

Die Struktur menschlicher Wirklichkeit

Zur dualen Formierung der Theorien Schopenhauers und Rogers’ sowie zur Synthese Gendlins

Mark Galliker

Mannheim, Deutschland

Die These, dass Schopenhauers und Rogers’ Theorien strukturell ähnlich aufgebaut sind, wird hinsichtlich des Selbst erörtert. In praktisch-therapeutischer Hinsicht stellt sich die Frage, welche Konsequenzen sich aus den Konstituenten in beiden Theorien ergeben. In der Folge wird auch Gendlins Theorie angeführt und der Stellenwert des Focusing als Synthese im vorliegenden Kontext thematisiert.

Schlüsselwörter: Duales System, Vorstellungsgestalt, Aktualisierungstendenz, Selbst, Erfahrung, Kongruenz, Inkongruenz, Focusing

The structure of human reality—On the dual formation of the theories of Schopenhauer and Rogers and on Gendlin’s synthesis. This paper discusses and assesses the hypothesis that there is a structural similarity in the way the theories of Schopenhauer and Rogers are constructed, with a special emphasis on the concept of the self. From a practical-therapeutical point of view the question arises, what are the consequences resulting from the constituents in both theories? Furthermore, Gendlin’s theory is discussed and the significance of focusing in the present context is addressed.

Keywords: dual system, structure of ideas, tendency to actualisation, self, experience, congruence, incongruence, focusing

In den Interaktionen humanistisch orientierter Psychotherapeuten und -therapeutinnen (Ausbildung, Weiterbildung, Intervention, Supervision, Pausengespräche usw.) wird manchmal darauf hingewiesen, dass – alltagssprachlich ausgedrückt – „Kopflastigkeit“ reduziert werden könne und gerade in der Therapie eine Überbetonung des Verstandesmäßigen zu vermeiden sei. Gegenüber anderen therapeutischen Verfahren (Kognitive Verhaltenstherapie, Systemische Therapie, auch Psychoanalyse, insbesondere was deren Deutungen anbelangt) wird hervorgehoben, dass beim Personenzentrierten Ansatz und der Gesprächspsychotherapie nicht der Intellekt im Vordergrund stehe, sondern die Empfindungen und Emotionen. In diesem Zusammenhang wird mitunter auch die Frage gestellt, ob sich diese Position auch begründen ließe. Doch ist Begründung nicht selbst wiederum ein rationaler Vorgang? Und

würde weniger Vernunft nicht dem Irrationalismus Tür und Tor öffnen?

Vielleicht kluft zwischen Empfindung und Intellekt wirklich eine Kluft; vermutlich jedoch nicht bei allen Menschen gleichermaßen. Und möglicherweise waren ursprünglich Empfindung und Intellekt gar nicht getrennt voneinander. Doch wenn eine solche Kluft heute tatsächlich bestehen sollte: Lässt sie sich überhaupt überbrücken?

Nun hat Lukits in PERSON (2016) auf einen Klassiker hingewiesen, auf Arthur Schopenhauer, der sich schon vor zweihundert Jahren mit diesen Problemen eingehend befasst hat und die Problemlösung in einem neuen Verständnis der menschlichen Wirklichkeit fand. Nach Lukits handelt es sich in der Theorie von Schopenhauer sowie in jener von Rogers um eine Abbildung einer „grundlegend doppelte[n] Struktur der menschlichen Wirklichkeit“ (ebd., S. 63).

Im Folgenden werden die Theorien von Schopenhauer und Rogers miteinander verglichen und mögliche Gemeinsamkeiten und Unterschiede herausgearbeitet. Bei Schopenhauer beziehe ich mich zunächst auf seine beiden wichtigsten Begriffe Vorstellung und Wille, die er auch im Titel seines zweibändigen Hauptwerkes „Die Welt als Vorstellung und Wille“ (1819/1987

Mark Galliker, Prof. em. Dr., studierte an der Universität Bern Psychologie, Philosophie und Psychopathologie. Eidg. anerkannter Psychotherapeut pca.acp/FSP. Forschungsgebiete: Wissenschaftstheorie und Psychologiegeschichte. Publikationen: „Kompendium psychologischer Theorien“ (Suhrkamp, 2015), „Ist die Psychologie eine Wissenschaft?“ (Springer, 2016), „Menschenbild und Lebensform“ (Psychosozial-Verlag, 2018); Kontakt: mgalliker@web.de

und 1844/2005) verwendet, und prüfe dann, ob sich auch bei Rogers zumindest ihrer Bedeutung nach entsprechende Konzepte finden. Dabei gilt es zu berücksichtigen, dass Rogers Schopenhauer wahrscheinlich nie selbst rezipiert hat und nur über andere europäische Philosophen von ihm indirekt beeinflusst wurde (vgl. auch Lukits, 2016, S. 67).

1. Schopenhauer

Arthur Schopenhauer wurde am 22. Februar 1788 als Sohn eines wohlhabenden Geschäftsmannes in Danzig geboren. Nach dem Umzug in die Freie und Hansestadt Hamburg will sein Vater ihn zu einem lebensstüchtigen Kaufmann ausbilden lassen, obwohl sein Sohn sich mehr als angehender Intellektueller verstand. Nach dem vorzeitigen Tod seines Vaters wird das Geschäft aufgelöst. Schopenhauers Mutter verlässt Hamburg in Richtung Weimar. Der junge Schopenhauer bleibt allein in einem Zustand der Zerrissenheit zurück – im Schwanken zwischen der dem Vater versprochenen Fortsetzung der verhassten siebenjährigen Handelslehre und der Neigung zu einem geistigen Lebensberuf (vgl. Abendroth, 1967/1982, S. 10ff). In diesem persönlichen Konfliktfeld erwachsen dem jungen Schopenhauer schwerwiegende psychische Nöte. An erster Stelle sind die heftigen Attacken seiner stark entwickelten Sinnlichkeit auf seinen ebenso anspruchsvollen wie reinen Verstand zu nennen. Hieraus rührten wohl auch die vielfältigen Ängste des jungen Denkers; er hatte Angst vor anderen Menschen, Angst vor Unfall, Krankheit, Schäden aller Art, ja Leiden überhaupt (vgl. ebd., S. 119).

Schopenhauers Denken ist in seinem Hauptwerk besonders durch Kants „Kritik der reinen Vernunft“ (1781/2003) geprägt. Kant erkannte, dass alles, was wir über unsere Sinne empfangen, durch unser Nervensystem gleichsam gefiltert ist und infolgedessen auch nur ein diesbezüglich bestimmtes und entsprechend neu zusammengesetztes Bild dessen liefert, was wir „Wirklichkeit“ nennen. Doch dieselbe ist eher ein „Hirngespinnst“, in welches neben Raum und Zeit auch die Kategorien unseres Verstandes (wie z. B. Ursache und Wirkung) verwoben sind, die jedoch „da draußen“ so gar nicht vorhanden sind; das heißt das „Ding an sich“ ist i. S. Kants nicht erkennbar. Schopenhauer verehrte Kant, glaubte jedoch schließlich nicht mehr, dass dem Menschen die Natur als solche nicht direkt und insbesondere *seine* Natur per se nicht zugänglich sei.

1.1 Vorstellung

Schopenhauer beginnt sein Hauptwerk mit dem Satz: „Die Welt ist meine Vorstellung“ (1819/1987, S. 35). Das heißt: Die Welt ist nicht einfach Vorstellung, sondern *meine* Vorstellung, was m. E. schon hinsichtlich der Gesprächspsychotherapie interessant ist;

eine Perspektive, die freilich für Schopenhauer noch nicht relevant sein konnte (s. 3.2).

Schopenhauer ging in erster Linie vom Subjekt aus. Für das Subjekt ist das Objekt nur durch ein Subjekt gegeben, wenn gleich ohne Objekt auch nicht von einem Subjekt die Rede sein kann. Für Schopenhauer ist das Objekt für das Subjekt ausschließlich in dessen Vorstellung vorhanden. Dem philosophisch besonnenen Menschen werde deutlich, „daß er keine Sonne kennt und keine Erde; sondern immer nur ein Auge, das eine Sonne sieht, eine Hand, die eine Erde fühlt; daß die Welt, welche ihn umgibt, nur als Vorstellung da ist, d. h. durchweg nur in Beziehung auf ein Anderes, das Vorstellende, welches *er selbst ist*“ (ebd., S. 35; Hervorhebung von M. G.).

Das Subjekt scheint nicht zuletzt für sich selbst relevant zu sein, denn: „Als dieses Subjekt findet Jeder sich selbst“ (ebd., S. 37). Schopenhauer schränkt allerdings diese Aussage auf das erkennende Subjekt ein und zwar wie folgt: „Jedoch nur sofern [Jeder] *erkennt*, nicht sofern er Objekt der Erkenntniß ist“ (ebd.; Hervorhebung von M. G.). Wenn das Subjekt nur als erkennendes sich selbst findet, findet es sich selbst ausschließlich im Erkenntnisprozess. Demnach erkennt der besonnene Mensch auch, dass die Welt für ihn nur in Beziehung auf das Vorstellende, „welches er selbst ist“, vorhanden ist (vgl. ebd., S. 35).

