

NEUES VON DER COUCH

**Vorstellung eines neuen psychoanalytischen Blogs.
3 Fragen an Yasemin Soytaş.**

Ein Beitrag von Diana Schlösser


Frau Soytaş, Sie sind niedergelassene Psychoanalytikerin in Bonn, besitzen die Zulassung sowohl für Erwachsene als auch für Kinder und Jugendliche (TP und PA) und sind an einem analytischen Ausbildungsinstitut als Dozentin tätig. Wie kamen Sie auf die Idee, neben dieser Arbeit noch Ihren Blog „Neues von der Couch“ zu starten?

2014 wurde ich von einer Psychologie-Fachschaft eingeladen, um aus meinem psychoanalytischen Praxisalltag zu erzählen. Ich erinnere spannende, lebendige Stunden mit neugierigen und aufgeschlossenen Studierenden. Erschrocken war ich jedoch, als ich hörte, dass die psychodynamischen Theorien an ihrer Universität offen entwertet und ausgeschlossen würden. Den Studierenden wurde damit die Möglichkeit verwehrt, an der Uni etwas über diese Theorien zu lernen. Das hat mich nicht mehr losgelassen und ich fing an, mich mit diesem Phänomen zu beschäftigen. Leider hat sich gezeigt, dass dies kein Einzelfall ist und die Psychoanalyse an den Universitäten tatsächlich zunehmend verdrängt wird. Demgegenüber steht jedoch eine hohe Nachfrage an dieser Therapieform und eine nachgewiesene hohe Wirksamkeit. Wir dürfen nicht vergessen, dass etwa 50% der psychologischen Psychotherapeuten und mehr als 80% der ärztlichen Psychotherapeuten mit eigener

Praxis psychodynamisch arbeiten. Täglich kommen Menschen zu mir, die sich intensiv mit sich und ihrer Lebensgeschichte auseinandersetzen und Zusammenhänge verstehen wollen. Manchmal entstehen auch Fragen nach einem theoretischem Kontext, die ich dann versuche zu erklären. Die Aha-Erlebnisse, die dadurch entstehen, erleben Patientin in der Regel als hilfreich und sehr entlastend. Aber auch außerhalb des Individuellen können uns die zugrundeliegenden Theorien dabei helfen, aktuelle gesellschaftliche Entwicklungen und Phänomene besser zu verstehen. Hier liegt sehr viel Potenzial! Aus alledem entwickelte sich der Wunsch, die moderne Psychoanalyse einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich zu machen.

Wer ist der Adressat ihres Blogs und was beabsichtigen Sie?

Vor allem möchte ich Neugier wecken und an den überholten Bildern der Psychoanalyse rütteln. In den Köpfen vieler Menschen scheint noch immer Freud im Ohrensessel neben der Couch zu sitzen. Dabei sind die psychodynamischen Therapieverfahren vielfältig, modern und haben sich in den letzten Jahren enorm weiterentwickelt. Leider gibt es nur wenig Literatur zur Psychoanalyse, die sich nicht an ein Fachpublikum richtet. Meiner Meinung nach sollten wir Analytiker uns hier mehr öffnen

A photograph of a woman with long, wavy red hair lying on a brown leather couch. She is wearing a green corduroy jacket and blue jeans. Her right hand is resting behind her head, and she is looking upwards with a thoughtful expression. The background is slightly blurred, showing a large potted plant with dark leaves.

und mehr auf die Menschen zugehen. Und genau das versuche ich mit diesem Blog. Er richtet sich demnach weniger an Kollegen, als vielmehr an interessierte Laien, Studierende oder Patienten. Ich wünsche mir, dadurch mögliche Berührungängste abzubauen und psychodynamische Theorien wieder mehr in der Gesellschaft zu platzieren. Wir alle sollten neugierig bleiben und uns nicht mit allzu einfachen Antworten zufrieden geben. Die Psychoanalyse scheint mir für diese Haltung wie geschaffen. In gewisser Weise ist der Blog also ein Experiment, sowohl persönlich als auch fachlich.

Haben Sie schon konkrete Ideen für Themen, die Sie bald auf Ihrem Blog erörtern werden?

Themen entstehen aus meiner Arbeit als Psychotherapeutin. Nicht selten entwickeln sich über die Sitzungen hinaus weitere Gedanken und Einfälle, die ich in die Texte einfließen lasse. Demnächst möchte ich etwas über Träume und die Bedeutung der Couch erzählen. Spannend könnte es auch sein, über Aspekte des Erlebens aus Psychotherapeutenicht zu berichten oder auch aktuelle gesellschaftliche Entwicklungen aufzugreifen. Ein Schwerpunkt wird jedoch erst einmal sein, einige Grundannahmen der psychodynamischen Theorien zu erklären. Dabei stellt es eine besondere Herausforderung dar,

diese nicht mit fachlichen Wissen zu überfrachten, so dass die Texte eine gewisse Leichtigkeit und Lesbarkeit behalten. Ich arbeite sehr gern und lache oft und viel mit meinen Patienten. Wenn sich ein Teil dieser Haltung in meinen Texten wiederfände, wäre das toll. Psychoanalyse darf nämlich auch Spaß machen. ♦

Wir freuen uns, dass Frau Soyta aktiv versucht die Psychoanalyse in der Gesellschaft präserter werden zu lassen und möchten an dieser Stelle gerne auf ihren Blog verweisen:

<http://neuesvondercouch.de/>