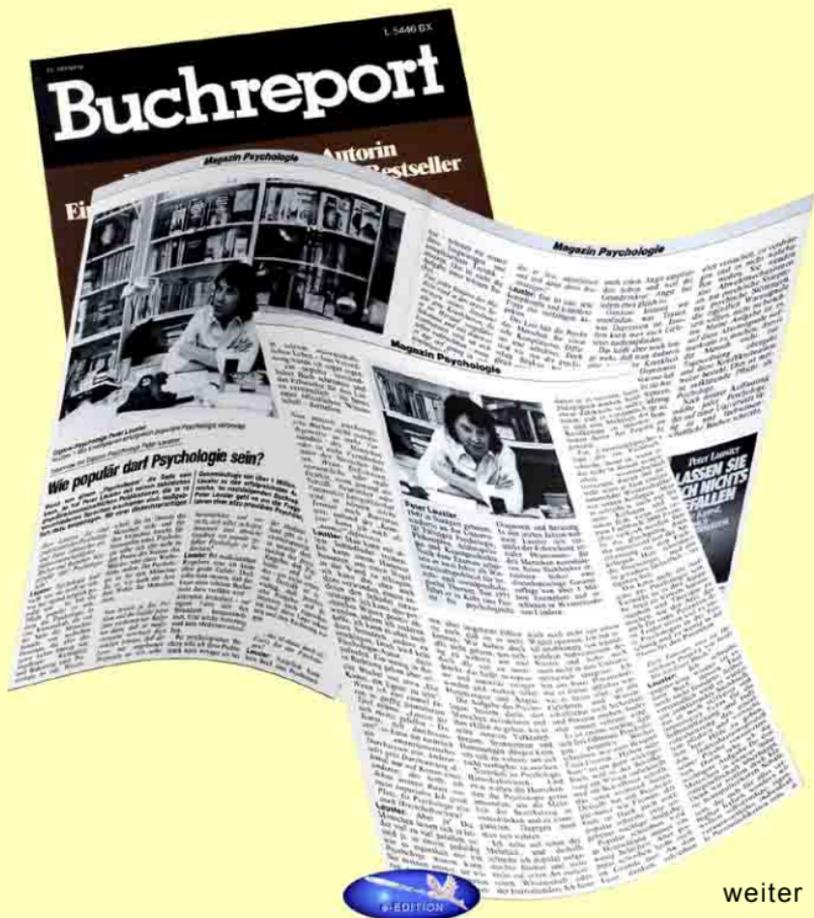


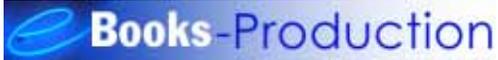
# Buchreport

## Wie populär darf Psychologie sein?



# Impressum

Digitalisierung: e-Books-Production



Buchreport, 10. Jahrgang, Heft 9 Seite 70-72

Jede kommerzielle Nutzung und Verbreitung dieser e-Edition ist untersagt und bedarf einer schriftlichen Zustimmung.

weiter blättern



## Wie populär darf Psychologie sein?

***Wenn von einem „Psychoboom“ die Rede sein kann, so hat Peter Lauster mit seinen zahlreichen populärwissenschaftlichen Publikationen, die bisher in 16 verschiedenen Sprachen erschienen sind, maßgeblich dazu beigetragen. Im nachfolgenden Buchreport-Interview mit Peter Lauster geht es um die Frage möglicher Gefahren einer allzu populären Psychologie.***

Herr Lauster, Sie sind praktizierender Psychologe und Autor zahlreicher populärwissenschaftlicher Bücher und Ratgeber. Wie populär darf Psychologie sein?

**Lauster:** Psychologie darf nicht nur, sie muss so sehr wie irgend möglich populär sein – sie hat die Pflicht populär zu sein; denn die Psychologie ist eine Wissenschaft, die von der Seele des Menschen handelt, von seelischen Prozessen, die über das ganze Leben hinweg von ungeheurer Wichtigkeit und Bedeutung sind. Psychologie ist eine Wissenschaft, die im Dienste des Menschen steht und für den Menschen forscht, für niemanden sonst. Die Psychologie sollte sich also nicht in den Dienst des Staates, des Militärs oder einer Werbefirma stellen. Die Psychologie ist für den Menschen da, so wie auch der Arzt dem Wohle des Menschen dient.

Nun besteht ja das Problem und die Gefahr popu-

lärer medizinischer Ratgeber darin, dass sie möglicherweise zu schnell dazu verleiten können, dass der Leser mit angelesenen Diagnosen an sich selbst herumdoktert und versucht, sich selbst zu helfen. Inwieweit sind ähnliche Gefahren von populär gefasster Psychologie zu befürchten.

