

Christiane Geiser

Die "Wirklichkeit" der Person. Über ein radikales Ausschöpfen des personzentrierten Ansatzes. (1)

in: GFK Texte 4, 1999, S. 35-44

Abstract

Die Frage, was denn nun "wirklich" sei, würde der Konstruktivist Heinz von Foerster als eine der "unentscheidbaren Fragen" bezeichnen, mit deren Beantwortung wir nichts über "die Wirklichkeit" aussagen, aber viel über unsere grundlegenden Annahmen und Glaubenssysteme und deren Einfluss auf unsere Praxis.

Carl Rogers, der Begründer des personzentrierten Ansatzes, hat sich eindeutig für eine Antwort entschieden. Er plädiert in seinem Lebenswerk unermüdlich für diesen allerersten Schritt der radikalen Toleranz: immer zuerst zu akzeptieren und zu verstehen versuchen, wie die individuelle Wirklichkeitskonstruktion und das Selbst- und Weltverständnis des anderen aussehen. Dann ebenso sorgfältig zu beobachten, wie ich selber meine "Wirklichkeiten" hervorbringe. Dann - erst dann! - "weitergehen": sich in einem dialogischen Akt zueinander in Beziehung setzen, zum Zweck von Veränderung, Heilung und Wachstum in der Psychotherapie, zum Zweck von Konsensfindung und Kreativität im politischen und sozialen Feld.

Ich plädiere in diesem Vortrag dafür, diese verschiedenen Wirklichkeiten ganz auszuschöpfen (vor allem auch ihre körperliche Dimension) und darüber hinaus den traditionell individuumzentrierten Charakter des personzentrierten Ansatzes auszudehnen: eine Blickwinkel-Korrektur von der Egozentrik zur Relationalität und eine Revision des Selbst-Begriffs können der "Wirklichkeit", in der wir im ausgehenden 20. Jahrhundert leben, dienlich sein.

Einführung

Ich will aus dem übergeordneten Thema des Kongresses : "Mythos - Traum - Wirklichkeit" den Ausschnitt "Wirklichkeit" näher betrachten will. Als Ausgangspunkt habe ich eines meiner Lieblingszitate von Carl R. Rogers gewählt:

"Mir scheint, dass wir in Zukunft unser Leben und unsere Erziehung auf die Annahme gründen müssen, dass es ebensoviele Wirklichkeiten wie Menschen gibt, und dass wir dies zuallererst akzeptieren müssen, bevor wir weitergehen" (Carl R. Rogers)

Es stammt aus einem 1978 geschriebenen Artikel von Rogers mit dem Titel "Do we need "a" reality? " ("Brauchen wir "eine" Wirklichkeit?"), der ursprünglich wohl nur zur privaten Verbreitung gedacht und hauptsächlich an ErzieherInnen gerichtet war. (2)

Dieses Zitat hat mir mitsamt dem ganzen Aufsatz, in dem es steht, immer schon gefallen und gefällt mir auch jetzt noch.

Dass es "ebensoviele Wirklichkeiten wie Menschen gibt", ist mittlerweile in den Wissenschaften, die über differenzierte Wirklichkeitskonzepte verfügen, ein Gemeinplatz. Im Gesamtfeld der Psychotherapie bin ich mir

da nicht so ganz sicher. Und selbst wenn es so wäre, geht diese grundsätzliche Annahme oft in einer Bagatellisierung verloren ("Ja, ja, natürlich sind die Menschen verschieden"), die die Radikalität dieser Weltsicht im Keim erstickt.

Ich vermute, dass es den Menschen bei einer ersten Begegnung mit der Philosophie von Rogers so geht, wie es Rahel Rosenberg in ihrem Buch beschreibt (3): dass es oft ein spontanes Einverständnis und einen ersten Funken des Wiedererkennens gibt, dann rationale Widersprüche oder Befremden: können Antworten so elementar sein, wie Rogers sie gibt?

Auch Robert Kegan bemängelt, Rogers zahlreiche Ausführungen über seine Ansichten bewege sich "auf einem Darstellungsniveau, das eher Wärme als Licht verbreitet". (4)

Ich will also versuchen, in aller Schärfe und Klarheit zu präzisieren, was für eine nachhaltige und tiefgreifende Umorientierung geschehen kann, wenn wir diesen Ansatz ernst nehmen und ihn zu einer eigentlichen Lebensform werden lassen.

Plädieren möchte ich dann dafür, dieses "zuallererst", von dem Rogers spricht, wirklich ganz auszuschöpfen und nicht bei einer im traditionellen PCA (5) immer noch üblichen Auswahl aus der Gesamtwirklichkeit der Menschen stehenzubleiben. Anschliessend will ich Vorschläge machen, wie das "Weitergehen", das Rogers für politische und gesellschaftliche Anliegen vorschlägt, präzisiert werden kann. Es nur in Bezug auf individuelle Wirklichkeiten zu sehen, erscheint mir kurzschlüssig und nicht (nicht mehr) genügend. Ich möchte eine Blickwinkel-Korrektur von der Egozentrik zur Relationalität und eine grundsätzliche Revision des Selbstbegriffs andeuten. Ohne diese Neukonzeptualisierung der "Person" kann, so befürchte ich, unser Ansatz der "Wirklichkeit", in der wir im ausgehenden 20. Jahrhundert leben, nicht dienlich sein.

1. Das Zitat - der späte Rogers

In seinem Artikel "Do we need "a" reality?" macht Rogers sich Gedanken über die "wirkliche Welt", in der wir leben, die uns anfänglich fest und real erscheint und bei genauerem Betrachten und Verstehen immer mehr von ihrer Solidität verliert, sowohl die Welt des Universums und der Dinge als auch die der interpersonellen Beziehungen, der Träume und der "irrealen" Phänomene. "Unerbittlich", wie er schreibt, drängen sich ihm die folgenden Gedanken auf:

"Lassen Sie mich versuchen, genauer zu beschreiben, wo wir uns hier im Verhältnis zur objektiven wirklichen Welt befinden. Diese objektive wirkliche Welt

besteht nicht aus den Gegenständen, die wir sehen, fühlen und festhalten können;

liegt nicht in der Technologie, die wir so sehr bewundern;

ist weder die feste Erde unter unseren Füßen noch sind es die glitzernden Sterne über uns;

liegt nicht in einer soliden Kenntnis der Menschen um uns herum;

findet sich nicht in den Organisationen, Sitten oder Ritualen irgendeiner Kultur;

ist noch nicht einmal unsere uns wohlbekannte persönliche Welt;

muss geheimnisvolle und unergründliche "andere Wirklichkeiten" in Betracht ziehen, die sich von einer objektiven Welt in unglaublicher Weise unterscheiden.

Ich komme zu einer neuen - und für viele erschreckenden - Feststellung: Die einzige Wirklichkeit, die ich überhaupt kennen kann, sind die Welt und das Universum so, wie ich sie wahrnehme und in diesem Augenblick erlebe. Die einzige Wirklichkeit, die Sie überhaupt kennen können, sind die Welt und das Universum so, wie Sie

sie in diesem Augenblick erleben. Und die einzige Gewissheit ist die, dass diese wahrgenommenen Wirklichkeiten verschieden sind. Es gibt ebensoviele "wirkliche Welten" wie es Menschen gibt!

(...)

Nicht nur, dass das Bewusstsein des Menschen die objektive Welt geschaffen hat; vielmehr schafft jedes einzelne menschliche Bewusstsein, jeder Mensch seine eigene Welt "objektiver Existenz und Bedeutung". Denn wenn wir davon ausgehen, dass es ebensoviele wirkliche Welten gibt, wie Menschen existieren, dann schafft dies eine neue und prekäre Lage.

(...)

Die Geschichte ist eine ununterbrochene Folge von Beispielen dafür, welchen ungeheuerlichen Preis jene zahlen, die in ihrer Sicht der Wirklichkeit nicht der gesellschaftlich akzeptierten Norm folgen. Heute sehen wir uns vor eine andere Situation gestellt. (...) Wir können nicht mehr wie in einem sicheren Kokon in der Gewissheit leben, dass wir alle die Welt auf die gleiche Weise sehen. Deshalb möchte ich eine für mich sehr ernste Frage stellen: können wir uns heute noch den Luxus leisten, "eine" Wirklichkeit zu haben? Können wir den Glauben aufrechterhalten, dass es eine wirkliche Welt gibt, über deren Definition wir uns alle einig sind? Ich bin überzeugt, dass wir uns diesen Luxus nicht leisten können, dass wir diesem Mythos nicht länger anhängen sollten.

