

Relationalität und dialogisches Selbst

Frank-M. Staemmler

Würzburg, Deutschland

Die meisten psychotherapeutischen Verfahren haben nach einer mehr oder weniger individualistisch orientierten Anfangsphase in den letzten Jahrzehnten eine „relationale Wende“ vollzogen und sowohl hinsichtlich ihres Menschenbildes als auch bezüglich ihrer therapeutischen Praxis die Bezogenheit des Menschen auf Andere zunehmend in den Fokus gerückt. Die dabei formulierten Konzepte von Relationalität unterscheiden sich jedoch durchaus; sie liegen, selbst innerhalb eines einzelnen Ansatzes, auf einer Achse zwischen einem „schwachen“ und einem „starken“ Verständnis menschlicher Bezogenheit. In diesem Artikel werden einige Aspekte dieser Konzepte dargestellt und in Bezug auf den Personzentrierten Ansatz diskutiert. Dabei werden die Konsequenzen herausgearbeitet, die das vom Autor vertretene Verständnis einer starken Relationalität für ein Konzept des Selbst mit sich bringen: Es ist nicht nur dialogisch, sondern auch plural konstituiert und von seinem Wesen her prozessual.

Schlüsselwörter: Dialogizität, Prozessualität, Relationalität, Selbst

Relationality and Dialogical Self. After a more or less individualistically oriented initial phase, in the past decades most psychotherapeutic approaches have performed a ‘relational turn’ and have progressively placed the relatedness of humans to others into the focus both of their image of man and of their therapeutic practice. However, the concepts of relationality that have been formulated differ quite a bit; even within a single approach they can be located on an axis between a “weak” and a “strong” understanding of human relatedness. In this paper, some aspects of these concepts are explained and discussed with respect to the person-centred approach. In addition, the consequences are pointed out which the understanding of strong relationality as it is promoted by the author brings about for the way the self is conceived of: It is not only dialogical but also plural and essentially processual.

Keywords: dialogicality, processuality, relationality, self

„Wir erleben und erkennen heute die ‚Wirklichkeit der Seele‘ nicht mehr nur als in sich geschlossenen Eigenbereich des Individuums, sondern sie offenbart sich uns je länger je eindringlicher zugleich *als zwischenmenschliches Phänomen* im Raum des partnerisch gelebten Lebens“ (Trüb, 1951/2015, 12; Hervorhebung von Trüb).

„Die Entdeckung der eigenen Identität heißt nicht, daß ich als isoliertes Wesen sie entschlüssele, sondern gemeint ist, daß ich sie durch den teils offen geführten, teils verinnerlichten Dialog mit anderen aushandele [...]. Meine eigene Identität ist entscheidend abhängig von meinen dialogischen Beziehungen zu anderen“ (Taylor, 1995, S. 57).

Frank-M. Staemmler, Dr. phil., Dipl.-Psych., geb. 1951, Psychologischer Psychotherapeut, Ausbilder und Supervisor; von 2002 bis 2006 Herausgeber des *International Gestalt Journal*, von 2007 bis 2009 Mitherausgeber der *Studies in Gestalt Therapy*. Autor bzw. Herausgeber zahlreicher Fachartikel und mehrerer Bücher zu psychotherapeutischen Themen; zuletzt erschienen: *Das Geheimnis des Anderen – Empathie in der Psychotherapie* (2009); *Das Dialogische Selbst – Postmodernes Menschenbild und psychotherapeutische Praxis* (2015); *Relationalität in der Gestalttherapie – Kontakt und Verbundenheit* (2017). Ausführliche Informationen und Kontaktdaten unter www.frank-staemmler.de

Die meisten bedeutsameren Psychotherapieformen haben in den letzten zwei bis drei Jahrzehnten ihre ‚relationale Wende‘ erlebt bzw. sind noch dabei. Das ist vermutlich kein Zufall, sondern Ausdruck davon, dass der psychotherapeutische Diskurs schulenübergreifend den Einflüssen des jeweiligen Zeitgeistes ausgesetzt ist.

