

Brauchen wir überhaupt Psychiater? Diese Frage beantwortet der Autor mit einem klaren: Nein! Denn seine Kritik zerlegt alle Bereiche der modernen Psychotherapie als nutzlos, überflüssig und auf keinen Fakten basierend. Wer glaubt, dass dieses Vorhaben doch gar nicht gelingen konnte, wird direkt am Anfang mit einer Frage konfrontiert, die ihn neugierig machen muss: Wenn Sie eine Brille brauchen, gehen Sie doch auch nicht zu einem beliebigen Arzt, sondern zum Augenarzt. In der Medizin gibt es eben Fachrichtungen, nach denen wir uns den passenden Arzt suchen. Und dieser wird eine Überweisung vornehmen, wenn er selber nicht zuständig ist. Haben Sie aber schon je davon gehört, dass ein Psychiater oder Psychotherapeut seinen Patienten an einen Kollegen überwiesen hat? Dabei gibt es etwa 600 (!) verschiedene Therapierichtungen, die sich teilweise vollständig widersprechen. Degen baut seine Kritik in vier Mythen-Bereichen auf. In den "Mythen der Beeinflussung" räumt er nicht nur mit der These auf, dass Psychotherapie heilen kann (denn Heilung stellt sich auch ohne Therapie im gleichen Prozentsatz ein wie mit Therapie), sondern auch der Behauptung, man könnte Intelligenz und Auffassungsvermögen durch entsprechende Maßnahmen vergrößern. Bei den "Mythen der Seele" ist es die wohl wichtigste Feststellung, dass wir viele Vorurteile über Verdrängungsmechanismen und so genannte multiple Persönlichkeiten haben, die sich durch wissenschaftliche Studien nicht belegen lassen. Die "Mythen des veränderten Bewusstseins" räumen mit der angeblich heilsamen Wirkung der Meditation auf (einfaches Dösen ist genauso gut) ebenso auf wie mit Hypnose und transzendentalen Erfahrungen. In den "Mythen des Gehirns" schließlich wird nachgewiesen, dass es nicht stimmt, dass wir nur einen Teil der Gehirnkapazität nutzen und zwei völlig unterschiedliche Gehirnhälften haben. Innerhalb der einzelnen "Mythen" werden Thesen zitiert und oft mit wissenschaftlichen Thesen widerlegt. Denn Degen ist ein erfahrener Wissenschaftsjournalist, und das Thema des Buchs ist sein Fachgebiet. So ist es fast selbstverständlich, dass die zitierten Studien so zitiert werden, dass man sie selbst nachlesen kann. Wer dieses Buch gelesen hat, wird davon überzeugt sein, dass wir eigentlich auf einen ganzen Berufszweig verzichten können. Diese Einstellung ist sicher radikal und in dem einen oder anderen Punkt sind vielleicht Zweifel erlaubt. Aber Degen spricht sich ja nicht dagegen aus, dass z.B. Gespräche helfen, ein schreckliches Erlebnis zu verarbeiten. Er weist nur nach, dass es völlig egal ist, ob das Gegenüber eine spezielle Ausbildung hat oder nicht. Und er zeigt, dass wir viele so genannte psychische Krankheiten ohne den Erfindungsreichtum von "Seelenforschern" erst gar nicht hätten. Das alleine macht das Buch schon lesenswert.hah24.04.2002