Schopenhauer betrachtet zunächst die Welt von der Seite ihrer Erkennbarkeit durch das Subjekt aus. Alle irgend vorhandenen Objekte des Subjekts, ja sogar den eigenen Leib, versteht er vorerst ausschließlich als „bloße Vorstellung“ unter Abstraktion von etwas anderem (s. 1.2). Dasjenige, was alles erkennt, ist das Subjekt, das aber als solches „von Keinem erkannt wird“ (ebd., S. 37). Das Subjekt ist ausschließlich der „Träger der Welt“; das heißt, „die durchgängige, stets vorausgesetzte Bedingung alles Erscheinenden, alles Objekts: denn nur für das Subjekt ist, was nur immer daist“ (ebd., S. 37). Schopenhauer zufolge können vom Subjekt ausgehend zwar nicht die Inhalte der Objekte, jedoch dessen „allgemeine Formen“ erkannt werden, liegen sie doch „a priori in unserem Bewußtseyn“ (ebd., S. 38).

Schopenhauer hatte bereits in seiner Dissertation (1813/2016) dargelegt, dass sämtliche ursächlichen Strukturen, die in der Welt als Vorstellung anzutreffen sind, mit den Gestaltungen des „Satzes vom zureichenden Grunde“ zusammenfallen, der, selbst ohne Grund, nur innerhalb der Vorstellungswelt gültig ist. Seiner Meinung nach ist dieser Satz, dessen allgemeinste Formel lautet: „Nichts ist ohne Grund warum es sei“ (ebd., S. 10) das Verbindungsprinzip aller Vorstellungen hinsichtlich Grund und Folge oder auch Ursache und Wirkung. Der Satz vom Grunde wurzelt nach dem Autor in der „Urbeschaffenheit des Erkenntnisvermögens“ und stellt sich in vier Arten der Begründung dar, nämlich im Grund des Werdens (die nicht bewusste Verbindung der Vorstellungen durch Verwandlung der ungegenständlichen Empfindungen in gegenständliche Anschauungen),

im Grund des Erkennens (logisch-begriffliche Verbindung der Vorstellungen), im Grund des Seins (räumliche und zeitliche Verbindung derselben) sowie im Grund des Handelns (motivationale Verbindung). Zum Seinsgrund ist anzumerken, dass es ohne anschauendes Subjekt für das Einzelwesen keinen Raum und keine Zeit gäbe. Raum und Zeit werden als *principium individuationis* (d. h. Seinsgrund des Einzelwesens) verstanden, machen doch Nebeneinander und Nacheinander erst Vielheit, mithin Individuierung, möglich (s. 3.2).

Nach Schopenhauer (1819/1987) *vereinigen* sich Raum und Zeit in der Kausalität. Die Gesetzmäßigkeit des Wirkens „bezieht sich immer auf Raum und Zeit zugleich und hat eben nur dadurch Bedeutung“ (ebd., 40). Das subjektive Korrelat der Wirklichkeit bzw. der Kausalität, ist der Verstand. „Umgekehrt ist alle Kausalität, also [...] die ganze Wirklichkeit, nur für den Verstand, durch den Verstand, im Verstande“ (ebd., S. 41). Schon bei der ersten, noch unbewussten Art der Verbindung der Vorstellungen (s. o.) ist der Verstand wirksam: „Wie mit dem Eintritt der Sonne die sichtbare Welt dasteht; so verwandelt der Verstand mit *einem* Schläge, durch seine einzige, einfache Funktion, die dumpfe, nichtssagende Empfindung in Anschauung. Was das Auge, das Ohr, die Hand empfindet, ist nicht die Anschauung; es sind bloße Data“ (ebd., S. 46f.).

1.2 Lebenswille

Nach Schopenhauer ist neben der Vorstellung auch der Wille wesentlich für den Menschen. Mehr noch: Seiner Meinung nach ist „der *Wille* das Reale und Essentiale im Menschen“ (Schopenhauer, 1844/2005, S. 282). Der Wille ist „das Allerrealste [...], was wir kennen“ (ebd., S. 460). Damit wurde von Schopenhauer eine voluntaristische Metaphysik des Lebens inauguriert.

Der Wille ist genuin das „Urkräftige“ (ebd., S. 298), die „Urkraft“ (ebd., S. 383), die „Naturkraft“ (ebd., S. 469), die Kraft, die das Leben hervorbringt, die „Lebenskraft“ (ebd., S. 31), „das eigentliche Wesen des Menschen“ (ebd., S. 303), ja der „Kern unseres Wesens“ (ebd., S. 383). Der schopenhauerische „Wille“ ist also *nicht* bloß der „Gegenwille“, an den von Eltern, Lehrerinnen und anderen Erziehungspersonen oft namens des Willens appelliert wird, sondern er ist selbst das spontan „Wirkende, Treibende, Schaffende“ (ebd., S. 352).

Schopenhauer subsumiert dem Willen alle Leidenschaften, Affekte, Gefühle und alles Sehnen, Begehren, Verlangen, Streben, Wünschen usw., schließlich „alles Innere“ (u. a. ebd., S. 267). Der Wille *ist* das „Innere und Ursprüngliche“ (ebd., S. 384). Der Denker führt in diesem Zusammenhang auch den Geschlechtstrieb an. Sicherlich kann derselbe auch als eine Art Brennpunkt des Willens aufgefasst werden (vgl. u. a. ebd., S. 312). Doch kann der Wille i. S. Schopenhauers nicht auf *diesen* Trieb reduziert werden. Er ist nicht einfach Sexualität oder Libido i. S.

von Freud und er kann auch nicht im Gegensatz dazu – obwohl auch dafür einiges sprechen würde – auf die Aggression oder gar die Destruktion reduziert werden, sondern er ist „*alles* was das eigene Wohl und Wehe, Lust und Unlust unmittelbar ausmacht“ (ebd., S. 263; Hervorhebung von M. G.).

Nach Schopenhauer *wird* mit dem Willen Leben: „Dem Willen zum Leben ist also das Leben gewiß, und solange wir von *Lebenswillen* erfüllt sind, dürfen wir für unser Daseyn nicht besorgt seyn, auch nicht beim Anblick des Todes“ (Schopenhauer, 1819/1987, S. 392; Hervorhebung von M. G.). Wenn ein Lebewesen in seinem Willen zum Leben, der „sich ungestüm ins Daseyn drängt“, bedroht wird, verwandelt sich der Lebenswille „sofort in das verzweifelteste Sträuben und Wehren gegen den Tod“ (Schopenhauer, 1844/2005, S. 459). Beim Willen handelt es sich mitunter um einen „Trieb zur Selbsterhaltung“ (ebd., S. 737).

Schopenhauer zufolge ist „der *Organismus* [...] der Wille selbst“ (ebd., S. 283). „Alles drängt und treibt zum *Daseyn*, wo möglich zum *organischen*, d. i. zum *Leben*, und danach zur möglichsten Steigerung desselben: an der thierischen Natur wird es dann augenscheinlich, dass *Wille zum Leben* der Grundton ihres Wesens, die einzige unwandelbare und unbedingte Eigenschaft desselben ist“ (ebd., S. 459).

Für Schopenhauer ist der Wille primär Wille zum Leben, der Lebenswille, der im humanen sowie im infrahumanen Bereich wirkt. Der Wille ist *in* allen Erscheinungen der erkenntnislosen (u. a. der bloß „vegetabilischen“) Natur vorhanden. Der Philosoph bezeichnet in diesem Zusammenhang den Willen auch als „blinden Willen“, der allerdings beim und für den Menschen als „Lebenstrieb, Lebenslust, Lebensmuth“ auch bewusst in Erscheinung treten kann (s. 1.3), indessen letztlich „das Selbe [ist], was die Pflanze wachsen macht“ (ebd., S. 469).

Schopenhauer zufolge können wir auch unser Selbst mit dem „Willen zum Leben“ erläutern. „*Wir selbst* sind der Wille zum Leben“ (Schopenhauer, 1819/1987, S. 315; Hervorhebung von M. G.). Das Selbst ist dasjenige, was nichts anderes kennt, als „zufrieden und unzufrieden sein, mit allen Modifikationen der Sache, die man Gefühle, Affekt und Leidenschaften nennt“ (ebd., S. 314). Die Identität einer Person kann nach dem Autor nicht auf dem Körper als solchem beruhen, denn dieser ist schon nach wenigen Jahren ein anderer, und langfristig ändert sich auch dessen Form im Ganzen und in all seinen Teilen. Doch etwas anderes des Menschen bleibt von all diesen Veränderungen unberührt: „Es ist eben Dieses, woran wir, auch nach dem längsten Zwischenraume, [...] den Ehemaligen unversehrt wiederfinden; ebenso auch *uns selbst*: denn, wenn man auch noch so alt wird; so fühlt man doch im Innern sich ganz und gar als *denselben*, der man war, als man jung, ja, als man noch ein Kind war“ (Schopenhauer, 1844/2005, S. 314; Hervorhebungen von M. G.).

Für Schopenhauer liegt der „Schlüssel zu allem anderen“, ja letztlich die „Pforte zur Wahrheit“ im Ding an sich, das er als „Innenseite der Vorstellungswelt“ betrachtet und als Wille interpretiert. Das Substrat aller Erscheinungen, das in Kants „Kritik der reinen Vernunft“ noch für unerkennbar galt, wird für den Menschen zu etwas unmittelbar Vertrautem, was in seinem Inneren als Willen erlebbar und als solches *nicht* dem Satz vom Grunde unterworfen ist (vgl. ebd., S. 140).