Der postmoderne Zeitgeist, der die Aufmerksamkeit für die Signifikanz von menschlicher Relationalität befördert hat, hat auch – und beides hängt natürlich zusammen – die Einsicht in die Relevanz von Differenzen, Diversität und Pluralität gestärkt: Die Idee der Multikulturalität hat die Vorstellung von ‚Leitkulturen‘ in Frage gestellt, die Idee der Relationalität hat das im Westen weit verbreitete individualistische Menschenbild herausgefordert (vgl. Staemmler, 2017), und die Idee von der Pluralität hat nicht nur auf politisch-gesellschaftlicher Ebene, sondern z. B. auch auf der Ebene philosophischer und psychologischer Selbsttheorien die Dominanz traditioneller Konzepte von der Uniformität und Konsistenz eines verdinglichten, monolithischen Selbst in Zweifel gezogen. Zum letztgenannten Punkt schreibt der Psychoanalytiker Roy Schafer:

„Das Selbst [...] setzt [...] stillschweigend einen Naturzustand persönlicher Einheit und Harmonie voraus. In ihrer unbestimmten Form jedoch beruht diese stillschweigende Voraussetzung weit mehr auf Hoffnungen als auf Belegen oder begründeten Argumenten. Eine wichtige Folge davon ist, daß wir alle sehr schnell [...] zu geteilten Selbsten werden, während es der Wahrheit viel näher käme zu sagen, daß das ungeteilte Selbst im besten Falle eine... theoretische Fiktion und im schlimmsten Falle ein manischer Verschmelzungstraum ist“ (Schafer, 1982, S. 47f.; Hervorhebung von Roy Schafer).

Gerade wegen der Vielseitigkeit, die an die Stelle der früheren „großen Erzählungen“ (Lyotard, 1994) getreten ist, sind natürlich auch die neu entstandenen postmodernen Entwürfe von Relationalität in den verschiedenen psychotherapeutischen Richtungen keineswegs einheitlich ausgefallen, sondern unterscheiden sich beträchtlich, z.T. sogar innerhalb einzelner Schulen. Die Verschiedenheiten zeigen sich sowohl in der Art und Weise, wie menschliche Relationalität verstanden wird, als auch darin, ob, mit welchem Nachdruck und in welcher Form die jeweilige Idee von Relationalität mit dem jeweiligen Begriff des Selbst verknüpft wird.

Ich freue mich über die Einladung, eine kurze Zusammenfassung meiner Sicht dieser Dinge im Rahmen der Zeitschrift PERSON darzulegen. Vielleicht ist es für meine Leserinnen und Leser zum leichteren Verständnis meiner Überlegungen nützlich, über mich zu wissen, dass ich zwar auch als Personenzentrierter Psychotherapeut ausgebildet bin, mein Denken aber nicht primär in dieser Tradition steht.¹ Vielmehr haben zwei andere Strömungen den stärksten Einfluss auf mein Menschenbild ausgeübt (vgl. Staemmler, 2015): einerseits die Gestalttherapie (vgl. Perls, Hefferline & Goodman, 1951/2006; 1951/2007) und andererseits die Theorie des dia-logischen Selbst (vgl. Hermans, Kempen & van Loon, 1992; Hermans & Hermans-Konopka, 2010).

Kontakt als erste Wirklichkeit

Um sein Bild vom Menschen zu kennzeichnen, hat Carl Rogers einmal pointiert gesagt: „Er ist zu allererst unheilbar sozial“ (Rogers, 1965, S. 20). Natürlich wollte Rogers damit nicht sagen, menschliche Sozialität sei eine Krankheit, die man leider nicht kurieren könne; vielmehr wollte er vermutlich auf pointierte Weise eine anthropologische Konstante benennen, nämlich die Tatsache, dass der Mensch ohne Relationalität nicht denkbar sei. Daher fuhr er fort: „Nach meiner Erfahrung hat der Mensch ein fundamentales Verlangen nach sicheren, nahen und

kommunikativen Beziehungen mit Anderen und fühlt sich in großem Maße abgeschnitten, allein und unerfüllt, wenn solche Beziehungen nicht existieren“ (ebd.).

Ich kann dieser Feststellung uneingeschränkt zustimmen, denn ohne Zweifel stellt der Wunsch nach Kontakt und Zugehörigkeit ein menschliches Grundbedürfnis dar (vgl. Baumeister & Leary, 1995). Dennoch kann Rogers' Aussage, wenn sie nicht erläutert und ergänzt wird, zu einem Missverständnis beitragen, von dem ich nicht weiß, ob bzw. in welchem Maß Rogers selbst ihm erlegen ist.² Man könnte seine Aussage nämlich auch so deuten: Ein primär aus sich selbst heraus existierendes Individuum entwickelt sekundär ein Bedürfnis nach sozialen Kontakten, dem es dann nachgeht, weil es ansonsten isoliert und frustriert bliebe.

