschützten Raum, fernab vom Trubel der Außenwelt. Im Jahr 1913 schreibt Freud zum Setting seiner Psychoanalyse: „Ich halte an dem Rate fest, den Kranken auf einem Ruhebett lagern zu lassen, während man hinter ihm, von ihm ungesehen, Platz nimmt.“¹ Dieser intime Rahmen des freien Assoziierens ist schon immer sehr unterschiedlich gedeutet worden. Die einen sehen ihn als Gründungsszene der modernen Psychotherapie, die den zivilisationsgeplagten Menschen in Zeiten des kulturell-technologischen Fortschritts und komplexer moderner Konfliktlagen bei der Bearbeitung seines seelischen Leidens begleitet. Andere dagegen sehen im psychoanalytischen Setting die Gefahr von Distanzlosigkeit und Willkür von Seiten der Therapeut*innen, die sich vor allem in psychischer Gewalt gegenüber Minderheiten und abweichenden Lebensformen äußert.² Eines jedoch war die Psychoanalyse scheinbar immer: ein Ort des Spürens und Denkens

abseits der beschleunigten, lärmenden kapitalistischen Gesellschaft.

Hannah Zeavins 2021 erschienenes Buch *The Distance Cure. A History of Teletherapy* lässt sich als wohlwollende Grundsatzkritik an diesem weit verbreiteten Verständnis von moderner Psychotherapie und Psychoanalyse lesen. Aus einer im Kern historischen, aber medientheoretisch und kulturwissenschaftlich informierten Perspektive erzählt Zeavin gewissermaßen die Vorgeschichte zur digitalen Psychotherapie. Sie interessiert sich für teletherapeutische Praktiken im prädigitalen Zeitalter, das weder eine flächendeckende Verbreitung von Personal Computern noch eine algorithmische Kontrolle digitaler Daten kannte. Die Autorin forscht nach den Ursprüngen derjenigen sozialen Therapiepraktiken, die entweder unter der Bedingung räumlicher Distanz oder zeitlicher Verzögerung stattfinden. Im Fokus steht dabei die Psychoanalyse als eine der wichtigsten Strömungen der modernen Psychotherapie. Zeavin kommt aber auch auf die Bedeutung von technischen Medien für die Verhaltenstherapie zu sprechen, und setzt sich mit den damit verbundenen Konflikten zwischen den verschiedenen psychotherapeutischen Haltungen zur Rolle der Digitalisierung auseinander. Konkret geht es um Freuds Briefkommunikation, die Entstehung der Telefonseelsorge, die Entwicklung erster Chatbots zur Simulation von Therapeut*innen und die Verbreitung psychotherapeutischer Inhalte in Radio und Fernsehen zu Unterhaltungszwecken. Zeavin interessiert sich weniger dafür, was die zunehmende Bedeutung der Psychotherapie über unsere Gesellschaft aussagt, sondern sie eruiert, welchen Ort Psychotherapie und Psychoanalyse in einer durchtechnologisierten, spätkapitalistischen Gesellschaft haben können und sollten.

Im Folgenden gehe ich systematisch auf die zentralen Argumente Zeavins ein. Das Buch lädt meiner Ansicht nach vor allem dazu ein, sich über die verschiedenen Mythen Gedanken zu machen, die die moderne Psychotherapie seit ihrem Entstehen Ende des 19. Jahrhunderts begleiten und bis heute wirksam sind. Meine Auseinandersetzung mit diesen Mythen verbinde ich mit einer gesellschaftshistorischen Reflexion derjenigen Versprechen, die heute mit der Digitalisierung des Psychotherapeutischen einhergehen. Ich nutze die Mythen zwar vorrangig als Anlass, das Verhältnis von Technik und Psychotherapie zu beleuchten, zugleich zielt meine Auseinandersetzung jedoch auch auf eine soziologische Reflexion einer vorurteilsfreien Beschäftigung mit der digitalen Transformation insgesamt. An den Mythen wird deutlich, welche vorschnellen Deutungen sich bei einer soziologischen Betrachtung der Digitalisierung als historischem Prozess einschleichen können. Damit lässt sich, so argumentiere ich, Zeavins Buch auf zwei Arten lesen und für die Soziologie auf produktive Weise heranziehen: als ein Buch über die (Vor-)Geschichte des Verhältnisses von Technik und Psychotherapie und als Buch über die Merkmale einer analytisch

differenzierten Betrachtung des Prozesses der digitalen Transformation.