1.3 Zum Verhältnis von Vorstellung und Willen

Der Wille ist zwar unabhängig von der Vorstellungswelt unmittelbar körperlich zugänglich, doch kann ihm auch in der Welt als Vorstellung sein Spiegel aufgehen. Als extern sich darstellender Vorgang ist er der objektivierte, d. h. in die Anschauung getretene Willensakt.

Der Wille ist jetzt nicht mehr nur an sich selbst Wille, sondern erscheint als solcher mit der Vorstellung des Leibes. „Jeder wahre Akt seines Willens ist sofort und unausbleiblich auch eine Bewegung seines Leibes: er kann den Akt nicht wirklich wollen, ohne zugleich wahrzunehmen, dass er als Bewegung des Leibes erscheint“ (Schopenhauer, 1819/1987, S. 164).

In diesem Zusammenhang nennt Schopenhauer den Willen meistens „Wollen“: „In der That ist unser Wollen die einzige Gelegenheit, die wir haben, irgendeinen sich äußerlich darstellenden Vorgang zugleich aus seinem Innern zu verstehen, mithin das einzige uns unmittelbar Bekannte und nicht, wie alles Übrige, bloß in der Vorstellung Gegebene“ (Schopenhauer, 1844/2005, S. 258).

Auf der einen Seite von Schopenhauers Menschen- und Weltbild herrscht durchgehend der Wille (s. 1.2); auf der anderen Seite bringt er mit diesem auch Vorstellungen als Wollen hervor (s. 1.1). Demnach figuriert die Vorstellung nur die Manifestation des durchgängig fungierenden Willens. Schopenhauers System ist ein *zweiseitiges*, in dem jeweils der eine Aspekt in den Vordergrund rückt, jedoch immer seinen „tragenden Hintergrund“ (Lukits, 2016, S. 68) behält. Bildlich gesprochen kann der Hintergrund auch in den Vordergrund umkippen: Wenn der Wille auf der Seite der Vorstellung erkennbar wird, erscheint er als räumlich und zeitlich strukturierter. In dieser raumzeitlichen Formation erscheint das Wollen ausschließlich unter den ebenso stillschweigend wie selbstverständlich vorausgesetzten, indes *nicht* explizierten gesellschaftlichen und situativen Gegebenheiten. (s. 3.2). In diesem Bereich sind Willenserscheinungen als Wollen respektive Motivation nach Ort und Zeit nachweisbar (vgl. u. a. ebd., S. 196).

Schopenhauer drückt sich zusammenfassend wie folgt aus: „Der Wille ist die Erkenntniß a priori des Leibes, und der Leib die Erkenntniß a posteriori des Willens“ (ebd., S. 164). Demnach nimmt der Autor in psychologischer Hinsicht eine

folgenreiche Umkehrung vor, die wissenschaftstheoretisch betrachtet einem Paradigmenwechsel gleichkommt: „(Wir) müssen [...] die Natur verstehen lernen aus uns selbst, nicht umgekehrt uns selbst aus der Natur“ (ebd., S. 258). Das heißt: Dem Menschen ist in einem nicht naturwissenschaftlichen Sinne „ein Blick ins *Innere der Natur* gestattet; sofern nämlich dieses nichts Anderes, als *unser eigenes Inneres* ist“ (ebd., S. 461).

2. Rogers

Um Rogers' Auffassung der Struktur der menschlichen Wirklichkeit zu bestimmen, beziehe ich mich hauptsächlich auf seine „Theory of Therapy“ (Rogers, 1959/2009). Im Unterschied zu Schopenhauer kommt bei Rogers den Begriffen Vorstellung und Wille keine zentrale Bedeutung zu. Rogers verwendet diese Begriffe nicht in systematischer Hinsicht, und wo er sie überhaupt anführt, decken sich deren Signifikate im Falle der Vorstellung nur in einem bestimmten Ausmaß und im Falle des Willens kaum je mit jenen von Schopenhauer.

Umgekehrt finden sich schon bei Schopenhauer Begriffe, die bei Rogers von zentraler Bedeutung sind, von Schopenhauer aber noch nicht in genau gleicher Weise (z. B. Selbst) oder anders (z. B. Inkongruenz) verwendet werden (vgl. u. a. Schopenhauer, 1844/2005, S. 126 u. 133).

2.1 Vorstellungsgestalt

Nach eigenem Bekunden definiert Rogers die Begriffe Gewahrwerdung, Symbolisierung und Bewusstsein als Synonyme (Rogers, 1959/2009, S. 29) – eine Auffassung, der Gendlin ausdrücklich widersprechen wird (vgl. Wiltschko, 2008, S. 94). Auch andere Begriffe sind Rogers' Meinung nach substituierbar. So beziehen sich die Begriffe Selbst, Selbstkonzept *und* Selbststruktur auf die „organisierte, in sich geschlossene Gestalt“, welche u. a. die „Wahrnehmungscharakteristiken des Ich“ beinhaltet (Rogers, 1959/2009, S. 31).

Rogers verwendet den Begriff Selbstkonzept insbesondere dann, „wenn von der Person oder der Sichtweise ihrer selbst gesprochen wird“ (ebd.). Das Selbstkonzept wird als organisierte, in sich geschlossene Gestalt verstanden, die der Gewahrwerdung zugänglich ist (vgl. ebd.). Rogers' Konzept des Selbst beinhaltet Sätze, Worte, Werte und auch entsprechende Bilder mit den zugehörigen Gefühlen, Empfindungen und Gedanken. Das Selbst wird als Wahrnehmungsstruktur oder -gestalt verstanden, die sich aus den Wahrnehmungen der Person sowie ihrer Beziehungen zu anderen Personen und zur Außenwelt zusammensetzt.

Die Herausbildung der Ordnung einer Selbststruktur scheint soweit keinen externen „Organisator“ zu benötigen, sondern

ausschließlich aufgrund von Prozessen der Selbstregulierung zu erfolgen. Jedenfalls rekurriert Rogers an dieser Stelle seiner „Theory of Therapy“ in Bezug auf die Konzepte Selbst, Selbstkonzept und Selbststruktur nur auf die „organisierte, in sich geschlossene Gestalt“, die allerdings auch „die Wahrnehmungen der Beziehungen zwischen dem Ich und anderen und verschiedenen Lebensaspekten“ einschließt (ebd., S. 31). Später weist Rogers ausdrücklich darauf hin, dass man sich das Selbstkonzept „als eine strukturierte, konsistente *Vorstellungsgestalt* denken (kann)“ (Rogers, 1977/1988, S. 42; Hervorhebung von M. G.).

Nach Rogers werden die Begriffe Selbst und Selbstkonzept „üblicherweise dann verwendet, wenn von der Person oder Sichtweise ihrer selbst gesprochen wird“ (Rogers, 1959/2009, S. 31). Hingegen verwendet Rogers den Begriff Selbststruktur in *diesem* Zusammenhang besonders dann, „wenn wir auf die Gestalt von einem *äußeren Bezugsrahmen* aus blicken“ (ebd.; Hervorhebung von M. G.). Die Entwicklung der Selbststruktur betrachtet Rogers in seiner „Theory of Therapy“ unter dem Titel *Tendenz zur Selbstaktualisierung* als jene Erfahrung, in der „sich das symbolisiert, was wir Selbst nennen“ (ebd., S. 27). Die Tendenz zur Aktualisierung des Selbst wird von ihm als Selbstaktualisierungstendenz bezeichnet. Bei der Einführung dieses Begriffs lehnte sich Rogers an den Neuropsychiater Goldstein (1939/1995) an, der indes unter Selbstaktualisierung die Realisierung und Entfaltung *inhärenter* (d. h. *organismischer*) Potentiale verstand (s. 2.2). Rogers übernahm also Goldsteins Konzept der Selbstaktualisierung für die Vorstellungsgestalt nur als diesen Signifikanten, nicht aber als dessen Signifikat, versteht er doch dieses Signifikat als Selbstsymbolisierung bei der Entwicklung der Selbststruktur.

2.2 Aktualisierungstendenz

So wie Rogers die „Selbstaktualisierungstendenz“ (s. o.) mit der Vorstellungsgestalt in Verbindung brachte, indem er diesen Begriff *nicht* im Sinne von Goldstein verwendete, behandelte er hinsichtlich des Organismus schließlich die „Aktualisierungstendenz“ im Sinne von Goldsteins „Selbstaktualisierungstendenz“ (self-actualization).

Goldstein schrieb in seinem Buch „The Organism“ (1939/1995) in Bezug auf die Erfahrung mit Patienten u. a. Folgendes: „Experiences with patients teach us that we have to assume only one drive, the drive of self-actualization, and that the goal of the drive is not a discharge of tension. Under various conditions, various action come into the foreground; and while they thereby seem to be directed toward different goals, they give the impression of independently existing drives. In reality however, these various actions occur in accordance with the various capacities belonging to the nature of the organism and occur in accordance with those instrumental processes that are then

necessary prerequisites of the self-actualization of the organism“ (ebd., S. 163). Verschiedene Autoren und Autorinnen zeigten auf, dass die organismische Perspektive, die Rogers mit seinem Begriff der Aktualisierungstendenz einnahm, mit den ontologischen Elementen von Goldsteins biologischer Konzeption des menschlichen Organismus (bzw. mit dessen „Selbstaktualisierung“) kompatibel ist (vgl. u. a. Crisp, 2018, S. 70).