Überspitzt und verallgemeinert lautete diese Interpretation: Zuerst gibt es ein nicht-soziales menschliches Wesen, aus dem dann in einem zusätzlich erforderlichen Schritt ein soziales Wesen wird. Charles Taylor hat eine solche Auffassung als „monologisches Ideal“ bezeichnet, das irrtümlich meint, „wir brauchen Beziehungen, um Erfüllung zu finden, nicht, um uns zu definieren“ (Taylor, 1993, S. 23). Das hieße, Beziehungen nur als *Folge* dessen zu verstehen, dass *primär getrennte* Wesen miteinander Kontakt aufnehmen.

Eine solche Deutung würde vielen vermutlich gar nicht als problematisch auffallen, weil sie ziemlich weitgehend dem entspricht, was man als Erwachsener alltäglich erlebt: Man spürt sich aus der eigenen Perspektive und wendet sich von dort aus mit bestimmten Bedürfnissen an Andere, um dann im Kontakt mit ihnen seine Wünsche zu erfüllen. Und doch mangelt es dieser Sichtweise an der nötigen Radikalität, weshalb Brent Slife sie als eine „schwache Form von Relationalität“ charakterisiert, für die „Beziehungen reziproke Austauschprozesse [...] zwischen Organismen darstellen, die *im Wesentlichen eigenständig* und in sich abgeschlossen sind“ (Slife, 2004, S. 158; Hervorhebungen von Frank Staemmler).

Aus der Perspektive eines solchen *schwachen* Begriffs von Relationalität üben zwischenmenschliche Beziehungen zwar einen mehr oder weniger beträchtlichen *Einfluss* auf die beteiligten Personen aus, sie sind aber für die Individuen *nicht konstitutiv*. Dieser Begriff von Relationalität bleibt daher tendenziell individualistisch.

¹ Ich bitte daher auch um Verständnis dafür, dass meine Kenntnis der entsprechenden Literatur begrenzt ist.

² Die mir bekannte Sekundärliteratur legt nahe, dass es sich bei Rogers um eine theoretische Entwicklungslinie handelte, die mit eher individualistischen Schwerpunkten begann und sich dann in Richtung eines zunehmend grundlegenden Verständnisses von Relationalität veränderte: „Über viele Jahre hinweg befasste sich Rogers mehr mit den individuellen Aspekten der Person und betonte ihre Einzigartigkeit [...]. Erst später konzentrierte er sich mehr und mehr auf die relationale Dimension“ (Schmid 2007, 36, vgl. auch Barrett-Lennard, 2007; Bohart, 2007). Schmid's Feststellung trifft jedoch vielleicht mehr auf Rogers' Theoriebildung als auf seine therapeutische Praxis zu.

Aber menschliche Relationalität ist mehr als nur ein Bedürfnisbefriedigungssystem oder Ausdruck eines Wunsches nach Gemeinsamkeit zwischen ansonsten separaten Individuen. Darum stimme ich Barrett-Lennard zu, der betont:

„Bezogenheit kann nicht überzeugend als eine Transaktion zwischen grundlegend getrennten Wesen verstanden werden. Es handelt sich nicht primär um einen Austausch, in dem irgendetwas übergeben wird. Vielmehr handelt es sich um eine inhärente und primäre Modalität menschlichen Lebens, die unsere wesentliche Verbundenheit reflektiert“ (Barrett-Lennard, 2007, S. 135).

Das hat seine Begründung darin, dass die grundlegende Entwicklungslinie des Menschen nicht vom Individuellen zum Sozialen, sondern in entgegengesetzter Richtung, nämlich vom Sozialen zum Individuellen, verläuft, weswegen Relationalität für die Person als *konstitutiv* zu betrachten ist: Sie ergibt sich nicht erst aus dem Kontakt zwischen Individuen, sondern (umgekehrt!) die Menschen werden allererst und – wie ich unten noch zeigen werde – immer wieder neu zu dem, wer sie jeweils sind, durch ihren Kontakt mit den Anderen. Martin Buber hat das prägnant auf den Punkt gebracht: „Im Anfang ist die Beziehung. [...] Der Mensch wird am Du zum Ich“ (Buber, 1936, S. 35f.).³