Mythos I: Die Psychotherapie ist eine dyadische Situation

Man könnte meinen, dass eine Geschichte des Teletherapeutischen mit der Erfindung von technischen Geräten wie dem Telefon beginnt, das seit den 1950er-Jahren als systematischer Bestandteil einer psychotherapeutischen Behandlung diskutiert wird.³ Zeavin setzt jedoch früher an, bei Sigmund Freuds Briefwechseln. Als zentrales Beispiel für eine medial vermittelte Therapie diskutiert sie den später berühmt gewordenen Fall des kleinen Hans. In psychoanalytischen Kreisen gilt die Fallgeschichte des kleinen Hans, der unter einer fürchterlichen Angst vor Pferden litt, als Meilenstein in der Kinder- und Jugendtherapie. Anna Freud und Melanie Klein griffen den Fall später auf, um die gewonnenen Erkenntnisse systematisch weiterzuentwickeln. Für Zeavin ist jedoch ein anderer Umstand von Interesse: Freud hat den kleinen Hans letztendlich nur ein einziges Mal persönlich getroffen. Die Fallgeschichte beruht vorrangig auf den wöchentlichen Berichten von Hans' Vater, der Freud von den Leiden seines Sohnes berichtet. Hans selbst verweigert sich der Visite.

Als weiteres Beispiel zieht Zeavin Sigmund Freuds Korrespondenz mit seinem Freund und Kollegen Wilhelm Fliess heran. Freud zeigte sich zwar immer skeptisch gegenüber der Selbstanalyse, pflegte jedoch gleichzeitig einen intensiven Briefkontakt mit seinem Freund Wilhelm Fliess, in dem er seine eigene Lebenssituation umfassend reflektierte. Zwischen 1887 und 1904 schreibt Freud 284 Briefe an Fliess, die durchzogen sind von Reflexionen über die Psychoanalyse und Interpretationen seiner eigenen Rolle als Analytiker. Da Freud selbst kein Tagebuch führte, liegt es nahe, seine Korrespondenz als Selbstreflexion zu verstehen, die die dialogische Situation zum Anlass für eine Art Selbstanalyse nimmt.

Auffällig an beiden Beispielen ist die zentrale Rolle von Dritten, die zwischen den Beteiligten vermitteln. Der Vater des kleinen Hans überbringt dessen Botschaften, berichtet von den Gemütszuständen, Ängsten und Empfindungen seines Sohnes. Es sind seine schriftlichen Beobachtungen, die die Grundlage für Freuds Interpretationen bilden. Die Briefe von Freud an Fliess vermitteln wiederum zwischen Freud dem Analytiker und Freud dem Analysanden. Fliess selbst ist der Adressat der Freud'schen Selbstreflexion, jedoch als Projektion in einer Schriftkommunikation, die als Grundlage einer Psychoanalyse so eigentlich nicht vorgesehen ist.

Darauf aufbauend entwickelt Zeavin eine medientheoretische These mit historischem

Weitblick: die Vorstellung einer zunehmenden Ablösung der nicht-technischen, traditionellen Gesprächstherapie durch medial vermittelte Teletherapien ist *irreführend*. Vielmehr gilt:

Die Besonderheit teletherapeutischer Angebote besteht also nicht darin, dass die Interaktion zwischen Patient*in und Therapeut*in um ein vermittelndes Medium (Telefon, Chat, Video, App) ergänzt wird, denn bei jenen handelt es sich nicht nur um technische Artefakte wie Schallplattenspieler, Telefone, PCs oder Smartphones. Stattdessen ist die mediale Umgebung des psychotherapeutischen Settings immer schon Teil desselben und beinhaltet vieles mehr: „the office, the fixed appointments for the session or sessions, the session hours (especially their beginning and end), the fixed fee for this bounded time, the greeting at the door, the chairs or couch utilized by clinician and patient“ (S. 6). Diese Annahme ermöglicht den Vergleich zwischen nicht-technischen und technischen Psychotherapiepraktiken, genauso wie zwischen verschiedenen Arten von Distanz und Nähe, die mit diesen Praktiken einhergehen können. Der Mythos der natürlichen, unverstellten und dyadischen Therapiesituation unterschlägt den unvermeidlich medialen Charakter einer jeden psychotherapeutischen Behandlung.

Mythos II: Psychotherapie ist angewiesen auf körperliche Ko-Präsenz

Der zweite Mythos, der sich mit Hannah Zeavins Buch hinterfragen lässt, ist die Gebundenheit von Psychotherapie an die körperliche Ko-Präsenz von Therapeut*in und Patient*in. Zeavin plädiert dafür, das Verständnis von Präsenz mit Blick auf die Rolle von Technik und Medien zu überdenken. „I argue that distance is not the opposite of presence; absence is.“ (S. 18) Der Titel von Zeavins Buch – *The Distance Cure* – ist folglich nicht nur ein Wortspiel mit Freuds „Gesprächstherapie“ („talking cure“), sondern spielt auch darauf an, dass Ferne und Distanz nicht als Merkmale der technischen Abstinenz oder Vermittlung, sondern als Momente der affektiven Berührung verstanden werden sollten. Dementsprechend ist Distanz in leiblich-körperlicher Ko-Präsenz möglich, genauso wie Nähe durch Fernkommunikation hergestellt werden kann.⁴

