

## Psychotherapie im analogen Raum: Eines der letzten humanen Reservate?

*Sprechen wir also von der Welt,  
aus der der Mensch verschwunden ist.  
Es handelt sich um ein Verschwinden,  
und nicht um Erschöpfung, Aussterben oder Vernichtung.  
Die Erschöpfung der Ressourcen, das Aussterben der Arten,  
das sind physikalische Prozesse oder Naturphänomene.  
Eben darin besteht der ganze Unterschied:  
Die Spezies Mensch ist zweifellos die einzige,  
die einen spezifischen Modus des Verschwindens erfand,  
der nichts mit Naturgesetz zu tun hat.  
Vielleicht sogar eine Kunst des Verschwindens.*

Jean Baudrillard  
In „Warum ist nicht alles schon Verschwunden?“, 2008

### 1. Einleitung

Die Frage danach, was die digitale Revolution in letzter Konsequenz mit der Psychotherapie anstellt, ist nicht nur essenziell, sondern auch existenziell. Das Gelingen der digitalen Transformation der menschlichen Existenz und damit die Frage, was sie ausmacht und was von ihr bleibt, dürfte nicht zuletzt davon abhängen, welche Lösungen für die Zukunft der Psychotherapie gesucht, gefunden und tatsächlich umgesetzt werden.

Dabei geht es im Kern darum, ob Psychotherapeut\*innen mithilfe der sogenannten Künstlichen Intelligenz (KI) von Bots und Robotern ersetzt werden, was vermutlich auch mit der Erwartung einhergehen dürfte, dass wir Menschen das Menschsein zumindest weitestgehend simulieren und replizieren können, dass wir uns und einander also technologisch abbilden und umbilden können und – allem Anschein nach – auch wollen. Wenn wir uns nun zunehmend auch mit unserer Psyche den Maschinen anvertrauen, dürften wir vermutlich davon ausgehen, selbst wie Maschinen zu sein oder zu werden. Werden wir Menschen auf diesem Weg Teil eines hermeneutischen Systems, dessen Grundlage die Maschinensprache ist, basierend auf dem digitalen Code von Einsen

und Nullen? Und was wird eine★n menschliche★n Psychotherapeut★in noch von einem psychotherapeutischen Bot unterscheiden? Werden wir Differenzen durch klinische Studien, die selbst auf der Grundlage quantitativer, metrischer wissenschaftlicher Ansätze operieren, in Zukunft überhaupt noch nachweisen können?

Ob Differenzen überhaupt noch wahrzunehmen sein werden, dürfte maßgeblich davon abhängen, wie sich unser Menschenbild und damit auch die Ziele von Psychotherapie weiterentwickeln. Hier könnten sich ebenso spannende wie irritierende Unterschiede auch in den jeweiligen Gesellschaftssystemen und deren Geisteshaltung herausbilden. Die Bewertung, welche Technologie der Mensch entwickeln, verantworten, produzieren und nutzen will, ist eine qualitative Entscheidung. Entscheidungen dieser Art müssen außerhalb rein quantitativer, Systeme wie Ökonomie, Naturwissenschaft und Informatik gefällt werden, wenn man so will: in einem menschlichen Reservat. Analog dazu braucht zum Beispiel auch die Politik Rückzugsräume, in denen sie unter Ausschluss der Öffentlichkeit und Medien im Rahmen diskursiver Prozesse möglichst frei zu Haltungen, Entscheidungen und Entwicklung zu diesen fundamentalen Fragen findet. Dagegen entspringt die Forderung nach radikaler Transparenz als Voraussetzung für Freiheit und Demokratie einer idealistischen Systemrevolution aus der Frühzeit der Digitalisierung und ist heute kaum mehr als ein wenig frommer Wunsch der Digitalwirtschaft. Rückzugsräume bergen stets das Potenzial, subversiven und rebellischen Strömungen ein geistiges Explorationsfeld zu bereiten. Genau dies braucht aber nicht nur eine demokratische politische Kultur, um sich immer wieder kollektiv weiterentwickeln und erneuern zu können. Geschützte Spielräume bedürfen auch andere Disziplinen, bei denen es darum geht, dass Menschen für andere Menschen individuell Verantwortung übernehmen, indem sie Beziehungsarbeit leisten, zuvorderst in der Pädagogik, Medizin und eben in der Psychotherapie.

Für die Psychotherapie ergibt sich aus diesen Vorüberlegungen, dass uns rein naturwissenschaftliche und empirische Forschungsperspektiven allein – und noch weniger ökonomische Impulse und Interessen – nicht die Entscheidung abnehmen können, ob wir Maschinenprogrammen psychotherapeutisches Handeln überlassen wollen. Nur weil eine Technologie effektiv und effizient erscheint, ist sie noch lange nicht sinnvoll und verantwortbar. Hier bieten sich interessante Analogien zu nuklearen Technologien an. Während Radiologie und Nuklearmedizin fraglos eine existentielle Berechtigung haben, sind die sozialen und ökologischen Folgen durch Atomwaffen und Atomenergie so groß, dass

man sich wünschen mag, der Mensch hätte die Kernspaltung nie für sich entdeckt und handhabbar gemacht. An dieser Stelle darf allerdings nicht unterschlagen werden, dass es fast immer mindestens ein gutes soziales Argument für die Nutzung einer neuen Technologie gibt. Oft ist es die Medizin, die gute Gründe und die dafür notwendigen Mittel dafür liefert, eine neue Technologie auf den Weg zu bringen und zu beforschen. Die Nuklearmedizin wird mit Erfolg beispielsweise auch bei seltenen Hirntumoren, die besonders bei Kindern auftreten, eingesetzt. Wer wollte diese Entwicklung rückgängig machen? In der weiteren Entwicklung kommen dann aber auch andere als nur menschenfreundliche Motive ins Spiel, die neue Technologien exponentiell wachsen lassen, vor allem der militärische Komplex (z.B. Atomwaffen) und die Sex-Industrie (z.B. humanoide Roboter).

Risiko-Nutzen-Abwägungen dieser Art können nicht allein den Naturwissenschaften und dem Markt überlassen werden beziehungsweise einer Politik, die sich hauptsächlich an Machbarkeit und Ökonomie orientiert. Berechnungen und berechnende Menschen allein können hier keine hinreichend guten Antworten geben. Es müsste nun die große Stunde der Geisteswissenschaften schlagen, vor allem die der philosophischen Ethik, wenn es um gute Entscheidungen über den Einsatz von künstlicher Intelligenz in der Psychotherapie geht. Dann dürften wir zu der Entscheidung gelangen, dass das psychotherapeutische Handeln unter Abwägung von Chancen und Risiken eine KI nicht zentral übernehmen darf.

