

# Autonomie als salutogenetische Herausforderung

Die Selbstheilungskräfte des Individuums und das Gesundheitssystem

THOMAS SCHOPF

**Autonomie ist ein selbstorganisatorisches Phänomen und wohnt allen lebenden Systemen inne. Jede Heilung ist immer auch Ausdruck dieser Autonomie. Gesundheit entsteht aus der Systemdynamik der Selbstorganisation, sei es im Individuum, seinen Teilsystemen oder dem Kollektiv. In diesem Artikel wird der Bogen gespannt von der aktuellen Situation des Gesundheitswesens zu den Anforderungen des einzelnen Patienten.**

**Schlüsselwörter:** Autonomie, Gesundheitssystem, Selbstheilungskräfte, Selbstorganisation, Medizinische Berufe

Die Autonomie des Einzelnen bedeutet heute nicht nur für alle im Gesundheitsbereich arbeitenden Berufe eine große Herausforderung. Sie stellt unsere auf Freiheit und Selbstbestimmung des Einzelnen basierende Kultur auf eine Probe, die das gerade begonnene Jahrtausend prägen wird. Dieser Aufsatz beleuchtet das Phänomen der Autonomie in seinen Auswirkungen für die Gesundheitsberufe und versteht es als salutogenetische Herausforderung.

Die Selbstbestimmung des Einzelnen hat etwa seit der Aufklärung einen hohen, wenn nicht den obersten Stellenwert in unserer abendländischen Kultur. Sie folgt damit vermutlich der biologischen Eigengesetzlichkeit eines Lebewesens, dem Prinzip der Autopoiese. Dieses Konzept beschreibt, wie sich ein Lebewesen auf der Basis seiner Bestandteile, seiner Körperorgane selbst erschafft und erhält. Die Organe wiederum konstituieren sich in ihrer Teilautonomie aus dem

Funktionieren ihrer Zellen und Gewebe, die sich wiederum aus den Funktionsmechanismen ihrer Mikro- und Makromoleküle ergeben. Zugleich ordnet und strukturiert die Selbstorganisation der jeweiligen Systeme auch die Bedingungen ihrer Anteile. Selbstorganisationsprozesse sind zirkulär, das heißt, die von den Bestandteilen hervorgebrachten Ordnungen strukturieren diese und erschaffen so komplexe Strukturen von hoher Stabilität.

Doch auch jenseits des Individuums wirken Selbstorganisationsprozesse. Aus der Vielzahl der Individuen entwickeln sich durch Kooperation Organisationsformen, die ihrerseits den Einzelnen in seinem Handeln, Denken und Fühlen beeinflussen. Die sich entwickelnden Strukturen sind vielfältig, durchdringen sich gegenseitig und sind für das Individuum in ihrer Komplexität nicht verstehbar.

Die bisherige Ordnung aus einem halbwegs kohärenten Zusammenwirken politischer, religiöser und kultureller Systeme in Gestalt von miteinander konkurrierenden oder kooperierenden Nationalstaaten ist in einem Umbruch begriffen und befindet sich in Neuordnung. Im Zuge der Globalisierung durchkreuzen und überbrücken international agierende Wirtschaftsunternehmen und andere transreligiöse, interkulturelle Organisationen die bisherige Ordnung. Diese hatte sich in dem zerstörerischen Konflikt des Zweiten Weltkrieges pervertiert und außer Kraft gesetzt. Wir leben aktuell in einem Phasenübergang zu einer neuen und größeren, globalisierten Ordnung. Diese materialisiert ansatzweise im Internet als weltumfassendes Kommunikationssystem. Dabei stellt das eigene Wachstum die

Die  
Autonomie des Einzel-  
nen stellt unsere auf Freiheit und  
Selbstbestimmung basierende Kul-  
tur auf eine Probe.

wesentliche Herausforderung dieses Ordnungsprozesses dar. Der Phasenübergang im System bedeutet für die ihm ausgesetzten Individuen, wie auch für die größeren Subsysteme einen erheblichen Anpassungsdruck, der aktuell immer weiter zunimmt. Am Beispiel des Gesundheitssystems möchte ich auf diese Entwicklung eingehen.

