

Gefangene des Selbst?

Über Möglichkeit und Spielraum der Freiheit im Kontext der Persönlichkeitstheorie von Carl R. Rogers

Gerhard Lukits
Linz, Österreich

Im vorliegenden diskursiven Gedankengang versucht der Autor, die personenzentrierte Persönlichkeitstheorie auf die Möglichkeit existenzieller Freiheit zu befragen, also auf die Möglichkeit, in bewusster, autonomer Entscheidung Haltungen einzunehmen und zu handeln. Grundsätzlich hat Rogers den Personenzentrierten Ansatz, gegen behavioristisch-mechanistische Annahmen seiner Zeit, als emanzipativen, an der Freiheit des Individuums orientierten Ansatz begründet. Dabei bewegt sich Rogers vorwiegend auf der Ebene der Philosophie mit ihren gesellschaftspolitischen Implikationen. Inwiefern hält aber auch seine wissenschaftliche Theorie diesem mit Engagement verfolgten Anliegen stand? Den Angelpunkt für eine Antwort darauf sieht der Autor in der Frage, wie sehr eine Person durch ihre Erfahrungen, vor allem durch ihre wichtigen Beziehungserfahrungen determiniert ist, die sich bei Rogers im Selbst(konzept) abbilden. Dementsprechend wird im Artikel erörtert, in welchem Zusammenhang das Selbst mit der Entscheidungsfindung beim Menschen steht, inwiefern es sein Handeln genau bestimmt oder gar automatisiert. Bei genauerer Hinsicht zeigt sich nach der Auffassung des Autors, dass Rogers diesbezüglich eine konsistente Linie verfolgt: Das Selbst „tut selbst nichts“ (s. u.). Sein nur mittelbarer Einfluss liegt demnach darin, dass es als Erscheinungsform und „sensibles Projekt“ der Aktualisierungstendenz unter dem besonderen Schutz des Organismus steht. Dieser wägt in einer solchen Sichtweise situativ und gesamtheitlich ab, in welcher Weise je nach Interessenlage welche vorhandenen Strukturen zu schützen sind, eine Abwägung, in der er grundsätzlich flexibel ist. Dieser Spielraum des Organismus, in welchem Ausmaß er Erfahrungen zur Symbolisierung im Bewusstsein freigibt, ist demgemäß die Voraussetzung von Freiheit – verwirklicht wird sie auf der Ebene des Bewusstseins in der bejahenden Teilnahme am Prozess der organismischen Erfahrung.

Schlüsselwörter: Freiheit, Persönlichkeitstheorie, Organismus, Erfahrung, Symbolisierung, Erleben, Abwehr, Selbstkonzept, Bewusstsein, Selbst(konzept)

Imprisoned by the self? About possibilities and leeway of freedom in the context of Carl Rogers' personality theory. In the article at hand the author tries to query the person-centered personality theory about the possibility of existential freedom, i.e. the potential to resume an attitude and to act in a conscious and autonomous manner. Rogers founded the person-centered approach as an emancipatory approach based on the individual's freedom and as a counterpart to the behavioristic-mechanical ideas of his time. Hence, he mostly stays on a philosophical level with all its sociopolitical implications. To what extent does his scientific theory live up to its own committed concern? For the author, the pivot for an answer to this question is the question “to what extent is a person predetermined by their experiences, especially their important relationship-experiences?”, which for Rogers is represented in the self(-concept). Therefore the article dwells on the correlation between the self and human decision making, and in what way the self dictates action or even automatizes the latter. Upon closer look Rogers shows consistency in this regard: the self does not act independently. Thus, its indirect influence is as a manifestation, and a “sensitive project” under special protection of the organism. The organism considers its options in a situational and holistic manner, depending on current interests, and comes to a decision about which structures need protection. In this process of consideration it is flexible. This flexibility of the organism, and to what extent it makes previous experiences accessible for symbolization in the conscious, is hence the prerequisite for freedom — realized on the level of consciousness through affirmative participation in the process of the organismic experience.

Keywords: freedom, personality theory, organism, experience, symbolization, defense, self-concept, consciousness, self(-concept)

Gerhard Lukits, Mag., geboren 1967 im oberösterreichischen Kremstal, ist von seiner Grundausbildung her Philologe. Er lebt und arbeitet (als Psychotherapeut in freier Praxis, als Lehrtherapeut und Ausbilder der

ÖGWG) in Linz. Kontakt: Mag. Gerhard Lukits, Bockgasse 21, 4020 Linz, Österreich; gerhard.lukits@liwest.at

*Ich habe mir ein paar
philosophische Eindrücke vom Leben gebildet
und von dem Ziel, dem ein Mensch
zustrebt, wenn er frei ist*

Carl R. Rogers, *Entwicklung der Persönlichkeit*, S. 163

Voraussetzungen und Fragestellung: Ist der Mensch eine Maschine?

Vor dem Bewusstsein des Menschen liegen nicht nur beträchtliche Weiten, sondern auch die vielfältigen Dimensionen seiner Existenz. Bei aller Komplexität und Vielschichtigkeit der menschlichen Wirklichkeit lassen sich jedoch aus Rogers' Theorie zwei mögliche Grundausrichtungen im Prozess des Wahrnehmens ableiten, die prinzipiell immer beide vorhanden sind und einander bedingen (vgl. Lukits, 2016): Eine Person kann überwiegend auf die Erhaltung ihrer Vorstellungen über sich und die Wirklichkeit ausgerichtet sein. Sie ordnet die gegenwärtige Erfahrung in Konstrukte und Bewertungsschemata ein, die sich aus vergangenen Erlebnissen heraus zu einem Selbstkonzept zusammengefügt haben. Insofern eine Person, aus welchen Gründen auch immer, weitgehend an dessen Erhaltung orientiert ist, bleibt sie der Lebendigkeit, die in der gegenwärtigen Situation liegt, weitgehend verschlossen. Sie bewegt sich in nahezu vollständiger Abhängigkeit von der ehemaligen Beziehungsgeschichte, die ihr Selbstkonzept so unabdinglich geprägt hat (vgl. die Darstellung der ersten Stufen im Prozesskontinuum bei Rogers, 1983, S. 34).