Rogers bezeichnet mit dem Terminus Aktualisierungstendenz „die dem Organismus innewohnende Tendenz zur Entwicklung all seiner Möglichkeiten; und zwar so, dass sie der Erhaltung oder Förderung des Organismus dienen“ (1959/2009, S. 26). Die ganzheitliche Kraft der Aktualisierungstendenz bezieht sich nicht nur auf die Grundbedürfnisse (nach Luft, Wasser, Nahrung usw.), sondern darüber hinaus – ähnlich wie bei Schopenhauer der Wille bzw. der Lebenswille – auch auf alle anderen Lebensbedürfnisse. Die Aktualisierungstendenz ist für Rogers grundlegend. Sie ist für ihn „das einzige Motiv [...], welches in diesem theoretischen System als Axiom vorausgesetzt wird“ (ebd., S. 27). Zeitlebens wird die Aktualisierungstendenz Rogers' einziges Axiom bleiben, auch nach seiner Auseinandersetzung mit Buber (1923/1984) (s. 2.3).

2.3 Zum Verhältnis von Vorstellungsgestalt und Aktualisierungstendenz

Unter förderlichen Entwicklungsvoraussetzungen und Beziehungsbedingungen sind Aktualisierungstendenz und Selbstaktualisierungstendenz nicht dissoziiert und damit nicht in Konflikt miteinander. Die beiden „Tendenzen“ in Rogers' Theorie – manchmal ist in diesem Zusammenhang auch von „Strukturen“ die Rede – können also übereinstimmen: Der Zustand der Kongruenz ist erreicht, wenn es dem Individuum gelingt, sein Selbstverständnis entsprechend seiner Erfahrung zu realisieren respektive wenn vom Individuum die Selbsterfahrungen in „exakt symbolisierten Formen in das Selbstkonzept integriert werden“ (Rogers, 1959/2009, S. 38).

Aufgrund der relativen Autonomie der Aktualisierung des Selbst kommt es jedoch unter weniger günstigen Umständen und insbesondere Bewertungsbedingungen zu einer Differenz der beiden Tendenzen und damit zu einer *Inkongruenz* von wahrgenommenem Selbst und organismischem Erleben bzw. zu einer inadäquaten Symbolisierung der vollständigen Erfahrung. Die aktualisierten Strukturen der Erfahrung und des Selbst folgen dann teilweise Eigendynamiken, so dass das Individuum seine eigenen Erfahrungen nicht versteht bzw. sein Verhalten in diesen Aspekten unverständlich wird (vgl. Kriz & Stumm, 2003, S. 19f.).

Rogers weist in „Entwicklung der Persönlichkeit“ (1961/2006) darauf hin, dass das Prozesskontinuum in der Gesprächspsychotherapie eine Verschiebung beinhaltet, und zwar von der

Inkongruenz zur Kongruenz (vgl. ebd., S.160). Erfahrungen, die von einer Person ursprünglich nicht als Selbsterfahrungen wahr- und/oder angenommen werden können und deshalb von ihr nur in verstellter Form symbolisierbar sind, werden im Verlaufe des therapeutischen Prozesses zugänglich, akzeptiert und symbolisiert. Indem eine Person versucht, diese Erfahrungen in das bestehende Bild von sich selbst zu integrieren, wird auch ihr bisheriges Selbstbild umstrukturiert. Schließlich gelangt die Person zu einer neuen Unmittelbarkeit des Erfahrens, bei dem sich Erkenntnis und Gefühl durchdringen. „Der Mensch [wird] eine Einheit des Flusses, der Bewegung. Er hat sich geändert; was jedoch am bedeutsamsten sein mag: Er wurde zu einem zusammenfassenden Prozeß der Veränderungen“ (ebd., S.162).

Rogers' duales Strukturmodell beinhaltet nicht Strukturen, die ineinander umkippen (s. 1.3) oder bei denen sich die eine der anderen per se entgegenstellt und sie durchwegs dominiert, wie dies bei Schopenhauer im Verhältnis von Vorstellung (bzw. „Intellekt“) und Wille der Fall zu sein scheint (vgl. auch 3. 2). Bei Rogers' Modell handelt es sich eher um *parallel* gelagerte Strukturen oder „Ebenen“ (vgl. u. a. Lukits, 2016, S.70). Als solche können sie mehr oder weniger kongruent sein. Sie sind auch in ihrer Zugänglichkeit und Erfahrbarkeit nicht grundsätzlich voneinander unterschieden.

3. Vergleich von Schopenhauer und Rogers

Schopenhauer setzte auf die Vorstellung und den Lebenswillen, Rogers auf die Vorstellungsgestalt und die Aktualisierungstendenz. Die Theorien der beiden Autoren scheinen eine strukturelle Gemeinsamkeit aufzuweisen, wenngleich sie innerhalb ihrer gemeinsamen Struktur keineswegs überall übereinstimmen (s. 3.1) und in praktischer Hinsicht weitgehend voneinander abweichen (s. 3.2).

3.1 Strukturvergleich

Rogers' sowie Schopenhauers System sind dichotom aufgebaut. Wer die Welt nur mit dem Verstand zu erfassen versucht, erkennt nicht, dass den Dingen wesentlich nicht beizukommen ist, da nur deren Fassaden beobachtet und allenfalls auch erklärt werden können, während das der Außenseite Innewohnende leiblich unmittelbar zugänglich ist, indes als solches dort nicht erklärt werden kann.

Rogers verwendet den Begriff Selbststruktur dann, wenn deren Vorstellungsgestalt von einem externen Bezugsrahmen aus subjektiv wahrgenommen wird (s. 2.1). Für Schopenhauer ist diesbezüglich das eigene Selbst für ein Subjekt in dessen Vorstellung nur und ausschließlich objektiv gegeben (s 1.1 u. 1.3).

In beiden Fällen handelt es sich um subjektive Wahrnehmungen von Objektivierungen, wobei bei Rogers die Gestalt der Selbststruktur in einem Rahmen gefasst und bei Schopenhauer das Selbst als Objekt der Anschauung in Raum und Zeit formiert ist, sodass durch diese Vorstellung auch kausale Zusammenhänge erfasst und/oder Begründungen vorgenommen werden können. Bei beiden Autoren ist der Bezug des Subjekts externalisiert (ein Bezugsrahmen; ein Objekt), und als solcher vom Innerlichen (organismische Aktualisierungstendenz; Lebenswille) abgehoben.

Lukits (2016, S. 68ff) ist m. E. der erste Psychotherapeut und Wissenschaftler, der die Gemeinsamkeit der beiden Systeme erkannt und diese Gemeinsamkeit auch bezüglich des Verhältnisses von prozeduraler und empathischer Psychotherapie und ebenfalls hinsichtlich des Verhältnisses von empirisch-erklärender und ganzheitlich-verstehender Wissenschaft aufgegriffen hat. Diese gemeinsame duale Grundstruktur wird indes von Schopenhauer und Rogers inhaltlich verschieden ausgestaltet:

Eine erste Differenz ist hinsichtlich des Selbst und dessen Platzierung feststellbar. Schopenhauer verwendet das Wort „selbst“ zweiseitig, wobei er das „wahre Selbst“ schließlich dem Willen zuordnet (s. 2.2). Hingegen thematisiert Rogers das Selbst vor allem, wenngleich nicht ausschließlich, in Bezug auf die Vorstellungsgestalt bzw. die Selbststruktur. Er thematisiert diesbezüglich u. a. das Selbstkonzept, das Selbstbild sowie das Selbstideal und damit auch die Selbstwertschätzung (vgl. Rogers, 1961/2006, S.136ff), um im Rahmen des Prozesskontinuums mit der therapeutisch durchgesetzten Aktualisierungstendenz schließlich das Selbst als Objekt eigentlich aufzulösen (siehe Näheres in: Klein, le Coutre, & Galliker, 2018).

Eine zweite Differenz ist bezüglich des Erfahrungskonzepts feststellbar: Nach Rogers' Verständnis der Erfahrung ist durch dieselbe auch dasjenige, „was sich innerhalb des Organismus in einem bestimmten Augenblick abspielt, [...] potentiell der Gewährwerdung zugänglich“ (1959/2009, S.27). Während Schopenhauer den Erfahrungsbegriff i. e. S. nur für die raumzeitlich strukturierte Anschauung verwendet und in diesem Bereich zudem den Begriff Vorstellung bevorzugt (s. 1.1), verwendet Rogers sein Erfahrungskonzept für beide Bereiche, wenngleich er nicht selten andere Begriffe präferiert (u. a. Erleben, Erlebnis, Gewährwerdung). Nach Schopenhauer ist „die gesamte Erfahrung *nur* Erkenntnis der Erscheinung; daher können ihre Gesetze nicht auf sein ‚Ding an sich‘ geltend gemacht werden“ (1819/1987, S. 255; Hervorhebungen von M. G.). Demgegenüber schließt Rogers Erfahrungsbegriff „Ereignisse ein, denen sich das Individuum nicht gewahr ist, *ebenso* wie Phänomene, die im Bewusstsein (consciousness) sind“ (Rogers, 1959/2009, S. 27; Hervorhebung von M. G.). Da Rogers' Begriff der Erfahrung sich auf beide Seiten des Systems erstreckt, ist – unter der Voraussetzung einer „freien Erfahrung“ – auch von

der organismischen Seite des Systems ausgehend „etwas gewahrwendend [zu] erleben“ möglich (vgl. ebd., S. 28).