**Lauster:** Bei medizinischen Ratgebern sehe ich keine allzu große Gefahr. Doch sollte man steuern, dass der Leser eines solchen Buches nicht dazu verführt wird – überspitzt formuliert – sich auf eigene Faust den Blinddarm herauszunehmen. Eine solche Anleitung wird kein Mediziner schreiben.

Bei psychologischen Büchern ehe ich diese Probleme also weniger als bei der Medizin. In Deutschland gibt es nur ca. 1000 Psychotherapeuten, also muss in unserer derzeitigen Situation der psychologischen Ratgeber den Psychologen leider – und ich bedaure das – gar nicht selten ersetzen. Deshalb ist es sehr wichtig, dass psychologische Ratgeber auf diese Situation auch zugeschnitten sind, diese Lage erkennen und ihr Rechnung tragen.

... und das Medium Buch als Ersatz für den Psychologen?

**Lauster:** Natürlich kann kein Buch eine Psychoanalyse – nehmen wir einmal diese langwierigste und komplizierteste Technik – ersetzen. Das ist nicht die Aufgabe eines Buches.

Fast jeder Student der Medizin wird in den ersten Semestern seines Studiums alle jene Krankheiten, die er im Hörsaal vorgeführt bekommt und mit denen er konfrontiert wird, an sich selber wahrnehmen – wenn er nur tief genug in sich hineinlauscht. Ist ein ähnliches Phänomen auch von der Lektüre von Psychologiebüchern zu erwarten und welche Gefahren birgt dies für den Leser, der sich mit einem

weiter blättern



Krankheitsbild, das er liest, identifiziert und sich dann darin hineinsteigert?

**Lauster:** Das ist eine sehr komplizierte und komplexe Frage mit vielfältigen Aspekten.

Der Laie hält die Psyche des Menschen für etwas sehr Kompliziertes, Diffuses und Nebulöses. Doch wir sind von der psychischen Struktur her alle gleich angelegt – alle Menschen.

Insofern kann jeder Mensch sich einfühlen und verstehen, was ein anderer in einer jeweiligen Situation empfindet. Wir können also verstehen, was Angst ist, weil wir selbst schon Angst empfunden haben und weil die Grundstruktur der Angst bei jedem etwa gleich ist.

Genauso können wir empfinden, was Trauer ist, was Depression ist. Insofern kann man auch Gelesenes nachempfinden.

Das heißt aber noch lange nicht, dass man dadurch eine psychische Krankheit im Sinne der Depression oder der Angst-Neurose bekommt. Wer sie hat, der wird es aber erkennen.

Nach meiner Erfahrung verhält es sich vielmehr so, dass Menschen, die Symptome psychischer Art an sich erkennen, sich nicht draufstürzen, sondern eher versuchen, zu verdrängen und es nicht wahrhaben wollen. Sie wenden also Abwehrmechanismen an, um psychische Störungen, die eigentlich Warnsignale sein sollten, nicht zu beachten. Meine Aufgabe ist es, auf diese Warnsignale aufmerksam zu machen, damit der Mensch nicht zur Tageordnung übergeht und diese Konfliktsituation weiter besteht. Dies ist meine aufklärende Pflicht als Psychologe.

Nach meiner Auffassung müsste jeder Psychologe, der auf einer Universität tätig ist und fachwissenschaftliche Bücher schreibt, in seinem wissenschaftlichen Leben – laut Verordnung würde ich so-



gar sagen - ein populär verständliches Buch schreiben und das Erforschte für den Laien verständlich – im Sinne einer öffentlichen Wissenschaft – darstellen.

Nun müssen psychologische Bücher nicht notwendiger Weise zu mehr Verständnis des Menschen oder zu mehr Verständnis unter den Menschen führen. Wenn Defizienzen, vermeintliche oder reale Defekte, wenn jemand als Narzißt, Neurotiker oder Paranoiker kategorisierbar wird, so können solche Termini auch Barrieren sein: anhand des „Kranken“ kann ich mich als „normal“ definieren.

**Lauster:** Man kann mit allem Schindluder treiben. Ich kann einen Hammer benutzen, um einen Nagel in die Wand zu schlagen, ich kann ihn aber auch dazu verwenden, einem anderen den Schädel einzuschlagen. Ich kann also psychologisches Wissen positiv anwenden, indem ich anderen helfe, ich kann es aber auch dazu benutzen, andere zu erschlagen. Doch wird kein Psychologie-Autor dazu aufrufen. Ein wenig in diese Richtung gehen aber solche Bücher wie etwa „Die Kunst ein Egoist zu sein“.

