

GÜTERSLOHER  
VERLAGSHAUS





*Dr. Burkhard Voß*, geboren 1963, studierte von 1985 bis 1991 Medizin in Münster, anschließend folgte die Ausbildung zum Facharzt für Neurologie und Psychiatrie. Von 2001 bis 2004 leitete Burkhard Voß den sozialpsychiatrischen Dienst der Stadt Krefeld. Nach dem Erhalt der Zusatzbezeichnung Psychotherapie arbeitet er seit 2005 in eigener Praxis als Arzt für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie in Krefeld.

*Burkhard Voß*

Kleines  
Lexikon  
psychologischer  
Irrtümer

*Von Abhängigkeit  
bis Zwangsneurose*

Mit Cartoons von Volker Kischkel

Gütersloher Verlagshaus

## Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

### 1. Auflage

Copyright © 2012 by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh,  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

eISBN 978-3-641-07385-5

[www.gtvh.de](http://www.gtvh.de)

Heute schon  
analysiert?



## Inhalt

Vorwort .....	7
Artikelstichwörter: A – Z .....	11
Statt eines Epilogs.....	129
Anhang .....	131
Der Terminologie-Generator.....	131
Die dümmsten Therapeutenprüche.....	132
Anleitung zur Erfindung einer psychischen Erkrankung.....	136
Literatur.....	139

*... Worte wie ein Offenbarungswort untersuchen und  
von der Deutung das eigene Lebensglück abhängig machen.  
Nichts kann verfehlter sein ...*

Franz Kafka

# Vorwort

Psychische Erkrankungen sollen laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) in den nächsten Jahrzehnten dramatisch zunehmen. Stimmt das wirklich? Schauen wir uns doch zunächst einmal die Definition von Gesundheit durch die WHO an: »Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht allein das Fehlen von Krankheit und Gebrechen.« Eine solch utopische Definition lässt gerade den Vorrat an den weniger objektivierbaren psychischen Erkrankungen ins Gigantische anwachsen. Und psychische Erkrankungen sind mehr als organische immer im gesellschaftlichen und kulturellen Kontext zu sehen. So gehören Angsterkrankungen in Deutschland mittlerweile zum guten Ton, während sie in Italien kaum verbreitet sind. Mindestens 50 % aller Krankschreibungen hinsichtlich psychischer Erkrankungen halten einer kritischen Überprüfung nicht stand und 80 % der Diagnosen einer posttraumatischen Belastungsstörung sind schlichtweg falsch. Unsere Gegenwartskultur ist maßgeblich geprägt vom philosophischen Konzept der Postmoderne. Dieses nebulöse Zeitgeistphänomen räumt subjektiven Sichtweisen und Interessen letztlich den Vorrang vor Fakten und Beweisen ein. Bei kritischer Betrachtung löst sich das Konzept jedoch als eleganter Unsinn auf. Gegenwärtig kann jedoch davon nicht die Rede sein. Im Gegenteil, es besteht eine deutliche Tendenz darin, das Gewöhnliche

und Banale so mit Bedeutung aufzupumpen, dass alle Aspekte des Alltäglichen von enormer Wichtigkeit geworden sind. Und mit der Psychoanalyse können alle widersprüchlichen seelischen Regungen als Neurose klassifiziert werden. Die Tyrannei der Banalität kann beginnen.

Wenn ich kritisch genug hinterfragt habe, was mein innerstes Selbst tatsächlich will, was ich dringend und was ich weniger dringend benötige, und wenn ich hierüber mit meinem Gegenüber in Kommunikation treten kann, dann kann sich durchaus eine Gelegenheit ergeben, wo über die wirklichen Probleme gesprochen werden kann, um eine bewusstseinsnähere Kultur zu ermöglichen.

Durch dieses spezifische Vokabular wird eine Reflexivität ermöglicht, die Endlosschleifen von unbefriedigten Bedürfnissen erzeugt.

Wie krank muss eine Gesellschaft sein, die es zulässt, dass Probleme nur so formuliert werden, dass Psychologen sie lösen können?

Es existieren derzeit mindestens 2.500 Persönlichkeits-tests, an denen eine milliardenschwere Industrie hängt.