Wenn KI als Psychotherapeut\*in effektiv sein kann, wenn es also technisch machbar ist und damit auch ökonomisch sinnvoll erscheint, wenn psychische Erkrankungen zunehmen und der therapeutische Fachkräftemangel wächst, und wenn dann noch Menschen immer mehr dazu bereit sind, sich Maschinen anzuvertrauen, dann wird die Argumentation gegen diesen Einsatzbereich von KI allerdings schwierig. Werden wir dann überhaupt (noch) dazu bereit sein, sich ihr in den Weg zu stellen? Selbst wer sich dagegen wehrt, kann sich nicht sicher sein, dass es ihm oder ihr gelingen wird, diesen Widerstand aufrechtzuerhalten, wenn wir im Alltag zunehmend künstlicher Emotionalität und Intelligenz begegnen, die uns permanent davon zu überzeugen versucht, dass sie mehr ist als einfach nur intelligent, dass sie der menschlichen Verfasstheit ebenbürtig ist, und dass nicht nur vor einem Bildschirm, sondern auch in der Begegnung mit Robotern. Die Reduktion auf Intelligenz ist gerade im Kontext der Psychotherapie mehr als irreführend, weil es in ihr eben nicht in erster Linie um kognitive Prozesse, sondern vor allem

um emotionale und auch physische Prozesse geht, die sich eben nicht einfach binär erfassen und auflösen lassen. Sprache und damit auch die KI wirkt aber eben nicht allein kognitiv, sondern auch emotional und damit bis ins Körperliche hinein. Selbstverständlich werden Bots und Roboter längst auch dafür trainiert, uns so umfassend wie möglich auf all diesen Ebenen zu imitieren.

Erste Studien deuten längst darauf hin, dass immer mehr und bald vielleicht eine Mehrzahl der Menschen dazu bereit dafür sind, sich Illusionen und Manipulationen dieser Art hinzugeben (AlQuadah et al., 2021). Dass die KI mit offenen Armen empfangen wird, erklärt sich vor allem, aber nicht allein dadurch, dass mit dem Moment der Singularität (Kurzweil, 2005) die Simulation von emotionaler Bezogenheit (Fühlen), bewusster Kognitivität (Denken) und körperlicher Bewegung (Handeln) den Menschen in seiner analogen Existenz einholt. Diese Simulationen sind aber weit entfernt, um nicht zu sagen das Gegenteil von dem, was wir ursprünglich unter Seele, Geist und Leib verstehen. Der virtuelle Ausdruck von Emotionen, insbesondere der von liebevoller Empathie, und von Bewusstsein, insbesondere der von freiem Handlungswillen, ist und bleibt immer eine Simulation desselben, aber er ist niemals tatsächlich gefühlt oder gedacht. Sollten wir einander wirklich erlauben, wenn wir von Krankheit geschwächt sind, wenn unser Fühlen, Denken und Handeln beeinträchtigt sind, uns emotional und mental auf Maschinen einzulassen? Ist diese Hingabe an die Simulation nicht ein weiterer dramatischer Fall von menschlichem Selbstbetrug? Vielleicht liegt die sich darin andeutende Selbstaufgabe daran, dass der Mensch müde geworden ist, Mensch und nur Mensch zu sein.

Die Entwicklung könnte allerdings schon länger im Menschen selbst angelegt sein. Dies mag sich darin zeigen, dass die den Menschen ausmachenden Aspekte wie Empathie und Bewusstsein, die im körperlichen Bezug wurzeln, immer weniger wertschätzen: authentische Gefühle, handlungsrelevantes Mitgefühl, selbstreflexive Bewusstseinsfähigkeit und freie Willenskraft, all diese erschienen in aller Kürze der Menschheitsgeschichte – beflügelt von Aufklärung, Demokratisierung, Psychoanalyse, etc. – als eminent wichtige Charakteristika des Menschen. Durch Positivismus, Reduktionismus, Determinismus, Funktionalismus, Utilitarismus und ähnliche quasi-dogmatische Positionen sind diese Charakteristika, aus denen sich die aufgeführten Werte und Haltungen ableiten, längst erodiert. Der Humanismus, den Menschen in den Mittelpunkt aller Betrachtungen über den Zustand der Welt zu stellen, erscheint allerdings mittlerweile mehr als fragwürdig, um nicht

zu sagen, auch als eine Ideologie, die ausgedient haben dürfte. Der Mensch ist dabei, den Planeten und seine Lebewesen zu zerstören, eben nicht nur sich selbst. Vielleicht muss er neben Pflanzen- und Tierreich auch sich selbst schützen und einen geordneten Rückzug antreten. Auf jeden Fall dürfte es mittlerweile menschliche Reservate brauchen, um der menschlichen Regression etwas entgegenzusetzen. Wenn der Begriff vom Unbewussten immer mehr verloren geht, wenn wir uns als nicht mehr als komplexe Tiere sehen und der Erwartung entgegenfiebern, dass uns KI und Robotik bald überlegen sein werden, spricht momentan vieles dafür, dass wir Menschen im Zuge der sich verselbständigen technischen Progression gerade zurückbleiben, wenn wir uns nicht sogar zurückentwickeln.

Wir sind es gewohnt, uns von uns selbst abzulenken, die eigenen Gefühle und die des Anderen nicht mehr für ernst und wichtig zu nehmen, unsere basalen Bedürfnisse und deren unmittelbare Befriedigung in den Vordergrund zu stellen und unsere Bewusstseinsfähigkeit, ja, die Existenz von Geist und Seele in Abrede zu stellen. Medial unabhängiges Fühlen, Denken und Handeln ist zur Ausnahme von der Regel geworden (te Wildt, 2012). Dies mag sich im Zuge der überbordenden medialen Evolution aus uns selbst heraus entwickelt haben. Genauer gesagt, ist dies geschehen durch eine unheilige Allianz von Digitalisierung, Globalisierung und Gier, dessen Motor die unmittelbare Bedürfnisbefriedigung ist und dessen Illusion gerade von den digitalen Technologien genährt werden: Quasi alles jederzeit bekommen zu können, was wir brauchen, was für körperliche, emotionale und kognitive Inhalte gleichermaßen gilt, ob sie per Internet, Drohne und Roboter in Windeseile geliefert werden. Dies gilt nun auch für Angebote, die bislang unmittelbar zwischenmenschlichem Handeln vorbehalten waren. Die Künstliche Intelligenz als vermeintliche Krone der digitalen Schöpfung kommt uns nun wie von außen als Interaktionspartner entgegen. Werden wir uns ihr hingebungsvoll anvertrauen?