Eine solche medientheoretisch geschulte Analyse bricht mit den Selbstverständlichkeiten der psychoanalytischen Tradition. Freud hat der Psychoanalyse räumliche, zeitliche und monetäre Rahmenbedingungen auferlegt, die er für deren Erfolg als essenziell erachtete.⁵ Es brauche Sitzungstermine mit geregelterm Beginn und Ende, sowie eine vereinbarte Vergütung, die den Wert der Psychoanalyse auch materiell sichtbar mache. Zudem beruhe die Psychoanalyse auf körperlicher Ko-Präsenz zwischen Analytiker*in und Analysand*in,

deren Bedeutung sich Freud womöglich durch seinen Besuch bei dem bekannten französischen Psychiater Jean-Martin Charcot in Paris bewusst wurde. Michel Foucault hat die Wirkung der körperlichen Präsenz Charcots eindrücklich beschrieben. Dieser durchschreite die kargen Gänge der psychiatrischen Anstalten nicht einfach nur, wie es das sonstige Personal täte. Vielmehr verkörpere er die Hierarchie, Autorität und Geltungskraft des psychiatrischen Systems im Ganzen, mit all seinen Diagnosen, Behandlungsformen, Wissensbereichen und Ausbildungsstrukturen. Die Architektur der Anstalt und der Körper Charcots seien miteinander verwoben „als sei jeder Teil der Anstalt ein Teil seines eigenen Körpers, beherrscht von seinen eigenen Nerven“.⁶

Ein Vorurteil gegenüber der Psychoanalyse lautet, dass sie die charismatische Autorität der Psychiater*innen noch verstärkt habe. Ohne Anstalt, Personal und Mitpatient*innen, reduziert auf das Interaktionsgerüst aus zwei anwesenden Personen, sei der Willkür der therapeutischen Autorität Tür und Tor geöffnet, ohne Schutz durch eine äußere Instanz. Der Körper erfülle dabei mehrere Funktionen. Über ihn könnten Diagnose und Klassifikation gesteuert und kontrolliert werden, er sei das Medium einer geregelten Behandlung und Therapie und er bestätige und bewahre die Legitimität der psychoanalytischen Autorität. Hannah Zeavin erwähnt in diesem Kontext den französischen Lacanianer Gerard Pommier, der die körperliche Nähe der Analytiker*in zur Patient*in empfahl, „so that the patient can fear and *fantasize* being raped“ (S. 229). Aber auch jenseits dieses furchtbaren Beispiels finden sich Stimmen – Zeavin führt die Psychoanalytiker*innen Sherry Turkle, Gillian Isaacs Russell und Todd Essig an (S. 229) – die durch die körperliche Präsenz eine für den Erfolg der Therapie maßgebliche Form der Intimität und Nähe ermöglicht sehen, die nicht durch technische Erweiterungen hergestellt werden kann.

Zeavin schlägt vor, von einem „presence-via-absence paradox“ auszugehen (S. 39). Gerade Distanz schaffe Raum für Fantasien, Wünsche und bestimmte Formen der Nähe und Verbundenheit. Schon die vermeintliche Intimität des psychoanalytischen Settings arbeite mit diesem Paradox. Die fehlende Sicht der Patient*in auf die Analytiker*in eröffne erst den nötigen Raum für Projektionen, die wiederum wichtige Impulse für die weitere Behandlung geben. Wieso solle also nicht auch die Kommunikation per Brief eine solche Dynamik entfalten? Die im ersten Abschnitt genannten Beispiele zeigen, dass eine psychoanalytische Behandlung auch fortgeführt werden kann, wenn die Rahmenbedingungen nicht den von Freud selbst formulierten Ansprüchen an das psychoanalytische Setting gerecht werden. Schließlich betreibt Freud selbst briefbasierte Selbstanalysen und Ferninterpretationen. Die Vorstellung von der Notwendigkeit

körperlicher Ko-Präsenz mag also ein Erbe der Psychiatrie des 19. Jahrhunderts sein, strenggenommen rückt sie allerdings schon in den Anfängen der Psychoanalyse in den Hintergrund.

Dementsprechend lässt sich mit Zeavins Argumentation auch einem zweiten Mythos eine Absage erteilen: Körperliche Nähe ist und war nie eine zwingende Voraussetzung der Psychoanalyse und Psychotherapie. Damit ist nicht gesagt, dass sie keine besondere Bedeutung hat, ihre mediale Umgebung kann jedoch variiert werden.

Mythos III: Teletherapien können die traditionelle Psychotherapie niemals ersetzen

Solange man die Möglichkeit einer erfolgreichen Psychotherapie an eine dyadische Interaktionssituation in körperlicher Ko-Präsenz bindet, müssen technisch und medial unterstützte Therapiepraktiken unzureichend erscheinen. Zeavin argumentiert, die Auffassung, dass es unmöglich sei, die vermeintlich ‚klassische‘ Gesprächstherapie durch technische Medien zu ersetzen, sei nicht nur theoretisch wenig zielführend, sondern vor allem historisch überholt. Die Geschichte der Teletherapie zeige vielmehr, welche Vielfalt an technisch unterstützten psychotherapeutischen Praktiken längst etabliert sei.