Auf der anderen Seite wird die Hirnforschung in den nächsten Jahren in der Lage sein, für jedes Verhalten eine zelluläre bzw. molekulare Grundlage zu finden, natürlich inklusive psychopharmakologischer Beeinflussung.

Für die Hersteller von Psychopharmaka ist die breite Masse der Bürger ein riesiger Markt, stellen die psychischen »Erkrankungen« gleichsam eine schlummernde Goldreserve dar. Und dank geschickter Veröffentlichungen ist aus der normalen Schüchternheit ein klinisches Leiden geworden, welches nun



»soziale Phobie« heißt. Das hiergegen angeblich wirksame Antidepressivum Paroxetin kann nun Millionen unter Schüchternheit leidenden Menschen verschrieben werden.

Doch was Therapiebedürftigkeit ist, bestimmen nicht nur Pharmakonzerne und Psychologen, sondern in zunehmendem Maße jeder, der sich mit Psychorathgebern befasst. Er kann sich aus dem Internet das Entsprechende zurechtlesen und -legen. Es werden sich therapeutische Subkulturen entwickeln. Ein Fass ohne Boden hat begonnen sich zu öffnen. Daran wird auch dieses Buch nichts ändern. Aber es ist mir ein Vergnügen, dem Zeitgeist einmal so richtig die Ohren lang zu ziehen! Der Stil ist bewusst sarkastisch bis polemisch. In einer Zeit, in der Behinderung für manche Intellektuelle eine Stigmatisierung darstellt und durch die Bezeichnung *Menschen mit besonderen Eigenschaften* ersetzt werden sollte, in der in den USA die Idee aufkam, kleinwüchsige Menschen als »vertically changed people« zu bezeichnen, um sie ja nicht zu stigmatisieren, reicht ein einfacher Klartext meines Erachtens nicht aus. Hier muss der Kontrapunkt zur allumgreifenden Nivellierung und Egalisierung schon wesentlich deutlicher ausfallen.

Die Durchpsychologisierung der Gesellschaft hat den Menschen nicht gutgetan. Denn die meisten sozialen Konflikte und Gespräche sind in einer komplizierten Welt noch komplizierter geworden.

*Dr. Burkhard Vofß*

Krefeld, im Herbst 2011





## Abhängigkeit

Abhängigkeit rein negativ zu sehen, wäre verkehrt. Wir alle sind abhängig von Luft, Liebe, Rauschen und Ritualen. Doch die verhängnisvollsten Abhängigkeiten sind nicht die von Alkohol, Nikotin oder anderen Genussmitteln, sondern die sich schleichend entwickelnde Abhängigkeit von Therapeuten oder professionellen Beratern, ohne die die meisten Menschen zu einer eigenen Entscheidung kaum noch fähig sind.

## Abstinenz

Langweiliger therapeutischer Ratschlag von humorlosen und staubtrockenen Vertretern der psychotherapeutischen Zunft, die schon in Kindheit und Jugend als nörgele Spielverderber auffielen.

## **Achtsamkeit**

Die Therapeuten, die bei Hempels unterm Sofa aufgewachsen sind, besuchen nach dem Studium Kurse über Achtsamkeit und Empathie. Damit können sie ihre Patientinnen achtsam zur Couch führen, um dann gemeinsam fürsorgenvoll und empathisch zu entspannen.

## **Agrammatismus**

Ausdruck einer formalen Denkstörung in der Gruppe der Schizophrenen. Rein formal betrachtet. In Zeiten der Nivellierung und Egalisierung durchaus normale Kommunikationskultur in der sprachlichen Verarmung. Ein wesentlicher Baustein hierfür scheint mir die Rechtschreibreform zu sein, die nichts anderes war als eine Prostituierung mit der Mittelmäßigkeit.

## **Alkoholismus**

Alkoholkonsum wird heute eingeteilt in moderaten, überdurchschnittlichen, riskanten und Hochkonsum. Wie spannend! Die Realität spricht eine andere Sprache. Goethe trank bis zu drei Liter Rotwein pro Abend, und sogenannten Suchtmediziner fällt nichts Besseres ein, als die schillerndsten Gestalten der Geschichte wie Winston

Churchill, Humphrey Bogart oder Edith Piaf (die Liste ließe sich beliebig fortsetzen) zu Alkoholikern abzustempeln. Die inspirierendsten Werke der Weltliteratur wären ohne den Einfluss von Alkohol wahrscheinlich gar nicht erst entstanden.

