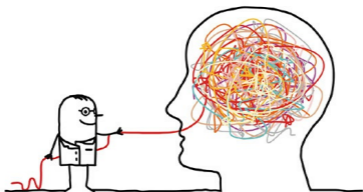


Dr. med. Christian Peter Dogs  
Nina Poelchau

# Gefühle sind keine Krankheit

Warum wir sie brauchen und wie  
sie uns zufrieden machen



ullstein 

hing und die Hühner zur allgemeinen Erheiterung der Zuschauer über Stunden in dieser Position verharrten. Nun folgte die sogenannte Schmerzausschaltung mittels Hypnose, bei der ich ab meinem zehnten Lebensjahr zuschauen durfte. Mein Vater machte eine Gruppenshypnose und versetzte rund zehn Segelfliegerkollegen gleichzeitig in eine Art Trancezustand. Dann konnte er jedem eine Sicherheitsnadel durch die Wange stechen, weil sie keinen Schmerz mehr spürten. Die Macht der Suggestion hat mich schon damals so beeindruckt, dass ich sie später im Internat an meinen Mitschülern ausprobierte.

An dem Tag, als mein Vater mich in die Kunst der Hypnose einführte, sagte er zu mir: »Du musst das Huhn auf den Rücken drehen.« Dann machte er mir vor, wie man sanft auf das arme Tier einredet, um es willenlos zu machen. Er sagte zum Huhn:

»Du schaust mir einfach nur in die Augen und merkst, wie du langsam schwer, ganz schwer wirst. Alles löst sich auf, du wirst immer schwerer und schwerer ... Du tust jetzt genau das, was ich dir sage. Ich werde dich jetzt an einer Kralle nehmen, und du wirst schweben.« Das Huhn schien tatsächlich einzuschlafen. Man konnte es mit einem Finger an einer Kralle nach oben ziehen, widerstandslos schwebte es in der Luft. Mich hat das begeistert. Ich habe meinen Vater für diese Zauberkünste angebetet. Und ich war glücklich darüber, dass es mir gelang, es ihm gleichzutun.

Erst viele Jahre später erfuhr ich, dass es sich hierbei gar nicht um Hypnose handelte, sondern um eine Sache, die jeder machen kann. Hühner haben, wenn sie auf dem Rücken liegen, einen angeborenen Totstell-Reflex. Sie lassen sich dann ohne Gegenwehr zum Schweben bringen, ganz

egal, ob man beschwörend auf sie einredet oder nicht. Dennoch, in gewisser Weise war mein Erfolg bei den Hühnern der Grundstein meiner Karriere als Therapeut.

Bis heute habe ich geschätzte dreißigtausend Patienten gesehen, Abertausende Geschichten und Diagnosen gehört, Tausende Menschen selbst behandelt, vielen davon weitergeholfen, einige von ihnen schreiben mir heute noch. Ich habe richtig kaputte Klinikkarrieren begutachtet und ambulant oder in einer Klinik behandelt, Wirtschaftsbosse gecoacht, eine Ausbildung in der Psychotherapie und Psychiatrie und in Naturheilmedizin absolviert und schließlich Kliniken für Psychotherapie und Naturmedizin geleitet, die letzten zweiundzwanzig Jahre lang eine besonders schöne Klinik vor hinreißender

Bergkulisse, in Scheidegg im Allgäu.

Ich würde sagen, ich kann es mir erlauben, ein fundiertes Fazit über die Branche der Psychiater und Psychotherapeuten, der Heiler und Heilsversprecher zu ziehen. Ebenso über die wirklich Kranken und scheinbar Kranken, die Hilflosen, Hilfesuchenden, die Abgebrühten und die Abzocker. Psychotherapie soll das Leben der Menschen nicht komplizieren, sondern einfacher machen, das ist meine Überzeugung. Sehr oft passiert das Gegenteil.

Doch das müsste nicht so sein. Es gibt Auswege aus seelischen Krisen. Sie sind oft einfach und schnell und hilfreich. Man muss sie nur nutzen oder, wenn der Blick versperrt ist, professionelle Wegweiser finden, die in die richtige Richtung weisen.

Psychotherapie ist nicht in Stein gemeißelt, ich halte diese Erkenntnis für ausgesprochen wichtig. Sie hat sich enorm weiterentwickelt, seit Sigmund Freud die Psychoanalyse konstruierte und damit die Grundlage zur modernen Psychotherapie schuf. Es passierte in den vergangenen hundertfünfzig Jahren immer wieder eine Menge Unfug – das wiederum, das ist das Gute an Irrtümern, ebnete den Weg für neue Ansätze.

Meine Tätigkeit in verschiedenen psychiatrischen Kliniken zwischen 1987 und 1994 hat mich sehr ernüchtert. Hatte ich davor in einer Klinik für Psychosomatik gelernt, wie stark Lebensereignisse die Psyche prägen, so wurde ich hier mit Diagnosen konfrontiert, bei denen die Lebensumstände und aktuellen Erlebnisse der Patienten gar nicht berücksichtigt worden waren. Medikamente wurden nach