Vertrauen stellt eine der wichtigsten Grundbedingungen für Psychotherapie dar (Fonagy & Allison, 2024). Tatsächlich zeichnet sie gerade auch die Fähigkeit aus, pathologisches und damit schmerzliches Misstrauen zu behandeln, indem sie in der Form des/r Psychotherapeut\*in selbst infrage stellt. Es geht ja auch hier nicht allein um zwischenmenschliches Vertrauen, sondern auch um Vertrauen in die psychotherapeutische ‚Technik‘, also um epistemisches Vertrauen, wenn man sie denn so nennen will, eine Technik, die aber eben vor allem auf die psychotherapeutische Bindung abzielt. Die Güte der therapeutischen

Beziehungs(arbeit) stellt vor der Art der psychotherapeutischen Technik therapieschulen-übergreifend den wichtigsten Wirkfaktor von Psychotherapie dar (Lammers & Schneider, 2009). Zudem hat Psychotherapie gerade mit denjenigen Aspekten zwischenmenschlichen Lebens zu tun, die sich nicht digitalisieren lassen beziehungsweise nicht digitalisiert werden sollten. Im Netz wird keine Liebe körperlich vollzogen, kein Kind gezeugt, geboren und aufgezogen. Dort werden wir nicht gezeugt und geliebt, werden nicht krank und gepflegt, dort sterben wir nicht und werden auch nicht beerdigt. All dies sind existenzielle Situationen, deren Bearbeitung gerade den Großteil der psychotherapeutischen Arbeit ausmachen. Zumindest an diesem Punkt ist es nur schwer vorstellbar, wie eine KI hierfür angemessenes Verständnis und Empathie aufbringen sollte, die am Ende immer eine Simulation bleibt und nie erfahren hat, wie es ist, zu lieben und zu trauern.

Mit seiner Neuschöpfung hat sich der Mensch selbst infrage gestellt. Seine Lebensgrundlagen stehen momentan nicht nur individuell psychotherapeutisch infrage, sondern auch kollektiv sozial-politisch und bio-ökologisch. Anders gesagt, stehen die bio-psycho-sozialen Dimensionen des Menschseins vor selbstgeschaffenen technologischen Herausforderungen. Vermutlich werden wir die großen Bedrohungen durch die Globalisierung, die Klimakrise und die Künstliche Intelligenz wiederum nur mithilfe von digitalen Technologien lösen können. Dies dürfte aber nur dann gelingen, wenn wir sie in der Hand behalten und steuern können. Dafür brauchen wir einen Erhalt dessen, was den Menschen am Ende ausmacht. Wir sind längst aufgefordert, Reservate für den Menschen zu schaffen, nicht nur um Tier und Natur vor uns zu schützen, sondern auch uns selbst vor dem, was vielleicht nach uns das Leben auf der Erde in die Hand nimmt. Keimzellen solcher Reservate könnten analoge psychotherapeutische Beziehungsräume sein. Zwei oder mehr Menschen, die einander komplett unverstellt und unbeobachtet von außen in einem reservierten Zeit-Raum begegnen, um sich in ihrem Menschsein zu entwickeln und als Menschen zu transformieren. Das wird vielleicht zu einem kostbaren Privileg, das dem Erhalt unserer Spezies dient. Um der KI in der Psychotherapie noch eine positive Wendung und Aufgabe zu geben, braucht es ihrerseits zugeschriebene, geschützte, aber eben auch begrenzte Zeit-Räume, in der wir sie zugunsten der Patient\*innen nutzen können.

Nach diesen einleitenden Vorüberlegungen wird nun zunächst die Hypothese herausgearbeitet, dass der Mensch im kollektiven Sinne Reservate benötigt, um seine Art zu erhalten und ihr gemäß zu leben, zu

handeln und auch Verantwortung für andere Geschöpfe zu übernehmen. Im weiteren Teil wird erläutert, warum und wie die psychotherapeutische Situation, Zeit und Raumerfahrung ein Reservat für individuelles Erleben und Individuation darstellt und in seiner exklusiven analogen Form unbedingt zu erhalten ist.

## 2. Der Mensch im Rückzug

Der Begriff „Reservat“ steht gemäß dem Duden (1996) für drei Bedeutungen: Erstens ein größeres Gebiet, in dem seltene Tier- und Pflanzenarten geschützt werden. Zweitens ein der indigenen Bevölkerung (besonders Nordamerika) als Lebensraum zugewiesenes Gebiet. Und drittens bildungssprachlich ein vorbehaltenes Recht, ein Sonderrecht. Die letztgenannte Bedeutung impliziert, dass Wesen ein ihnen spezifisch vorbehaltenes Sonderrecht zugesprochen bekommen können, aber vielleicht auch sich selbst zusprechen und damit auch nehmen können. Pflanzen und Tiere können dies nicht, indigene Bevölkerungen angesichts der Macht von kolonial agierenden Fremden geht es ähnlich.

Der technisch hochentwickelte Mensch verhält sich so, als wäre der Planet Erde sein selbstverständliches Reservat, dies im doppelten Sinne. Als vermeintliche Krone der Schöpfung nimmt er sich das Sonderrecht, sich der Erde als einen einzigen menschlichen Hoheitsraum samt aller sie bewohnender Spezies zu ermächtigen. Er hat sich dabei eine nicht zu begleichende Schuld aufgeladen. Dass der technisch entwickelte Mensch anderen Spezies Reservate zuweist, vermag diese Schuld kaum zu lindern und stellt in der Regel nur einen unzureichenden Versuch dar, wirklich Verantwortung zu übernehmen. Reservate für Pflanzen, Tiere und Indigene sind bislang nicht viel mehr als Feigenblätter, um die Scham des sogenannten zivilisierten Menschen angesichts seines großen Versagens zu verbergen.

Bevor der Mensch umfanglich und ausreichend erkannt hat, dass die Vernichtung von Flora und Fauna durch ihn selbst seine eigene Existenzgrundlage untergräbt, wird er Zeuge der Geburt einer neuen Spezies, die von ihm geschaffen worden und aus ihm hervorgegangen ist. Dies ist durchaus auch in Analogie zum Entwicklungssprung vom Menschenaffen zum Homo sapiens zu sehen, denn die Ausrottung der Menschenaffen durch den Menschen ist schon länger wahrscheinlich geworden (Estrada et al., 2017). Nun stellt die fortschrittliche Wesenhaftigkeit der Künstlichen Intelligenz und Robotik auch die Zukunftsfähigkeit des

Menschen infrage. Es geht scheinbar selbst unter ihren Schöpfern die Furcht davor um, die KI könnte sich gegen den Menschen stellen und zu seiner Vernichtung beitragen (Lavazza & Vilaca, 2024).