Insofern das Bewusstsein eines Menschen hingegen für sein unmittelbares organismisches Erleben offener ist oder wird (vgl. Rogers, 1983, S. 35–40), es also symbolisch deutlicher repräsentiert (vgl. Rogers, 1959/1987, S. 24), erscheint die Welt für ihn in einem anderen, realistischerem Licht: Die Wirklichkeit bringt sich aufgrund der ihr innewohnenden formativen Tendenz jeden Augenblick neu hervor und entwickelt sich unabsehbar, aber folgerichtig und konstruktiv weiter. Davon kann er sich als Individuum weitertragen lassen, indem er in adäquater Antwort darauf, im Vertrauen auf seine grundlegend positive Natur und seine Aktualisierungstendenz, seinen eigenen Impulsen folgt. Auf dieser Ebene erscheint jede Situation offen, und er selbst in ihr frei: „Folglich käme ein solcher Mensch zu der Erkenntnis: ‚Was ich im nächsten Augenblick sein werde, und was ich tun werde, wächst aus diesem Augenblick, und kann weder von mir noch von anderen vorausgesagt werden. Oft genug erleben wir, dass Klienten genau solche Gefühle äußern. Das in einem solchen existentiellen Leben gegenwärtige Fließen lässt sich vielleicht folgendermaßen

ausdrücken: das Selbst und die Persönlichkeit gehen aus der Erfahrung hervor; die Erfahrung wird nicht übersetzt oder verdreht, um der vorgeformten Selbststruktur zu entsprechen. Das heißt, man wird Teilnehmer und Beobachter am dauernden Prozess der organischen Erfahrung ... Die meisten von uns begegnen indes der Erfahrung mit einer vorgegebenen Struktur und Bewertung, auf die wir nie verzichten.“ (Rogers, 1961/1973, S. 188)

Rogers stellt der Gebundenheit an vorgegebene Strukturen und Bewertungen den Prozess der Öffnung für ein Erleben des „unbekannten“ Jetzt gegenüber, einen Prozess, der Hand in Hand mit einer Entwicklung in Richtung Autonomie, Eigenverantwortung und Freiheit geht (vgl. Rogers, 1961/1973, S. 167–177). Die Person kann sich den „organismischen Wert“ (Korunka, 1992, S. 78) der Entscheidungsfreiheit allerdings nicht nur aneignen, sondern sie ist von vorne herein existenziell frei in dem Sinn, dass sie die prinzipielle Möglichkeit zur Freiheit hat: „Es ist diese innere, subjektive, existenzielle Freiheit, die ich beobachtet habe. Es ist die Einsicht, ‚dass ich mich selbst leben kann, hier und jetzt, in eigener Entscheidung.‘ Sie liegt in dem Mut, mit dem einer aufbricht in die Ungewissheit des Unbekannten, wenn er sich für sich selbst entscheidet.“ (Rogers, 1983a/1984, S. 222) Nicht zuletzt aus seiner frühen, einengenden Lebensgeschichte heraus, wie sie etwa Lottaz beschreibt (vgl. Lottaz, 2013), hat Rogers den Personzentrierten Ansatz als emanzipativen, antikonformistischen, an der Freiheit des Individuums orientierten Ansatz begründet: „Weg von den Fessaden“, „Weg vom Eigentlich-Sollte-Ich“, „Weg vom Erfüllen kultureller Erwartungen“, „Weg davon, anderen zu gefallen“, „Entwicklung zur Selbstbestimmung“, um diese Überschriften geht es vorrangig bei den „Richtungen, welche die Klienten einschlagen“, um „Das Selbst zu sein, das man in Wahrheit ist“ (Rogers, 1961/1973, S. 164–173). „In Wahrheit“ ist der Mensch in seinem Wesensgrund frei. Es ist seine Aufgabe, diese Wahrheit im Sinne eines Entdeckungsprozesses zu entwickeln, vor allem, indem er Vorstellungen loslässt, durch die er sich als abhängig und unfrei setzt. Der Wille des Menschen ist nicht Ergebnis äußerer Umstände, nicht Produkt eines inneren Mechanismus und auch nicht eines Wechselspiels zwischen beiden. Freiheit ist „wesentlich etwas Inneres, etwas, das im lebendigen Menschen da ist“ (Rogers, 1983a/1984, S. 222), und das sich in der Offenheit für das organismische Erleben verwirklicht: „Von seiner persönlichen Entscheidung und Verantwortung hängt die Form seines Lebens ab. Er ist tatsächlich Architekt seiner selbst. Ein wahrlich entscheidender Teil in seinem Leben ist die Entdeckung seiner persönlichen sinnvollen Hingabe an das Leben aus der Ganzheit seines Wesens.“ (Rogers, 1983a/1984, S. 230)

Allerdings ist sich Rogers bewusst, dass der Mensch auch als von Natur aus unfrei und abhängig betrachtet werden kann,

etwa im Interesse der jeweiligen Machthaberinnen¹ und besonders in Sichtweisen wie der behavioristischen seiner Zeit (vgl. auch Korunka, 1992, S. 79). Einem Kapitel „Der Mensch ist frei“ (Rogers, 1983a/1984, S. 218) hat er in seinem Artikel „Lernen In Freiheit“ daher ein Kapitel mit der harten Gegenthese vorangestellt: „Der Mensch ist unfrei“ (Rogers, 1983a/1984, S. 212). Denn „... es ist klar, dass die Wissenschaft den Menschen zum Objekt macht und dass der Zweck dieser Wissenschaft nicht nur im Verständnis und in der Vorhersage, sondern in der Kontrolle liegt ... Der Mensch ist unfrei. Der Mensch ist eine Maschine.“ (Rogers, 1983a/1984, S. 218) Aber nicht nur aus einer solchen „wissenschaftlichen“ Perspektive heraus sei das Individuum tatsächlich in allen Vorgängen Mechanismen und Kräften außerhalb wie innerhalb seiner selbst ausgesetzt, so, „dass von der einen Seite her gesehen der Mensch eine komplexe Maschine ist“ (Rogers, 1983a/1984, S. 230). Das ließe den Begriff „Freiheit“ geradezu abwegig erscheinen (vgl. Rogers, 1983a/1984, S. 212–218). Dennoch bliebe in dieser Betrachtungsweise „etwas sehr Wichtiges ungesagt“ (Rogers, 1983a/1984, S. 218).