### Blicke auf das Gesundheitssystem

Unser Gesundheitssystem mit seiner gesetzlichen Krankenversicherung ist aus dem Bestreben des Nationalstaates entstanden, einen gesunden „Volkkörper“ hervorzubringen. Dieser Volkkörper hatte die Aufgabe für die Industrie eine zahlreiche und leistungsfähige Arbeiterschaft und für die Armeen gesunde Soldaten bereitzuhalten. Die Finanzierung dieses Gesundheitssystems lag in der nationalstaatlichen Verantwortung und bezog auch Familienfürsorge und Vermeidung sozialen Elends mit ein. Die Familien sorgten für das Bevölkerungswachstum, während die ein Bild sozialer Gerechtigkeit den Boden für gesellschaftliche Stabilität bildete. Aktuell verschieben sich die wirtschaftlichen Mittel und das damit verbundene Umsetzungspotential von den Nationalstaaten weg zu global agierenden Unternehmen und Allianzen. Deren Interesse liegt im eigenen Wachstum, aber weniger in der Finanzierung eines übergeordneten und möglicherweise einschränkenden Staatssystems. Durch die wissenschaftliche Entwicklung ebenso wie durch die Informationstechnologie entwickeln sich die Behandlungsmöglichkeiten in der Medizin explosionsartig, was für das Gesundheitssystem eine bisher nie dagewesene Vielfalt an Optionen und damit an möglichen Kosten eröffnet. Durch die demografische Entwicklung vieler Industrieländer wächst deren Bedarf an medizinischer Versorgung, zugleich fehlen die älteren Menschen als Arbeitnehmer und Zahler ins Renten- und Gesundheitssystem. So gerät die Finanzierung weiter unter Druck und die Krise spitzt sich zu. Es wundert nicht, dass das Thema des assistierten Suizids oder der Sterbehilfe immer häufiger ins öffentliche Bewusstsein vordringt und in den Medien thematisiert wird. Dabei wird jedoch meist nur die Perspektive des Einzelnen thematisiert, der nach individueller Freiheit und Autonomie trachtet. Es wird nie mein gesellschaftlicher Blickwinkel betrachtet, der sich mit dem als Unwort des Jahres gekürten Ausdrucks des ehemaligen Bundesärztekammerpräsidenten Karsten Vilmar des „sozialverträglichen Frühablebens“ am einfachsten zusammenfassen lässt.

Durch das Autonomiestreben der Individuen mit ihren Partikularinteressen verliert sich auch die Motivation, die diffuse Idee eines noch nicht existierenden globalen Gemeinwohls zu unterstützen. Trotz allem sind auch hier entsprechende Tendenzen erkennbar. Allerdings fehlen den Nichtregierungsorganisationen bislang die Macht und die Mittel für ein Wirken auf Augenhöhe mit den wirtschaftlichen Organisationen. Die Konkurrenz der verschiedenen Organisationen untereinander sowie mit den bestehenden religiösen und politischen Systemen wird noch eine

Zeitlang andauern, bevor sich durch die Entwicklung einer neuen Ordnung das globale System wieder stabilisieren kann. Der Druck durch das Bevölkerungswachstum und die Bedrohung unseres globalen Ökosystems wirken sich hierbei beschleunigend aus.

Im Gesundheitssystem wirken sich diese Veränderungen auf verschiedenen Systemebenen aus. Hier möchte ich auf die Mikroebene eingehen, das heißt auf den Kontakt der Gesundheitsberufe mit den sie konsultierenden Patienten. Folgende Interessengruppen interagieren hierbei.

- Die Gesundheitsberufe, im einzelnen Ärzte, Pflegeberufe und medizinische Assistenzberufe im weitesten Sinne. Als Selbstständige oder Freiberufler finanzieren sie sich über ihre erbrachten Leistungen. Angestellt unterliegen sie den Anforderungen ihrer Arbeitgeber an ein gewinnorientiertes oder zumindest kostengünstiges Arbeiten.
- Die Krankenkassen verwalten als „Gegenspieler“ der Gesundheitsberufe die begrenzten Mittel der Versicherten. Sie profitieren von einer Begrenzung der Kosten.
- Indirekt wirken sich die Interessen der pharmazeutischen Industrie, wie auch der Medizingeräte- und Hilfsmittelindustrie aus. Sie profitieren von der Verordnung ihrer Produkte durch die Ärzte und die medizinischen Hilfsberufe ebenso wie von der Nachfrage durch die Patienten.
- Direkte Betroffene sind die „Konsumenten“ des Gesundheitssystems, die Patienten, deren Interessenlage sehr vielschichtig ist.