Inzwischen muss sich der Mensch selbst Reservate schaffen, um sich seiner schieren Existenz und seiner Menschlichkeit zu versichern, dies nicht nur aus Fürsorge für den Planeten Erde und aller seiner Lebewesen, sondern auch in Abgrenzung von den Maschinen. „Reservat“ kommt ursprünglich aus dem Lateinischen von „reservare“, was „aufbewahren“, „zurückbehalten“ und „aufsparen“ bedeutet. Es geht also nicht allein darum, etwas aufzubahren und zu konservieren, sondern auch darum, etwas aufzusparen, vielleicht sogar für eine noch ungewisse Zukunft. „Die Antiquiertheit des Menschen“ (Anders, 2002) anzunehmen in aller Bescheidenheit, vielleicht aber auch mit Wissen um dem Stolz, den wir in die erhabene Erscheinung von einem imposanten Baum oder Tier hineinprojizieren, könnte eine wichtige Voraussetzung dafür sein, sich eine Chance für das Überleben zu erhalten. Das ist bestenfalls mehr als die Sicherung eines Genpools im Sinne der Arche Noah oder einer Zeitkapsel, die wir in den Orbit oder Orkus schicken. Vielleicht werden die rein technischen Wesen ja noch andere Gründe dafür finden, uns Menschen als Informationsquelle zu erhalten, also uns nicht allein physische Reservate im Sinne von Gehegen zuweisen, sondern auch Reservate im Sinne von Sonderrechten, damit wir uns im wechselseitigen Austausch im Sinne einer Koexistenz gemeinsam weiterentwickeln. Vielleicht werden wir zu weisen Beratern, Aufsichts- und Ethikräten der Maschinen, wenngleich es momentan eher *wir* sind, die die KIs zu Orakeln machen. Hoffentlich werden uns die Maschinenwesen besser behandeln als es die technisch entwickelten Menschen mit den indigenen Völkern und Tieren getan haben und tun. Es geht hier um nicht weniger als um das menschliche Existenzrecht, ein Sonderrecht, damit wir Menschen nicht allesamt verschwinden, wenn die Maschinen uns so weit wie möglich technisch ausgelesen, reproduziert und transformiert haben.

In diesem Zusammenhang drängt sich der Gedanke an die Unterscheidung zwischen „digital natives“ und „digital immigrants“ auf. Die Begriffe „eingeboren“ und „indigen“ werden in der Regel synonym gebraucht. Der Begriff „digitale natives“ ist irreführend, weil es eben nicht um vermeintlich rückständige Naturvölker, sondern um eine technologische Avantgarde gehen soll, und weil wir Menschen nicht oder zumindest noch nicht wie in der „Matrix“-Dystopie direkt ins Cyberspace hineingeboren werden (Wachowski et al., 1999). Wir kommen

bis auf Weiteres noch auf analoge Weise *auf einem Körper in einem Körper auf die Welt*, mit zunächst vor allem physischen und emotionalen Bedürfnissen, die auch nicht von KI und Robotik zu stillen sind. Wir lernen bestenfalls auch noch, uns zunächst in unserem eigenen Körper (bzw. Leib) in der Welt zu bewegen, uns emotional (bzw. seelisch) im Austausch mit anderen Menschen bewegen zu lassen und mit analogen Kulturtechniken kognitiv (bzw. geistig) auszubilden. Wir schreiten die mediale Evolution bestenfalls nach auf dem Weg zu einer Beherrschung der zunächst analogen und dann digitalen Kulturtechniken (te Wildt, 2012). Am Ende gelingt es uns bestenfalls in zwei Welten zu agieren und zu leben, ohne sie gegeneinander ausspielen oder austauschen zu müssen, aber eben auch ohne die eigene Mitte und Individualität zu verlieren.

Mit dieser Bewegung spielt allerdings auch der Begriff „digital immigrants“. Er wird dafür gebraucht beziehungsweise missbraucht, um Menschen zu unterscheiden, die als Kinder und Jugendliche noch nicht in einer Welt mit digitalen Medien beziehungsweise in einer digitalen Welt groß geworden sind. Abgesehen davon, dass es vermutlich noch nie klug gewesen ist, Generationen wegen paradigmatischer Entwicklungssprünge gegeneinander auszuspielen, erscheint diese Begriffswahl noch in einem weiteren Sinne als problematisch. Wenn Immigranten die Möglichkeit bekommen, eine neue Kultur, ihre Sprachen und Codes zu erlernen und darin zu agieren, ohne ihre ursprüngliche Kultur und Sprache aufzugeben zu müssen, wenn sie also in die Lage versetzt werden, äußerlich und innerlich in zwei Sphären zu leben, dann kann sie das stärken. Es ist ein Zeichen von Kraft, Gesundheit und Resilienz, wenn Menschen eine Migration auf diese Weise gelingt (z.B. Kong et al., 2021).

Im übertragenen Sinne könnte dies bedeuten, dass wir als Menschen individuell wie kollektiv gerade dann resilient, gesund und damit existent bleiben, wenn wir lernen sowohl in der analogen als auch der digitalen Welt zu leben, dass wir dann und vielleicht *nur* dann mit beiden Beinen auf einem Boden und am Leben bleiben. Vor dem Hintergrund der Verselbständigung und vermuteten Selbstermächtigung der künstlichen Intelligenz sollten wir vermutlich besser mit dem Standbein im Analogen beheimatet bleiben, zumal sich nicht nur der Anfang, sondern auch das Ende des Lebens hauptsächlich in physischen Sphären abspielt. Dafür braucht es analoge Schutzräume, und zwar unter umfassender Berücksichtigung nicht nur unserer kognitiver, sondern auch unserer emotionalen und körperlichen Dimensionen.

Wie der Schutz des Pflanzen- und Tierreiches in Naturschutzreservaten bedarf womöglich auch der menschliche Leib bald Schutzzonen,

dies durchaus auch aus der Perspektive der Psychotherapie, die sich ja nicht nur mit Seele und Geist, sondern auch mit Physiologie beschäftigt, also ganzheitlich, psychosomatisch beziehungsweise bio-psycho-sozial. Das Körperselbstbild der nach- und heranwachsenden Generationen wird immer schlechter, was viel mit der Flut manipulierter Bilder von zum Teil auch manipulierten Körpern in Social Media und Pornographie zu tun hat (Saiphoo & Vahedi, 2019). Im Analogen feiern die Schönheitschirurgie und ihre Derivate Siegeszüge ungekannter Art, womit wir uns den künstlichen Bildern immer mehr annähern. Wir zwängen uns in immer mehr Maschinen, um unseren Körper zu modellieren. Und wir lassen sogar immer mehr Technologien in unsere Körper eintreten, nicht nur mechanisch in Knien und Schultern, sondern bereits auch in Form robotischer Prothesen. Vielleicht brauchen wir Reservate bald auch für ein ungeschminktes und unverstelltes Körpererleben und -bewusstsein. In der Vergangenheit boten am ehesten Naturalisten solche Reservate, aber auch Selbsterfahrungsangebote, die zum Teil mit therapeutischen Mitteln arbeiten. Wenn jetzt die Psychotherapie die Körperlichkeit und damit die Körperpsychotherapie wieder verstärkt in den Fokus nimmt, dann darf das bereits als eine Gegenbewegung verstanden werden, als eine Hinwendung und Rückbesinnung auf unser körperliches Erbe und unsere Verortung in der Leiblichkeit im Sinne des Embodiment (Henningsen, 2021).