Wenn ich nun einmal Ihren so griffig formulierten Titel nehme: „Lassen Sie sich nichts gefallen – Die Kunst sich durchzusetzen“, so kann das natürlich ein emanzipatorisches Durchsetzen sein. Andererseits geht Durchsetzung allemal nur auf Kosten eines anderen: das heißt, ich dehne meine Raum aus, mein imperiales Ich greift Platz. Ist Psychologie also auch Herrschaftswissen?

**Lauster:** Aber ja! Die Menschen lassen sich ja leider viel zu viel gefallen, sie sind ja so enorm geduldig, wie es eigentlich nur ein Psychologe wissen kann. Sie meinen immer, sie wären so stark und könnten sich wehren und durchsetzen, aber insge-



heim fühlen sie auch, dass sie es nicht können. Wir haben es doch alle nicht gelernt, uns richtig zu wehren, wir sind doch alle viel zu unterdrückt, das heißt zu repressiv und autoritär erzogen worden und stecken voller Hemmungen und Ängste.

Die Aufgabe des Psychologen besteht darin, den Menschen aufzuklären und ihm Hilfen zu geben, wie er seine inneren Verkrampfungen, Spannungen und Hemmungen ablegen kann, um sich zu wehren, um sich nicht verfügbar zu machen.

Natürlich ist Psychologie Herrschaftswissen. Und zwar wollen die Herrschenden die Psychologie gerne anwenden, um die Mehrheit der Bevölkerung zu unterdrücken und zu manipulieren. Dagegen muss man sich wehren.

Ich stehe auf Seiten der Mehrheit und deshalb schreibe ich populär aufgemachte Bücher und stehe nicht auf Seiten der elitären Wissenschaft oder der Herrschenden. Ich lasse mich auch nicht vor einen Wagen spannen. Ich bin total unabhängig von irgendwelchen Subventionen des Staates und habe mich auch nicht in den Universitätsbetrieb integriert. Ich bin ein freier Privatlehrer, wie es früher üblicher war, wie es heute aber, da alle Gelehrten und Wissenschaftler nach Sicherheit und Pension streben, leider immer seltener wird.

Es ist enorm wichtig, dass sich freiühlende Psychologen populäre Bücher schreiben, wie zum Beispiel Erich Fromm: „Haben oder Sein“ ist ein ganz wichtiges Buch, weil es der Bevölkerung ein Wissen aufschließt und ein Bewusstsein schafft, das sonst niemand bietet. Deshalb hat ein Psychologieautor wie Fromm, der Gott sei Dank auch noch populär schreibt, eine ungeheuer wichtige Aufgabe.

Populär schreiben wird in Deutschland immer ein wenig belächelt. Aber populär schreiben heißt doch im Grunde nur: An den Leser zu denken, so schrei-



ben, damit er es versteht, heißt pädagogisch denken, heißt etwas didaktisch so aufzubereiten, dass es verständlich ist und eine Mehrheit der Bevölkerung zu Informationen dieser Art Zugang gewinnt.

Ein Universitätsprofessor, der ein Fachbuch schreibt, meint ja, wenn er das nicht in diesem elitären, wissenschaftlich trockenen, dünnen Stil darstellt, wäre er kein ernstzunehmender Wissenschaftler vor seinen Kollegen. Aber er schreibt ja auch nur für seine Kollegen und ist schon froh, wenn von seinem Fachbuch zweitausend Exemplare verkauft werden. Ihm ist das gleichgültig, denn ihn interessiert nur die Anerkennung von den Fachkollegen. Hier schwimmt die Psychologie – und das ist geradezu lächerlich – im eigenen Saft.

Das kann nicht Aufgabe der Psychologie sein. Vielmehr ist es ihre Aufgabe breit zu wirken, hinauszugehen und Therapie zu machen, wie der Arzt, der auch für seine Patienten da ist. Leider sitzen viel zu viele Psychologen in der Forschung und zu wenig in der Praxis für den Patienten.

*Herr Lauster, was ist Ihr nächstes Projekt, wie heißt Ihr nächstes Buch?*

**Lauster:** Ich schreibe derzeit wieder an einem Buch, dessen Titel noch nicht feststeht. Selbstverständlich wird es wieder ein aufklärendes Sachbuch, das in noch stärkerer und intensiverer Form für die Selbstentfaltung und Individualisierung des einzelnen plädiert und versucht, ihm hier Hilfe zu geben, den Individuationsprozess seiner Psyche voranzubringen. Darin sehe ich die wichtigste Aufgabe für die Menschen in unserer Industriegesellschaft überhaupt. Denn wir wollen doch keine manipulierbaren Schafe sein, die sich für alles verfügbar halten, sondern wir wollen zurecht selbständige, eigenverantwortliche, individuelle Persönlichkeiten sein.

[zurück zum Anfang](#)