### Patientenwünsche an das Gesundheitssystem

Die Patienten wünschen sich in ihren individuellen Wünschen angenommen und verstanden zu werden. Durch entsprechende Informationsmöglichkeiten in den Medien fühlen sie sich immer mündiger und erwarten Augenhöhe durch die sie beratenden Ärzte und Therapeuten. Sie müssen eigenverantwortliche Entscheidungen für ihre Gesundheit treffen und erwarten, dabei wirksam unterstützt zu werden. Zugleich suchen viele bei steigendem Druck der Arbeitsbelastung auch Schutz in der Krankheit. Dabei behaupten sie sich mit der Krankmeldung gegen die Ansprüche der Arbeitgeber. Andere fürchten um ihren Arbeitsplatz und wünschen sich schnelle Wiederherstellung durch individuell zugeschnittene Therapien, oft motiviert durch die Angst vor dem Verlust des Arbeitsplatzes. Viele Unzufriedene weichen auf selbstgewählte Medikamente und Behandlungen aus, in die sie dann viel Geld investieren. Diese Nachfrage befriedigen zum einen die niedergelassenen Ärzte über Individuelle Gesundheitsleistungen (IGeL). Auf der anderen Seite bedienen Heilpraktiker, Berater und Therapeuten in privater Praxis den Gesundheitsmarkt mit ihrem Angebot. Die Patienten folgen dabei zum einen dem Zeitgeist, der auf wirtschaftlicher Leistungsfähigkeit, körperlicher Fitness, geistiger Anpassungsfähigkeit und immer wieder auch ans Absurde grenzenden Schönheitsidealen basiert. Zum anderen folgen sie auch dem Drang, sich und ihre Symptome zu

## Salutogenese-TV

Beiträge, Interviews und  
Begriffserklärungen  
im Internet anschauen

Zwei Tage vor dem Symposium vom 2. bis 4. Mai 2014 in Berlin erhielt der Dachverband Salutogenese (DachS) einen Anruf. Eine freundliche Dame von Medizin-TV meldete sich am Telefon und fragte an, ob der DachS nicht einen Sender „Salutogenese-TV“ betreiben wolle. Nach anfänglich ablehnender Haltung kam die Idee auf, Beiträge vom Symposium aufnehmen zu lassen und auf dem Kanal „Salutogenese-TV“ zu veröffentlichen. Medizin-TV wollte dieses Projekt-Engagement zum Sonderangebot übernehmen. Der DachS hat sich dann sehr kurzfristig zu einer Zusammenarbeit mit Medizin-TV entschieden. So gibt es jetzt im Internet viele Beiträge, Interviews und Begriffserklärungen zu sehen.

Diesen Sender hat der DachS für ein Jahr exklusiv. In dieser Zeit kann er auch noch andere Beiträge einstellen. Wenn also jemand von Ihnen interessante Beiträge dazu aufnehmen will oder schon hat, kann er sich beim DachS melden. Wer ansonsten noch Anregungen oder Spenden für diesen Sender geben möchte, ist willkommen.

[www.salutogenese-tv.tv.grid-tv.com](http://www.salutogenese-tv.tv.grid-tv.com)  
[www.salutogenese-dachverband.de](http://www.salutogenese-dachverband.de)

verstehen, sie suchen nach Erklärungen und zugleich nach Möglichkeiten, ihr Leid zu überwinden. In der viel mehr auf Standardisierung als auf Individualisierung beruhenden Staatsmedizin fühlen sie sich nicht mehr gewürdigt. In beiden Fällen werden die Wünsche und Bedürfnisse als Ausdruck der Selbstbestimmung verstanden und geäußert.

### Kooperationspartner in Gesundheitssystemen

Die Protagonisten des staatlichen Gesundheitssystems, die von den Krankenkassen als Leistungserbringer diffamierten Kassenärzte und Kassentherapeuten erleben sich oft zermahlen zwischen den verschiedenen Interessenträgern. Dazu gehören in erster Linie die Krankenkassen und die Patienten. In zweiter Linie üben die pharmazeutische Industrie und die Hersteller von Medizintechnik ebenso wie die Medien Einfluss auf die Ärzte aus. Zu guter Letzt wirken sich auch noch die individuellen Ansprüche, die bewussten und unbewussten Motive der einzelnen Ärzte und ihrer Familien aus.