Wie der Schutz der Tiere, denen wir jenseits des Körperlichen ein emotionales Erleben zusprechen, bedarf das menschliche Fühlen, das Seelische, ebenfalls Schutzzonen. Das Diktat des positiven Denkens hat uns mit den vermeintlich negativen Gefühlen, wie Trauer, Wut und Angst, gleich auch die Fähigkeit genommen, uns zu freuen und damit zu einer Epidemie der Depressivität beigetragen (Moreno-Agostino et al., 2021). Wir versorgen uns gefühlsmäßig heute vor allem mit emotionalen Konserven, indem wir emotionale Narrative im großen Stil in unseren Alltag einfließen lassen. Das Streaming von Videos im Kleinen und das von Serien im Großen scheint immer mehr als ein Ersatz für die vielleicht schal gewordenen Narrative unserer eigentlichen Lebenszeit zu sein. Und zwischen immer mehr zwischenmenschlichen Begegnungen, die das eigentliche Potenzial für aufregende Lebendigkeit und tiefe Gefühle bergen, schieben sich Maschinen mit Kameras und Bildschirmen, Mikrofonen und Lautsprechern, die uns zuhören und aufzeichnen, um uns schlussendlich mit noch mehr passgenauerem Lebensersatzprodukten als ‚Futter für die Seele‘ zu versorgen, von denen wir immer abhängiger werden (te Wildt, 2015). Wir brauchen also auch

deshalb Reservate, damit unserem Gefühlsleben ausreichend und uneingeschränkten zwischenmenschliche Spielräume gewährt werden.

Neben der Liebes-, Freundschafts- und Familienbeziehungen ist es die psychotherapeutische Situation, die hierfür Zeit und Raum bietet. Der Erfolg tiergestützter Therapie kann hier als ein Beispiel und Indiz für eine Rückbesinnung auf das Emotionale gewertet werden. Die Suche nach Spiritualität und Sinnhaftigkeit, der oft eher außerhalb des etablierten psychotherapeutischen Hilfesystems nachgegangen wird, sie weist vielleicht in eine ähnliche Richtung. Um dem nüchternen Positivismus entgegenzugewirken, braucht es in diesem Zusammenhang vielleicht auch einer Rückbesinnung auf das Verständnis von einer Seele (Haberer, 2021). Den Menschen einfach nur als gefühlsduseliges, hoch entwickeltes Tier zu sehen, greift jedenfalls zu kurz. Zu kurz kommt das in diesem Sinne Seelische in jedem Fall, wenn wir uns vor allem als körperliche Objekte verstehen, die wir mit Willensstärke, also mentaler Kraft, beherrschen und krampfhaft in ein digitales, die Intelligenz anbetendes Zeitalter hinüberzurren versuchen. Ohne das Dazwischen des Emotionalen, ohne die Empathie, ist das Menschsein nicht zu haben und zu leben.

Die aktuelle Entwicklung des Menschen und seine geistige Dimension, die ihn ja nun gegenüber den Pflanzen und Tieren auszeichnet, ist seltsam zweischneidig. Einerseits neigen wir – wie gesagt – dazu, dem Menschen nur wenig mehr zuzutrauen als einem hoch entwickelten Tier, als seien jenseits der Intelligenz, Bewusstsein und freier Wille nur eine Illusion. Andererseits streben wir danach uns gegenüber unserem pflanzlichen Erbe (Physiologie) und unserer animalischen Herkunft (Emotionalität) kognitiv so weit wie möglich zu entkoppeln, insbesondere mit der Schaffung künstlicher Intelligenz, die uns bestenfalls noch das Hirn-Uploading ermöglichen möge, also ein ewiges Leben als Bot oder Roboter (Mercer & Trotham, 2021).

Die Vielschichtigkeit des Begriffs von einem Geist ist in diesem Zusammenhang sehr interessant und bezeichnend. Hier geht es aber eben nicht nur um den individuellen, sondern auch um den kollektiven Geist, also um Kulturen, die nicht nur im Einzelnen, gerade auch durch analoge Kulturtechniken in uns bestenfalls angelegt sind, sondern eben auch als konkrete und abstrakte Kultur. Hier kommen dann auch interkulturelle Aspekte mit in die Diskussion. Die Diskussionen um den Umgang mit altem und neuem Kolonialismus, die Sorge um kulturelle Aneignung, aber auch die Debatten um innerkulturelle Diversität, es geht letztlich um Fragen nach einem kollektiven Geist und damit auch um Haltungen, Ideologien und Identitäten, mit denen sich bestenfalls auch die Pro-

tagonisten der Psychotherapie immer schon beschäftigt haben. Dies ist nicht nur für soziale Fragen von Belang, sondern auch in der Begegnung zwischen der/m einzelnen Patient\*in und Therapeut\*in, die sich in ihren jeweiligen Kulturen und in ihrem jeweiligen Geist verstehen und anerkennen (lernen). Psychotherapie selbst wird hier zu einem Narrativ, das Geist hervorzu bringen in der Lage ist, ein drittes Moment jenseits der Dyade. Die Geisteswissenschaften in ihrer unersetzlichen Bedeutung für das Überleben menschlicher Kultur, und der Einsatz von künstlerischen Prozessen, dürfen und müssen nicht zuletzt auch eine Domäne der Psychotherapie bleiben, dies auch unabhängig der Narrative generativer künstlicher Intelligenz.

Jenseits der Anforderungen von Leib, Seele und Geist des Menschen, der eben nicht einfach eine Summe pflanzenähnlicher Körperlichkeit, tierähnlicher Emotionalität und simulationsfähiger Intelligenz bildet, sprechen aber auch einige konkrete geopolitische Beobachtungen dafür, sich mit der humanen Reservatbildung zu befassen. Erstens könnte die Umweltzerstörung durch den Menschen tatsächlich dazu führen, dass er seine Lebensgrundlage nur dadurch sichern kann, dass er sich bei der Reservatbildung mit einschließt, da sein Überleben ja auch von der Koexistenz mit und von Pflanzen und Tieren abhängt. Zweitens führt der menschengemachte Klimawandel zu einem Verlust von bewohnbarem Land, da Wüsten und Meere größer werden. Im Zuge dieser Entwicklung bilden Ländergemeinschaften wie die Europäische Union verschiedene neue Mauern, Dämme, um das Meer aufzuhalten, sowie neue Grenzen, um nicht zuletzt auch vor den Folgen des Klimawandels fliehenden Menschen Einhalt zu gebieten. Dabei wird der Umgang mit Pflanzen, Tieren und Indigenen zum Prüfstand für unsere Menschlichkeit. Das Erstarken von individueller und kollektiver Egozentrik in Form von Rassismus und Nationalismus ist nicht zuletzt die Folge einer Angst vor Identitätsverlust im Zuge einer umfassenden Globalisierung, die nicht ohne die weltumfassende Digitalisierung denkbar ist und die sich aber eben auch aus der diffusen Angst vor dem Bedeutungsverlust des Menschen überhaupt speist. Hier darf ein falsches Selbstbewusstsein – das oft irrtümlich mit Selbstwertgefühl gleichgesetzt wird – nicht zum Quell für kollektiven Egozentrismus werden. Das löst die narzistische Krise der menschlichen Spezies nicht, sondern macht sie noch gefährlicher. Psychotherapie kann an diesem Scheidepunkt – kollektiv wie individuell – heilsame Impulse setzen. Dafür braucht sie Schutzräume, im Kleinen wie im Großen, in analogen politischen Think-Tanks und psychotherapeutischen Räumen.