Eine dritte Differenz ergibt sich bei der gewöhnlichen Einschätzung des Willens respektive der Aktualisierungstendenz. Während Schopenhauer den Willen – beispielsweise in der Ausgestaltung bestimmter Emotionen (u. a. dem Hassgefühl) – nicht zuletzt auch als *negativ* betrachtet (hierzu s. 3.2), fasst Rogers die Aktualisierungstendenz ausschließlich *positiv* auf i. S. von „Lebenssteigerung“ und „Vervollkommnung“; einem „Willen zum Guten“, was von weniger optimistisch gesinnten Therapeuten und Therapeutinnen moniert wurde (vgl. dazu u. a. Finke, 2004, S. 257). Hierbei ist allerdings zu berücksichtigen, dass Schopenhauers Wille nur in der (primär in *seiner*) Vorstellungswelt bestimmbar ist, widerspricht doch „das Erkanntwerden selbst schon dem Ansichseyn“, da „jedes Erkannte schon als solches nur Erscheinung ist“ (Schopenhauer, 1844/2005, S. 260).

3.2 Praxisvergleich

Im Zentrum von Schopenhauers Philosophie steht der Mensch als Einzelwesen, das Individuum; schon deshalb kann er als Pionier der Lebensphilosophie und schließlich auch der Humanistischen Psychologie betrachtet werden. Im Zentrum des Personenzentrierten Ansatzes Rogers' steht die Person. Ausgangs- und Endpunkt beider Autoren ist der besondere Mensch. Allerdings wird er unter weitgehender Abstraktion von dessen kulturellen, ökonomischen, gesellschaftlichen und insbesondere bei Schopenhauer sozialen Voraussetzungen betrachtet.

Etwelche gesellschaftliche oder kulturelle Defizite werden jedoch von beiden Autoren *nicht* bei den einzelnen Personen als „psychische Krankheit“ untergebracht. Personen werden nicht nach ihren Schwierigkeiten gruppiert, typisiert und je besonders etikettiert. Schopenhauer sieht sich noch nicht dazu veranlasst, den Krankheitsbegriff auf den psychischen Bereich anzuwenden, und Rogers legte in seinem grundlegenden Werk „Die nicht-direktive Beratung“ (1942/1985) ausführlich dar, warum er dies nicht mehr so tun möchte wie seine Vorgänger. Er ersetzte psychische Schwierigkeiten mit anderen Begriffen (u. a. Inkongruenz, Verletzlichkeit, Desorganisation), während bei Schopenhauer das Leiden und Mitleiden begleitend sind (s. u.).

Die wichtigste Gemeinsamkeit der beiden Autoren liegt im Primat des Lebenswillens bzw. im Primat der Aktualisierungstendenz. Diese „natürlichen Kräfte“ sind der Gestalt der Vorstellung vorrangig. Damit werden sie auch *nicht* möglichen externen „Hilfskräften“ überantwortet. Potentielle Helfer oder Helferinnen (mitunter auch professionelle) können sich indes auf die primär organismischen Tendenzen *pessimistisch* (Schopenhauer) oder *optimistisch* (Rogers) einstimmen.

Diese Differenz ist hinsichtlich des jeweiligen Praxisverständnisses von Schopenhauer und Rogers relevant.

Nach Rogers hat ausschließlich der Klient oder die Klientin den Fortgang der Beratung zu bestimmen, was indes in einer eindeutig strukturierten Beziehung bzw. in einem wohl definierten externen Rahmen geschieht (s. auch 3.1): „*Wirksame Beratung besteht aus einer eindeutig strukturierten, gewährenden Beziehung, die es dem Klienten ermöglicht, zu einem Verständnis seiner selbst in einem Ausmaß zu gelangen, das ihn befähigt, aufgrund dieser neuen Orientierung positive Schritte zu unternehmen*“ (1942/1985, S. 28). Demnach liegt der Fortschritt der Beratung (oder auch Therapie) wesentlich in der Entwicklung der Persönlichkeit des Klienten durch den Klienten. Diese immanente Entwicklung, die im Personenzentrierten Ansatz letztlich auf die Aktualisierungstendenz zurückgeführt wird, stimmt den Gesprächspsychotherapeuten zuversichtlich; dieser Entwicklung, dieser Tendenz, *vertraut* er. Beispielsweise hält sie ihn davon ab, bei einer Stagnation des therapeutischen Prozesses zu resignieren und/oder den Fortgang zu forcieren (vgl. u. a. die Stellungnahmen von Gesprächspsychotherapeuten und -therapeutinnen zur Bedeutung der Aktualisierungstendenz in: Kriz und Stumm, 2010, S. 135–150). In der Beratung sowie in der Therapie wird auf Ratschläge, Erklärungen, Interpretation, Ermahnungen und wo immer überhaupt möglich auch auf Suggestionen verzichtet. Zumindest nach dem frühen Rogers erfolgt der Fortgang der Beratung durch das „Überwiegen der Aktivität des Klienten“ sowie durch „äußerste Zurückhaltung des Beraters“ (ebd., S. 177). Indessen sorgt die von der Klientin geleitete Therapeutin für wohlthuende Bedingungen (i. S. v. therapeutischen Rahmenbedingungen) und referiert den persönlichen Bezugsrahmen der Klientin (s. 2.1).

Zu Schopenhauers Praxisbezug: Der Wille wird von Schopenhauer – wie später von Freud das „Unbewusste“ – mit einem unbändigen Pferd verglichen. Ihm können vernünftigerweise Zügel angelegt werden: „Denn was, für ein unbändiges Roß, Zügel und Gebiss ist, das ist für den Willen im Menschen der Intellekt: an diesem Zügel muß er gelenkt werden, mittels Belehrung, Ermahnung, Bildung u.s.w.“ (1844/2005, S. 279). Doch Schopenhauer erachtet diese „Führung“ ähnlich wie Rogers *nicht* als ergiebig: „Zu glauben, dass die Erkenntnis wirklich und von Grund aus den *Willen* bestimme, ist, wie glauben, daß die Laterne, die Einer bei Nacht trägt, das *primum mobile* seiner Schritte sei“ (Schopenhauer, 1844/2005, S. 293). Der Intellekt, dem sich mit seiner äußeren Anschauung gegebenenfalls auch das Medium der Motive für die Erscheinung des Willens verdeutlichen kann, vermag den Willen nicht zu bestimmen; bestenfalls kann derselbe durch den Intellekt konturiert und gemäßigt werden.

Nach Schopenhauer (1844/2005, S. 743) ist der stets strebsame, rastlose Wille *niemals* zu befriedigen: „Keine auf der

Welt mögliche Befriedigung könnte hinreichen, sein Verlangen zu stillen, seinem Begehren ein endliches Ziel zu setzen und den bodenlosen Abgrund seines Herzens auszufüllen.“ Wenn die einen Menschen etwas genießen, müssen die anderen oft unmittelbar oder allenfalls mittelbar darunter leiden. Auf den ersten Blick Positives im Leben erweist sich schon aus zeitlichen Gründen mit dem Vergehen allen Glücks als Illusion. Wenn eine Person Bindungen hat, leidet sie umso mehr, wenn sie dieser Bindungen beraubt wird. Tiefe Bindungen machen nur das Sterben schmerzlicher – so jedenfalls Schopenhauer. Der Mensch erreiche selten das Glück und wenn doch, nur, um früher oder später wieder enttäuscht zu werden. Der Wille ist ein Streben, das sich stets selbst vereiteln muss. Leben wird mit Leiden gleichgesetzt (vgl. u. a. Schopenhauer, 1819/1987, S. 469).

Wenn das Leben ein endloser Zyklus des Willens, der Befriedigung, Unbefriedigtheit (Langeweile, Frustration usw.) und wieder des Willens ist, sind wir dazu verurteilt, uns endlos auf dem Rad des Willens zu drehen. Nach Schopenhauer gilt es, von diesem Rad abzuspringen. Die Frage ist nur, wie?

Durch unser gemeinsames Leiden sind wir Menschen unerbittlich miteinander verbunden, wir sind *Leidensgenossen*. Doch bedeutet Leiden auch Mitleiden? Ist ein Leiden, das einen selbst nicht trifft, ebenso unmittelbar zugänglich wie das eigene Leiden? Ein Mensch verspürt Mitleid mit einem anderen Menschen, wenn er sich mit diesem identifiziert, sodass – wenigstens für einen Augenblick – die Schranke zwischen Ich und Nicht-Ich aufgehoben wird und sich „reine Liebe“ (caritas) ergibt, die nach Schopenhauer „ihrer Natur nach Mitleid ist“ (u. a. ebd., S. 526).