## **Alternative Psychiatrie**

Steigerung der schon bestehenden Begriffsverwirrung in der psychiatrischen Disziplin. Intellektuell auf dem Niveau von Schamanismus, Knochen-in-die-Luft-Werfen und Kaffeesatzlesen. Verursacht mehr Neuerkrankungen als Heilungen, was wiederum der schulmedizinischen Psychiatrie zugutekommt.

## **Ambivalenz**

Der Luxus vieler Menschen, nicht zu wissen, was man eigentlich möchte. Wird es dann doch einmal gewusst, kann ohne ein reflektierendes, supervidierendes und natürlich empathisch-therapeutisches Gesprächssetting keine eigene Entscheidung getroffen werden. Ambivalenz ist der Motor der Beratungsindustrie, die in schulmedizinischer Verkleidung als Psychotherapie erstrahlt. Die an sie gestellten Erwartungen erfüllen sich so gut wie nie.

## **Anamnese, biografische**

Hinsichtlich der Kausalität reichlich überbewertete Befragung des Patienten nach seiner Lebensgeschichte. Die Theorien der psycho-mythologischen Mottenkiste können hierbei gut angewendet werden, und Psychotraumatologen bekommen mit dem Patienten die einmalige Chance, das unverarbeitete Trauma zu bewältigen, wie einem Vierjährigen der Schnuller weggerissen wurde.

## **Anxious uncomfortable**

Übersetzt: Angst vor ungewohnten Anstrengungen. Früher nannte man das Faulheit. Altkanzler Gerhard Schröder (Sie wissen schon: der joviale Kumpeltyp im Nadelstreifenanzug, der schon mal im Vorbeigehen ganze Berufsgruppen verunglimpfte durch Bemerkungen wie »Lehrer, sind wir doch mal ehrlich, sind doch alles faule Säcke«, dann aber auch mal wieder die deutsche Volksseele erwärmen konnte mit Sprüchen wie »Gib mir mal ne Pulle Bier, sonst streik ich hier«) verstieg sich gar zu der Aussage: »Es gibt kein Recht auf Faulheit.« Und das als Sozi! Von wegen. Das Recht auf Faulheit ist nun auch medizinisch-psychotherapeutisch absegnet als anxious uncomfortable.



# Angsterkrankungen

Jenseits des neurobiologischen Dogmas die logische Konsequenz einer zunehmenden Absicherungs- und Risikovermeidungsgesellschaft. Wie die meisten psychischen Erkrankungen sind auch Angsterkrankungen Kulturkrankheiten. Es sind die direkten Folgen einer Gesellschaft, die ihr Heil in persönlicher Absicherung, Gesundheit und Erfolg festgeschrieben hat.





## Anpassungsstörung

Sie sind freundlich, engagiert und können sich rasch auf neue Situationen einstellen?

Ja, dann kann man bei Ihnen ja noch nicht einmal eine Anpassungsstörung diagnostizieren! Ein Zustand mit subjektivem Leid und emotionalen Schwierigkeiten nach einem entscheidenden Lebensereignis, was immer das auch sein mag.

## Anstalt, geschlossene

Gar nicht so geschlossen, wie man glaubt. Entlassungen und Verlegungen sind durchaus an der Tagesordnung. Psychisch weit auffälligeres Verhalten findet man regelmäßig in den offenen Anstalten der Gesellschaft. Die größte öffentlich-psychiatrische Anstalt ist wohl die Autobahn, wo die Lichthupe zum neuen deutschen Gruß geworden ist. Keine Fälschungen, sondern ganz echte Idioten bekommt man regelmäßig bei »Deutschland sucht den Superstar« oder »Dschungelcamp« serviert.

## Anti-Aging

Medizinische Methoden, welche die Verlangsamung von Alterungsprozessen zum Ziel haben. Das athletischste und glattpolierteste Schweinchen, das im gegenwärtigen Medizinzirkus von der Leine gelassen wurde. Mittlerweile

ist es schon zu einem goldenen Ferkelchen avanciert. Zumindest in finanzieller Hinsicht hofft so mancher Doktor Raffzahn auf einen Vergoldungseffekt für seine Praxis.