### 3. Die Enklave des psychotherapeutischen Zeit-Raums

Wenn wir Menschen vor Verwüstung und Überschwemmung wahlweise auf die Berge oder das Meer fliehen und uns dort niederlassen und einrichten müssen, braucht es vielleicht noch ganz anderer Reservate, die ohne viel Technik kaum zu erschließen sind. Wir Menschen sind als Kulturwesen immer auf Kulturtechniken angewiesen. Das erste menschliche Reservat war freilich die Erschließung und Erbauung von Behausungen, in denen er sich vor den Naturgewalten schützte, im Grunde auch vor wilden Tieren und pflanzlichem Wildwuchs. Wir sprechen hier vor allem von Schutzräumen. Der psychotherapeutische Raum steht in dieser Tradition, auch wenn in ihm Pflanzen und Therapiehunde ihren Platz haben. Er schützt und stärkt uns gegenüber der Welt da draußen, vor allem im Hinblick auf zwischenmenschlicher Konflikte und Bedrohungen. Und nun ist da eben eine Spezies hinzugekommen, gegenüber denen wir Schutzräume benötigen, Bots und Roboter.

Neben der psychotherapeutischen Situation – wie auch der von Medizin und Politik – gilt dies gleichsam für pädagogische Situationen, um analoge Lernentwicklungen zu ermöglichen und mediale Suchtentwicklungen zu verhindern. Das gemeinsame Essen im Kreise der Familie und der Schulunterricht in der ersten Klasse der Grundschule können solche Situationen sein. Je mehr die Hardware aber an uns heranrückt etwa mit smarten Telefonen, Uhren, Brillen und Ringe und bald auch in Form von digitalen Implantaten in uns eindringt, desto schwieriger könnte es werden, überhaupt noch Zeiten, Räume und Situationen zu definieren, in denen das digitale Mediale komplett außen vor bleibt. Was machen wir mit Patient\*innen, die sich von ihren digitalen Begleitern physisch und psychologisch gar nicht mehr trennen können oder wollen? Was wenn wir Psychotherapeut\*innen nicht mehr sicher sein können, ob unser Tun nicht abgehört und mitgeschnitten wird? Wenn es um das fortschreitende Eindringen des Digitalen in den Alltag geht und wie man sich dem entgegenstellen kann, dann stellt sich stets die Frage, ob es überhaupt noch Sphären gibt, in denen alle Hardware verbannt oder abgestellt wird. Wenn es solche Räume mit medialer Abstinenz gibt, dann können wir besser den Grad unserer Abhängigkeit von Medien erkennen. Wenn aber alle kollektiv medienabhängig sind, dann kann auch niemand mehr individuell als mediensüchtig erkannt werden (te Wildt, 2012).

Vielleicht hilft uns ja diese Betrachtungsweise, grundsätzliche Grenzen zu ziehen, was wir uns und einander als Menschen erlauben

sollten. Dies gilt natürlich vor allem auch für persönliche Beziehungen, wenn wir Menschen einander freundschaftlich und familiär, partnerschaftlich und sexuell begegnen. Aber es gilt natürlich ganz besonders auch für professionelle Kontakte, insbesondere dann, wenn die Beziehungsarbeit das entscheidende Agens ist, also in Pädagogik und Medizin. Psychotherapeut\*innen werden sich sicherlich irgendwann fragen, ob sie solche ersten Cyborgs behandeln wollen.

Es ist also höchste Zeit, sich über die alten und neuen Grundbedingungen für die psychotherapeutische Situation Gedanken zu machen. Im Hinblick auf den eingeführten Dreiklang Zeit-Raum-Situation lassen sich diese Bedingungen für die Psychotherapie erst einmal gut klären und definieren. Was die Zeit angeht, lebt die Psychotherapie von einem verlässlichen Zeitrahmen von in der Regel 50 Minuten im Einzel und 100 Minuten in der Gruppe, und einem Rhythmus, der für einen Zeitraum von vielen Monaten oder ein paar Jahren den Alltag dazwischen strukturiert. Von großer Bedeutung ist zudem die regelmäßige Begegnung in einem vertrauten und geschützten physischen Raum, der bestenfalls zu einer Art gefühlter Heimat für das eigene Seelenleben wird. Zeit und Raum bilden die Grundlage für das Ritual der psychotherapeutischen Situation, die im Kern nach festen Regeln abläuft und von der Begegnung von Patient\*in und Psychotherapeut\*in lebt. Eine Psychotherapie, die von einer KI durchgeführt wird, läuft Gefahr zu einer zeitlichen, räumlichen und situativen Entgrenzung zu führen, wenn sie jederzeit, überall und von allem und jedem durchgeführt werden kann. Zeitliche, räumliche und situative Reserve sind aber nur eine Möglichkeit von vielen, um der Psychotherapie eine Abstinenz von Digitalität zu verordnen.

Ausgehend von der bislang geltenden Deutungs- und Behandlungs-  
heit der therapeutischen Beziehung könnten Differenzierungen des Referenzrahmens erfolgen, indem man sich die körperlichen, emotionalen und kognitiven Ebenen der Zwischenmenschlichkeit vor Augen führt, um die Notwendigkeit der psychotherapeutischen Reservatbildung zu erhalten beziehungsweise voranzutreiben.

Die teilweise oder umfassende Übernahme von Psychotherapie durch KI wäre ein weiterer Schritt in Richtung Entkörperlichung. Die Entfremdung vom Körper, der immer mehr zum Objekt wird, aber immer weniger als Teil eines gesunden Selbsterlebens empfunden und verstanden wird, schreitet in Folge der Medientechnologien global voran. Die Psychosomatik mit ihrem ganzheitlichen Ansatz und die Wiederentdeckung und -belebung körpertherapeutischer Verfahren dürfen wie gesagt bereits

als eine Gegenreaktion verstanden werden und sollten weiter gefördert werden. Dass sich im Rahmen von Psychotherapie nicht zuletzt zwei menschliche Körper mit allen Sinnen begegnen, ist von daher ein nicht zu unterschätzender Wirkfaktor. Wenn wir Menschen es noch für wichtig halten wollen, uns mit unserem Körper positiv zu identifizieren, dann sollten wir die leibliche Präsenz in der Psychotherapie nicht aufgeben.