(...)

Unsere Versuche, so zu leben, als gäbe es nur eine, von allen in gleicher Weise wahrgenommene Wirklichkeit, haben die Menschheit meines Erachtens an den Rand des Abgrunds geführt. Ich möchte so kühn sein und eine Alternative vorschlagen. : Mir scheint, dass wir in Zukunft unser Leben und unsere Erziehung auf die Annahme gründen müssen, dass es ebensoviele Wirklichkeiten wie Menschen gibt, und dass wir dies zuallererst akzeptieren müssen, bevor wir weitergehen.

Wohin? Jeder von uns sollte offen sein für die unzähligen Möglichkeiten, Wirklichkeit wahrzunehmen, und diese erforschen. Wir würden, so glaube ich, unser Leben dadurch bereichern. Wir wären dann auch fähiger, mit der Wirklichkeit, in der jeder Einzelne von uns lebt, umzugehen.... Es wäre ein Leben voller Verworrenheit und schwieriger Entscheidungen, das mehr Reife verlangen würde, aber es wäre ein aufregenderes und abenteuerliches Leben.

(...)

Man kann allerdings die Frage stellen, ob eine Gemeinschaft oder eine Gesellschaft auf dieser Basis möglich ist. Wäre das nicht die absolute Herrschaft des Individuums, die Anarchie? Der Ansicht bin ich nicht. Wenn ich, anstatt die "Wirklichkeiten" anderer als absurd oder gefährlich oder häretisch oder dumm auszuschliessen, bereit wäre, sie zu erforschen und etwas über sie zu erfahren... wenn Sie bereit wären, das gleiche zu tun... was wäre das denn für eine Gesellschaft? Ich glaube, eine Gemeinschaft wäre dann nicht auf die blinde Verpflichtung gegenüber einer Sache, einem Credo oder einer Sicht der Wirklichkeit gegründet, sondern auf die Verpflichtung, jeden Einzelnen in seiner Eigenart zu akzeptieren. Die natürliche Neigung des Menschen, für andere Zuneigung zu empfinden, folgte dann nicht mehr dem Muster : "ich mag dich, weil du so bist wie ich", sondern: "ich schätze und achte Dich, weil Du anders bist als.

(...)

Ich habe behauptet, dass der Mensch weiser sei als sein Intellekt, dass sein ganzer Organismus eine Weisheit und Zielstrebigkeit besitze, die weit über das bewusste Denken hinausgehen. Ich glaube, das gilt auch für das vorgestellte Konzept. Ich meine, dass Männer und Frauen, einzeln und zusammen, geistig und organismisch die Vorstellung einer einzigen, kulturell akzeptierten Wirklichkeit verwerfen werden. Ich glaube, dass sie zwangsläufig akzeptieren werden, dass es Millionen verschiedener Wahrnehmungen von Wirklichkeiten gibt, herausfordernde, aufregende, individuelle Wahrnehmungen. ... ist es vorstellbar, dass ein solcher Wandel stattfindet?

Wenn wir alle eine Grundtatsache menschlichen Lebens akzeptieren, dass wir in vielen verschiedenen Wirklichkeiten leben; wenn wir darin eine Möglichkeit zu fruchtbarem Lernen sehen, wie wir sie bisher nicht gekannt haben, und wenn wir ohne Furcht zusammenleben , um voneinander zu lernen - dann könnte ein neues Zeitalter anbrechen."

2. Drei Gründe für die Relevanz des "zuerst" - "und dann"

Am einfachsten könnte ich die Relevanz, die dieser Text von Rogers für mich hat, zusammenfassen in den beiden Schlagworten "immer zuerst" - "bevor wir", oder auch: "zuerst" - "und dann". Dort, in dieser Zeitabfolge, liegt für mich der wesentliche Grundgedanke, das grundsätzliche Glaubenssystem unseres Ansatzes: Immer zuerst die Wirklichkeit des anderen verstehen und akzeptieren, bevor dann auf irgendeine Art und Weise weitergegangen werden kann. Immer zuerst heisst auch nicht: einmal und dann nie mehr, sondern immer wieder aufs Neue, in jedem Moment der Begegnung.

a) Ich beginne mit persönlichen Gründen, weshalb mir dieser Aufsatz gefällt:

Die Therapierichtung, die man wählt und ausübt, muss sich ja, damit wir überzeugend und "wirksam" sein können, treffen mit einer persönlichen Veranlagung, oft einer Not und/oder einer Begabung. Das ist bei mir auch so:

Das Thema "was ist wirklich?" hat mich immer schon beschäftigt. Ob etwas wirklich so ist? Wirklich, wirklich? Ob jemand etwas wirklich so meint? Und lange Zeit unklar: ob ich selber denn wirklich das spüre, was ich spüre, das meine, was ich meine? Meine frühe Faszination dafür, wie das überhaupt gehen kann mit den Menschen, wieso sie sich nicht verstehen und wieso sie sich verstehen, was zueinander zu passen scheint und was überhaupt nicht: all das waren wichtige Themen.

In der Sprache von Gene Gendlin ist das eine "strukturegebundene" Not, eine Eigenart meiner inneren Organisation, die ich mit vielen anderen Menschen teile und mit manchen nicht, die ihre Strukturegebundenheiten an anderen Stellen haben. Viele Phänomene, Manifestationen und Konstellationen schienen in mir flüchtig zu sein, unscharf, neblig oft, wenig konturiert, jederzeit durch Aufnehmen anderer Meinungen und Standpunkte zu verändern. Weil es ja immer auch anders sein könnte und alle Wahrnehmungen ja etwas für sich haben, war es lange schwierig, einen eigenen, klaren, dauerhaften Standpunkt zu finden, etwas, das längere Zeit gelten könnte, ohne dass es relativiert würde. Die harmlose Frage "Ja, was meinst Du denn jetzt wirklich?" stürzte mich in tiefe Verwirrung, oft war sie nur felt-sense-mässig (auch ein Ausdruck von Gendlin für das Implizite, noch nicht Geformte in unserer inneren Bedeutungsbildung), eher atmosphärisch-stimmungsmässig zu beantworten.

Not und Faszination und Begabung sind oft nahe beieinander. Den personzentrierten Ansatz habe ich instinktiv gewählt, weil mir dort gewährleistet erschien, dass ich erstens als Therapeutin meiner Neugier, meinem Interesse nachgehen konnte und herausfinden, wie es denn nun bei den Menschen wirklich, wirklich ist, und zweitens, dass ich als Klientin wirklich meines finden durfte, ja sollte.

Beim Lernen dieses Ansatzes habe ich dann bemerkt, dass ich die "Leichtgläubigkeit" die Rogers so oft fordert, (6) eher im Übermass besass: dass es nicht schwierig war, Interesse, empathisches Verständnis und Akzeptanz aufzubringen für all die fremden Welten der Menschen, die mir begegneten; dass ich immer wieder neu interessiert sein konnte, wie es denn diesmal war und was sich verändert hatte. Ich lernte schnell, dass Wörter, die zwei Menschen gemeinsam benutzen, noch lange nicht dasselbe bedeuten, und Gesten auch nicht. Und was jemand wirklich, wirklich denkt und fühlt in seiner privaten Welt, war jedesmal wieder eine Überraschung (als Kind wollte ich immer "Herausfinderin" werden - da hatte ich es nun!). Aufrichtig zu fragen "Wie ist es bei Dir? Wie genau? Wie im Unterschied zu ...?" wurde zu einer Art Reflex, zu einem Automatismus und ersetzte das vorschnelle kopfnickende "ah ja, ich verstehe...". Der adäquate Empathietransport wurde im Rahmen meiner Möglichkeiten leichter und vielfältiger.