Wo Rogers dieses Thema explizit abhandelt und sich schließlich eindeutig zugunsten der Annahme einer existenziellen Freiheit des Menschen deklariert, bewegt er sich offenbar in der Tradition der Aufklärung, des Existenzialismus und des amerikanischen Transzendentalismus, einer forciert emanzipativen, die positive Natur des Individuums betonenden Bewegung des frühen 19. Jahrhunderts, die spätestens mit Ende der Neunzehnjzigerjahre in Amerika unüberhörbare Resonanz gefunden hat (vgl. Buell, 2006, S. 11–28). Dabei bewegt er sich auf der Ebene der Philosophie mit ihren gesellschaftspolitischen Implikationen. Hält aber auch seine eigene wissenschaftliche Theorie vom Menschen dem mit Engagement verfolgten Anliegen, das Individuum in seiner existenziellen Freiheit zu sehen, stand? Oder könnte bereits mit Rogers der Personzentrierte Ansatz in die Mühlen eines bedenklichen Interesses geraten sein, sogar das Lebendige auf Mechanismen zu reduzieren, um es so ‚in der Kontrolle‘ zu halten? Wird etwa der „unlösbare Widerspruch“ (Rogers, 1983a/1984, S. 228) zwischen den berechtigten Argumenten, die für und gegen die Annahme einer existenziellen Freiheit des Menschen sprechen, von Rogers so gelöst, dass er auf der philosophisch-gesellschaftspolitischen Ebene für die Freiheit plädiert, auf der wissenschaftlich-psychologischen jedoch einen Determinismus konstruiert, der jede Autonomie als Illusion erscheinen ließe? – Die Antwort auf die Frage nach der Möglichkeit der Freiheit fällt für Rogers, wie sich im vorliegenden Artikel noch zeigen soll, auch in wissenschaftlicher Hinsicht positiv und damit insgesamt stimmig

aus. Aber auch als Wissenschaftler hat er keine absolute oder eindimensionale Antwort, sondern sie erfolgt in Hinblick auf einen bestimmten, differenzierten Freiheitsbegriff im Kontext seiner Persönlichkeitstheorie.

Gefangene des Selbst?

Im vorliegenden Artikel soll es den angeführten Vorüberlegungen entsprechend also nicht um eine allgemeine philosophische Auseinandersetzung mit dem Thema Freiheit gehen. Vielmehr beschäftigt er sich mit der Frage, ob und inwiefern der von Rogers propagierte Freiheitsgedanke genau mit der personzentrierten Persönlichkeitstheorie vereinbar ist. Dieser ist nicht auf das hinreichende Vorhandensein von verschiedenen Entscheidungsmöglichkeiten gerichtet, über die ein Individuum jeweils verfügt, sondern die „Freiheit liegt in der Entdeckung eines von innen her kommenden Sinns – einer Bedeutung, die sich daraus ergibt, dass wir sensibel und offen auf die Komplexitäten unserer Erfahrung hören ... Derjenige, der demgemäß mutig und gründlich seine eigenen Gedanken denkt, zu seiner ihm eigenen Einmaligkeit findet und verantwortlich sich selbst wählt, hat vielleicht das Glück, zwischen Hunderten von objektiven, äußeren Alternativen wählen zu können oder er mag schlimmstenfalls keine einzige Entscheidungsmöglichkeit haben. Seine Freiheit aber besteht unabhängig davon“ (Rogers, 1983a/1984, S. 222). Es gibt Situationen und Lebensumstände, in denen keine Wahl bleibt, bis hin zu körperlichen oder psychischen Störungen, zu denen ein Mensch keine Alternative hat. In Rogers' Freiheitsbegriff geht es jedoch um die Frage, ob ein Individuum den Spielraum hat, selbst zu feststehenden Gegebenheiten Haltungen einzunehmen, die in seiner Autonomie liegen – oder bewegt sich etwa im Gegenteil der Mensch gerade auf der psychischen Ebene, und damit auch auf der Wahrnehmungsebene, in einem Mechanismus, der aufgrund seiner Vor-Gegebenheiten immer genau so abläuft, wie er eben ablaufen muss?

Was dieses Thema betrifft, liegt im Personzentrierten Ansatz der Angelpunkt dafür meiner Ansicht nach in der Frage, wie sehr eine Person durch ihre Erfahrungen, vor allem durch ihre wichtigen Beziehungserfahrungen determiniert ist, die sich bei Rogers im Selbst abbilden. Freiheit besteht, wie wir oben gesehen haben, für ihn darin, in eigener Entscheidung hier und jetzt, aus der Ganzheit des eigenen Wesens, *bewusst* am Prozess der *organischen* Erfahrung teilzunehmen und sich von ihm weitertragen zu lassen. Sie findet sich also auf der Ebene des Bewusstseins, wo sich organismische Erfahrungen repräsentieren, aber „nicht übersetzt oder verdreht, um der vorgeformten Selbststruktur zu entsprechen“ (Rogers, 1961/1973, S. 188). Der Ausgangspunkt ist die organismische Erfahrung, doch ist

1 Der Gendergerechtigkeit halber werden in diesem Artikel abwechselnd weibliche und männliche Formen verwendet – in den meisten Fällen sind damit jeweils beide Geschlechter gemeint.

Freiheit über einen unbewussten Mitvollzug von Vorgängen hinaus (wie etwa bei Pflanzen oder Tieren) an Bewusstsein gebunden? Für den Freiheitsspielraum einer Person kommt es also im Wesentlichen darauf an, wie weit Bewusstsein über alle Erfahrungen zugelassen wird, oder auch nicht zugelassen wird, „weil die Erfahrung mit der Struktur des Selbst nicht übereinstimmt“ (Rogers, 1951/1983, S. 434).

Auf welcher Ebene wird aber eine Erfahrung mit dem Selbst abgeglichen bzw. festgestellt, ob eine Erfahrung mit ihm ‚übereinstimmt‘? Von welcher Instanz hängt es ab, ob es zur Einschränkung des Prozesses einer adäquaten Symbolisierung im Bewusstsein kommt, in der sich für Rogers nicht nur Kongruenz, sondern auch Freiheit gründet? Wäre die Entscheidung über den Modus des Symbolisierungsprozesses direkt abhängig vom Selbst und seinen ‚Zulassungsbedingungen‘, die eng an seine feststehende Konfiguration geknüpft sind, könnte wohl nur mehr von einer scheinbaren Freiheit die Rede sein. Insgesamt kann es in einem Modell, das dem Selbst die zentrale Steuerung im Gefüge der Persönlichkeit zuschreibt, wohl kaum Spielraum für Entscheidungsfreiheit und Eigenverantwortung geben, da das Selbst seinerseits davon abhängig ist, welche Menschen es ‚geprägt‘ haben, die sich eine Person gerade in wesentlichen Phasen wie ihrer Kindheit nicht auswählen konnte. Demgemäß wäre jede psychische Entwicklung vollständig auf förderliche Beziehungen angewiesen, die einzugehen natürlich jedem Menschen, sofern er die Möglichkeit dazu hat, sehr empfohlen werden kann – doch wird nicht auch seine Beziehungswahl (und sogar seine Therapeutenwahl) der Konstellation seines Selbst entsprechen und damit wiederum in Abhängigkeit von der bisherigen Beziehungsgeschichte geschehen müssen? Würde nicht jede Erfahrung, die der Konstitution des Selbst nicht entspricht, von ihm automatisch derart ‚zensuriert‘, dass es gar keine Möglichkeit gibt, sich dazu zu positionieren? Auf diese existenzielle Unfreiheit scheint aufs erste folgendes Zitat von Rogers hinauszulaufen: „Die fließende, aber konsistente Organisation, die die Struktur oder das Konzept des Selbst ist, verhindert so das Eindringen einer Wahrnehmung, die im Widerspruch zu ihr steht ... Meistenteils reagiert sie wie ein Stück Protoplasma, wenn ein Fremdkörper eindringen will – sie bemüht sich, das Eindringen zu verhindern.“ (Rogers, 1951/1983, S. 436) Ein solcher für die Annahme einer existenziellen Freiheit vorläufig negativer Befund, dass nämlich jede gegenwärtige Erfahrung und jede Wahrnehmung mit dem durch Vorerfahrungen bedingten Selbst ‚steht und fällt‘, könnte durchaus Anklang finden. Die Chance, daraus ein Modell weiter zu entwickeln, das wie ein exakter Mechanismus funktionieren könnte, hat meiner Auffassung nach beispielgebend Biermann-Ratjen eröffnet (vgl. Biermann-Ratjen, 2006, S. 74–76). Reflexive Wahrnehmung würde, ginge man dieser Möglichkeit konsequent nach, entsprechend dem Prinzip des Steckwürfels für Kleinkinder