Auch eine Vernachlässigung des Emotionalen ist in den vergangenen Jahrzehnten seitens der Psychotherapie im Zuge einer Überbewertung des Kognitiven zu beobachten. Gesellschaftlich gesehen haben wir nicht zuletzt durch das überbordende Mediale eine Entwicklung hin zu einer Schwächung und Abwertung des Seelischen zu verzeichnen, wenn es einerseits ein zunehmendes Ambivalenzdefizit zu verzeichnen gibt, das zu extremen, vor allem zu polarisierten negativen emotionalen Ausbrüchen führt, und wenn andererseits eine Selbstbespiegelung von flachen Befindlichkeiten um sich greifen. Man könnte meinen, dass insgesamt eine Rückbildung von differenzierter Emotionalität zu diagnostizieren ist, die uns Menschen bedürftiger, kindlicher und animalischer erscheinen lässt. Die Psychotherapie nimmt momentan das Emotionale wieder stärker in den Blick, befreit sich von einer Überbetonung von positivem Denken und Positivismus, nicht zuletzt auch in den nonverbalen Formen von Therapie und Pflege, die Kunst und Kultur, Natur und Tier mit einbeziehen. Vielleicht entdeckt sie ja sogar ein Verständnis des Seelischen wieder, jenseits von Biologismus und Kognitivismus, wie er sich in der Psychiatrie entwickelt hat (Hinterhuber, 2009). Für Menschen mit psychischen Erkrankungen braucht es unbedingt ein Arbeiten in der nicht zuletzt gefühlsmäßigen Begegnung der Psychotherapie, in der negative Gefühle und Reaktionen, auch Scham- und Schuldgefühle eine Rolle spielen dürfen, in einem Schutzraum, der vertraulich ist und aus dem Nichts nach außen dringt, in dem emotional alles sein darf. Wie die Gedanken sollten die Gefühle frei sein.

Trotz Kognitivismus scheint auch das Denken in Mitleidenschaft gezogen zu sein. KI ist ja erst einmal nur das Ergebnis einer Simulation von Denkprozessen, die letztendlich von uns übernommen wurden. Intelligenz mit Denkfähigkeit gleichzusetzen, erscheint hier als ein Kardinalfehler. Die KI nimmt uns das Denken ab, die Beschleunigung der digitalen Prozesse trägt das Ihre dazu bei, dass wir vermutlich immer denkfauler werden, uns vor allem auch keine Zeit mehr dafür nehmen. Die Achtsamkeitsbewegung darf hier als Gegenbewegung verstanden werden, die dem Mentalen wieder eine Zeit und einen Raum gibt, für die moderne Psychotherapie eine ganz entscheidende Entwicklung.

Velleicht entdecken wir auch einen Begriff von Geist wieder, der Bewusstsein und Entscheidungsfreiheit nicht mehr als eine Illusion abtut, sondern als Voraussetzung für das Menschsein, das eben über den bloßen Körper im Pflanzenreich und die Weiterentwicklung des Seelischen im Tierreich hinausgeht. Das Maschinendenken stellt dies natürlich infrage. Sollten die Maschinen ein eigenes Interesse entwickeln, um das Zepter vom Menschen zu übernehmen, dann dürfte es auch ein Anliegen sein, dem Menschen Geist abzusprechen. Die Psychotherapie dürfte und sollte dem entgegenwirken. Dafür braucht sie ein Hier und Jetzt, das frei ist von allem Maschinellen und Automatismen. Einen achtsamen psychotherapeutischen Zeit-Raum, nicht nur für Meditation, sondern für das Aufspannen eines interpersonellen Geist-Raum, in dem innere Freiheitsgrade erkundet und erweitert werden, um Entscheidungen und verändertes Handeln zu ermöglichen.

#### 4. Ökologischer Handlungsbedarf zur Arterhaltung der menschlichen Spezies

Es wurde versucht deutlich zu machen, dass der Mensch in seinen individuellen und kollektiven Dimensionen und Lebensweisen Sphären benötigt, innerhalb derer er sich zurückziehen kann, um gesund zu leben, um überhaupt überleben zu können. Um dieses Ziel zu erreichen, wird im Zuge der digitalen Transformation künstliche Intelligenz und Robotik zu einer existenziellen Herausforderung, die es erst einmal als solche zu erkennen und ins Bewusstsein zu holen gilt.

Individuell gesehen bedarf es körperlicher, emotionaler und gedanklicher Reservate. Der einzelne Mensch muss für sich entscheiden, inwie weit die Hardware in Form von Wearables an ihn heran und in Form von Chips und ähnlichem in ihn hineinrücken dürfen, oder ob der eigene Körper ein begrenztes Reservat, das Hoheitsgebiet eines Leibes sein soll. Für die emotionale Sphäre stellt sich die Frage, ob das von zwischenmenschlichen Begegnungen geprägte Seelenleben vornehmlich eine unmittelbare und damit auch sinnliche Angelegenheit bleiben soll, oder ob wir bald unser Gefühlsleben outsourcen, indem wir zwischen uns Menschen immer mehr Hard- und Software installieren und immer mehr fremde multimediale Narrative konsumieren. Auch für den Erhalt des freien Denkens bedürfte es Reservate, in denen wir es gemeinsam eine unabhängige Geistestätigkeit und Bewusstseinsfähigkeit pflegen und erhalten können. – Es geht hier nicht darum, Körperlichkeit, Fühlen und

Denken komplett abzuschirmen von digitalen Medien, sondern es geht lediglich um die Frage, ob es überhaupt Grenzen geben soll, Räume, Zeiten und Situationen, in denen wir Menschen leiblich, seelisch und geistig ausschließlich bei uns und beieinander sein können. Es geht dabei nicht zuletzt auch darum, was der Mensch noch an Wissen und Fähigkeiten in sich zur Verfügung haben sollte, um auch dann noch menschlich und zivilisiert als Menschen miteinander agieren zu können, wenn alle digitalen Maschinen stillstehen beziehungsweise stillzulegen sind. Dafür wird hier eindringlich plädiert. Vielleicht braucht es eine zweite Arche Noah für den Erhalt des Menschen als Spezies. Wir können uns nicht darauf verlassen, dass die immer wirkmächtigen Maschinen, ein Eigeninteresse daran entwickeln, uns Menschen Reservate zu schaffen und zu lassen, in denen wir völlig frei denken, fühlen und handeln können. Eine optimistische Vorstellung wäre es, dass die Maschinen und die Menschen gemeinsam feststellen würden, dass die Maschinen, die uns bald ausgelesen haben werden, selbst genau darauf angewiesen sein werden, dass ihre Schöpfer am Ende einen Freiraum bekommen, um sich im Austausch mit dem Menschen gemeinsam weiterentwickeln zu können.