Vielleicht ist es nützlich zu betonen, dass es an dieser Stelle meiner Überlegungen um eine *ontologische* Behauptung geht. Bubers (1936) Beschreibungen *qualitativer* Unterschiede in der Art, Beziehungen zu gestalten („Ich-Du“ vs. „Ich-Es“ – siehe auch Staemmler, 1993), sowie verwandte neuere Konzepte (wie z. B. „*relational depth*“ – siehe Mearns & Cooper, 2005) liegen auf einer anderen, eher *normativen* konzeptionellen Ebene (vgl. Staemmler, 2015, 167f.), um die es mir hier erst einmal *nicht* geht, so wichtig sie auch ist. Sie handelt davon, wie eine Beziehung *therapeutisch wirksam* werden kann. Zu dieser Ebene rechne ich auch Rogers' (1991) notwendigen und hinreichenden Bedingungen.

In den 1930er Jahren haben zwei, auf ihre jeweilige Art wissenschaftlich orientierte Autoren – ohne mir bekannten Bezug zu Buber oder zueinander – Positionen erarbeitet, die zu Bubers ontologischen Feststellungen passen und für mein Menschenbild und Therapieverständnis grundlegend sind. Ich denke an Lev Vygotskij und an George Herbert Mead.⁴

Der große russische Entwicklungspsychologe Vygotskij (1992) kam aufgrund seiner umfangreichen empirischen Untersuchungen zu der Ansicht, dass der den höheren psychischen Funktionen zugrundeliegende Mechanismus ein Abbild des Sozialen ist. „Alle höheren Funktionen sind interiorisierte Beziehungen sozialer Ordnung. [...] Sogar nach ihrer Umwandlung in psychische Prozesse bleibt sie quasi-sozial“ (ebd., S. 237). Und der amerikanische Sozialpsychologe, von dem Rogers (1972) anerkennend sagte, er habe „bedeutend zur Erweiterung unseres Wissens über die Entwicklung und das Funktionieren des Selbst beigetragen“ (ebd., S. 429), formulierte es so:

„Das Selbst entwickelt sich; es ist bei der Geburt anfänglich nicht vorhanden, entsteht aber innerhalb des gesellschaftlichen Erfahrungs- und Tätigkeitsprozesses, das heißt im jeweiligen Individuum als Ergebnis seiner Beziehungen zu diesem Prozeß als Ganzem und zu anderen Individuen innerhalb dieses Prozesses“ (Mead, 1968, S. 177)⁵.

Auf diesen Erkenntnissen baut die Vorstellung einer *starken* Relationalität auf, die den Einsichten, auf denen ein schwaches Konzept von Relationalität beruht, keineswegs widerspricht, sondern sie einschließt und zugleich übersteigt. Anders gesagt: Schwache Relationalität ist von starker Relationalität abgeleitet, da Personen sich als solche in ihrem Kontakt mit Anderen konstituieren, die, *vice versa*, gleichfalls in diesem Kontakt zu denen werden, die sie jeweils sind. „Erst die Interaktion lässt die daran Teilnehmenden entstehen. Eine neue Art von Interaktion erschafft jeweils neue daran Teilnehmende“ (Gendlin, 2015, S. 398).

Dass Menschen, die auf diesem Weg zu Personen geworden sind, dann auch Beziehungen aufnehmen, wählen und nach ihren Wünschen gestalten können, ist die *Folge* ihrer konstitutionellen Relationalität. „Bezogenheit ist das zentrale Medium menschlichen Werdens und in ihren vielen unterschiedlichen Manifestationen der *primäre* Prozess des menschlichen psychosozialen Lebens“ (Barrett-Lennard, 2013, S. 168; Hervorhebungen von Staemmler)⁶, d. h. *sowohl* des sozialen *als auch* des psychischen Lebens.

3 Für die Gestalttherapie war diese Einsicht übrigens ein zentraler Ausgangspunkt ihrer Theoriebildung; bei Perls et al. (1951/2006) heißt es: „Der Kontakt selbst ist die erste und unmittelbarste Wirklichkeit“ (ebd., S. 21; vgl. auch Staemmler, 2013).