Schopenhauer zufolge muss man sich der Lebenskraft bewusst werden, die überall in der Natur existiert, sich in ihr durchsetzt (s. 1.2), und sich auch im Sein jedes Menschen *individuell* manifestiert, um wirklich Mitleid empfinden zu können. Wenn eine Person am Leiden anderer so viel Anteil wie an seinem eigenen nimmt (oder wirklich nehmen kann), ist sie nicht nur hilfreich, sondern spürt auch in anderen Personen *ihr inneres Selbst*. Es ist aber dadurch nicht mehr nur das Leiden einer anderen Person, das sie anschaut, sondern da sie das *principium individuationis* durchschaut (s. 1.1), liegt ihr alles gleich nahe. Für Schopenhauer bedeutet dies, dass ein solcher Mensch schließlich für Trost nicht mehr empfänglich ist. „Der Wille wendet sich nunmehr vom Leben ab; ihm schaudert jetzt vor dessen Genüssen, in denen er die Bejahung desselben erkennt. Der Mensch gelangt zu einem Zustand der freiwilligen Entsagung, der Resignation, der wahren Gelassenheit und gänzlichen Willenslosigkeit“ (ebd., S. 531). Schopenhauers Meinung nach kann der Wille durch die Askese negiert werden. Bei seiner Verneinung des Willens zum Leben bezieht sich Schopenhauer auch auf den Buddhismus. Die Askese führt zur Gelassenheit

des Menschen und zu seiner Erlösung von der Welt (vgl. Schopenhauer, 1844/2005, S. 787ff).

Zeitlebens ignorierte Schopenhauer nicht nur die historischen Voraussetzungen gesellschaftlicher Verhältnisse und kultureller Phänomene (z. B. auch des Buddhismus), sondern ebenfalls die interindividuelle Interaktion soweit sie über das Mitleiden hinausgeht. Demgegenüber hat Rogers zumindest der zwischenmenschlichen Beziehung große Bedeutung beigemessen. Zwar verstand er ursprünglich die therapeutische Beziehung noch ausschließlich als Alter-Ego-Beziehung, bei welcher der Therapeut sein eigenes Ego beiseitestellt und in der Rolle des Gegenübers aufgeht (vgl. u. a. Rogers, 1951/1983), doch betonte er zunehmend die Relevanz der realen Begegnung von „Person zu Person“, allerdings ohne dabei definitiv „das Konzept der Alter-Ego-Beziehung aufzugeben“ (vgl. u. a. Finke, 1999, S. 111). Insbesondere nach Rogers' Auseinandersetzung mit Martin Buber im Jahre 1957, die oft als Wende in seiner therapeutischen Arbeit betrachtet wird (vgl. u. a. Beck, 1991, S. 82), veränderte sich sein Verständnis der Beziehung grundlegend, indes konnte er seine „monologische Entelechie“ nicht im Sinne der „dialogischen Polarität“ Bubers gänzlich verabschieden (vgl. Wenck, 2008, S. 2000).

Nach Rogers schließen sich Personenzentriertheit und dialogisches Verhalten *nicht* aus. Es stellt sich die Frage, ob sich das sogenannte Selbst in erster Linie durch die Aktualisierungstendenz oder eo ipso durch die Beziehungserfahrungen der Person entwickelt. Zur Beantwortung dieser Frage wird noch ein anderer Exponent der Humanistischen Psychologie und Psychotherapie zu Wort kommen, Eugene Gendlin, der 1951 an Rogers' Counseling Center (Universität Chicago) kam, wo er in der ersten Zeit Klient und Student und später auch Mitarbeiter (Therapeut und Forscher) war. War es Gendlin vorbehalten, das Problem des komplizierten Verhältnisses von Organismus und Interaktion zu lösen?

4. Gendlin

Gendlin wies hinsichtlich seines Schaffens ausdrücklich auf die Relevanz Diltheys hin: „Vieles habe ich bei Wilhelm Dilthey gefunden“ (vgl. Wiltschko, 2008, S. 150). Zu den relevanten Fundstellen von Gendlins Konzepten bei Dilthey gehören Begriffe wie Kreuzen und Fortgang, Fortschreiten bzw. Vorantragen (vgl. u. a. Dilthey, 1910/1965, S. 156ff). Nach Dilthey vermag kein Mensch aus seiner Kultur, Gesellschaft, Familie usw. herauszutreten. Das sind alles persönliche Bezüge, die sich in seinem Organismus *kreuzen*. Der Mensch kann sich so seines Strukturzusammenhangs *innwerden* (vgl. u. a. ebd., S. 195). Dilthey sah sich in der Nähe Schopenhauers, versuchte indes dessen „Paradox“ der Wirklichkeitsstruktur zu überwinden (vgl. Rodi,

2016, S. 56). Der Organismus, das Leibliche, mithin der Lebensprozess, ist nach wie vor von zentraler Relevanz für Gendlin, nicht aber Rogers „Aktualisierungstendenz“, zumindest nicht in einem ausdrücklichen Sinne.

4.1 Theoretische Grundlegung

In seinem theoretischen Hauptwerk *Ein Prozess-Modell* geht Gendlin (1997/2016) von der Interaktion aus (vgl. ebd., S. 51ff). Die Interaktion ist Gendlins wichtigster Grundsatz (vergleichbar mit einem Axiom). Gendlin nennt sein Konzept „*Interaction first*“ (vgl. u. a. ebd., S. 92). Nach dem Autor ist der Lebensprozess eine beständige Leib-Umwelt-Interaktion. Sie schließt die jeweilige Person-Person-Interaktion ein. Letzteres wird allerdings nicht besonders hervorgehoben. Leben und Umwelt beginnen als ein System. Erst viel später in unserer phylo- und ontogenetischen Entwicklung haben wir die Macht, Leben und Umwelt, Innen und Außen zu spalten.

Gendlin zufolge werden mit der Interaktion jeweils neue Erfahrungen vom Organismus einbezogen, wodurch sich das schon früher Integrierte verändert, bevor es weitergehend aufgefächert und ausgebreitet wird. Gendlins Prozess ist ein sich selbst generierender Lebensprozess, der im Wesentlichen darin besteht, dass sich die Person *in* etwas Gegebenes hineinbegibt; i. d. R. in etwas bereits interaktiv Involviertes, wodurch sich etwas Weiteres ereignet, das weitergehend wiederum ausgedrückt wird. So impliziert Hunger Nahrungsaufnahme, nachher auch die Verdauung, zu der u. a. die Ausscheidung gehört, um nach einer Weile der Ruhe im Weiteren durch neue Aktivitäten wieder hungrig zu werden (vgl. Gendlin, 1997/2016, S. 58). Hierauf erfolgt wiederum ein neues Implizieren. „Jedes Geschehen geschieht in das letzte Implizieren *hinein* und verändert es“ (ebd., S. 171). Das Geschehen vorantragen geschieht immer wieder durch neue Zyklen. Nach Gendlin handelt es sich um Funktionskreise. Bei Schopenhauer war – zumindest in diesem inhaltlichen Sinne – von einer Kreisbewegung noch keine Rede; allenfalls könnte diese Bewegung als „Umkippen“ verstanden werden (s. 1.3). Die Strukturen der Vorstellung und des Dings an sich (respektive des Lebenswillens) sind bei ihm in einem therapeutischen Sinne nicht vermittelbar (s. 3.2).

Ein sich vorantragendes Geschehen ist eine Explikation, die jedoch nicht als einfache Repräsentation verstanden werden kann, sondern selbst jeweils ein weiterer Prozess ist. Nach Gendlin bedeutet das Explizieren u. a. auch, dass es *mehr* und auch *anderes* umfasst als das Geschehen, in dem das jetzt Explizierte vorgängig noch implizit war. „Keine Explikation ist je äquivalent mit dem (...), was sie expliziert“ (ebd., S. 57). Was sich gleichbleibt, kann nicht abgesondert von dem betrachtet werden, was sich verändert, und vice versa. Das Explizieren trägt das Implizieren, natürlich immer auch das neuerliche,

mit sich voran; das heißt, der Prozess setzt sich stets weiter fort. Man kann nicht den Eindruck gewinnen, dass Gendlin auf etwas schon vorgängig Gegebenes oder (Weiter-)Bestehendes rekurriert, so wie dies zuweilen bei Rogers der Fall zu sein scheint (beispielsweise i. S. der Verbalisierung emotionaler Erlebnisinhalte).

Das Erleben eines Menschen als ein Strom vielfältig miteinander interagierender Momente bleibt in seinem Fluss immer mit der Welt verbunden, zu welcher sowohl externe Aspekte als auch „Vorstellungen, ‚interne Gegenstände‘“ gehören, welche die Person vor sich hinstellt, „um sie wahrzunehmen“ (ebd., S. 118). Die Vorstellung wird also nicht jenseits des Leiblichen angesetzt wie bei Schopenhauer und auch – wenn gleich viel weniger ausgeprägt – bei Rogers (s. 1.1 u. 2.1). Im Kontext des Prozessmodells wird die Vorstellung auch nicht jenseits der Körper-Umwelt-Interaktion betrachtet. Dementsprechend wird sie nun als „interaktionelle reale Vorstellung“ begriffen (vgl. 1997/2016, S. 245). In diesem Prozess werden ausschließlich Ereignisse entfaltet (occurring) und (wiederum) eingefaltet (implying).

In aller Kürze ausgedrückt, würde dies in methodologischer Hinsicht eine beidseitig offene Vorgehensweise bedeuten – introspektiv *und* extrospektiv.

Nach Gendlin gibt es keinen abgeschlossenen „Innenraum“, der einem „Außenraum“ gegenübergestellt ist, so wie dies insbesondere bei Schopenhauer der Fall ist. Der Erlebensprozess kann nicht nur von innen heraus, sondern zugleich auch objektivierend wahrgenommen werden. Gendlin zufolge ist das Innere der „Innenraum“ desjenigen, in das sich die Person hineinbegibt, nicht ein innerer Raum der Person selbst, um im Bild zu bleiben.