Ganz grundsätzlich unterscheidet Zeavin zwei Formen technisierter, mediatisierter Therapie. „Teletherapy“ beruhe auf einer Interaktion zwischen Therapeut*in und Patient*in, die durch Telefon, Video oder Briefkommunikation ermöglicht werde. „Automated therapy“ hingegen sei durch psychotherapeutische Situationen beschrieben, in denen die Therapeut*in durch Medieneinsatz in den Hintergrund rücke oder gar ganz ersetzt werde. Der Unterschied zwischen beiden besteht also darin, dass erstere die Rolle der Therapeut*in nicht in Frage stelle, während letztere diese obsolet mache. Beide können dabei durchaus auch miteinander kombiniert und vermischt werden. Zeavins Buch ist reich an Beispielen, in denen oft nicht klar ist, ob es sich um eine Form des Teletherapeutischen oder der Automatisierung handelt. So beinhalten schon Spiele, Übungen und Aufgaben in verhaltenstherapeutischen Kontexten sowohl Momente einer automatisierten Selbsthilfe, als auch Aspekte einer teletherapeutischen Auseinandersetzung zwischen Therapeut*in und Patient*in. Ein ähnliches Zusammenspiel von Automatisierung und medial vermittelter Interaktion findet sich in der begleiteten Nutzung von Psychotherapie-Apps.

Ich habe schon die beiden Beispiele aus Freuds Psychoanalyse erwähnt, die Zeavin im ersten Kapitel ihres Buches analysiert. Die Kommunikation mit dem kleinen Hans und seinem Vater lässt sich als teletherapeutische Praxis deuten, die als medial vermittelte Fern-Psychotherapie via Brief funktioniert. Es steht hier nicht in Frage, dass es in der Person Freuds einen Therapeuten aus Fleisch und Blut gibt, der als adressierbare Instanz Teil der psychotherapeutischen Behandlung ist. Briefe und Botschaften ermöglichen eine zeitlich verzögerte und räumlich distanzierte Form der Therapie, sie ersetzen nicht den Therapeuten als solchen. Das zweite Beispiel dagegen enthält automatisierte Momente. Sobald das Gegenüber zwar als Adressat, jedoch nicht mehr als Gesprächspartner*in fungiert, entsteht die Tendenz, die Figur der Therapeut*in durch das Medium selbst zu ersetzen.

Es finden sich für beide Varianten weitere Beispiele. In Kapitel 3 rekonstruiert Zeavin die Anfänge der Telefonhotlines, wie sie Anfang der 1950er-Jahre von protestantischen Pfarrern erstmals in Großbritannien etabliert worden seien, um den hohen Suizidraten entgegenzuwirken (S. 93 ff.). Durch sie konnte mit geringem zeitlichem und finanziellem Aufwand einer größeren Anzahl an Menschen geholfen werden. Der geschützte Rahmen der Fernkommunikation habe zudem den Vorteil gehabt, dass der Zugang zu Hilfe niedrigschwelliger geworden sei. Die Möglichkeit des Hilfesuchens über eine Telefon-Hotline wird von Zeavin als Reaktion auf eine gesellschaftliche Entwicklung verstanden, in der höhere Mobilität, geringere familiäre Verbundenheit und der Verlust an Einbindung in religiösen Gemeinschaften aufgefangen werden musste. „Like the car, the telephone and television are supposed to extend and repair those connections.“ (S. 121)

Kapitel 4 rekonstruiert unter dem Titel „Auto-Intimacy“ die Geschichte von Chatbots in der psychiatrischen und psychotherapeutischen Literatur. Zeavin geht auf die zufällig Entdeckung Joseph Weizenbaums ein, der zufolge Menschen bereit sind, einem Chatbot tiefe Einblicke in ihre Gefühlswelt zu geben, obwohl dessen Nicht-Menschlichkeit offensichtlich ist. Obwohl beide im Prinzip ähnlich funktionierten, sei Weizenbaums Chatbot ELIZA viel erfolgreicher als Kenneth Colbys systematisch entworfenen Chatbots gewesen, da letztere keine Namen gehabt und in laborähnlichen Umgebungen getestet worden wären.