funktionieren, durch dessen Aussparungen geometrische Formen hineingesteckt werden sollen – wo eine Form (eine Wahrnehmung) der Aussparung (der Struktur des Selbst) nicht genau entspricht, gibt es kein Hineinkommen (kein bewusstes Erfahren), außer in der möglichen Entstehung der Aussparungen (von Symbolisierungen, die dann streng an bestimmte Bedingungen gebunden wären). Eine Alternative zu einer solchen „Behälter“-Metapher (vgl. S. Keil, 2011, S. 131) wäre auch das Bild eines Filters, der zwischen organismischer Erfahrung und Bewusstsein ausgespannt ist: Das Selbst lässt als Filter, der durch die Vorgeschichte entstanden ist, nur Inhalte ein, die ihr in ganz bestimmter Weise entsprechen. In jedem Fall machen solche Modelle einen zwangsläufigen Mechanismus des Wahrnehmungsapparates auf psychischer Ebene denkbar, einen Mechanismus, der vollständig von der Vergangenheit und der Beziehungsgeschichte, die in ihr stattgefunden hat, determiniert sein würde – und auch die ‚Erweiterung des Selbst‘ bzw. die Entstehung von Symbolisierungsmöglichkeiten könnte wie ein Ursache-Wirkungs-Mechanismus funktionieren, von dessen Bedingtheiten und Voraussetzungen das Individuum abhinge.

Die Abwägung des Organismus

Sollte die Konstellation des Selbst in einem Automatismus darüber entscheiden, wie Erfahrungen im Bewusstsein repräsentiert werden, dürfte von einer existenziellen Freiheit keine Rede mehr sein, die sich ja nach Rogers daraus ergeben würde, „dass wir sensibel und offen auf die Komplexitäten unserer Erfahrung hören“ (Rogers, 1983a/1984, S. 222), „hier und jetzt, in eigener Entscheidung“ (ebd.). Die Auffassung, dass die Entwicklung der Person hingegen durch die auf ihre Dispositionen wirkenden sozialen Faktoren determiniert ist, hätte sich auf diesem Weg, gegen Rogers’ philosophisch-gesellschaftspolitische Ansagen, im Grunde auch bei ihm durchgesetzt. Ist etwa sein Freiheitsgedanke, den er mit viel Engagement formuliert hat, in seiner eigenen wissenschaftlichen Theoriebildung tatsächlich dem Umstand zum Opfer gefallen, „dass die Wissenschaft den Menschen zum Objekt macht“ bis hin zur „Maschine“ (Rogers, 1983a/1984, S. 230)? Hätte sich in diesem Punkt Rogers schließlich doch irgendwo *auch* von der Verwurzelung seiner Herkunftsfamilie im Puritanismus einholen lassen, in dem die calvinistische Prädestinationslehre eine wichtige Rolle spielt, gemäß der für das Individuum von vorneherein alles entschieden ist?

Der oben zitierten Passage aus der „Theorie der Persönlichkeit und des Verhaltens“, in der Rogers aufs erste festgestellt hat, dass das Selbst zu ihm in Widerspruch stehende Wahrnehmungen „wie Fremdkörper“ abwehrt, folgt tatsächlich sehr bald ein Ausdruck des Zweifels: „Viele verwirrende Fragen sind

mit dem Problem ‚Wie wird die Verleugnung bewirkt?‘ verbunden“ (Rogers, 1951/1983, S. 436). Rogers scheint hier zu schwanken, vielleicht auch, weil er sich der Implikationen durchaus bewusst ist: Ist das Psychische doch ein Mechanismus, wie ihn etwa Freud oder die Behavioristen beschrieben haben? Und vor allem, wie soll das Selbst etwas abwehren, das es ja nicht identifizieren darf?: „... anderen in unserer Gruppe schien das eine höchst unvernünftige Erklärung, da es einen Prozess des ‚Wissens ohne zu wissen‘, des ‚Wahrnehmens ohne wahrzunehmen‘ in sich schloss“ (ebd.). Rogers hinterfragt das soeben Gesagte stark, um schließlich auf eine wichtige Differenzierung und entscheidende Lösung des Problems zu kommen. „Klärende Untersuchungen“ (ebd.) haben gezeigt: „Zumindest gibt es einen Prozess der Subzeption, eine unterscheidende, wertende, physiologische, organismische Reaktion auf Erfahrung, die dem bewussten Wahrnehmen dieser Erfahrung vorausgehen kann ... Klinisch hat es den Anschein, als wäre ein Prozess in der Art, wie sie der Terminus ‚Subzeption‘ nahelegt, notwendig, um die beobachteten Phänomene zu erklären“ (Rogers, 1951/1983, S. 437): Nicht beim Selbst liegt die Entscheidung, welche Erfahrungen auf welche Weise ins Bewusstsein aufgenommen werden, sondern in einer „organismischen Reaktion“ auf die jeweilige unmittelbare Erfahrung. „Vorbewusst“, also noch nicht im Modus der Reflexion, und bevor durch das Selbst „Vorstellungen über“ sie gebildet werden können, werden Erfahrungen vom Organismus unterschieden und bewertet. Dieser, der als „integrierte Gesamtheit aller physischen und psychischen Funktionen“ (Höger, 2006, S. 38) „auf das Wahrnehmungsfeld als ein organisiertes Ganzes reagiert“ (Rogers, 1951/1983, S. 421) wird durch seine eigene Subzeption darauf hingewiesen, dass bestimmte Erfahrungen zur vollständigen Symbolisierung nicht geeignet sind, da sie für die Struktur des Selbst bedrohlich sein könnten: „Angst kann die Spannung sein, die das organisierte Konzept des Selbst entfaltet, wenn diese ‚Subzeptionen‘ darauf hinweisen, dass die Symbolisierung bestimmter Erfahrungen für die Organisation gefährlich und schädlich wäre.“ (Rogers, 1951/1983, S. 437) Vordergründig kann das Eindringen einer Wahrnehmung, die im gefährlichen Widerspruch zu ihr steht, von der Selbststruktur verhindert werden, aber auch dies geschieht nach Rogers’ Revision bei genauerer Betrachtung *durch den Organismus*, „wenn der Organismus vor dem Bewusstsein wichtige Körper- und Sinneserfahrungen leugnet“ (Rogers, 1951/1983, S. 440) – das Signal dazu geht jedenfalls vom Organismus und seinen organismischen Reaktionen aus, wie auch S. Keil betont: „Wenn wir über die Inkongruenz zwischen Selbst und organismischer Erfahrung reflektieren, sprechen wir ziemlich schnell davon, dass ‚das Selbst abwehrt‘, dass ‚das Organismische erlebt‘ und gehen damit in die Irre“, steht im Abschnitt „Der Organismus als einziger Akteur“ (S. Keil, 2011, S. 131). Durch ihn wird also, meinem Verständnis nach, in der

