

**17.05.2024**

**Einfach drüber reden? Zu Sprache und Sprechen als Ressource im Umgang mit psychischer Erkrankung**

Dr. med. Anke Maatz, MA, Erwachsenenpsychiatrie und Psychotherapie, Psychiatrische Universitätsklinik Zürich

Der Gedanke, dass Sprechen über psychische Belastung und Erkrankung hilfreich oder sogar heilsam ist, scheint heutzutage common sense zu sein: Nicht nur gilt spätestens seit Freud die von Breuers Patientin Anna O. pointiert als "Redekur" bezeichnete gesprächsbasierte Psychotherapie als fester Bestandteil (fast) jeder Behandlung, sondern zunehmend fordern auch unterschiedliche Kampagnen der öffentlichen Gesundheitsvorsorge dazu auf, zum Zweck der individuellen Entlastung und gesellschaftlichen Entstigmatisierung offen über Erfahrungen psychischer Erkrankungen zu sprechen. Dies zu tun ist aber alles andere als einfach.

Anhand empirischer Gesprächsdaten untersuche ich in diesem Vortrag mittels inhalts- und konversationsanalytischer Methodik interaktive Herausforderungen, die das Sprechen über Erfahrungen psychischer Erkrankung mit sich bringt, zeige beispielhaft sprachlich-kommunikative Strategien zu deren Bewältigung, und diskutiere davon ausgehend die Rolle des Sprechens als Ressource zur Krankheitsbewältigung.