Die Kassen verwalten die Mitgliederbeiträge und setzen die staatlichen Vorgaben um. Dazu fordern sie eine auf Wissenschaftlichkeit und Evidenz basierende Medizin. Aus wirtschaftlicher Sicht ist dieses Vorgehen sinnvoll, um mit den Beiträgen der Versicherten hauszuhalten. Da die Aussagen wissenschaftlicher Studien immer auf Kollektive bezogen sind, fühlen sich viele Patienten oft nicht in ihrer Individualität verstanden. Zugleich fühlen sich viele Ärzte durch die Vorgaben der Kassen in der selbstbestimmten Anwendung ihrer Heilkunst bevormundet und reagieren darauf mit unterschiedlichen Verhaltensweisen. Aus Frustration und Kränkung resultieren Trotz oder Verminderung des Selbstwertgefühls. Dies führt zu psychischen Beschwerden und Erkrankungen bis zum Suizid, zu psychosomatischen oder Verhaltensstörungen. Auch über kriminelles Handeln versuchen Einzelne ihrer persönlichen Freiheit Ausdruck zu verleihen. Eine konstruktive Lösung ist der Zusammenschluss mit Kooperationspartnern, was neben der Arbeits- und Risikoteilung eine größere Durchsetzungskraft gegenüber den wohlorganisierten anderen Interessengruppen bedeutet.

Dabei sind selbstständige und freie Ärzte die besten Partner, um die Patienten in ihrem individuellen Heilungsprozess zu unterstützen. Diese Heilung ist immer ein autonomes Geschehen als Ergebnis autonomer Prozesse in den körperlichen und geistigen Subsystemen des Individuums. Es ist die große Herausforderung der Behandler und Therapeuten, ihre Entscheidungen und die sich daraus ergebenden Optionen dem Patienten verständlich und nachvollziehbar zu machen. Ein Phänomen kommt hierbei ganz wesentlich zum Tragen. Der Begriff der Allegianz beschreibt die Überzeugtheit des Therapeuten von der durch ihn angewandten Methode. Sie ist ein methodenunabhängiger Wirkfaktor, der diese in ihrer Wirksamkeit unterstützt, oder sie überhaupt erst wirksam macht. Die Allegianz des freien und selbstbestimmten Arztes, der von seinem Handeln überzeugt ist und dahinter steht,

macht seine Therapie erfolgreich. Erfolgreicher als die des Vollstreckers eines fremden Regimes, das ihm von höheren Mächten auferlegt wurde. Compliance, Therapietreue und Vertrauen lassen sich nur in einer von Autonomie und Freiheit geprägten Beziehung entwickeln.

Diese Faktoren kommen dann häufig in den selbstgewählten Therapieangeboten zum Tragen, auf die die enttäuschten Patienten ausweichen. Bereits im Setting, dass der Patient selbst für seine Therapie aufkommen muss, wird ihm eine Entscheidung für die Therapie abverlangt. Diese Entscheidung stärkt den Glauben auch an wissenschaftlich als unwirksam erwiesene Methoden. So straft mancher Patient aus seiner autonomen Selbstheilungskraft

... werden die Wünsche und Bedürfnisse als Ausdruck der Selbstbestimmung verstanden und geäußert.

heraus die wissenschaftliche Wirkungslosigkeit Lügen. Diese Selbstheilungstendenz wird von der etablierten Medizin noch in Anfängen unter dem Phänomen des Placeboeffektes erforscht, wengleich

auch nicht immer mit dem notwendigen systemisch-selbstorganisatorischen Sachverstand. Die fehlende Allegianz, die sich in einer funktionalistisch-therapeutischen Beziehung auswirkt, führt im schlimmsten Falle zu einer Nocebo-Wirkung. Dieser „böse Bruder“ des Placebo bewirkt eher eine Schädigung des Patienten, da dieser Aussagen und Handlungen des Arztes und Therapeuten unbewusst in schädigender Hinsicht für ihn selbst interpretiert. Die Wirkfaktoren liegen hier, genau wie beim Placebo auch, in unbewusst wirkenden Mechanismen. Deren ausführliche Darstellung würde hier jedoch den Rahmen dieses Aufsatzes sprengen. Letztlich handelt es sich um autonome Prozesse, die nicht oder nur bedingt durch bewusstes Denken und Handeln erfahrbar und veränderbar sind.

Pharmazeutische Industrie und Medizingerätehersteller wirken mit ihren Interessen auf die Protagonisten ein. Mit großem Aufwand werden bei Verordnern und Patienten Bedürfnisse oder auch Begehrlichkeiten geweckt, um dann von deren Befriedigung zu profitieren. Dafür brauchen sie Konsumenten, die sich entweder bedürftig und abhängig erleben, um dann zur Kompensation ihrer vermeintlichen Defizite die entsprechenden Produkte einzufordern. Oder sie versprechen Lustgewinn, gesteigerte Lebensqualität und Glück durch den Kauf oder die Nutzung ihrer Produkte. In beiden Fällen erhalten sie das Gefühl von Abhängigkeit und Bedürftigkeit, denn auch die Fähigkeit zu Glück und Lebensfreude erwächst immer aus dem Individualsystem und seiner Selbstwirksamkeit und Kompetenz. Von außen allein lassen sich Glück, Zufriedenheit und Gesundheit nicht herbeiführen, zumindest nicht ohne die innere Bereitschaft dazu. Dies ist ohne die Systemautonomie nicht möglich.