Gesamtschau einer Situation, besonders auch der Akzeptanz oder Bedrohlichkeit in der jeweiligen Beziehungssituation (vgl. Rogers, 1951/1983, S. 445–447), eine Abwägung vorgenommen, ob angesichts der gegebenen Selbststruktur eine Erfahrung vollständig oder nicht im Bewusstsein abgebildet werden kann: „Abwehr ist die Antwort des Organismus auf Bedrohung. Es wird damit das Ziel verfolgt, die gegenwärtige Struktur aufrecht zu erhalten. Dieses Ziel wird einmal erreicht durch die Verzerrung der Erfahrung im Gewahrsein ... oder indem die Erfahrung von der Gewahrnehmung ferngehalten wird, um so jede Bedrohung des Selbst zu vermeiden.“ (Rogers, 1959/1987, S. 30–31) Inkongruenz besteht demnach, genau besehen, in einer Diskrepanz zwischen einer organismischen Erfahrung und deren nicht vollständigem Gewahrsein, also in einer Diskrepanz zwischen organismischer Erfahrung und bewusstem Erleben. Sie entsteht in einer Dynamik der Abwehr von Erfahrungsinhalten zugunsten des Selbst, wenn es von ihnen *bedroht würde*. Sie entsteht, weil ein bestimmter Erfahrungsinhalt in seiner Symbolisierung für die Organisation des Selbst „gefährlich und schädlich wäre“ (Rogers, 1951/1983, S. 437), indem er „im Widerspruch“ (Rogers, 1951/1983, S. 436) zu ihr stehen würde. Inkongruenz entsteht demnach *nicht*, weil ein Erfahrungsinhalt dem Selbst nicht *genau* entspräche. Sie entsteht nicht, wenn das Selbst einen Erfahrungsinhalt noch nicht kennt, was beides wieder auf das Rogers fremde Verständnis vom Selbst als von einem „Steckwürfel“ bzw. einem „Wahrnehmungsorgan“ (s. o.) hinausliefe, sondern sie entsteht für ihn klar in der Abwehr einer deutlichen Bedrohung. Nicht indem die Wahrnehmung oder gar der Organismus vom Selbst reguliert oder bestimmt würde, sondern damit es im Gegenteil seinerseits vor einer Desorganisation bewahrt *wird*, gibt *der Organismus* dem Bewusstsein nicht jede Erfahrung zur umfassenden Symbolisierung frei. „Nicht aus der Struktur folgern Prozesse, sondern der Prozess generiert die Struktur! Es gilt das Prinzip ‚interaction first‘; der Lebensprozess ist primär zu den Strukturen, die er generiert.“ (Lindenbauer, 2016, S. 134–135) Dieser Aussage, die dem Prozessmodell von Gendlin verpflichtet ist, kann aus der vorliegenden Sicht nur zugestimmt werden, allerdings mit dem Zusatz, dass der Lebensprozess auch zu den Strukturen primär ist, die er bereits generiert *hat*. Das Selbst ist in jedem Entwicklungsschritt, und besonders auf der Wahrnehmungsebene, auf den Organismus und seinen Schutz angewiesen, also auf dessen Abwehr von Erfahrungsinhalten, die für es bedrohlich werden könnten. In dieser Sicht nimmt der Organismus in seinem Gesamtinteresse auf die Aufrechterhaltung *aller* wichtigen Strukturen, darunter in besonderer Weise auf die des Selbst Bedacht, unter Umständen auch nur auf einzelne „Konfigurationen des Selbst“ (vgl. Mearns, 1999 und Cooper, Mearns, Warner & Elliott, 2004). In vielen Situationen bedarf es demnach seiner Abwägung, in welcher Weise je nach Interessenlage

welche vorhandenen Strukturen zu schützen sind bzw. im Sinne der Aktualisierungstendenz zu begünstigen sind: Eine Abwägung, in der er möglichst flexibel sein sollte, manchmal sehr flexibel sein muss und grundsätzlich sein *kann*. In dieser Möglichkeit des Organismus, die freilich aufs erste keine bewusste ist, liegt ein Spielraum, der in diesem Zusammenhang das Fundament existenzieller Freiheit bildet – verwirklicht wird sie auf der Ebene des Bewusstseins.