Weit schwieriger gestaltete sich das Kennenlernen meiner eigenen Wirklichkeit. Schon als Klientin war ich ungeheuer störanfällig, es schien fast unmöglich, etwas bei mir zu finden, das zu formulieren, ihm eine Gestalt zu geben und es dann ein wenig zu behalten und auch wiederzufinden. Und das Schwierigste war, das alles auch noch in Gegenwart einer anderen Person zu tun! Nicht automatisch mit allen Sinnen mich zu ihr zu neigen, ihre Reaktionen zu erspüren, zu erraten, zu erfragen, mich an ihnen zu orientieren, sondern vor allem bei mir zu

bleiben, meins zu finden - das war anfangs eine schier unlösbare Aufgabe. Sie wurde dann zu einer meiner grössten Herausforderungen, als ich begann zu verstehen, was Kongruenz denn eigentlich heisst: im klaren und präzisen Kontakt zu sich selber zu sein, zum eigenen Erleben in Bezug auf die gerade stattfindende Beziehung, und das je nach Angemessenheit auch zu kommunizieren. Ich verstand, dass ich ja da sein musste, ich, ein wirkliches konturiertes Gegenüber, nicht jemand, der sich unsichtbar macht und sich in einseitig verstandener Empathie und Akzeptanz auflöst.

Mit der Zeit dann verschiedene Wirklichkeiten schwebend nebeneinander halten zu können während der Arbeit und auf das dazwischen Entstehende sich zu beziehen, war ein Gewinn und eine Freude.

b) Der Aufsatz gefällt mir auch als Praktikerin:

Ich bin klientenzentrierte Psychotherapeutin geworden und geblieben, mit zunehmender Überzeugung, und ich bilde seit fast 20 Jahren Menschen in dieser Richtung aus. Ich kenne keine andere Therapietheorie resp. allgemeiner gesagt Theorie der Begegnung, die so radikal vom Subjektiven ausgeht, die die jeweilige Art, wie jemand lebt und sich ausdrückt, so bedingungslos zuallererst einmal zu verstehen und zu akzeptieren versucht, mit einem so tiefen Respekt vor dem Anders-Sein der anderen Person. Ich kenne auch keine andere Theorie, die uns so klar darauf verpflichtet, uns selber genauso zu begegnen, uns zu erforschen und zu akzeptieren und unsere Fähigkeiten in den Dienst einer Begegnung zu stellen. Es ärgert mich immer wieder und immer noch, wenn diese Haltung, die da geschult wird, bagatellisiert und verharmlost wird, reduziert auf oberflächlich verstandene Grundvariablen, bis zur Unkenntlichkeit verharmlost zu einem scheinbar selbstverständlichen Einstieg, bevor dann die wirkliche, die "tiefere" Therapie oder Auseinandersetzung beginnt.

Bis die klientenzentrierte Grundhaltung im Gespräch oder bei der Arbeit mit dem Körper zu einem "Automatismus", zu so etwas wie einem "bedingten Reflex" wird, vergeht nämlich einige Zeit, und es braucht immer wieder Entschiedenheit, Verzicht, Disziplin und Mut. Der Versuch, immer wieder aufs neue und aufrichtig die Variablen Empathie, Akzeptanz und Kongruenz einzunehmen und zu verwirklichen, ist nicht so einfach. Es ist ja nicht nur ein "wachstumsförderndes Klima", wie es irrtümlich oft paraphrasiert wird, das der Therapeut "bereitstellt", sondern anders als der Thermostat ist der Therapeut eine Person, die als solche in der Beziehung gegenwärtig ist und sich, genau wie der Klient, einem Prozess des Verändert - Werdens aussetzt. Der Prozess ist gegenseitig, wechselseitig, grundsätzlich dialogisch. (7) "Die erste Bedingung" sagt Rogers in einem meiner Lieblingszitate über das Zuhören, "ist Mut" (8). Jede Reaktion des Klienten verändert ja meine Art und Weise, in der Beziehung gegenwärtig zu sein, ich riskiere also, verändert zu werden! Das ist zu einem guten Teil (zu erlernendes) Handwerk, zu einem Teil Kunst, zu einem grösseren aber eine äusserst radikale Form des Menschenbildes und der Beziehungsgestaltung und erfordert Präsenz und Engagement.

c) Drittens gefällt mir der Aufsatz auch als Erkenntnistheoretikerin wegen seiner Nähe zum Radikalen Konstruktivismus.

Diese Nähe "ist" natürlich nicht einfach, Rogers hat die VertreterInnen des Radikalen Konstruktivismus, soweit mir bekannt ist, nicht gekannt. Ich als Leserin stelle diese konzeptuelle Nähe her, bin da auch nicht allein, auch Peter Frenzel und Christian Fehringer haben den "konstruktivistischen Kern in der Persönlichkeitstheorie von Carl Rogers" mit Zitaten belegt. (9)

Wenn man das tut, verwendet man ein konstruktivistisches Grundprinzip: "Der Lesende, nicht der Schreibende bestimmt die Bedeutung des Geschriebenen", und so gesehen sind die Aussagen des obigen Rogers-Aufsatzes oder auch Sätze wie "Der Organismus reagiert auf das Wahrnehmungsfeld, wie es erfahren und wahrgenommen wird. Dieses Wahrnehmungsfeld ist für das Individuum "Realität" ... oder "Ich reagiere nicht auf irgendeine absolute Realität, sondern auf meine Wahrnehmung der Realität" (10) verblüffend nah bei den Grundannahmen des Radikalen Konstruktivismus. Ich fasse sie kurz zusammen:

Die Wirklichkeit ist keine Abbildung irgendeines "da draussen" in uns "drinnen". In den Dingen wohnen keine Eigenschaften oder Bedeutungen, die dann von uns "gefunden" werden können.

Die Wirklichkeit wird von uns weitgehend "erfunden", konstruiert, d.h. wir stellen sie im Akt des Erkennens und Handelns her. Realität ist nicht beobachterunabhängig einfach "da", jedenfalls können wir, und das ist eine wichtige Präzisierung, über die ontologische, die seinsmässige Beschaffenheit der Welt, keine Aussagen machen. Wir leben in struktureller Koppelung mit den anderen, dem Anderen, was für uns dann jeweils

"Umwelt", Umfeld" ist, können aber immer nur unseren Ausschnitt daraus subjektiv erfahren und beschreiben. Der Konstruktivismus ist also eine Erkenntnistheorie, macht epistemologische Aussagen, keine ontologischen.

Die jeweilige "Umwelt" kann mich anregen irritieren, perturbieren, "(ver)stören" also, aber sie kann mich nicht bestimmen, zuviel wird von meinem eigenen System geregelt, das nicht anders kann, als so oder so zu reagieren/agieren oder dann, je nach Grad der "Störung", umzulernen. Umgekehrt ist das genauso: wie auch immer wir bemüht sind, den anderen zu beeinflussen, es gibt keine "instruktive Interaktion", keinen Nürnberger Trichter, die Bedeutung des von mir Gesagten oder Gehandelten entsteht im anderen, auf seine je eigene Art und Weise.

Auf die Therapie umgesetzt heisst das: Das System KlientIn entscheidet über die Wirksamkeit der Intervention, nicht die Intervention selbst.

Dabei ist das, was wir mit anderen zusammen tun, in keiner Weise beliebig, im Gegenteil. Wir haben innerhalb eines bestimmten, begrenzten Freiheitsspielraums eine Wahl, wie wir unsere Wirklichkeitskonstruktionen erstellen - und ob und wie wir das in konsensueller Zusammenarbeit mit anderen tun. Marianne Krüll schreibt im Vorwort zu "Sprache, Struktur und Wandel" (11) über ihre 20jährigen Erfahrungen mit diesem Ansatz:

"Ich war wie elektrisiert von dem Gedanken, das ich die Realität "da draußen" als Produkt meiner Sinne, meines Nervensystems, meiner Symbolisierungsfähigkeit betrachten kann, mehr noch: dass auch ich von anderen Menschen mit deren Sinnen, deren Nervensystem, deren Symbolisierungsformen als deren jeweils besondere Realität für-wahr-genommen werde. (...)

Wenn ich diesen Gedanken konsequent zuende dachte und dann auf meine alltägliche Praxis anwendete, schien "die" Realität nicht mehr als allgemein verbindlicher Bezugspunkt für mich. Meine Wirklichkeit war nicht notwendigerweise auch die meines Gegenübers. Die Vielfalt der möglichen Realitäten stellte sich als eine gänzlich neue Herausforderung dar, in meinem eigenen Leben wie auch im politisch-sozio-kulturellen Umfeld mit anderen Menschen gemeinsame Wirklichkeiten zu schaffen. Wenn ich ernsthaft nur noch davon ausging, dass wir uns auf diejenige Wirklichkeit, die "wirklich" sein soll, einigen müssen, trage ich, tragen diejenigen, die mit mir diese konsensuelle Realität schaffen, für unser Konstrukt Verantwortung."

Hören Sie die Nähe zu Rogers? Und vielleicht auch schon die Unterschiede?