4 Vielleicht sollte man hier eher von drei Autoren sprechen und Bakhtin (1984) noch hinzurechnen, dessen Wirkungsgeschichte weit über den von ihm zunächst angezielten Bereich der Literatur hinausreicht. Er schreibt z. B.: „Die wichtigsten Akte, die das Selbst-Bewusstsein konstituieren, sind von einer Beziehung zu einem anderen Bewusstsein bestimmt (von einer Beziehung zu einem Du). [...] Eine Person besitzt

kein inneres souveränes Territorium [...]; wenn sie in sich schaut, sieht sie *in die Augen eines Anderen* oder *mit den Augen eines Anderen*“ (ebd., S. 287; Hervorhebungen von Bakhtin).

5 Das Zitat wurde von mir aufgrund des englischen Originals geringfügig überarbeitet; die deutsche Übersetzung ist missverständlich.

6 An anderen Stellen seines Buches vertritt dieser Autor wiederum die Position einer schwachen Relationalität, etwa wenn er – gleichfalls auf Seite 168 sowie auf anderen Seiten – Beziehungen als „emergente“ Eigenschaften des Zusammenkommens von Individuen beschreibt.

Das dialogische Format des Selbst

Es scheint mir ratsam, die entwicklungspsychologischen Prozesse, die hier eine Rolle spielen, genauer zu charakterisieren. Denn was Vygotskij (1929/1989), zu seiner Zeit noch relativ grob als „Interiorisierung“ kennzeichnete, stellt natürlich keinen Vorgang dar, in dessen Verlauf etwas Interpersonales völlig unmodifiziert, sozusagen eins zu eins, in Psychisches transformiert würde. Deshalb betonte Vygotskij: „Am wichtigsten ist die Tatsache, dass der Mensch sich nicht nur entwickelt: *Er konstruiert sich auch selbst*“ (ebd., S. 65; Hervorhebung von Vygotskij). Es handelt sich um einen Prozess der *kreativen* Aneignung, der dazu führt, dass das, was das Kind sich zu eigen macht, seine eigene, individuelle Form findet: „Es handelt sich [...] um eine Aneignung der gemeinsamen Aktivität durch das jeweilige Individuum, in dem sich das Verständnis des Individuums von seiner Beteiligung an der *gemeinsamen Aktivität* widerspiegelt“ (Rogoff, 1990, S. 195; Hervorhebung von Staemmler).⁷

Die gemeinsame Aktivität besteht zuerst in einer geteilten Aufmerksamkeit und hat mit jener „Intersubjektivität [...] zu tun, mit der die Kleinkinder anfangen, eine gemeinsame Bewusstheit von Dingen in der Umwelt zu manifestieren und sich für systematische *Interaktionen* [...] mit anderen zu engagieren“ (Rochat, 2010, S. 177). Und Interaktionen stehen auch im Vordergrund, wenn es um die Frage danach geht, was im Wesentlichen internalisiert wird: Für die hier vertretene entwicklungspsychologische Betrachtungsweise ist der Aspekt entscheidend, dass die Internalisierung sich nicht primär auf die individuellen Bezugspersonen, deren persönliche Merkmale oder auf die Inhalte der von ihnen kommunizierten Botschaften bezieht; solche Identifikationsprozesse gibt es (entwicklungspsychologisch *später!*) natürlich auch.

Aber auf der grundlegenden Ebene geht es zunächst um die Aneignung von „*Interaktionserfahrungen*“ (Stern, 2011, S. 184; Hervorhebung von Staemmler)⁸, eines „Seins zu zweien“ (Merleau-Ponty, 1966, S. 406). Es geht zuerst um die Aneignung des *Gemeinsamen*, nicht um die des individuellen anderen. Insofern sollte man mit Rogoff von „*der Aneignung geteilter Aktivität* im Gegensatz zu dem Prozess der *Internalisierung einer externen Aktivität*“ (Rogoff, 1990, S. 195; Hervorhebung von Staemmler) sprechen.

Diesen Aspekt halte ich deswegen für so wesentlich, weil darin das Element des Gemeinschaftlichen bzw., wie man auch sagen könnte, des *Dialogischen* zum Ausdruck kommt, dem

aus meiner Sicht höchste Priorität beizumessen ist. Denn, wie Leont'ev (1981) betont hat, besteht „der Prozess der Internalisierung [...] nicht in der Übertragung einer externen Aktivität auf eine [schon vorhandene] interne ‚Bewusstseinsbene‘: Er ist der Prozess, *durch den sich diese interne Ebene überhaupt erst bildet*“ (ebd., S. 57; Hervorhebung von Staemmler). Es wäre daher eine falsche, individualistische Vorannahme, davon auszugehen, dass irgendwo im ‚Inneren‘ des Kindes schon ein ‚Container‘ vorhanden sei, der dann von ‚außen‘ mit vorgefertigten mentalen ‚Inhalten‘ ‚befüllt‘ werden könnte (vgl. Arieviditch & van der Veer, 1995).