Das Selbst, das „nichts tut“: Der Spielraum der Freiheit des Organismus

Die Formulierung des Konzepts vom Selbst ist vielleicht die entscheidende Leistung Rogers' auf dem Gebiet der Persönlichkeitstheorie. Auf eine in sich stimmige, insgesamt m. E. geniale Weise thematisiert, verknüpft und bündelt er darin Fragen der Identität, der Wahrnehmung, der Handlungs- und der Reflexionsfähigkeit des Menschen. Seit Rogers sieht die personenzentrierte Persönlichkeitstheorie den Menschen in einer Dichotomie zwischen Organismus und Selbst (vgl. Lukits, 2016) – diese Dichotomie ist freilich keine absolute oder gar dualistische, ist doch das Selbst vor allem Funktion und Teil der integrierten Gesamtheit des Organismus (s. o.). Allerdings nimmt es in seiner spezifischen Struktur auf der psychischen Ebene und der Wahrnehmungsebene eine besondere Stellung ein. Rogers hat daher den Überlegungen zum Selbst ein hohes Augenmerk geschenkt. Dies tut er meines Wissens vorwiegend unter dem Gesichtspunkt, dass Einschränkungen bewusster Wahrnehmung und damit einer offenen, flexiblen, freien Lebensgestaltung mit dessen Strukturen zusammenhängen – das eigentliche Ziel, das sich auch im „Prozesskontinuum“ (vgl. Rogers, 1983, S. 33–40) zeigt, ist die Offenheit des Bewusstseins für den organismischen Prozess. Rogers' gesamte Konzeption beruht auf einem tiefen Vertrauen in die Dimension des Organismischen, die in der menschlichen Fähigkeit zu Reflexion und Bewusstheit ihre höchste Verwirklichung erfahren kann: „So gesehen wird der Mensch zum vollen Potential des Menschen, zum grundlegenden sinnlichen und innerorganischen Erleben tritt das bereichernde Element der Bewusstheit ungehindert hinzu. Der Mensch *wird* das, was er *ist* ... Das heißt anscheinend, dass der einzelne – im Bewusstsein –, das *wird*, was er – in der Erfahrung – *ist*. Er ist, mit anderen Worten, ein kompletter und voll agierender menschlicher Organismus.“ (Rogers, 1961/1973, S. 111) Umso skeptischer sehe ich daher eine Tendenz im personenzentrierten Diskurs, sich in Theorie und Praxis auf das in seiner Konstruktivität fassbarere Selbst zu fokussieren, wodurch das Organismische in unseren Überlegungen und unserem therapeutischen Handeln an den Rand gedrängt zu werden droht. Zwar haben andererseits Modelle wie die des Focusing,

die wiederum das Selbst hintanstellen (vgl. Wiltshko, 1994, S. 13: „Haben Sie schon einmal ein ‚Selbst‘ gesehen?“), in den Personenzentrierten Ansatz Eingang gefunden, aber ohne echte konzeptuelle Integration, zumindest soweit ich das sehen kann: Offenbar ist es eine schwierige Herausforderung, die ursprüngliche Tiefe und Tragweite des Personenzentrierten Ansatzes gemeinsam aufrecht zu erhalten.

Die Möglichkeit, einseitig das Selbst ins Zentrum psychischer Prozesse zu stellen, tut sich wohl schon mit Rogers auf, der aus seinen klinischen Erfahrungen heraus einen bedeutsamen, oft entscheidenden Einfluss der Selbststruktur auf fast alle Ebenen der psychischen Existenz des Menschen festgestellt hat: Die Selbststruktur betrifft die Identität einer Person, aber auch die Ebenen der Erfahrung, der Wahrnehmung, des Handelns und der Bedürfnisse (vgl. Rogers, 1959/1987, S. 26–35). Der Schritt, diese Ebenen als vom Selbst *bestimmt* anzusehen, ist vielleicht naheliegend, aber meiner Auffassung nach von Rogers nie gesetzt worden: Für die Art eines Symbolisierungsprozesses, für ein bestimmtes Handeln etc. kann zwar die Verfasstheit der Selbststruktur entscheidend sein, aber nur, wenn *der Organismus* in der vorliegenden Situation eine Bedrohung für sie sieht und eine Abwehrreaktion einleitet. Das Selbst ist weder ein Wahrnehmungsorgan noch trifft es eine Entscheidung über Handlungsoptionen, sondern wird, wie ich darzustellen versucht habe, angesichts ihrer lediglich vom Organismus berücksichtigt. Daher sind Aussagen, das Selbst, sei „ein Konzept, ein Konstrukt, mit dem wir die Realität, die wir erleben, erzeugen“ (S. Keil, 2011, S. 129) differenziert-kritisch zu sehen. Das Selbst erzeugt kein Erleben, es ist für Rogers kein „Akteur“, sondern bloß eine Struktur, die aus *vergangenen* individuellen Erfahrungen gewonnen worden ist – das gegenwärtige Erleben geschieht auf der Ebene des Bewusstseins (vgl. Rogers, 1959/1987, S. 23). Das Selbst hat als solches keine Bedürfnisse, und insgesamt: „... dieses Selbst ‚tut‘ selbst nichts. Es ist nur eine mögliche Erscheinungsform dieser organismischen Tendenz, die den Organismus erhält und entwickelt.“ (Rogers, 1959/1987, S. 22) Es ist eine Erscheinungsform der Aktualisierungstendenz, die das reflexive Selbstverständnis eines Menschen von sich selbst hervorbringt – also seine Vorstellungen über sich (vgl. Lukits, 2016) und in einem darüber hinausgehenden Sinn seine Identität. In der erhöhten Komplexität, die sich für den menschlichen Organismus in der zusätzlichen Sorge um das Selbst ergibt, liegt keine Einschränkung, sondern eine Erweiterung von Möglichkeiten, wie es auch einer zentraler Überlegung Gendlins zu den „Freiheitsgraden“ entgegenkommt: „Mehr Struktur gewährt mehr Vielfalt, das hätte längst bemerkt werden sollen. Wir sehen es um uns herum, entwickeltere Tiere weisen mehr Vielseitigkeit als einfachere auf, und Menschen noch viel mehr.“ (Gendlin, 2015/2016, S. 136)

Die Grenze der Freiheit des Organismus: Das Selbst als sensibles Projekt

Die Akzentuierung, dass die Selbststruktur als solche im Wesentlichen eine aus selbstreflexiven Vorstellungen gebildete Gestalt bzw. eine Identitätsstruktur ist (s. o.) und keine ‚zentrale Schaltstelle‘, in der alle Fäden des Psychischen zusammenlaufen, führt zu einer weiteren, schon bekannten Fragestellung: Warum kann das Selbstkonzept sogar bedroht sein, wenn eine an sich positiv zu bewertende Erfahrung wie eine nicht erwartete Anerkennung im Widerspruch zu ihm steht? Und warum schätzt der Organismus es als so wichtig ein, dass er es selbst in diesem Fall zu schützen geneigt ist – worin liegen also im Kern die Bedrohung und außerordentliche Bedeutung des Selbst in der Organisation des Psychischen? Rogers gibt darauf, exemplarisch anhand einer Person, die ihre wider ihr Selbstkonzept sich zeigenden technischen Fähigkeiten erst recht verkennt, eine Antwort, die nicht immer als befriedigend wahrgenommen worden ist und tatsächlich nicht ganz vollständig erscheint: „Die Ursache für die Verzerrung ist der Schutz vor dem Verlust eines wichtigen Teils der Selbst-Struktur, nämlich des ‚Ich werde von meinen Eltern geliebt‘. Dies führt zu einem Gefühl, das sich folgendermaßen schematisieren ließe: ‚Ich möchte meinen Eltern gegenüber akzeptabel erscheinen, und daher muss ich mich selbst als die Art von Person erfahren, für die sie mich halten.‘“ (Rogers, 1951/1983, S. 453) In diesem Zitat zielt Rogers klar auf das Bedürfnis nach positiver Beachtung ab, das sich darin ausdrückt, dass die exemplarische Person die elterliche Erfahrung bzw. Zuschreibung technischer Unfähigkeit übernommen hat und nun aufrechterhält. „Aber nicht die Zuschreibung ist der Auslöser dafür, sich selbst als unfähig zu definieren“ (S. Keil, 2011, S. 135), sondern weil die Person die Erwartungshaltung der Eltern nicht verletzen möchte, eine zwar negative Erwartungshaltung, die aber offenbar mit einer erhofften Konstanz von Beachtung verbunden ist. Umgekehrt könnte die Befürchtung dazu lauten: ‚Wenn ich mich plötzlich vor ihnen als eine andere zeige, werden sie mich vielleicht nicht mehr erkennen, beachten und lieben.‘ In dieser Annahme ist vorausgesetzt, dass die besagten Eltern ihr Kind nicht einmal in einer an sich positiven Veränderung akzeptieren könnten, letztlich aufgrund ihrer eigenen bedrohten und daher starren Selbststruktur – die grundsätzliche Frage nach dem Grund der Fragilität des Selbst ist damit lediglich auf eine Generation vorverlegt, davon abgesehen, dass sie bereits eine im Selbstkonzept des Kindes liegende Annahme enthält. Mit S. Keil halte ich Rogers’ Begründungszusammenhang für „eine Erklärung, die meiner Erfahrung nach nicht dazu führt, die Bedeutung und Beharrlichkeit solcher Einstellungen zu verstehen“ (S. Keil, 2011, S. 134). Er löst die Fragestellung nicht, sondern macht sie noch dringlicher: Unbestritten kann das