Jedenfalls erlöst mich der Konstruktivismus aus all diesen Fragen nach der "wirklichen Wirklichkeit" und beantwortet sie zugleich. Dass man es eben nie herausfinden kann, wie das wirklich ist (die ontische Frage), sondern nur daran herumdenken und Erfahrungen machen kann, wie wir die Welt erfahren, wie wir sie aus unserer subjektiven Sichtweise heraus erkennen (die Epistemologie eben), lässt eine unsinnige Frage leer laufen und schafft neue Freiheit.

3. "Zuallererst": den Ansatz ganz ausschöpfen

Eigentlich muss ich im personenzentrierten Ansatz ja nicht grundsätzlich für dieses "immer zuerst" plädieren, hier ist es Tradition und Selbstverständlichkeit. Aber mir kommt vor, dass in der Ausbildung und in der Praxis immer noch (aus Loyalität? aus "Treue"? aus Überzeugung?) an dem Ausschnitt der Wirklichkeit einer Person festgehalten wird, den Carl Rogers bevorzugt hat.

Alle Schulen-GründerInnen generalisieren ja ihre je individuellen Einsichten und Erfahrungen. Sie beschreiben aus ihrer Sicht, welche Auslassung, Unterdrückung, Nichtberücksichtigung etc. speziell verantwortlich sei für die Nöte und Störungen der Personen und der Welt: die Unterdrückung der Sexualität z.B., die Verhinderung der Kreativität, die mangelnde Wertschätzung, die Unterdrückung der Autonomiebestrebungen, das Verleugnen unbewusster Kräfte, die Nichtberücksichtigung der Spiritualität ...

So hat es auch Carl Rogers getan, und im PCA, so scheint mir, wird dieses grundlegende Erfahren, Erforschen, Kennenlernen der Wirklichkeit der anderen Person und der Begegnung traditionellerweise auf einige Ausschnitte

der Ganzheit "Person" beschränkt, die ihm, dem "Gründer", damals vor allem wesentlich erschienen: die Gefühle im Gegensatz zum einseitig Rationalen, die Bedeutungsgebung innerhalb der eigenen Welt, überhaupt die innerseelische Welt, das Bemühen um Wertschätzung, um Autonomie, um authentischen Ausdruck in Sprache und Gefühlen. All das sind die traditionellen Themen im PCA, und das meint Rogers offenbar, wenn er von "Erforschen" der verschiedenen Wirklichkeiten spricht.

Aus meiner Sicht (d.h. natürlich auch: in meiner Generalisierung!) gibt es im PCA:

. keine selbstverständliche Präsenz des Körpers und der Körperlichkeit und eine Geringschätzung des Denkens und des Handelns;

. eine eigentümliche Scheu davor, Erfahrungen zu ordnen und versuchsweise zu systematisieren.

Ich will versuchen, mit meinen kritischen Erweiterungen diesen Punkt zu füllen.

a) Körper, Denken und Handeln/Verhalten

Wenn schon eine so radikale Bereitschaft da ist, die jeweilige Wirklichkeit des anderen zu erforschen und zu akzeptieren, dann sollten wir das auch ganz tun. Ganz heisst: nicht partiell, nicht beschränkt auf die von Rogers und Gendlin gelebten Teilbereiche. Die Konzeptualisierung ist theoretisch weit genug gefasst und würde keine Ausfaltung/Anwendung ausschliessen.

Exemplarisch will ich meine Kritik am Beispiel der körperlichen Realität beschreiben - der unserer KlientInnen und unserer eigenen.

Ich weiss, ich wiederhole mich mit dem, was nun folgt. Seit Jahren laufe ich auf Kongressen und Tagungen herum und halte Plädoyers. Aber geändert hat sich in der personenzentrierten Kommunität nicht wirklich etwas, das "zuallererst" erstreckt sich bei den meisten KollegInnen nicht auf den Körper.

Im Gegenteil:

"Ach ja, Ihr arbeitet mit dem Körper?" Es folgen, je nach Person, misstrauische, verständnislose, bekommene Blicke, nur selten interessiertes Nachfragen.

Seit wir uns mit unserer "Klientenzentrierten Körperpsychotherapie" in der kollegialen Landschaft bewegen, ernten wir zuerst einmal Anfeindungen, Kritik, Ausschluss, Angriffe, Unverständnis. Die Gesprächspsychotherapie ist immer noch, so empfinden wir es, zutiefst unsicher gegenüber diesen basalen körperlichen Wirklichkeiten, oft sogar ausgesprochen körperfeindlich. Dass wir als TherapeutInnen uns in unserer Arbeit spezialisieren, dass uns das eine mehr liegt als das andere, z.B. eine Rede- und Zuhörbegabung oder eben eine im körperlichen Begleiten - das empfinde ich als natürlich. Aber soviel grundsätzliche Bedenken??

Für mich ist es mittlerweile eher ermüdend, immer wieder so ein Plädoyer halten zu müssen für den Einbezug des Körperlichen in die klientenzentrierte Therapie. Ich wünsche mir eher, dass mir jemand begründet, warum er/sie das nicht tut.

Rogers selber hat, wenigstens in seiner Theoriebildung, den Körper nicht ausgeschlossen. Wir finden Sätze und Begriffe wie "organismisch", "der Organismus als ganzer", das "flüssige und wandelbare Selbst", "organismisches Vertrauen" und sogar die Beschreibung, dass der Therapeut die Grundhaltungen verkörpert und herüberbringen muss zum Klienten: (he has to embody and convey the attitudes towards the client (12)). Darüber hinaus sind Person, Organismus, Erleben in der humanistischen Tradition sowieso ganzheitliche Konzepte und schliessen keinen "Teil" aus. Jochen Eckert spricht von Körperpsychotherapie als "Anwendung des klientenzentrierten Konzepts" (13). Gendlin hat zumindestens den "situationalen Körper" (14) in seine Theoriebildung eingeschlossen. Wieso tut sich der PCA dann trotzdem so schwer damit, den körperlichen Bereich zu entfalten?

Es gibt für mich keinen einzigen, wirklich keinen einzigen einleuchtenden Grund, den Körper auszuschliessen, genauso wie es keinen Grund gibt, irgendeinen andern "Teil" (die Seele, den Geist...) auszuschliessen. Die Frage ist eher, welche Denkweisen, welche Hintergrundmodelle es mir erlauben, mit der Ganzheit eines Menschen so in Beziehung zu sein, dass diese Frage gar nicht erst aufkommt.

Sind es gesellschaftliche und kulturelle Tabus, die da wirken? Natürlich, die existieren zwar immer noch in unserer eher körperfremden resp. einseitig körperkultivierenden Gesellschaft (d.h. wir erschaffen sie immer noch!), und sicher sind die "body encounters", wie sie Peter Schmid vorschlägt (15), hilfreich dabei, einen "normaleren" unkomplizierteren, unspektakulären, wie er schreibt, Umgang mit dem eigenen und fremden Körper zu lernen. "To befriend our bodies" nennt Brian Thorne das. (16)

Aber es braucht auch Wissen.

Körperarbeit in einer klientenzentrierten Haltung kann präzise erarbeitet, gelernt, vermittelt werden. Erforschen der "Wirklichkeit" des anderen muss unbedingt auch dessen körperliche Konfiguration erfassen, sonst bleiben ganze Seinsbereiche ausgeschlossen. Wissen und Lernen über Atmung, Haltung, Bewegung, über die verschiedenen Formen körperlicher Begegnung erlauben ganzheitliches Wachstum. Alle Änderungsschritte in der Therapie, wo auch immer sie auftreten, brauchen eine Integration im Körper, eine Verkörperung. Und umgekehrt ermöglicht eine neue körperliche Konfiguration neue Fühl- und Empfindungsebenen, oft auch neues Denken und Verhalten. Die neue Art, in der Welt zu sein, betrifft den ganzen Menschen und wirkt über die ganze Person auf das Umfeld zurück - auch auf den Therapeuten, der ja zur Resonanz in all diesen Bereichen fähig sein sollte. Wo denn sonst als im Körper soll ich als Therapeutin Empathie, Akzeptanz und Kongruenz "verkörpern"? Wie denn soll es zu Begegnung und Berührung auch im körperlichen Kontakt kommen, wenn wir darin nicht geschult sind?