Diese historischen Einsichten sind nicht neu, da Erfindung und Verwendung von Chatbots zu psychotherapeutischen Zwecken bereits ausführlich diskutiert wurde.⁷ Zeavin hingegen kommt immer wieder auf die Frage zu sprechen, was den therapeutischen Einsatz von Chatbots nun eigentlich von anderen Therapieverfahren und medialen Ergänzungen

unterscheide. Ihre Antwort lautet, dass automatisierte und teletherapeutische Therapierpraktiken zwar oftmals auf die gleichen technischen Medien zurückgreifen, sie jedoch unterschiedlich verwenden würden (S. 135). Eine automatisierte Therapie funktioniere nach einem „if-then“-Prinzip; eine Information führe zu einer bestimmten Reaktion, die einkalkuliert werden könne. Eine Teletherapie dagegen habe nur „as-if-conditions“; sie schaffe Raum für Momente des Fantasierens und Wünschens und nutze technische Medien als Projektionsfläche für die Übertragung unbewusster Gefühle und Erwartungen auf die Therapeut*in.

Man könnte nun einwenden, dass automatisierte und teletherapeutische Praktiken zwar ihre Zweckdienlichkeit haben, aber eine ‚klassische‘ Gesprächstherapie nicht ersetzen können. So helfen sie in Krisensituationen und Notlagen, sie begleiten den Prozess einer regulären Therapie und ergänzen die Eindrücke und Erfahrungen einer therapeutischen Behandlung, sind aber selbst keine. Mit Zeavin lässt sich argumentieren, dass dieser Einwand gelten kann, ohne die Vorteile dieser Verfahren klein zu reden. Wenn es sich bei den teletherapeutischen und automatisierten Therapien um Praktiken handelt, für die es keine funktionalen Äquivalente gibt, dann ist fraglich, inwieweit sie in Konkurrenz zur klassischen Gesprächstherapie in Präsenz stehen. Entweder muss man dann jeglicher Form der technisch vermittelten Therapie eine Absage erteilen – oder man beschäftigt sich näher mit den psychotherapeutischen Aspekten, die von diesen hinzugefügt werden.

Hannah Zeavin kommt etwa auf den sogenannten „Online Disinhibition Effect“ zu sprechen (S. 184). Dieser beschreibt den Umstand, dass sich manche Personen im digitalen Raum eher in der Lage fühlen, über ihre Ängste und Gedanken zu sprechen. Dieser „Enthemmungseffekt“ bringe auf den Punkt, was die Wirkungsweise vieler teletherapeutischer und automatisierter Therapiepraktiken auszeichne: Sie würden die psychotherapeutische Situation von den Eindrücken körperlicher Ko-Präsenz entlasten und einen Kommunikationsraum erschaffen, der nicht von neuen, abschreckenden Reizen überladen sei, sondern eine Konzentration auf die gegenwärtige Problemsituation ermögliche.

Letztendlich läuft Zeavins Argumentation auf eine These hinaus, die sie leider nur in einem Nebensatz andeutet (S. 148 f.). Es gehe bei der Bedeutung teletherapeutischer und automatisierter Therapiepraktiken eigentlich gar nicht um deren Vergleichbarkeit mit einer wie auch immer verstandenen nicht-technisierten Form der Psychotherapie. Vielmehr sei die dazu quer stehende Frage zentral, ob bei ihrer Verwendung eher psychoanalytische oder verhaltenstherapeutische Ideen im Vordergrund stünden. Da es in

der Psychoanalyse um Interpretation von Symptomen gehe, müssten Formen Künstlicher Intelligenz, Chatbots und technische Medien hinsichtlich ihrer Bedeutung für den psychotherapeutischen (Interpretations-)Prozess befragt werden. Für die Verhaltenstherapie rücke dagegen die Frage in den Fokus, ob der Einsatz von Technik und Medien zur Reduktion einer bestehenden Symptomatik führe. Hier bemesse sich der Wert des Technischen an seinem Beitrag zur Linderung eines Leidens.

Der Vorwurf, dass technisch vermittelte Formen der Psychotherapie niemals eine traditionelle Psychotherapie ersetzen können, verliere damit an Schwere, da er aus zwei Gründen von einer falschen Grundvoraussetzung ausgehe. Erstens nehme er fälschlicherweise an, dass die klassische Gesprächstherapie in der Lage sei, alle Funktionen von technisch unterstützten Therapieformen zu übernehmen. Zweitens reduziere er die Betrachtung auf technisch-materielle Aspekte, die blind für die ideellen, kulturellen und gesellschaftlichen Merkmale von Psychotherapien seien. An diesem Punkt entfaltet Zeavins Buch seine soziologisch ungemein spannende und anschlussfähige Perspektive. Wenn wir davon ausgehen, dass – mit Luhmann gesprochen – jede Form der Kommunikation erst einmal „unwahrscheinlich“ ist, dann müssen wir die vermeintliche Natürlichkeit einer nicht-technisierten Psychotherapie in seiner sozialen Form genauso hinterfragen wie die scheinbare Künstlichkeit, die aus dem Einsatz technischer Medien resultiert.