Selbstkonzept durch Symbolisierungen von Erfahrungen, die im Widerspruch zu ihm stehen, destabilisiert werden, wenn dadurch ein Entzug von (positiver) Beachtung droht. Warum könnte das Selbst aber ebenso ins Wanken geraten, wenn eigentlich gar kein Verlust, sondern vielleicht sogar ein Gewinn an positiver Beachtung zu erwarten wäre? Zusätzlich zu der von Rogers gegebenen Antwort hat sich für mich im Gedanken-gang des vorliegenden Artikels eine weitere Überlegung dazu entwickelt: Das Selbst ist integrierter Teil des Organismus, hat als solcher aber, vergleichbar einem Körperorgan, auch eine eigene Struktur und damit „einen relativ eigenständigen Spielraum“ (Stumm & W. Keil, 2014, S. 8). Darin, dass es offenbar unter dem besonderen Schutz des Organismus stehen muss, erscheint diese Struktur allerdings außerordentlich sensibel, wie auch manchen empfindlicheren Körperbereichen, etwa dem Gesicht oder der Scham, vor allem in physisch bedrohlichen Situationen die verstärkte Aufmerksamkeit des gesamten Organismus zu gelten hat. Die Selbststruktur ist also möglicherweise nicht nur deswegen in der Regel ziemlich schutzbedürftig, weil der Organismus keine irgendwie bereits gegebene Beachtung aufs Spiel setzen möchte – vielleicht ist sie es auch phylogenetisch bedingt, weil sie ein spezifisch menschliches, daher entwicklungs-geschichtlich junges und noch fragiles Gut erst auf den Weg bringt. Dieser Umstand könnte, eingeschlossen eines sicher nicht einfachen Konstitutionsprozesses des Selbst auf individueller Ebene, es insgesamt zu einem besonderen und entwicklungs-geschichtlich noch ‚wackeligen‘ Bereich machen – zu einer vor allem in ihrem Aufbau empfindlichen ‚Zone‘ (in diesem Begriff klingt hier die altgriechische Bedeutung des ‚Schutzgürtels‘ mit), die *strukturell* in der Regel eine radikale oder schnelle Veränderung nicht zulässt. Mit ihrer Hilfe entfaltet sich jedoch, meistens auf eine sehr unsichere, zerbrechliche Weise, das hervorragendste und vielleicht sogar verheißungsvollste Spezifikum menschlicher Existenz, das Selbstbewusstsein – Eine Zone, deren *Organisation* vor der Gefahr ihrer Desintegration der Organismus zu schützen sich entscheiden kann (vgl. Rogers, 1951/1983, S. 436–437), vielleicht sogar um den Preis des Gewinnes von positiver Beachtung oder um den Preis von Freiheit.

Zusammenfassung und therapeutischer Bezug

In der vorgenommenen Sichtung der personzentrierten Persönlichkeitstheorie hat sich kein grundsätzliches Hindernis für die Möglichkeit existenzieller Freiheit gezeigt. Der Mensch wird demnach nicht bestimmt durch seine Vergangenheit, seine Beziehungsgeschichte oder durch das Selbst insgesamt, sondern umgekehrt nimmt der Organismus in seiner Gegenwärtigkeit Rücksicht auf sie. Eine deterministische Vorstellung von einem

psychischen Apparat, bei dessen Mechanismen das Selbst in einem Automatismus und daher ohne echte Entscheidungsmöglichkeit eine zentrale Rolle einnimmt, wäre demgemäß nicht zutreffend: Das Selbst ist im hier gewonnenen Verständnis, um es in Bildern zu veranschaulichen, keine entscheidende Schaltstelle in einer „Maschine“, sondern vielmehr ein sensibles Projekt der Aktualisierungstendenz (vgl. Rogers, 1959/1987, S. 22), ein „Pflänzchen“, das vom Organismus im Fall einer für es bedrohlichen Situation und in Abwägung aller Interessen geschützt wird – wie die Rose, die vom Kleinen Prinzen Saint-Exupéry (1946/1994) immer wieder schützend unter eine Glaskuppel gestellt wird. Dieses „Projekt Selbstkonzept“ bzw. „Projekt Selbstbewusstsein“ gibt es beim Tier ebenso wenig wie bei der Pflanze. Deshalb muss bei ihnen der jeweilige Organismus darauf keine Rücksicht nehmen, wenn auch er wahrscheinlich bereits autonom bzw. „autopoietisch“ (vgl. Maturana & Varela, 1984/1987, S. 55–60) für seine Aktualisierung sorgt. Erst durch das menschliche Spezifikum des Bewusstseins kann aus solch unbewusster Autonomie echte Freiheit werden, indem ein Individuum seine Erfahrungen in seinen Symbolisierungen akzeptierend mitvollzieht, dabei aber auch in letzter Konsequenz bewusst und verantwortlich an den Entscheidungsprozessen des Organismus teilnimmt: „Derjenige, der sich selbst und seine Situation klar erkennt und frei die Verantwortung für dieses Selbst und diese Situation übernimmt, ist ein ganz anderer Mensch als derjenige, der einfach in der Gewalt der äußeren Umstände steckt“ (Rogers, 1983a/1984, S. 225). Freiheit ist eine existenzielle Möglichkeit des Menschen, aber nichts einfach Gegebenes, besteht sie doch in der bewussten, akzeptierenden Teilnahme am Prozess der organismischen Erfahrung, eine Teilnahme also, die ein vertrauensvolle, bejahende Haltung zu dem erfordert, was gerade geschehen möchte, in der Therapie wie im Leben. „Das in einem solchen existentiellen Leben gegenwärtige Fließen“ (Rogers, 1961/1973, S. 188) beinhaltet eine existenzielle Freiheit, die im Wesentlichen ein achtbares Lassen bedeutet, dem ein Mensch nicht „mit einer vorgegebenen Struktur und Bewertung“ (ebd.) im Weg steht. Dies kann freilich nur unter der Voraussetzung einer einigermaßen stabilen Selbststruktur geschehen, so dass der Organismus ihrer will nicht in einer ständigen Schutzhaltung steht und das Gewahrwerden einschränkt. Ein gesichertes Selbst kann dazu dienen, dass etwa ein Kind seinen „gesamten Erfahrungsnachweis im Sinne seiner organismischen Befriedigung frei und in genau symbolisierter Form vor dem Bewusstsein zugibt“ (Rogers, 1951/1983, S. 434). Dies wird möglich, wenn es „nicht vom Verlust der Liebe bedroht ist, weil die Gefühle von den Eltern akzeptiert werden“ (ebd.), oder entsprechend in einer positiv verlaufenden Therapie: „In der klientbezogenen Therapie wird der Klient allmählich aufgrund der Beziehung und der Art, wie der Berater sie handhabt, davon überzeugt, dass er