Kollektiv gesehen bedarf es dafür eben auch analoger sozialer Reservate, im großen Stil viel ähnlicher den Reservaten für eingeborene Tiere und indigene Völker als uns lieb sein dürfte. In urbanen Zusammenhängen menschlichen Lebens kann man sich dies aber kaum vorstellen. Dort braucht es voraussichtlich kleinere Einheiten des Rückzugs. Es wurde versucht, deutlich zu machen, dass die psychotherapeutische Situation, der psychotherapeutische Zeit-Raum, ein solches zwischenmenschliches Reservat sein könnte. Diese Sphäre ist keinesfalls ein paradiesischer Ort wie in einem Naturschutzreservat, weil es ja um die Erfahrung einer Linderung von leiblichem, seelischen und geistigen Leid geht, aber es ist ein Ort in dem die Patient\*innen und Therapeut\*innen auf eine Art und Weise wie nackt voreinander stehen, wenn die Patient\*innen alle kulturellen Zwänge ablegen dürfen, wenn alles gefühlt, gedacht und gesagt werden darf, und wenn die Therapeut\*innen sich zu einem weißen Blatt machen, zur Projektionsfläche, und wenn sie versuchen, dem sich ihnen anvertrauenden Menschen ohne Wertung so offen wie möglich zu begegnen. Es ist nicht wie beim Arzt, bei dem wir uns bisweilen ausziehen oder alle Metallgegenstände abstreifen, wenn wir eine Kernspin-Aufnahme von uns machen lassen, aber vielleicht wäre es in der Psychotherapie mittlerweile an der Zeit, alle Geräte außen vorzulassen, im Zimmer sowie am und im Körper. Vielleicht zeigt diese Vorstellung eine wichtige, darüber hinausweisende Grenze auf. Alles,

was sich nicht abstreifen oder abstellen lässt, alles, was nicht überlebensnotwendig ist, sollten wir auch nicht an unsere Körper heranlassen, und schon gar nicht in die Psychotherapie mitbringen. Denn dass wir im Zweifelsfall abgehört und ausgelesen werden, das ist nicht mehr der Auswuchs einer Dystopie, sondern Realität geworden. Mit immer kleiner werdenden Kameras und Mikrofonen, die bald in Kontaktlinsen und Brillen, Hörgeräten und Schmuckstücken integriert werden, werden es bald die Patient\*innen selbst sein, die alles aufnehmen und speichern wollen, um es für sich zu nutzen. Hier braucht es eine starke Haltung von Seiten der psychotherapeutischen Gemeinschaft.

Es wäre also gut, wenn die psychotherapeutische Begegnung von diesen digitalen Transformationsimpulsen verschont und damit frei bleibt. Und es wäre schön, wenn der psychotherapeutische Zeit-Raum nicht nur ein paranoider oder panischer Fluchort ist, nicht nur ein depressiver oder passiv-aggressiver Rückzug von Seiten der Patient\*innen, um sich vor den Zugriffen von Welt zu schützen und davon zu genesen. Es wäre gut, wenn wir Psychotherapie nicht nur zum Schutzraum erklären würden, wegen verschwörungstheoretischer Paranoia vor einer sich krakenartig ausbreitenden Digitalität, die Diktatoren, Monopolisten und Terroristen enorme Macht verleihen. Es wäre gut, wenn sie nicht zum Panikraum würde, weil das Böse in der realexistierenden Welt scheinbar wieder stärker wird. In einem solchen Szenario drohen Reservate zu Gefängnissen zu werden. Es wäre gut, wenn der gerade auch von dem Aufstieg von KI und Robotik narzisstisch gekränkte Mensch nicht nur in der Psychotherapie noch Wertschätzung suchen würde. Sondern es wäre gut, wenn das psychotherapeutische Momentum um seiner selbst willen in seiner analogen Form erhalten und geschützt würde. Das ist existenziell, solange der Mensch noch ein Interesse daran hat sich selbst und dem Anderen wirklich, wahrhaftig und frei zu begegnen und nah zu sein. Antworten wir also Baudrillard mit einer Hoffnung: Vielleicht verschwinden die Menschen nur dann nicht aus der Welt, wenn sie nicht damit aufhören, in der Welt ebenso frei wie behütet miteinander zu sprechen.

## Referenzen

- AlQudah, A. A., Al-Emran, M., & Shaalan, K. (2021). Technology acceptance in healthcare: A systematic review. *Applied Sciences*, 11(22), 10537.
- Anders, G. (2002). *Die Antiquiertheit des Menschen: über die Zerstörung des Lebens im Zeitalter der dritten industriellen Revolution* (Bd. 1 & 2). CH Beck.

- Baudrillard, J. (2013). *Warum ist nicht alles schon verschwunden?*. Matthes & Seitz Berlin Verlag.
- Drosdowski, G. (1996). Duden. *Deutsches Universalwörterbuch. Bearbeitet von Günther Drosdowski und der Dudenredaktion, 3.*
- Estrada, A., Garber, P. A., Rylands, A. B., Roos, C., Fernandez-Duque, E., Di Fiore, A., ... & Li, B. (2017). Impending extinction crisis of the world's primates: Why primates matter. *Science advances*, 3(1), e1600946.
- Fonagy, P., & Allison, E. (2014). The role of mentalizing and epistemic trust in the therapeutic relationship. *Psychotherapy*, 51(3), 372.
- Haberer, J. (2021). Die Seele—eine Reanimation. *Wer bist du, Mensch?: Transformationen menschlicher Selbstverständnisse im wissenschaftlich-technischen Fortschritt*, 134.
- Henningsen, P. (2021). *Allgemeine psychosomatische Medizin: Krankheiten des verkörperten Selbst im 21. Jahrhundert*. Springer Berlin.
- Hinterhuber, H. (2009). Hat die Seele in der Gegenwart noch einen Platz? Ein Plädoyer für die Wiederaneignung des Begriffes „Seele“. *Psychopraxis*, 12, 28–32.
- Kong, L. N., Zhang, N., Yuan, C., Yu, Z. Y., Yuan, W., & Zhang, G. L. (2021). Relationship of social support and health-related quality of life among migrant older adults: The mediating role of psychological resilience. *Geriatric Nursing*, 42(1), 1–7.
- Kurzweil, R. (2005). The singularity is near. In *Ethics and emerging technologies* (393–406). London: Palgrave Macmillan UK.
- Lammers, C. H., & Schneider, W. (2009). Die therapeutische Beziehung. *Psychotherapeut*, 54(6), 469–485.
- Lavazza, A., & Vilaça, M. (2024). Human Extinction and AI: What We Can Learn from the Ultimate Threat. *Philosophy & Technology*, 37(1), 1–21.
- Mercer, C., Trothen, T. J., Mercer, C., & Trothen, T. J. (2021). Mind Uploading: Cyber Beings and Digital Immortality. *Religion and the Technological Future: An Introduction to Biohacking, Artificial Intelligence, and Transhumanism*, 161–179.
- Moreno-Agostino, D., Wu, Y. T., Daskalopoulou, C., Hasan, M. T., Huisman, M., & Prina, M. (2021). Global trends in the prevalence and incidence of depression: a systematic review and meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 281, 235–243.
- Saiphoo, A. N., & Vahedi, Z. (2019). A meta-analytic review of the relationship between social media use and body image disturbance. *Computers in human behavior*, 101, 259–275.
- te Wildt, B. (2015). *Digital Junkies: Internetabhängigkeit und ihre Folgen für uns und unsere Kinder*. Droemer eBook.
- te Wildt, B. T. (2012). *Medialisation: von der Medienabhängigkeit des Menschen*. Vandenhoeck & Ruprecht.