Mythos IV: Psychotherapie findet in einem geschützten, privaten Raum statt

Die bisher genannten Beispiele stellen in Frage, ob eine Psychotherapie zwingend im Rahmen einer dyadischen, ko-präsenten Kommunikation stattfinden muss. Sie zweifeln aber nicht an, dass es sich bei einer psychotherapeutischen Situation um eine Form der Kommunikation handelt, an der einzig Therapeut*in und Patient*in beteiligt sind: eine psychotherapeutische Situation hat keine Zuschauer*innen. Die zu Beginn angesprochene Grundkonstellation einer psychoanalytischen Sitzung – zeitlich begrenzt, monetär entlohnt, in körperlicher Ko-Präsenz – findet ohne Publikum statt. Die ärztliche Verschwiegenheitspflicht gilt auch für eine psychotherapeutische Behandlung.

Zeavin führt jedoch Beispiele an, mit denen sie diese Engführung des Psychotherapeutischen hinterfragt. So rekonstruiert sie im 2. Kapitel die Entstehung einer öffentlichen Therapiekultur seit den 1920er-Jahren, welche die psychoanalytischen Ideen in Ratgebern, Radiosendungen, Zeitschriften oder Fernsehshows aufgreift (S. 61 ff.). Diese

popkulturelle Adaption der Psychoanalyse führe zu einer Form der „mass intimacy“, die ein „doubly radical undoing of the traditional frame of psychiatry and psychoanalysis“ nach sich ziehe (S. 65). Zum einen werde das Zweier-Setting aus Therapeut*in und Patient*in durch die Einbeziehung eines Publikums erweitert. Zum anderen verlören die therapeutische Expertise und die ihr entsprechende Machtasymmetrie zwischen Therapeut*in und Patient*in an Bedeutung. Die Einbeziehung eines konsumierenden und mitfühlenden Publikums provoziere die Entwertung von professionellem Wissen und dessen Machtstrukturen, denn die Rolle der Therapeut*in werde durch öffentliche Äußerungen von Kolumnist*innen, Radiosprecher*innen und Fernsehmoderator*innen ergänzt und ersetzt.

Der Austausch von Betroffenen in Online-Selbsthilfeforen zeitige ähnliche Effekte. Im 5. Kapitel beschreibt Zeavin, wie in öffentlichen Gruppenchats und peer-gestützten Selbsthilfeforen Kommunikationsräume entstünden, in denen die Zweierbeziehung zwischen Therapeut*in und Patient*in an Bedeutung verliere.

Die Beispiele kratzen an der Vorstellung, dass es sich bei einer Psychotherapie notwendigerweise um eine geschützte, private Kommunikation zwischen Therapeut*in und Patient*in handelt. Das ist schon insofern fragwürdig, als eine professionelle Therapiesituation mit klar verteilten Rollen nicht im eigentlichen Sinne als privat verstanden werden kann. Dennoch erscheint die Behauptung, dass psychotherapeutische Behandlung neuerdings in der Öffentlichkeit stattfinde, ebenfalls fragwürdig. Zeavins Abhandlung zeigt, dass Praktiken des Psychotherapeutischen bereits seit den 1920er-Jahren auch im öffentlichen Raum stattgefunden haben. Unterhaltungs- und Therapieelemente wurden schon früh vermengt, um ein größeres Publikum zu erreichen. Mittels solcher Adaptionen wird Psychotherapie also – auch – zum Konsumgut, das zum Reinfühlen, Mitleiden, Identifizieren und Abgrenzen einlädt.⁸

In der soziologischen Literatur wird darauf hingewiesen, dass Intimität im 20. Jahrhundert zunehmend in öffentlichen Diskursen verhandelt wird.⁹ Anschließend daran könnte man die These formulieren, dass sich die vermeintliche Verlagerung des Psychotherapeutischen vom geschützten Rahmen der Zweierbeziehung zwischen Therapeut*in und Patient*in hin zum öffentlichen Raum eines konsumierenden Publikums in diese Tendenz einfügt. Mit Zeavin lässt sich zwar nicht eruieren, ob ein solches Verfallsnarrativ grundsätzlich angemessen ist. Sie interessiert sich nicht für die Frage, ob eine Ausweitung des Psychotherapeutischen in den öffentlichen Raum Teil des Problems spätmoderner Massengesellschaften ist, oder ob diese nicht sogar helfen kann, den Scherbenhaufen

zusammenzukehren, den Entwicklungen wie die Industrialisierung, Urbanisierung oder zwei Weltkriege produziert haben. Allerdings geht die Skepsis gegenüber der öffentlichen Verhandlung von Ängsten, Traumata und Depressionen möglicherweise von einer Form der Psychotherapie aus, die es in Reinform gar nicht gibt und auch nie gegeben hat. Mit Zeavin lässt sich lernen, dass die moderne Psychoanalyse und Psychotherapie von ihrem Entstehen an auch in Bereichen angewendet und weiterentwickelt wurde, die zwischen privater, professioneller und öffentlicher Kommunikation liegen.

