

## »Therapy for the Normal«

### Die Angestelltenkultur der Nachkriegsjahrzehnte und ihr Einfluss auf die Entstehung der kognitiven Psychotherapie im Allgemeinen und der REVT im Besonderen

Nils Spitzer

**Zusammenfassung:** Nicht nur die Biographie einer Gründerfigur und seine eigene Lektüre beeinflussen das Aufblühen und die Gestalt einer Psychotherapie wie der REVT, sondern mehr noch zeitgenössische Diskurse und die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen. Der Artikel verfolgt die ideellen und gesellschaftlichen Bedingungen in den Entstehungsdekaden der REVT entlang folgender Fragen: Waren die Rahmenbedingungen in den 1950er und 1960er Jahren günstig für das Aufkommen kognitiver Psychotherapien? Wie hat man sich damals den gesunden Menschen vorgestellt? Und wie musste eine passende Psychotherapie für ihn aussehen?

**Schlüsselwörter:** REVT, Rational-Emotive Verhaltenstherapie, Kognitive Therapie, der therapeutische Staat, »therapy for the normal«, Psychoboom, gesellschaftliche Einflüsse auf die Psychotherapie, Angestelltenkultur

**Abstract:** Not only the founding figure's biography and his own readings do influence the flourishing and the Gestalt of a psychotherapy like REBT. There is also an eminent influence of contemporary discourse formations and of society structure. The article traces the influence of discourse formations and society in the early decades of REBT along the following questions: Where did the circumstances prove advantageous to the coming up of cognitive psychotherapy in the 50s and 60s? What did the image of the sane human look like in that time? And how were the according methods of psychotherapy to that image?

**Keywords:** REBT, Rational Emotive Behavior Therapy, Cognitive Therapy, the therapeutic state, »Therapy for the normal«, »me decade«, Influence of society on psychotherapy, clerk culture

Wie hat sich eigentlich die REVT in ihren Gründungsjahrzehnten ab der zweiten Hälfte der 1950er Jahren etablieren und ihre ganz spezifische Gestalt gewinnen können? Diese Frage wird innerhalb der REVT gewöhnlich mit einem Hinweis auf Engagement, Ideen und Lektüre von Albert Ellis beantwortet: am häufigsten ist vielleicht der Einfluss der antiken Stoiker und Epikureer betont worden (ROBERTSON, 2010). Aber auch andere Einflüsse, die Ellis rezipiert hatte, finden Erwähnung, z. B. die damals populäre *General Semantics*, der wissenschaftliche Operationalismus, die Psychoanalyse und eine holistische Emotionstheorie (STILL & DRYDEN, 2012). War die REVT also nicht einfach nur ein Ausfluss des