so akzeptiert wird, wie er ist, und dass jeder neue Aspekt, den er in Bezug auf sich selbst offenbart, ebenfalls akzeptiert wird. Auf diese Weise können Erfahrungen, häufig sehr langsam, akzeptiert werden, die bislang geleugnet wurden, und folglich in bewusste Form gebracht werden“ (Rogers, 1951/1983, S. 445), wodurch in der Folge auch das Selbst-Konzept erweitert wird (vgl. ebd.). In dieser Hinsicht können das therapeutische Angebot einer angstfreien Atmosphäre und damit einhergehender bedingungsfreier positiver Beachtung als Angelpunkt jeder gelingenden Therapie betrachtet werden, die auch in Richtung Freiheit führt.

Literatur

- Biermann-Ratjen, E.-M. (2006). Klientenzentrierte Entwicklungslehre. In J. Eckert, E.-M. Biermann-Ratjen & D. Höger (Hrsg.) *Gesprächspsychotherapie. Lehrbuch für die Praxis* (S. 73–92). Heidelberg: Springer.
- Buell, L. (2006). *The American Transcendentalists*. New York: Random House.
- Cooper, M.; Mearns, D.; Stiles, W.; Warner, M. & Elliott, R. (2004). Developing self-pluralistic perspectives within the person-centered and experiential approaches: A round table dialogue. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, 3(3), 176–191.
- Gendlin, E. (2015/2016). *Ein Prozess-Modell*. Freiburg/München: Verlag Karl Alber.
- Höger, D. (2006). Klientenzentrierte Persönlichkeitstheorie. In J. Eckert, E.-M. Biermann-Ratjen & D. Höger (Hrsg.) *Gesprächspsychotherapie. Lehrbuch für die Praxis* (S. 37–72). Heidelberg: Springer.
- Keil, S. (2011). Wie zeigen sich „Selbst“ und „Inkongruenz“ in der Psychotherapie? – Essenzen aus einer qualitativen Studie zum Thema Selbst/Inkongruenz. *Gesprächspsychotherapie und Personenzentrierte Beratung*, 42(3), 129–137.
- Korunka, C. (1992). Elemente Personenzentrierter Psychotherapie. Das Menschenbild. In P. Frenzel, P.F. Schmid, M. Winkler (Hrsg.), *Handbuch der Personenzentrierten Psychotherapie* (S. 71–82). Köln: Ed. Humanistische Psychologie.
- Lindenbauer, K. (2016). In Prozessen denken. Einführung in das Prozess-Modell von Eugene T. Gendlin. *Person*, 16(2), 131–138.
- Lottaz, A. (2013). Carl R. Rogers: Auf dem Weg zu einer Spiritualität für die säkulare Welt? *Person*, 17(2), 89–99.
- Lukits, G. (2016). Empathie und Empirie: Rogers' Verstehenszugänge und ihre Voraussetzungen in der Erkenntnistheorie Schopenhauers. Ein philosophischer Anstoß. *Person*, 20(1), 63–71.
- Maturana, H. R. & Varela, F. J. (1984/1987). *Der Baum der Erkenntnis. Die biologischen Wurzeln menschlichen Erkennens*. Bern und München: Scherz Verlag.
- Mearns, D. (1999). Person-centred therapy with configurations of self. *Counseling*, 10(2), 125–130.
- Rogers, C. R. (1951/1983). *Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie*. Frankfurt/M.: Fischer. (Orig. ersch. 1951: *Client-centered therapy. Its current practice, implications, and theory*. Boston: Houghton Mifflin.)
- Rogers, C. R. (1959/1987). *Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen*. Köln: GwG-Verlag. (Orig. ersch. 1959a: *A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework*. In S. Koch (ed.), *Psychology. A study of a science. Vol. III: Formulations*

- of the person and the social context.* New York: McGraw Hill, S.184–256.)
- Rogers, C. R. (1961/1973). *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. (Hrsg.) (1983). *Therapeut und Klient. Grundlagen der Gesprächspsychotherapie.* Frankfurt/M.: Fischer.
- Rogers, C. R. (1983a/1984). *Freiheit und Engagement: Personenzentriertes Lernen und Lehren.* München: Kösel. (Orig. ersch. 1983a: *Freedom to learn for the 80's.* Columbus, OH: Charles E. Merrill.)
- Saint-Exupéry, A. (1946/1994). *Der kleine Prinz.* Düsseldorf: Karl Rauch Verlag.
- Stumm, G. & Keil, W. W. (2014). *Praxis der Personzentrierten Psychotherapie.* Wien: Springer.
- Stumm, G.; Wiltschko, J. & Keil, W. W. (Hrsg.). (2003). *Grundbegriffe der Personzentrierten und Focusing-orientierten Psychotherapie und Beratung.* Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Wiltschko, J. (1994). Haben Sie schon einmal ein „Selbst“ gesehen? Zur Phänomenologie des Ichs. In W. W. Keil, P. Hick, L. Korbei & V. Poch (Hrsg.), *Selbst-Verständnis. Beiträge zur Theorie der Klientenzentrierten Psychotherapie* (S.13–27). Bergheim bei Salzburg: Mackinger.