Kritik und Ausblick

Hannah Zeavins Buch leistet mit seiner Rekonstruktion teletherapeutischer Angebote einen wichtigen Beitrag, um das Verhältnis von Technik und Psychotherapie mit etwas mehr gesellschaftshistorischem Weitblick zu betrachten. Es klärt auf über die Medialität und technologische Vermittlung, die die psychotherapeutische Diagnostik und Behandlung schon immer begleitet hat und ist reich an Gedanken und Beispielen, die soziologisch erschlossen werden können. Die Geschichte changiert dabei zwischen einem Panorama der Zusammenhänge von Technik und Psychotherapie einerseits, und der Systematisierung und Interpretation des Materials andererseits. Damit liefert Zeavin die Vorlage für soziologische Anschlussstudien, die die komplexe Verwicklung psychotherapeutischer Praktiken und technischen Medien auch für die gegenwärtigen Entwicklungen ergründen. Obwohl das Buch vorrangig aus einer historischen und kulturwissenschaftlichen Perspektive argumentiert, bietet es mehrere Anknüpfungspunkte für die gegenwärtige Soziologie.

Erstens lässt sich für eine Soziologie der Gesundheit und des Psychotherapeutischen lernen, welche gesellschaftlichen Narrative, Menschenbilder, Praktiken und Interaktionsformen mit unterschiedlichen Medien und Technologien verbunden sind. Zweitens zeigt das Buch, welche historischen Zusammenhänge eine Soziologie der Digitalisierung berücksichtigen sollte. Es ebnet den Boden für ein besseres Verständnis der Vorgeschichte der Digitalisierung, für einen historischen Vergleich verschiedener technisierter, sozialer Praktiken sowie für eine Einordnung der qualitativen und quantitativen Veränderungen im Zuge des digitalen Wandels der letzten Jahrzehnte. Zu letzterem gehören vor allem die umfassende Etablierung des Personal Computer seit den 1990er-Jahren sowie die daran anschließende Entstehung von digitalen Plattformökonomien. Drittens legt das Buch überzeugend dar, dass soziale Praktiken und Narrative ganz grundsätzlich im Lichte ihrer medialen Einbettung und Vermittlung betrachtet werden sollten. In Zeavins Worten: „No one medium is essential, but mediation is.“ (S. 175) Gerade mit Blick auf den technischen

Wandel der letzten Jahrzehnte liegt es nahe, eine Art Natürlichkeit medial und technisch *unberührter* Sozialverhältnisse anzunehmen. Doch die daran anschließenden Gegenüberstellungen von virtueller und nicht-virtueller Realität, von digitalen und analogen Räumen implizieren fälschlicherweise eine Gleichsetzung von technischer Abstinenz und medialer Unvermitteltheit.

Zeavins empathische Haltung gegenüber Technik und Medien birgt jedoch auch eine Gefahr. So tendiert das Buch stellenweise zu einer affirmativen Haltung, die zwar nicht die starke Tendenz des gegenwärtigen Diskurses hin zu Automatisierung und verhaltenstherapeutischer Kontrolle unterschlägt, jedoch die langfristigen Konsequenzen der Digitalisierung unterschätzt. Eine der zentralen Thesen von Zeavin besagt, dass in automatisierten Therapiepraktiken Medium und Therapeut*in miteinander bis zur Unkenntlichkeit verschmelzen. Das führt für sie jedoch nicht zum Verlust des Mediums, sondern der Therapeut*in. Sie kommt zu dem Schluss, dass die Geschichte der Teletherapie und des Zusammenspiels von Patient*in, Therapeut*in und Medium vor allem eines zeige: „in this ancient triad the most disposable element is not the medium through which the therapy is communicated, but the human therapist.“ (S. 175) An diesem Punkt ist jedoch unklar, welche Perspektive Zeavin einnimmt: geht sie von einer historisch gewachsenen Dominanz von automatisierter und kognitiver-verhaltensorientierter Psychotherapie aus oder führt sie diese Veränderungen auf die zunehmende Deutungshoheit von Krankenkassen, App-Unternehmen und digitaler Plattformökonomie zurück?

Zeavin schreibt: „In the 2010s and into our present, written speech has not gone away. Instead, start-ups [...] have extended the use of texting and chatting with therapists, while reincorporating the actual voice, especially in conjunction with video.“ (S. 205) Folgt man Shoshana Zuboffs Thesen zum digitalen Überwachungskapitalismus, dann hat sich die Rolle von Technik und Medien seit Ende der 1990er-Jahre jedoch grundlegender verändert.¹⁰ Die Auswertung von Nutzerdaten und deren Kommerzialisierung hat unternehmerische Möglichkeiten eröffnet, die sich im Graubereich der staatlichen Kontrolle und des Rechtsschutzes bewegen. Die automatisierten Therapiepraktiken werden damit zum Medium einer kapitalistischen Industrie, die das Stellen von Diagnosen und Vorschlägen von Behandlungen in digitalen Häppchen und oftmals ohne professionelle Begleitung verkauft. Die Effekte der Entstigmatisierung und Demokratisierung des Psychotherapeutischen haben mit diesem Geschäftsmodell meist nur noch wenig zu tun.