4.2 Focusing

Nur wenn nicht berücksichtigt wird, dass Gendlins Focusing auch Moment seiner Theorie ist, kann sich die Frage stellen, ob „Focusing und Interaktion nicht zwei verschiedene Dinge sind“ (Korbei, 2017, S. 95). Allerdings wird dabei übersehen, dass die spezifisch *zwischenmenschliche* Interaktion von Gendlin in seiner Theorie *nicht* eingehend berücksichtigt worden ist. Rogers ist in *dieser* Beziehung sicherlich weitergegangen, m. E. praktisch sowie theoretisch, auch wenn er die Interaktion nicht axiomatisiert hat (s. 2.2).

Zu Beginn des Focusing-Prozesses beinhaltet das Erleben nur undeutlich wahrnehmbare Empfindungen. Vorerst können diese leiblichen Befindlichkeiten im Unterschied zu den expliziten Erlebnisinhalten noch nicht benannt und ausgedrückt werden. Zunächst ist nur ein diffuses „Etwas“ (*felt sense*) in einem bestimmten Bereich des Leibes spürbar. Es ist insgesamt noch nichts anderes als eine Konstellation von Empfindungen,

wie etwa etwas Schweres, Klebriges, Nervöses, Flatterndes (vgl. Gendlin, 1986/1998, S. 56). Demnach ist dieses „Etwas“ an sich noch keine eigentliche Emotion im Sinne von Freude, Traurigkeit, Furcht, Scham usw.

Dieses „Etwas“ enthält aber die empfindungsmäßigen Konstituenten der Emotionen, mithin auch vage *implizite* Stimmungen und mit ihnen auch noch anderes Leibliches von Relevanz, das jeweils zugleich über die Welt ist (s. 4.1), das ursprünglich noch nicht oder nur andeutungsweise zugänglich ist. Der Klient ist aufgefordert, diesem „Etwas“ (z. B. einem Druck auf der Brust) eine Stimme zu geben, so dass die Konnotationen, die sich in diesem Druck kreuzen und komprimieren, bedeutsam werden. Was mit und in dem „Etwas“ zum Vorschein kommt, ist eine ganzheitliche, facettenreiche Struktur, zu der auch die Klientin gehört, die sie fokussiert und sich in sie wiederum hineinbegibt. Der felt sense impliziert diverse Verbindungen mit der Welt. Auch wenn Focusing manchmal den gegenteiligen Eindruck erwecken mag: Thematisiert wird die persönliche Welt des Klienten (etwa seine Arbeitsüberlastung in seiner Firma), und nicht nur seine besondere, rein privat aufgefasste „eigene Innenwelt“ (den Stress isoliert vom Arbeitsplatz). Focusing ist letztlich *kein* intrapsychischer Prozess, eher ein leibliches Durchdringen der persönlichen (Außen-)Welt; ja es wurde die Meinung vertreten, dass es beim Focusing so etwas wie einen (rein) intrapsychischen Prozess gar nicht gibt (vgl. Korbei, 2017, S. 95).

Der felt sense ist mehr als das, was vorgängig schon gewusst wurde (z. B. hinsichtlich eines Problems). Er ist die Quelle für weiterführende Schritte des Fühlens, besteht er doch ursprünglich aus implizierten Bedeutungen, die unter der Voraussetzung eines „achtsamen Verweilens“ als nun explizite Bedeutungen ausgefaltet bzw. mittels Sprache ausgedrückt werden können. Mit der Zeit steigen aus dem körpernahen, empfindungsmäßigen „Etwas“ Bilder, Symbole oder Worte auf (vgl. u. a. Gendlin, 1978/1981, S. 136). Die Klientin kann sich vor diesem Hintergrund in einer Therapie zwischen den sich herausbildenden Bedeutungen und den sich (u. U. neu) bildenden Gefühlen orientieren und versuchen, ihre Symbole und ihre Emotionen aufeinander abzustimmen. Sie prüft (meistens mehrmals), ob sie (schon) eine „vollkommene Übereinstimmung“ erreicht hat (vgl. ebd.). Gerät der symbolisch in den Focus genommene felt sense i. d. S. in Bewegung, resultiert hieraus, wenn derselbe und ein Symbol schließlich zusammenfallen, ein felt shift; nicht selten i. S. eines Aha-Erlebnisses (d. h. das Symbol ist nun „stimmig“). Mit dem felt shift wird etwas auf den Begriff gebracht und zugleich weitergeführt. Er kann als weiterführende Explikation von Implizitem in neuer Gestalt verstanden werden. Dieser Prozess erfolgt sicherlich auch in der Gesprächspsychotherapie Rogers', doch wurde er von Rogers nicht weitergehend theoretisch behandelt und analysiert.

4.3 Synthese

Gendlin (2008) zufolge ist die „Situation“ etwas, das *nicht* in Äußeres und Inneres gespalten werden kann (s. 4.2). Das Erleben wirkt auf die Situation *und* die Situation auf das Erleben. Zur Situation gehören auch Vorstellungen, interne Gegenstände, die man vor sich hinstellen kann, um sie wahrzunehmen (wenigstens in dieser Beziehung letztlich durchaus auch i. S. von Schopenhauer). „Ebenso wie ‚äußere‘ Gegenstände wirken sie auf mein Erleben ein: Sie rufen eine innere *Resonanz* hervor, auf die ich mich unmittelbar beziehen kann“ (Wiltschko, 2009, S. 118). Die Resonanz besteht aus Erlebnisaspekten, die von der Klientin ausdrückbar und benennbar sind. Dabei fungiert das Focusing insbesondere mit dem felt sense als *Übergang* vom körperlichen Bereich in einen bedeutsamen und damit schon eigentlich kulturellen Bereich. Allerdings kann der felt sense nicht direkt in bestimmte Bilder, Symbole oder Worte „übersetzt“ werden. Es geht darum, zu *warten*, bis sich aus ihm heraus mit der Zeit ohne eigenes Zutun der Person Vorstellungen und schließlich Worte der Person einstellen.

Demnach sind bei Gendlin die dualen Strukturen theoretisch und praktisch nicht getrennt voneinander, sondern miteinander verbunden und zwar in erster Linie wie bei Rogers von Seiten des Organismischen in Richtung bewusster Wahrnehmung. Bei Rogers ist die Selbstaktualisierungstendenz – zumindest in ihrem Ursprung – ein Implikat der Aktualisierungstendenz (vgl. u. a. Rogers, 1959/2009, S. 27). Demgegenüber kann es sich bei Gendlin nicht um eine einseitige Durchlässigkeit wie in Rogers „Theory of Therapy“ (auch wenn in dieser zuweilen auf das Umfeld hingewiesen wird; vgl. u. a. ebd., S. 26), sondern um einen *wechselseitigen* Prozess, in dem der felt sense als eine Art Scharnier figuriert zwischen dem auf der einen Seite noch primär Somatischen und auf der anderen Seite noch primär Psychischen, das kulturell, gesellschaftlich und sozial bedingt ist; eine Differenz, die im Prozess verfeinert und schließlich aufgehoben wird.

In diesem Prozess kommt semantischen Leerstellen des Körpers (insb. Symptomen) *Bedeutung* zu. Wenn man sagt: „plötzlich spricht der Körper“ (respektive eine Stelle desselben), muss ursprünglich noch eine Trennung bestanden haben, die nun aufgehoben wird durch Bedeutungen, die als solche einen überindividuellen Charakter haben. Die Auflösung des Problems erfolgt also mit dessen Bedeutung; das Symptom an sich (z. B. ein Druck) war nur der Bote, welcher bekundete, was (teilweise) schon implizit vorgegeben war (z. B. als ängstliche Stimmung) und sich nun detailgenau ausgestalten kann.

Gendlins Ansatz kann in Theorie *und* Praxis als eine auf die Psychotherapie oder auch auf bestimmte Alltagssituationen bezogene *Synthese* der beiden Seiten jener dualen Wirklichkeitsauffassung verstanden werden, die Schopenhauer bei der

Entwicklung seines Systems zum Ausdruck gebracht und die Rogers bei der Entwicklung seiner Theorie von sich aus reproduziert hat. Während in Schopenhauers Theorie der Gegensatz zwischen Psyche und Soma zwar nur durchscheint, aber als solcher bestehen bleibt, wird er von Rogers nivelliert und schließlich von Gendlin aufgehoben. Nach Gendlin ist das leibliche Wohlbefinden mit dem gesellschaftlichen und psychischen an und für sich vereinigt; unter bestimmten Voraussetzungen kann es jedoch zu einer Trennung kommen, was Leid bedeutet. Indessen kann die Trennung im Sinne Gendlins auch therapeutisch aufgehoben werden.

Schlussbemerkungen

Ein humanistisches Verständnis von Philosophie und Wissenschaft geht von der Einheit von Theorie und Praxis aus. Gerade im psychotherapeutischen Bereich entsteht eine sinnvolle Theorie aus reflektierter Praxis, so gut wie eine wirksame Praxis eine brauchbare Theorie und ein Verständnis derselben voraussetzt.