## **Antidepressiva**

Auch »happy pills« genannt. Grundnahrungsmittel der US-amerikanischen Bevölkerung. Aufgrund der überwiegend verdrießlichen Stimmung bei uns befindet sich der Zusatz von Antidepressiva zum Leitungswasser derzeit in Planung.

## **Arbeitspsychologie**

Die schön-gesehene Form der Arbeitsverweigerung in wissenschaftlichem Gewand. Braucht eigentlich kein Mensch. Nur Psychologen, die um ihren Arbeitsplatz besorgt sind. Deshalb haben sie auch gleich eine Industrie daraus gemacht. Die nennt man Beratungsindustrie. Zum Beraten fühlen sich die berufen, die die schlechtesten Macher sind. Macht aber auch nichts, denn mit Arbeitsverweigerern lässt sich auf Augenhöhe am kreativsten kommunizieren.

## Astrologe

Dem Therapeuten, der sich in einem Rebirthing-Workshop im Tierkreiszeichen Warzenschwein mit Aszendent Erdferkel erlebt, wird rückwirkend die Approbation aberkannt, und er wird als Astrologe outgecourced.

## Aufarbeiten

In der therapiesüchtigen Gesellschaft mehrfach stündlich benutzte und heißgeliebte Vokabel. Nur zu dumm, dass der Mensch das postmoderne Aufarbeiten (was immer das auch heißen mag) mit Auslöschen von erlittenen – bzw. vermeintlich erlittenen – Schicksalsschlägen verwechselt. Aber diesen kleinen semantischen Fehltritt kann er ja mit seinem Therapeuten besprechen. Oder mit dem Gewalt-Krisen-Trauma-Coach.

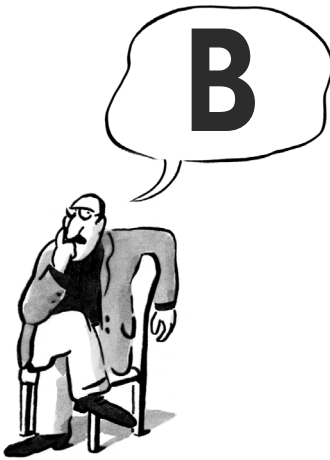
## Ayurveda

Die alt-indische »Wissenschaft des Lebens« aus dem 16. Jahrhundert scheint die spirituelle Erlösung der westlich technokratischen Medizin zu sein. Energien, Temperamente, harmonische Gleichgewichte, astrologische Horoskope, Ölmassagen – nach einer Heilslehre aus diesem Gebräu sehnt sich die faustische Psyche der Germanen. Enttäuscht von lieblosen Laborwerten und kalten anony-

men Kernspin-Tomografen lässt man sich lieber warmes Öl auf die Stirn gießen, damit die ausgebrannten Hirnzellen darunter auch noch für die nebulösesten Botschaften empfänglich werden. Das Ganze garniert mit ein wenig Weihrauch, einer Messerspitze Hindu und einem Teelöffel Hare Krishna, und die gebeutelten Seelen des teuflisch-kapitalistischen Systems werden zumindest in ihrer esoterischen Abgeschiedenheit zur Erleuchtung gelangen. Wer in diese Sphären abgedriftet ist, braucht auch nicht mehr zu realisieren, dass Ayurveda der Exportschlager der indischen Medizinindustrie ist.



- Rhavi Khali Kutta -  
Der Erfinder der Trennkost



## **Bedeutungserleben, wahnhaftes**

Einer tatsächlichen Wahrnehmung wird eine abnorme, nicht mehr nachvollziehbare Bedeutung zugeordnet. Was die Staublung für den Bergmann, ist demnächst das wahnhaftes Bedeutungserleben für den Psychotherapeuten: eine anerkannte Berufskrankheit. Die Jünger des psychologisierenden Zeitalters nehmen auch noch den letzten bizarren Schrott für bare Münze, z. B. dass Jack Nickolson 9.000 Kinder gezeugt haben könnte. Das dies schlichtweg ein Scherz war, um die umstehenden Journalisten zu belustigen, führt rasch zur Überforderung theorielastiger Flachköpfe, die stattdessen männliches Imponiergehabe und Leistungsnachweise hineininterpretieren.