Heilung und Gesundheit sind ohne Würdigung der Systemautonomie nicht zu erreichen. Auch solche Fähigkeiten wie Kreativität, Empathie, Lebensfreude und Motivation lassen sich nur aus

der Eigengesetzlichkeit des Individualsystems heraus entwickeln. Hierzu gehört auch die Entwicklung eines Kohärenzgefühls. Es entspricht dem individuellen Bedürfnis, einen möglichst widerspruchsfreien Wirkzusammenhang in sich, innerhalb der eigenen Systemgrenzen zu erleben, ebenso wie in Bezug zur eigenen Umwelt. Dieses Bedürfnis entspricht der Individuationstendenz nach C.G. Jung. Individuation bedeutet sinngemäß „ein Unteilbares werden“, was im positiven Umkehrschluss auch als Streben nach Ganzheit zu verstehen ist. In hypnotherapeutisch-selbstorganisatorischen Heilungsprozessen ist diese Dynamik immer erkennbar. Die Heilung ist immer entweder eine Heilung innerer Spaltungen, seien sie traumatisch oder durch Konflikte entstanden. Oder sie besteht in der Ablösung aus der erlebten Fremdbestimmung. Diese ist dann verbunden mit der Übernahme von Verantwortung für die eigene Autonomie.

Ohne Berücksichtigung dieser grundlegenden Mechanismen ist eine nachhaltige Gesundheit nicht erreichbar. Und dies gilt für die Gesundheit auf jeder Ebene. Für die Gesundheit der einzelnen Funktionssysteme auf der organischen oder der psychologischen Ebene ebenso wie die für die des gesamten Menschen, sein individuelles Erleben von Gesundheit und Lebensfreude. Doch auch darüber hinaus lässt sich auch die „Gesundheit“ von Kollektiven nur durch die Würdigung der oben genannten Prinzipien erreichen. Diesem Thema wird die Menschheit in der Zukunft in zunehmender Brisanz begegnen. Für den Einzelnen bleibt dieses Problem jedoch unlösbar, sein Einflussbereich ist das eigene (Er-)Leben. Erst aus der Selbstorganisation der Einzelwesen heraus ergibt sich dann die weitere Entwicklung. Es lohnt sich also auch im Sinne des Kollektivs, die eigene Individuation und Gesundheitsentwicklung, die individuelle Salutogenese zu fördern.

Abschließen möchte ich diesen Aufsatz mit einem Spruch aus dem Volksmund: *„Wenn jeder an sich denkt, ist an alle gedacht.“* Richtig paradiesisch wird es allerdings erst mit folgender Erweiterung: *„Wer nach dem Denken an sich selbst noch Kapazitäten hat, auch an andere zu denken, der kann ein echtes Wohlergehen stiften, nicht nur für die anderen.“* □

**Thomas R. Schopf**

Jahrgang 66. Studierte in Mainz Medizin. Bereits gegen Ende seines Studiums begann er seine Ausbildung in medizinischer und psychotherapeutischer Hypnose bei Götz Renartz. Im Rahmen seiner berufsbegleitenden Ausbildung neben der Assistenz in Innerer Medizin, Psychotherapie und Psychiatrie erlebte er die Entwicklung der selbstorganisatorischen Hypnose direkt mit. 2002 gründete er den norddeutschen Bereich des Zentrums für angewandte Hypnose unter Lizenz von Götz Renartz und organisierte Ausbildungsreihen in Norddeutschland. 2007 war er Gründungsmitglied der Deutschen Gesellschaft für Autosystemhypnose. Heute arbeitet er hauptsächlich in privater Praxis mit Schwerpunkt Hypnotherapie. Thomas Schopf lebt mit seiner Familie in Hamburg



Quelle: Autor

**Kontakt**  
 Thomas Schopf  
 Hasenhöhe 126  
 22587 Hamburg  
 Tel. 0 40 / 86 62 37 36  
 eMail: anfrage@hypnotherapie-thomas-schopf.de