Meine Kritik, dass sich ganze Theoriebereiche ausschliesslich auf den verbalen Bereich stützen, gilt auch für den Konstruktivismus mit seiner Betonung des Narrativen, des "Heilens durch das Wort" (Ludewig (17)). Ich habe nur eine Ausnahme gefunden, die feministische Soziologin und Konstruktivistin Marianne Krüll, die ich weiter oben schon zitiert habe. Sie plädiert in ihrem Aufsatz "Das rekursive Denken im Radikalen Konstruktivismus und im Feminismus" (18) ausdrücklich dafür " ... nicht nur unser kognitives, verbales, bewusstes Denken und Handeln als konsensuelle Konstruktion zu fassen, sondern vor allem unsere gemeinsamen Sinneserfahrungen im wahrsten Sinne des Wortes als kon-"sensuell" zu beschreiben." Die Verkörperung von Sinneserfahrungen sei die Grundlage unserer Erkenntnisfähigkeit.

Als Beispiel wählt sie die geschlechtspezifischen Unterschiede: . " ... da Mädchen im Gegensatz zu Jungen nur selten die Erfahrung des körperlichen Raufens machen, konstituiert sich unser weiblicher Körper in sehr anderer Weise als der von Jungen, was zur Erklärung der zwischen Männern und Frauen unterschiedlichen Erkenntnisformen herangezogen werden kann ... wir können beschreiben, wie Frauen und Männer nicht in ein- und derselben Welt leben, wie unsere Sinne im Verlauf unserer Sozialisation sehr unterschiedlich strukturiert, konstituiert wurden. ..." Dieser Prozess ist aber nicht abgeschlossen, auch im späteren Leben sind weitgehende Veränderungen möglich, "denn die Konstruktion unserer sensorischen Welt ist immer veränderbar, wir brauchen nur neue sinnliche Erfahrungen, und schon werden sich auch unsere Wirklichkeiten ändern." Sie plädiert weiter dafür, dass ein Unterschied besteht zwischen der rein sensorisch erfassten Welt und der durch sprachliche Symbole strukturierten, und dass wir "diese sprachlich-symbolische Realität von der sinnlich-konsensuellen unterscheiden, ohne dabei allerdings der einen ein Mehr an Realität zuzuweisen als der anderen".

Ich wünsche mir solch einen "sinnlich-konsensuellen Bereich", eine ungezwungene, selbstverständliche Präsenz des Körpers in unserer Theoriebildung und in unserer Praxis. Sogar die traditionell körperfernen psychoanalytischen Verfahren haben inzwischen einen körperorientierten Zweig (19), und der Säuglingsforscher Daniel Stern (20) sagt in einem Gespräch "Die Zeit ist reif, den Körper wieder einzubringen".

Zum zweiten Punkt, dem Denken, will ich nur kurz einige Linien andeuten:

Ich frage mich, ob das Pendel, das zu Rogers Zeit eindeutig bei der Abkehr vom Denken zugunsten der Gefühle hing, nicht auch wieder zurückschwingen muss? All unsere "denkenden" Klienten, die hier ihre Hauptmodalität haben, fühlen sich erfahrungsgemäß durch die Überbetonung des "wie fühlst Du dich" oft belästigt und nicht abgeholt. Das Denken zu trennen vom Gesamtorganismus ist genau so ein Kurzschluss wie andere trennende Operationen auch, wenn ich die Wirklichkeit meines Gegenübers erfassen will. Es ist notwendig, "auch die kognitiven Wirklichkeitskonstruktionen der KlientInnen zu verstehen". (21) Und "dem Denken bei der Arbeit zuzuschauen", wie David Bohm es in seinen Beiträgen zum Dialog formuliert, ist eine spannende und notwendige Disziplin. (22)

Dasselbe gilt für den Bereich des Handelns und des Verhaltens, den wir nicht anderen Therapieverfahren überlassen sollten, weil die Handlungen eines Menschen genau so selbstverständlich zu seiner Wirklichkeit gehören und in der Therapie verändert werden.

b) Muster, immer wiederkehrende Automatismen

Bei meinem zweiten Ausweitungspunkt geht es um das Verhältnis des Einmaligen zum Verallgemeinerbaren.

Rogers hat seine KollegInnen immer wieder ermutigt, Forschung zu betreiben. Forschung hiess für ihn, die jeweils neuen Erfahrung zu ordnen, versuchsweise zu systematisieren, zur Diskussion zu stellen (23).

In einem bestimmten Punkt vermisse ich diese Forschungs- und Einordnungslust bei meinen klientenzentrierten KollegInnen, und da es oft ja die wiederkehrenden Muster sind, die unseren KlientInnen zu schaffen machen, ist ein Augenmerk darauf nach meiner Erfahrung besonders hilfreich. In der Regel treffen wir in einem Gesamtorganismus immer verschiedene Teil"systeme" an: diejenigen, die mehr fließenden, vergänglichen veränderlichen Charakter haben, und diejenigen, die eher starr, stereotyp, fix, stabil sind und die für die Person oder ihre Umgebung Leid erzeugen. "Immer", sagen dann die KlientInnen, "überhaupt", oder sie bewegen sich auf eine ganz bestimmte Art und Weise und können nicht anders oder entdecken immer dasselbe Beziehungsmuster in ihren Freundschaften. "Frozen wholes" sagt Gendlin dazu oder auch "structure bound behavior". (24)

Ich plädiere dafür, ein Interesse für diese Musterbildung zu wecken und die wiederkehrenden Automatismen, die gelernten, noch nicht wieder verlernten oder sogar "entlernten" (25) Anteile in einer Person kennenzulernen und zu beschreiben. Wir nehmen sie ja wahr, bei uns selber und bei unseren KlientInnen, ordnen sie aber wahrscheinlich nach einen "Privatsystem" ein, und so werden diese inneren Einordnungen und Verstehenshilfen nicht konsensuell.

Aus den jahrelangen Erfahrungen mit Klientinnen und AusbildungskandidatInnen haben wir im GFK z.B. solch gemeinsame Einordnungen, die anhand unserer Beziehungsresonanz zustande gekommen sind, verglichen und nach und nach Typologien entworfen, die sog. "Charakterstrukturen" und die "Bindungsarten". (26)

Die je typische Art und Weise, wie ein Klient zur Therapeutin in eine Beziehung tritt, wie sie auf ihn regiert und was für eine Art von Bindung zwischen ihnen entsteht, kann also in der professionellen Reflexion und Supervision mit Hilfe dieser Typologien beschrieben werden.

Typologien in unserem Sinne gehören in die "Normathologie", nicht in die "Pathologie", sie sind also im engen Sinn keine "Störungs"- oder "Krankheits"lehre. Die Frage, wann etwas den "Normalbereich" verlässt, ist ohnehin erstens eine Frage des Schweregrades und zweitens nur mit einer relationalen Sichtweise zu verstehen: gemessen woran / im Vergleich wozu / in Bezug worauf ... ist ein Verhalten störend, einengend, auffällig ...?

Der grosse Vorteil in unserem Ansatz ist es ja gerade, dass wir keine "Diagnosen" lernen und die dann von aussen unseren KlientInnen anheften müssen, sondern dass wir mit ihnen zusammen diese lebenserhaltenden und lebensverhindernden Muster und Gewohnheiten herausfinden und benennen können, durch genaues, geduldiges Fragen und Erkunden, durch Zuhören, sich zeigen lassen: das ist Empathie im Rogersschen Sinn.

Beim Lernen und Lehren der Charakterstrukturen und Bindungsarten in unseren Ausbildungsgruppen wird das dann besonders deutlich: die Irritation (was, das haben nicht alle?), das Staunen (unfassbar, so unterschiedlich!) und die zunehmende Erleichterung (aha, so ist das bei mir). "Nachbarn" zu finden und die auf den ganz anderen "Planeten", Resonanzen zu finden zu den verschiedenen Formen und Ausprägungen der Strukturgebundenheiten wird dann zu einer bereichernden Erfahrung.. Es rührt mich immer wieder, wie sehr dieses Lernen und Vertrautwerden mit Strukturen hilft beim Zusammenleben, beim Verstehen, überhaupt. "Den anderen gern haben, nicht weil er gleich, sondern weil er anders ist!" schreibt ja Rogers in seinem Aufsatz. Das passiert dann oft wirklich: über das Kennenlernen der Eigenarten und über den Respekt vor der fremden Welt diesen Menschen mit all seinen Anteilen gernbekommen. Mit der Zeit dann Wahlmöglichkeiten zu verfestigten immergleich-Reaktionen kennenzulernen und einzuüben, kann ein bedeutendes Stück Freiheit und andere Beziehungsvarianten ermöglichen.