## Bedürfnisse

Müssen streng unterteilt werden in ihre Bedürfnisse und seine Bedürfnisse. Seine Bedürfnisse? Gibt es sie überhaupt noch? Ganz sicher. Befriedigt werden sie nun in Kreißsälen und im Erziehungsjahr. Oder in Urschrei- und Männergruppen, wo das feministisch dressierte Mann-Sein sich mal so richtig ausheulen darf. Womit wir bei ihren Bedürfnissen sind. Diese oszillieren seit Anfang 2008 irgendwo zwischen Feuchtgebieten und Karriere. Beides lässt sich aber auch hervorragend kombinieren, wenigstens in finanzieller Hinsicht. Charlotte Roche (»Feuchtgebiete«) hat es bewiesen. Falls sie dann zwischen 40 und 50 in die Sinnkrise kommen sollte, bleibt immer noch der Gang zu einer tiefenpsychologischen Interpretationsartistin, um sich dort mit Psycho-Bla-Bla akustisch zukleistern zu lassen.

## Benzodiazepin-Abhängigkeit

Tablettensucht nach Benzodiazepinen, also Psychopharmaka, die zur Linderung von Angst- und Unruhezuständen eingesetzt werden. Eine geniale Erfindung der Pharmaindustrie, die Medikamente produziert, die ein sozial nahezu gebilligtes Abhängigkeitsverhalten auf Jahrzehnte hinaus zementieren und Milliardengewinne garantieren.

## **Beratung, institutionalisierte und professionalisierte**

Gut gemeinte, seit Jahrzehnten sich flächendeckend ausbreitende kommunikative Hilfestellung, selbstverständlich achtsamkeitsorientiert und akzeptanzbasiert, multidimensional, ressourcenstärkend, geschlechtsspezifisch und in kontinuierliche Supervisionen eingebettet, die letztlich zu einer schleichend zunehmenden Entmündigung und Hilflosigkeit des Individuums führt. Nach so viel professioneller Beratung ist manchmal keine Beratung die beste Beratung.

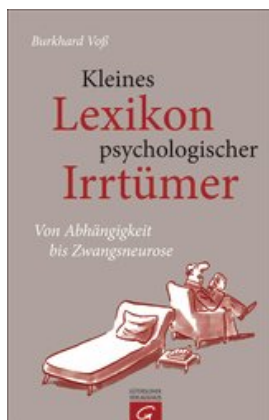
## **Beratungsstörung**

Störung hier, Störung dort. Wer oder was ist heute eigentlich nicht gestört? Und wann wird endlich die Selbsthilfegruppe für Normalbürger beim Europäischen Gerichtshof eingeklagt? Was heute die arbeitsplatzbezogene Störung ist, ist morgen die Beratungsstörung. Denn ein weiterer Risikofaktor für psychische Erkrankungen ist schon ausgemacht worden: Psychotherapie.

## **Betreuungsgesetz**

Da in einem Selbstkonzept der postmodernen Gesellschaft Zufälle oder Schicksale gnadenlos ausgemerzt wer-

## UNVERKÄUFLICHE LESEPROBE



Burkhard Voß

**Kleines Lexikon psychologischer Irrtümer**

Von Abhängigkeit bis Zwangsneurose

eBook

ISBN: 978-3-641-07385-5

Gütersloher Verlagshaus

Erscheinungstermin: April 2012

Von Neurosen, Phobien und andere Psychosen – Eine Polemik

Wenn Schüchternheit plötzlich »soziale Phobie« heißt und therapiewürdig geworden ist, sollten die Alarmglocken einsetzen. Laut Weltgesundheitsorganisation sollen psychische Erkrankungen in den nächsten Jahrzehnten dramatisch zunehmen. Doch stimmt dies wirklich? Immer häufiger wird das Gewöhnliche, Banale und Alltägliche so mit enormer Bedeutung aufgepumpt, dass die Psychoanalyse alle widersprüchlichen seelischen Regungen als Neurose klassifizieren kann. Daran hängt nicht nur eine milliardenschwere Industrie von Pharmakonzernen, Psychologen und Psycho-Ratgebern – alle, die sich mit der Thematik befassen, werden davon überrollt. So bietet dieses Lexikon viele Informationen, in erster Linie aber auch eine Menge Zündstoff.