Hier wird deutlich, dass Zeavin die Kommerzialisierung des digitalen Raums in seinen Auswüchsen möglicherweise unterschätzt. Das zeigt sich auch im schwächsten Abschnitt

des Buches: dem Schlusskapitel. Zeavin widmet sich dort der Corona-Zeit und den damit verbundenen Umstellungen in der psychotherapeutischen Versorgung. Sie betont die große Bedeutung der Psychotherapie in Zeiten allumfassender Distanz und die Notwendigkeit teletherapeutischer Intervention. Dennoch erwähnt sie die möglichen Effekte von psychotherapeutischen Angeboten, denen es an Leiblichkeit, Empathie und Nähe fehlt. Was aber folgt daraus? Wie sollten wir diesen Entwicklungen begegnen? Zeavin gibt in ihrer großartigen Studie auf diese Fragen keine eindeutige Antwort. Dafür gibt es gute Gründe: Die Geschichte des Teletherapeutischen ist und bleibt letztendlich auch eine Geschichte von Widersprüchen und Ambivalenzen. Eine zukünftige Beschäftigung mit der digitalen Transformation psychosozialer Hilfe, für die Zeavins Buch wichtige Grundlagen liefert, kann und sollte diese Erkenntnis nicht ignorieren.

Endnoten

1. Sigmund Freud, Zur Einleitung der Behandlung, in: Freud (Hg.), Gesammelte Werke. Achter Band. Werke aus den Jahren 1909–1913, London 1943, S. 454-478, hier: 467.
2. Didier Eribon, Der Psychoanalyse entkommen, Wien; Berlin 2017.
3. L. J. Saul, A Note on the Telephone as a Technical Aid, in: The Psychoanalytic Quarterly 20 (1951), 2, S. 287–290.
4. Vgl. hierzu auch Christian Fritz-Hoffmann, Grundzüge eines erweiterten Berührungsbegriffs. Zur Materialität des Hautkontakts und darüber hinaus, in: Soziale Welt 68 (2017), 2–3, S. 199–223.
5. Sigmund Freud, Zur Einleitung der Behandlung, S. 458.
6. Michel Foucault, Die Macht der Psychiatrie. Vorlesungen am Collège de France 1973–1974, Berlin 2005, S. 261.
7. Elizabeth A. Wilson, Affect and Artificial Intelligence, Seattle 2010; Lydia H. Liu, The Freudian Robot: Digital Media and the Future of the Unconscious, Chicago 2011; Sherry Turkle, Life on the Screen: Identity in the Age of the Internet, New York 1995.
8. Damit knüpft Zeavins Abhandlung an weitere soziologische und historische Literatur zu diesem Themenkomplex an. Vgl. Eva Illouz, Die Errettung der modernen Seele: Therapien, Gefühle und die Kultur der Selbsthilfe, Frankfurt am Main 2009; Eva Illouz, Gefühle in Zeiten des Kapitalismus. Adorno-Vorlesungen 2004, Frankfurt am Main 2007; Nathan Hale, The Rise and Crisis of Psychoanalysis in the United States: Freud and the Americans, 1917–1985, 1995.
9. Richard Sennett, Verfall und Ende des öffentlichen Lebens: die Tyrannei der Intimität, Frankfurt am Main 1983; Anthony Giddens, The Transformation of Intimacy. Sexuality, Love, and Eroticism in Modern Societies, Stanford 1992.
10. Shoshana Zuboff, Das Zeitalter des Überwachungskapitalismus, Frankfurt am Main; New York 2018.

Moritz von Stetten

Dr. Moritz von Stetten ist Soziologie und Medienwissenschaftler. Derzeit ist er wissenschaftlicher Mitarbeiter in der Abteilung Soziologie der Universität Bonn. Sein aktuelles Forschungsprojekt beschäftigt sich mit der digitalen Transformation der psychotherapeutischen Versorgung in Deutschland. Außerdem veröffentlicht er zu emotions- und gesundheitssoziologischen Themen sowie im Bereich der Gesellschafts- und Medientheorie. Zuletzt erschienen ist ein Themenschwerpunkt in der Zeitschrift "Sozialer Sinn. Zeitschrift für hermeneutische Sozialforschung" mit dem Titel "Ressentiments im Feld? Zur Bedeutung negativer Emotionen für die qualitative Sozialforschung" (2022, zusammen mit Mila Brill).

Dieser Beitrag wurde redaktionell betreut von Hannah Schmidt-Ott.

Artikel auf soziopolis.de:

<https://www.sozopolis.de/mythen-der-psychoanalyse-und-die-digitale-zukunft-des-therapeutischen.html>