Wie hilfreich dieses Wissen auch in kollegialen und beruflichen Strukturen sein kann, kann ich hier nur andeuten.

4. "Weitergehen"

Wenn nun dieses "zuerst" erfüllt ist (das Kennenlernen, Erforschen, Akzeptieren der je individuellen Welten und Wirklichkeiten), wie kann es dann "weitergehen"?

Rogers fragt sich ja, "ob eine Gemeinschaft oder eine Gesellschaft auf dieser Basis möglich wäre" und kommt mit der ihm eigenen optimistischen Zuversicht zu dem Schluss, dass diese dann nicht von Anarchie, sondern von "furchtlosem voneinander Lernen" und von "natürlicher Zuneigung" geprägt sein würde.

Ich möchte das gern glauben, habe das sicher auch eine Zeitlang getan. In letzter Zeit bin ich mir nicht mehr so sicher. Das hat zu tun mit einer veränderten Erfahrung und Modellbildung in Bezug auf das Ich, das Selbst, das Individuum. Aber auch mit neuen Fragen von "Wirksamkeit" in der Therapie (was "wirkt" denn eigentlich? Was "bewirken" wir als TherapeutInnen, was nicht?) und mit neuen gesellschaftspolitischen Projekten, die wir im Institut und in der Focusing-Gemeinschaft seit einiger Zeit verfolgen (27).

Wir leben in einer individuumszentrierten Kultur, und diesem Umstand müssen wir Rechnung tragen. Es gibt anderswo auf der Welt ganze Kulturen, die Begriffe wie "Selbst" "Individuum" gar nicht haben resp. wo sie, wenn sie zum Sprachgebrauch gehören, einen gänzlich anderen Stellenwert haben. Dort sind oft "Störungen", wie sie in unserer Kultur üblich sind und mit denen sich Rogers ja hauptsächlich beschäftigt hat, gar nicht bekannt (der Dalai Lama z.B. äussert sich immer wieder erstaunt und beeindruckt über solche Phänomene wie "schlechtes Selbstwertgefühl" in unserer westlichen Kultur) .

Maureen O'Hara, eine kalifornische Kollegin, bezeichnet das als "Erbe der Moderne": die Vorstellung zu haben, dass eine Person im Zentrum der Welt steht mit einem Selbst und einem Innenleben, dem man sich zuwenden kann. Menschen zu betrachten als monadische, egozentrische, autonom handelnde, durch ihre Identität von anderen getrennte, aus dem Zusammenhang gerissene Wesen. (28) Watts nennt unser individuelles Selbst denn auch "hautverkapseltes Ego", und Gregory Bateson spricht in Bezug auf diese Theoriebildung vom "grundlegenden Irrtum unserer abendländischen Zivilisation".

Nun, wir leben und arbeiten hier in unserer Kultur und Gesellschaft und müssen die Menschen und uns selber dort abholen, wo wir stehen. Hartnäckig sozialisiert in der Vorstellung, wir seien Einzelwesen, müssen wir beim Individuum ansetzen und die Komplexität dieses Ansatzes möglichst ganzheitlich erfassen. Gene Gendlin beschreibt die Folgen einer solchen Denkweise so: *"Die Encounter-Bewegung und alles, was zu ihr geführt hat, hat zweifellos unsere Gesellschaft verändert. Heute kann man ganz gewöhnliche Leute über inneres Erleben und zwischenmenschliche Beziehungen auf eine Weise sprechen hören, wie bis dahin nur PsychologInnen und KlientInnen gegen Ende der Therapie gesprochen haben"* (29)

Aber die langfristigen Folgen einer solch humanistischen individuumszentrierten Kultur sind, so erlebe ich es zunehmend, beunruhigend.

Braucht es nicht nach dem "immer zuerst" irgendwann eine Umkehr, eine Blickwinkel-Änderung?

Der Vorwurf von Buber, die humanistische Psychologie individualisiere den Menschen, aber humanisiere ihn nicht, ist bedenkenswert. Und eine Blickwinkel-Änderung über das "Humane" hinaus auf die nicht-menschliche Welt, ein Verlassen des anthropozentrischen Standpunkts ist sowieso erst in Ansätzen erkennbar.

a) **Relationale Empathie**

Überall bei Rogers finden wir als "Ziel" des Wachstums folgende Qualitäten: sich ablösen, aus etwas herauswachsen, unabhängig werden, autonom werden, eigenverantwortlich sein - das ist eine ganz einseitige Menschenbild, verständlich in seiner Zeit, als es vor allem darum ging, sich gegen einengende Autoritäten zu wehren, unterdrückende hierarchische Verhältnisse in Frage zu stellen, Expertenmacht ausser Kraft zu setzen. So

sehr das auch heute noch für gewisse Bereiche des Lebens zutreffen mag, so sehr sind auf der Schwelle zum neuen Jahrtausend auch andere Qualitäten gefragt: miteinander, zusammen, verpflichtet, verbunden, relational, soziozentrisch, interdependent denken und handeln.

Der Amerika-typische pragmatische Individualismus betont nachdrücklich die Einzigartigkeit und Eigenverantwortlichkeit des Individuums und degradiert die "Umwelt" (und damit die anderen Beziehungen, das gesellschaftliche Feld und die Natur) zu einem günstigen oder ungünstigen Nährboden für die Entwicklung der Einzelperson. Entsprechend wurden und werden Kinder als "Opfer" ihrer Sozialisations-Umstände gesehen, und entsprechend wurden in unserer Richtung die Basisvariablen von Rogers oft als wachstumsförderndes "Klima" missverstanden, das der Therapeut dem Klienten bereitstellen muss, damit dieser darin korrigierende Erfahrungen machen kann. Entsprechend definieren sich auch Selbsterfahrungsgruppen in unserem Ansatz als Orte, in denen sich die Einzelperson erfahren kann, zwar an den anderen, mit den anderen, durch andere unterstützt, aber eben: sie erfahren sich, sich selber als Individuen.

Wenn ich die Theoriebildung eines "Klimas" unterstütze, das wachstumsförderlich bzw. wachstumshinderlich sein kann, pflege ich eine einseitige Sicht. Von einem Klima kann ich profitieren oder ich kann dessen Opfer sein, ich kann mich anpassen oder mich ihm entziehen, so gut es geht. Aber ich komme wahrscheinlich nicht (oder in der heutigen Zeit erst durch Medienberichte darauf aufmerksam gemacht!) auf die Idee, dass auch ich handlungswirksam bin, dass auch ich auf meine Umwelt, das Klima einwirke, etwas bewirke, dass mein Handeln immer Folgen hat! (30)

Auch das "Lernfeld Therapie" ist meines Erachtens unvollständig, wenn ich den Ansatz des "wachstumsfördernden Klimas" zu eng sehe. Ich habe mich in den letzten Jahren zu fragen begonnen, was denn KlientInnen eigentlich in einer klientenzentrierten Psychotherapie lernen? Sie lernen, dass sie sich innerhalb bestimmter Bedingungen entfalten können, wieder an sich glauben können, auf ihre Aktualisierungstendenz vertrauen können. Durch Fremdempathie gelangen sie, wenn es gut geht, zu Selbstempathie, durch Fremdakzeptanz zu Selbstakzeptanz. Aber lernen sie auch Empathie und Akzeptanz für andere? Lernen sie, ihre Kongruenz zu schulen in Bezug auf Beziehungen, andere Menschen, Gruppen? Sie nicht nur als Ausdruck eigenen Begehrens und Wollens misszuverstehen? Werden sie ermutigt, sich nach genügend Verstanden-Worden-Sein auch der Frage zu stellen, was sie mit ihren Strukturgebundenheiten eigentlich anrichten? Wie sie auf die Welt einwirken? Werden sie ermutigt, aktiv andere Denk-Fühl- und Verhaltensweisen zu erlernen, die nicht nur ihnen selber, sondern auch anderen, der Welt dienen?

Ich meine, wir sollten KlientInnen nicht als egozentrische Wesen entlassen, die nur gelernt haben, dass sie sich in den ihnen entgegengebrachten Bedingungen entfalten können, die aber den Blickwinkel nicht herumdrehen und anderen diese Haltungen entgegenbringen können. Ich war sehr erleichtert, als ich vor zwei Jahren erstmals in einem Aufsatz von Maureen O'Hara ein Plädoyer für dieses Aufgeben einer egozentrischen zugunsten einer relationaler Empathie fand.