Mit der Formierung der menschlichen Wirklichkeit durch Schopenhauer, Rogers und Gendlin wird die Bedeutung des spontan Organismischen in der Therapie begründet. Allerdings konnte die theoretische Arbeit dieser drei Autoren hier noch nicht in einen empirischen Bereich falsifizierbarer Hypothesen weitergeführt werden. Letzteres wäre jedoch gerade auch in praktischer Hinsicht von nicht zu unterschätzender Bedeutung. Leider gibt es nicht nur bei anderen therapeutischen Verfahren, sondern ebenfalls im Bereich der Humanistischen Psychotherapie und des Personzentrierten Ansatzes Tendenzen, die eher von der einheitlichen Person- und Organismuszentriertheit wegführen und sich wieder mehr dem zuwenden, wogegen Rogers angetreten ist, nämlich gegen die Verfügbarmachung und Instrumentalisierung der Klientinnen und Klienten.

Natürlich bestehen zwischen Schopenhauer, Rogers und Gendlin erhebliche Unterschiede, von denen hier nur die Differenzen im Übergang vom Organischen zum Begrifflichen wenigstens angedeutet werden können. Während Schopenhauer an diesem Wendepunkt eine „Entweder-Oder-Logik“ vertritt, sehen Rogers und Gendlin in der Therapie einen kontinuierlichen Übergang, wobei Gendlin denselben mehr wechselseitig auffasst als Rogers und dies mit dem Focusing nicht nur praktisch veranschaulichen, sondern in seinem Prozessmodell auch theoretisch begründen kann. Bei Gendlin ist die Entwicklung der Persönlichkeit *nicht* insbesondere durch die Aktualisierungstendenz vorprogrammiert, sondern diese Entwicklung wird durch die Auseinandersetzung mit ihrer gesellschaftlichen, kulturellen und natürlichen Umwelt beständig wiederum weiter entfaltet. Beim Focusing versenkt sich die Klientin nicht einfach in den eigenen Körper, der stillschweigend von

allem Übrigen als isolierter aufgefasst wird, denn dies würde den therapeutischen Prozess blockieren anstatt ihn weiter voranzutragen, wie in der Supervision nicht selten deutlich wird.

Der Personzentrierte Ansatz müsste m.E. im Dienst der Praxis i. S. der besonderen Errungenschaften Gendlins weitergehend elaboriert werden. Dieses Unterfangen wäre auch hinsichtlich der Therapieforschung von Bedeutung, die bisher einen fast vollständig empiristischen Charakter hatte und – rein wissenschaftstheoretisch betrachtet – wenig erbrachte. Ohne ergiebige Theorie können in diesem nicht zuletzt auch praktisch und sozialpolitisch relevanten Bereich kaum Fortschritte erzielt werden. Es ist kein Geheimnis, dass in diesem Teilgebiet der Klinischen Psychologie bisher die grundlegenden methodologischen Standards *nicht* eingehalten werden konnten (vgl. u. a. Galliker & Klein, 2018).

Gendlin vertritt methodologisch betrachtet einen hermeneutisch-phänomenologischen Ansatz, der sowohl in theoretischer als auch in praktischer Hinsicht vielversprechend ist. Damit ergibt sich auch ein wichtiger Bezug zur Psychoanalyse, was sich bei der zu erwartenden Vereinheitlichung der therapeutischen Richtungen als relevant erweisen könnte. Zwar hat Freud einiges von Schopenhauer assimiliert, indes dessen System nicht berücksichtigt. Freud versuchte es mit einem eigenen System. Dieses erwies sich jedoch als inkonsistent. Im Verlaufe seines Lebens sah sich Freud immer wieder dazu veranlasst, sein System zu revidieren (vgl. u. a. Gay, 1987/1989), während Schopenhauer und im Wesentlichen auch Rogers zeitlebens an ihrem System festhielten. Erst Gendlin gelangte, so gesehen, zu einem qualitativ neuen theoretischen Verständnis menschlicher Wirklichkeit.

Literatur

- Abendroth, W. (1967/1982). *Schopenhauer*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Beck, H. (1991). *Buber und Rogers. Das Dialogische und das Gespräch*. Heidelberg: Asanger.
- Buber, M. (1923/1984). Ich und Du. In M. Buber, *Das Dialogische Prinzip* (S. 7–121). Heidelberg: Verlag Lambert Schneider.
- Crisp, R. (2018). Rogers and Goldstein redux: the actualizing person responding to trauma and loss. *Person-centered & Experiential Psychotherapies*, 17, 70–85.
- Dilthey, W. (1910/1965). *Der Aufbau der geschichtlichen Welt in den Geisteswissenschaften*. Ges. Schr. VII (S. 79–188). Stuttgart: Teubner Verlagsgesellschaft.
- Finke, J. (1999). *Beziehung und Intervention. Interaktionsmuster, Behandlungskonzepte und Gesprächstechnik in der Psychotherapie*. Stuttgart: Thieme.
- Finke, J. (2004). Der Wille in der Gesprächspsychotherapie. In H. G. Petzold & J. Sieper (Hrsg.), *Der Wille in der Psychotherapie. Band 1: Tiefenpsychologische und humanistische Verfahren*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

- Galliker, M. & Klein, M. (2018). Auf der Suche nach der verlorenen Zukunft – Ist Rogers' Gesprächspsychotherapie antiquiert oder die Therapieforschung ihr inadäquat? *PERSON*, 22 (1), 55–64.
- Gay, P. (1987/1989). *Freud. Eine Biografie für unsere Zeit*. Frankfurt/M.: Fischer.
- Gendlin, E. T. (1978/1981). *Focusing*. Salzburg: Otto Müller.
- Gendlin, E. T. (1986/1998). *Dein Körper – Dein Traumdeuter*. Salzburg: Otto Müller.
- Gendlin, E. T. (1997/2016). *Ein Prozess-Modell*. Freiburg i. Br.: Karl Alber.
- Goldstein, K. (1939/1995). *The organism*. New York: Zone Books.
- Kant, I. (1781/2003). *Kritik der reinen Vernunft*. Stuttgart: Reclam.
- Klein, M., le Coutre, Ch. & Galliker, M. (2018). Aktualisierungstendenz oder Interaktion zuerst? Zur Kontroverse dialogisches versus monologisches Selbst. *PERSON*, 22 (1), 47–54.
- Korbei, L. (2017). Focusing in der Beziehung. Ein Vermächtnis Eugene T. Gendlin's. *PERSON*, 21 (2), 95–97.
- Kriz, J. & Stumm, G. (2003). Aktualisierungstendenz. In G. Stumm, J. Wiltchko & W. W. Keil (Hrsg.), *Grundbegriffe der Personzentrierten und Focusing-orientierten Psychotherapie und Beratung* (S.18–21). Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Kriz, J. & Stumm, G. (Hrsg.) (2010). *Die Aktualisierungstendenz im Brennpunkt*. *PERSON*, 14 (2), 135–150.
- Lukits, G. (2016). Empathie und Empirie: Rogers' Verstehenszugänge und ihre Voraussetzungen in der Erkenntnistheorie Schopenhauers. Ein philosophischer Anstoß. *PERSON*, 20 (1), 63–71.
- Rodi, F. (2016). *Diltheys Philosophie des Lebenszusammenhangs. Strukturtheorie – Hermeneutik – Anthropologie*. Freiburg/München: Karl Alber.
- Rogers, C. R. (1942a/1985). *Die nicht-direktive Beratung*. Frankfurt/M.: Fischer. (Orig. ersch. 1942: *Counseling and Psychotherapy. Newer Concepts in Practice*. Boston: Houghton Mifflin.)
- Rogers, C. R. (1951a/1983). *Die Klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie*. Frankfurt/M.: Fischer. (Orig. ersch. 1951: *Client-centered therapy. Its current practice, implications, and theory*. Boston: Houghton Mifflin.)
- Rogers, C. R. (1959a/2009). *Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehung*. München: Reinhardt. (Orig. ersch. 1959: *A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework*. In S. Koch (ed.), *Psychology. A study of science. Vol. III: Formulations of the person and the social context*. S.184–256. New York: McGraw Hill.)
- Rogers, C. R. (1961a/2006). *Entwicklung der Persönlichkeit. Psychotherapie aus der Sicht eines Therapeuten*. Stuttgart: Klett-Cotta. (Orig. ersch. 1961: *On becoming a person. A therapist's view of psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.)
- Rogers, C. R. (1977b/1988). *Therapeut und Klient. Grundlagen der Gesprächspsychotherapie*. Frankfurt/M.: Fischer.
- Schopenhauer, A. (1813/2016). *Über die vierfache Wurzel des Satzes vom zureichenden Grunde*. Berlin: Hoffenberg.
- Schopenhauer, A. (1819/1987). *Die Welt als Wille und Vorstellung*. Band I. Stuttgart: Reclam.
- Schopenhauer, A. (1844/2005). *Die Welt als Wille und Vorstellung*. Band II. Stuttgart: Reclam.
- Wenck, M. (2008). *Heilung durch Begegnung? Martin Buber und Carl Rogers im Dialog*. Saarbrücken: Verlag Dr. Müller.
- Wiltchko, J. (Hrsg.) (2008). *Focusing und Philosophie. Eugene T. Gendlin über die Praxis körperbezogenen Philosophierens*. Wien: Facultas.
- Wiltchko, J. (2009). Focusing. In G. Stumm, J. Wiltchko & W. W. Keil (Hrsg.), *Grundbegriffe der Personzentrierten und Focusing-orientierten Psychotherapie und Beratung* (S.117–120). Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.