Dort schreibt sie:

"For the full potential of therapeutic relationships as contexts in which human beings can heal and become fully themselves to be realized, relational empathy must be two-way. A common mistake made by egocentric therapists is to provide an empathic setting for their clients and interpret empathic attempts by clients as transference or as attempts at manipulation. People frequently leave therapy still operating from an egocentric frame of reference, wanting others to be empathic with them but having developed few or no relational competences of their own. If people are to function well in the multiple relational contexts of their lives, clients need to learn how to enter self-transcendent states and to develop the capacity for egocentric and sociocentric empathy. This is best developed in a therapeutic relationship that is itself relational and in which mutual empathy can be achieved. Creation of mutual empathy takes trust. It takes commitment to creating conditions that permit emergent forms of consciousness to develop. It takes effort, and time." (31)

Manchmal, in den resignierten Stunden meines Berufslebens, glaube ich, platt gesagt, nicht mehr daran, dass jemand, wenn er genug gehätschelt wird, von allein weniger egoistisch und ein soziales Wesen wird. Menschen machen sich nach erfolgreicher Therapie oder auch Ausbildung in einem humanistischen Verfahren nicht automatisch auf und handeln verantwortlich in der Welt, für die Welt. Sie werden eher ermutigt, "hier und jetzt die Gestaltung des eigenen Lebens zu übernehmen" (32)

Müssten sie das denn überhaupt, kann man fragen? Ist das nicht ein unsinniger Anspruch?

Vielleicht sind das persönliche Glaubenssätze und Hintergrundannahmen. Ich finde es lohnenswert zu überlegen, was es für Konsequenzen für das gesellschaftliche und politische Leben, für Gruppen, für grössere Gebilde

haben könnte, wenn wir eine grundsätzlich relationale Weltsicht vertreten würden, wenn das dialogische Hin- und Her, die unhintergehbare Interdependenz alles Lebendigen unsere Einstellung prägen würde.

Der englische Psychotherapeut Brian Thorne schreibt (33) :

"Rogers never seemed to be absolutely sure whether men and women are essentially relational beings or not. His tendency to employ images culled from agriculture and his emphasis on the actualising tendency and the wisdom of the organism can lead to a highly positive view of the human being, but one which is strangely non-relational except that the evolution of the species is seen to be a part of a universal formative tendency."

Vielleicht ist das auch die Begründung dafür, warum ich oft so enttäuscht und ratlos war, wenn es innerhalb grösserer Gebilde im klientenzentrierten Feld (in Vereinen, Gruppierungen, grösseren Gebilden) so kleinlich, konkurrenzierend und ohne selbstverständliche Kollegialität zuing, fast ausgeprägter als in anderen Verfahren - was doch eigentlich unlogisch ist bei einer solchen Sozialisation, wie wir sie alle in der eigenen Therapie und Ausbildung erfahren haben!

Ich habe mich auch oft gefragt, wieso keine öffentlichen Strukturen entstanden sind, die mehr von unserem Ansatz haben, die durch ihn geprägt sind? Gene Gendlin vermutet:

"Die Bewegung der Encounter-Gruppen verkümmerte und ging ein, weil es uns nicht gelang, Strukturen sozialer Institutionen zu schaffen, in denen man in und mit dieser neuen Welt innerer Komplexität hätte leben können. Sie schuf keine Fortsetzung, keine beständige Kultur der Begegnung oder Verbindung, die sich in das übrige gesellschaftliche Leben eingefügt hätte ... Der Mangel an neuen sozialen Mustern verschattet heutzutage die Zukunft der Humanistischen Psychologie." (34)

Wieso sind wir nicht federführend, nicht richtungsweisend? Nicht politisch wirksam, gestalten die Welt aktiv mit? Obwohl Rogers immer von den politischen Implikationen seines Ansatzes gesprochen hat und seine Theoriebildung für subversiv und revolutionär hielt, vermisste ich bei seinen NachfolgerInnen eine Vision, die über das Individuum und allenfalls noch die Begegnung zwischen Individuen hinausgeht. (35)

b) Der Begriff des "Selbst"

Vielleicht braucht es, um "weiterzugehen", auch eine Umdefinition des im Westen gebräuchlichen Selbst-Begriffs? Ich will das zum Schluss noch kurz andeuten.

Rogers selber hat ja gezögert, den Begriff des "Selbst" in seine Theoriebildung einzuführen (36). Er ist auch nie wirklich konsequent gewesen, sein Selbstbegriff oszilliert zwischen dem Heideggerschen "das Selbst zu sein, das man in Wahrheit ist" und der Beschreibung des Selbst als Konstrukt und als Prozess.

Vielleicht könnten ja "Frauen und Männer, einzeln und zusammen, geistig und organismisch" (37) auch ein Bewusstsein für prozesshafte, sich immer wieder neu konstituierende grössere Gebilde und kollektive Bewegungen entwickeln, ohne den (immer zuerst!) subjektiven Blickwinkel zu verlassen? Von anderen, interdependenten Theoriebildungen wie der Systemtheorie, dem sozialen Konstruktivismus (38), der Tiefenökologie (39) können wir lernen:

. Dass wir als BeobachterInnen eine Wahl haben, wo und wie wir einen Rand um etwas ziehen, was wir aus dem zusammenhängenden Universum zu einer Entität machen, ob wir ein Einzelwesen als "seiend" betrachten oder ein "Beziehungslebewesen" oder einen "Gruppenkörper"

. Dass eine Ansammlung (=Addition) von Individuen nicht automatisch eine Gruppe wird, ein soziales "Wesen". Grössere Gebilde sind immer "mehr" als ihre "Teile".

. Dass alles Folgen hat, auch die Wahl eines Blickwinkels, eines Menschenbildes.

. Dass es eine Art Schulung braucht, um diese Art Kompetenz zu erwerben, um diesen Blickwinkel einzuüben.

Ein wesentliches Anliegen von Rogers war es ja immer, die Therapie zu demokratisieren, sie als emanzipatorischen Akt zu sehen. Wir könnten uns fragen, was es für Konsequenzen hätte, wenn nicht nur eine individuumzentrierte Psychotherapie, sondern eine soziozentrische Denkweise in den Dienst aller gestellt würde? Wie Menschen befähigt werden könnten, in unseren heutigen Wirklichkeiten zu leben? Könnte das im

Schnittfeld von Therapie und Erziehung, in dem sich ja auch Rogers häufig aufgehalten hat, nicht ein wichtiger Auftrag unserer Berufsstandes in der heutigen Zeit sein?

Endnoten:

1 Leicht überarbeitete Fassung eines im Juli 1999 am 2. Weltkongress für Psychotherapie in Wien gehaltenen Vortrags

2 Auf Deutsch ist er erschienen im Buch von Rogers und R. Rosenberg, Die Person als Mittelpunkt der Wirklichkeit, Klett.Cotta 1980, S. 175-184.

3 Siehe Rogers / Rosenberg (1980), S. 23f.

4 Kegan (1982), S. 25

5 person centered approach

6 z.B. Rogers in Schmid (1996), S. 546

7 siehe van Balen (1992)

8 Rogers (1973), S. 325

9 siehe Frenzel (1991)

10 Rogers (1972)

11 M. Krüll, in: Efran/Lukens/Lukens (1990), S. 7

12 s. Thorne (1992), S. 36

13 Eckert (1994), S. 126

14 Gendlin (1993)

15 Schmid (1996), S. 425ff.

16 Thorne (1991), S. 103

17 Ludewig (1997), S. 31ff.

18 Krüll (1990)

19 Geissler, Moser, Heisterkamp u.a., s. Geissler (1997)

20 Stern (1999)

21 Frenzel (1991), S. 47

22 wobei Bohm explizit den Körper, die Gefühle und Stimmungen in seinen Begriff "Denken" einschliesst, s. Bohm (1998)

23 Rogers (1987)

24 Gendlin (1964)

25 ein Ausdruck aus der Systemischen Therapie, der einen aktiven Verzicht auf ein gelerntes Muster und das Einüben eines neuen meint, siehe Simon (1997)

26 In unserer Theoriebildung sind z.B. die verschiedenen "Bindungsarten" normale Beziehungsmuster, die einige der in unserer Kultur üblichen Formen, sich aneinander zu binden, beschreiben (als Spezialfall von "Beziehung", Stern nennt das "Aspekte der Bezogenheit").

Darin gibt es individuelle Varianten, "Strukturgebundenheiten" (Rogers/Gendlin), die sogenannten "Charakterstrukturen". Natürlich sind auch sie aus Beziehungen, Bindungen abstrahiert, nämlich aus denen, die in der speziellen Biographie dieses Menschen möglich waren resp. genutzt werden konnten. Siehe Geiser (1993), (1995) und (1997) und Geiser / Grosse-Rhode (1993)

27 z.B. im "Öffentlichen Focusing Forum", Programme beim Focusing-Büro Bamberg 0049 951 52 13 2, oder in den Bohmschen Dialog-Gruppen innerhalb des GFK

28 O'Hara 1997

29 Gendlin (1998), S. 7

30 Im wirklichen Leben ist es ja längst nicht mehr nur die Umwelt, die feindselig ist oder gesund hält, sondern wir schaden aktiv der Umwelt! Interessant ist in diesem Zusammenhang, dass eine solche Pathologie nirgends in den psychiatrischen Diagnoseschlüsseln erscheint ...

31 O'Hara (1997), S. 314f.

32 Wiltschko (1998), S.21

33 Thorne (1992), S. 88

34 Gendlin (1998), S. 7

35 mit Ausnahme von Wolfgang Pfeiffer, der seit Jahren unermüdlich davor warnt, den Ansatz allzu monologisch zu gestalten und der von der "Realität" spricht, der wir PsychotherapeutInnen uns zu stellen haben "Sie fordert von uns, dass wir unsere Aufmerksamkeit nicht auf das Individuum und sein Innenleben einengen, sondern dass wir die beziehungs- und gesellschaftsorientierten Aspekte, die beim späten Rogers zu finden sind, aufgreifen und weiterentwickeln." (Pfeiffer 1995)

36 Rogers (1987), S. 26ff.: "Ein Exkurs zur Fallgeschichte eines Konstrukts"

37 Rogers in seinem 1980er-Aufsatz, siehe Kapitel 1

38 Gergen (1996)

39 Gottwald (1995)

Literatur :

Balen, Richard, van;1992, Die therapeutische Beziehung bei C. Rogers: Nur ein Klima, ein Dialog oder beides? in: Personenzentrierte Psychologie und Psychotherapie, Jahrbuch GwG

Bohm, David;1998, Der Dialog. Das offene Gespräch am Ende der Diskussionen

Eckert, Jochen; 1994, Über die hilfreiche Unterscheidung zwischen einer therapeutischen und einer helfenden Beziehung für das klientenzentrierte Konzept. Keil/Hick/Korbei/Poch (hg.), Selbst-Verständnis. Beiträge zu einer Theorie der Klientenzentrierten Psychotherapie, Mackinger, S. 119-140

Efran, J.; Lukens, M.; Lukens, R.;1990, Sprache, Struktur und Wandel. Bedeutungsrahmen der Psychotherapie. verlag modernes lernen

- Fehringer, Christian**; 1991, Die Aktualisierungstendenz und die formative Tendenz im PCA. in: Frenzel, 1991, S. 59-99
- Frenzel, Peter**; 1991, Selbsterfahrung als Selbsterfindung. Personzentrierte Psychotherapie nach Carl. R. Rogers im Lichte von Konstruktivismus und Postmoderne, S. Roderer Verlag Regensburg
- Geiser, Christiane**; 1993, Das Selbst. Ein Ausbildungstext. GFK Texte 1, S. 33-50, WWW: gfk.freepage.de/archiv.html
- Geiser, Christiane**; 1995, Die Bindungsarten - eine klientenzentrierte Übertragungstheorie. Vortrag an der 3. ICCCEP in Gmunden 1994. GFK Texte 2, S. 39-49, WWW: gfk.freepage.de/archiv.html
- Geiser, Christiane**; 1997, Die Relevanz des Selbstkonzepts für die Arbeit mit dem Körper. Vortrag am Körperpsychotherapie-Kongress 1996 in Basel. GFK Texte 3, S. 20-27, WWW: gfk.freepage.de/archiv.html
- Geiser, Christiane**; 1997, Taking the risk of being fully alive - personal comments on working and training on the small edge between doing and being. Vortrag an der 4. ICCCEP in Lissabon 1997, GFK Texte 3, S. 35-41, WWW: gfk.freepage.de/archiv.html
- Geiser, Christiane/Grosse-Rhode, Lisa**; 1993, "Denn sie wissen nicht, was sie tun...". Zur Relevanz einer klientenzentrierten Störungslehre. Ein Interview. GwG-Zeitschrift 90, S. 9-12
- Geissler, Peter**; 1997, Analytische Körperpsychotherapie. Bioenergetische und psychoanalytische Grundlagen und aktuelle Trends. Facultas
- Gendlin, Eugene T.**; 1964, Eine Theorie der Persönlichkeitsveränderung. In Bommert / Dahlhoff: Das Selbsterleben in der Psychotherapie, Verlag Urban und Schwarzenberg
- Gendlin, Eugene T.**; 1993, Über den Körper, Focusing Materialien FZK Verlag
- Gendlin, Eugene T.**; 1998, Würdigung und Problematik der Humanistischen Psychologie, Focusing Journal 1/98, S. 4-10
- Gergen, Kenneth J.**; 1996, Das übersättigte Selbst. Identitätsprobleme im heutigen Leben. Carl Auer Verlag
- Gottwald, Franz-Theo / Klepsch, Andrea (hg.)**; 1995, Tiefenökologie. Wie wir in Zukunft leben wollen. Diederichs
- Juchli, Ernst**; 1995, Gedanken um die Körperpsychotherapie. in: Bürckstümmer, Elfriede u.a. (hg.), Psychotherapie in Rehabilitationseinrichtungen, Roderer, S. 67-83, WWW: gfk.freepage.de/archiv.html
- Kegan, Robert**; 1982, Die Entwicklungsstufen des Selbst. Fortschritte und Krisen im menschlichen Leben. Kindt
- Krüll, Marianne**; 1990, Das rekursive Denken im radikalen Konstruktivismus und im Feminismus. Krüll, M. (hg.), Wege aus der männlichen Wissenschaft, Centaurus, S. 97-114
- Ludewig, Kurt**; 1997, Systemische Therapie, Klett-Cotta
- O'Hara, Maureen**; 1997, Relational Empathy: Beyond Modernistic Egocentrism to Postmodern Holistic Contextualism. in: Bohart/Greenberg, Empathy Reconsidered, APA, S. 295-320
- Pfeiffer, Wolfgang**; 1995, Die Beziehung - der zentrale Wirkfaktor in der Gesprächspsychotherapie, GwG-Zeitschrift 97, S. 27-32
- Pfeiffer, Wolfgang M.**; 1989, Psychotherapie als dialogischer Prozess. Vortrag gehalten am GwG-Kongress 1989 in Köln. Brennpunkt, Nov. 89
- Prouty, Gary / Pörtner, Marlis / van Werde, Dion**; 1998, Prä-Therapie, Klett-Cotta
- Rogers Carl**; 1973, Die Entwicklung der Persönlichkeit, Klett-Cotta

Rogers Carl; 1987, Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen. GWG Köln

Rogers, Carl ; 1972, Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie, Fischer

Rogers, Carl./Rosenberg, Rachel; 1980, Die Person als Mittelpunkt der Wirklichkeit, Klett-Cotta

Schmid, Peter F. ; 1994, Personzentrierte Gruppenpsychotherapie. Ein Handbuch, Solidarität und Autonomie, Edition Humanistische Psychologie

Schmid, Peter F. ; 1996, Personzentrierte Gruppenpsychotherapie in der Praxis. Die Kunst der Begegnung. Junfermann

Simon, Fritz B. ; 1997, Ent-Lernen - Einige konstruktivistische Grundlagen der Psychotherapie, Familiendynamik 4, Oktober 1997, S. 332-347

Stern, Daniel; 1999, Wie das Gewebe der Seele geknüpft wird. Ein Gespräch, Psychologie Heute, Dezember 1999, S. 38-44

Thorne, Brian; 1991, Person-centred Counselling. Therapeutic and Spiritual Dimensions. Whurr Publishers

Thorne, Brian; 1992, Carl Rogers, Sage Publications

Wiltshko, Johannes; 1998, Stichwort: Humanistische Psychologie, Focusing Journal 1/98, S. 18-21