Aus dieser Perspektive erscheinen „praktisch alle bekannten psychologischen Phänomene – soziale Einstellungen, Gefühle, das Selbst und dergleichen – als Produkte des sozialen Diskurses [...], die auch nur innerhalb sozialer Diskurse existieren“ (Stetsenko & Arieviditch, 1997, S. 162). Somit ist die Ebene individueller psychischer Vorgänge von Grund auf und über die gesamte Lebenszeit hinweg mit einer dialogischen Qualität ausgestattet; das Selbst ist ein für alle Mal mit einem dialogischen ‚Format‘ versehen – anders gesagt: Ein Selbst auszubilden heißt, die Bezogenheit auf Andere und den Austausch mit ihnen zur eigenen Sache zu machen und sich dadurch selbst zu definieren. Ein Selbst ist kreativ angeeigneter Dialog, daher ist das Selbst dialogisch und ständig im Dialog mit Anderen sowie mit sich selbst.

Diese dialogische Signatur psychischer Prozesse ist so primär, dass sie sich nicht erst mit der Sprachentwicklung zeigt; vielmehr baut jeder sprachliche Dialog schon darauf auf: Babys saugen das dialogische Format im übertragenen, aber auch im wörtlichen Sinne bereits mit der Muttermilch ein; Mütter und ihre Säuglinge praktizieren beim Stillen z. B. ein Grundmuster jedes wie auch immer gearteten Dialogs, das unter dem Begriff des „*turn-taking*“ (Kaye & Wells, 1980) untersucht wurde und bei dem beide Beteiligte sich sowohl aktiv bzw. initiativ als auch passiv bzw. reaktiv verhalten – ähnlich dem Muster von Rede und Antwort in sprachlichen Dialogen. Auch an das Phänomen der „*Blickdialoge*“ (Petzold, 1995) und an andere Formen der Interaktion zwischen Kleinkindern und ihren Bezugspersonen ist hier zu denken.

Die Untersuchungen der Interaktionen zwischen Babys und ihren Bezugspersonen zeigen, dass dialogische Prozesse nicht auf Sprache angewiesen sind, auch wenn sie im weiteren Lebenslauf zunehmend mehr mit verbalen Mitteilungen einhergehen und dann auch Formen annehmen können, die ganz überwiegend sprachlich sind. Aber der Dialog beginnt bereits mit der Geburt.⁹ Von da an sind wir dank des Gedächtnisses

⁷ Es geht hier also keineswegs um einen simplen Akkomodationsprozess im Sinne Piagets.

⁸ Auf dazugehörige Konzepte von Stern (1992, 160ff.), die „RIGs“ und den „evozierten Gefährten“, werde ich später noch zurückkommen.

⁹ Es gibt übrigens durchaus erwägenswerte Argumente dafür, dass er schon während der Schwangerschaft beginnt (vgl. z. B. Castiello et al., 2010).

[...] nur selten allein. [...] Die Entwicklung setzt einen ständigen, für gewöhnlich stummen Dialog zwischen den [...] Partnern voraus. [...] Die Vorstellung der Gemeinschaft von Selbst und Anderem als subjektive Realität ist also nahezu allgegenwärtig (Stern, 1992, S. 171f.).

Die von Merleau-Ponty (1966) so genannte „Zwischenleiblichkeit“ ist der chronologisch erste und auch der weiterhin grundlegende Schauplatz menschlicher Dialogizität: „Leiblichkeit [ist] eine Kommunikation mit der Welt, die älter ist als alles Denken“ (ebd., S. 296) und damit auch älter als das reflexive Selbst, das sich erst am Ende des ersten Lebensjahres herauszubilden beginnt und das präreflexive Selbst ergänzt (vgl. Zahavi, 2005).¹⁰

Wenn ich von „Dialog“ rede, ist daher keinesfalls nur derjenige Austausch gemeint, der sich sprachlicher und anderer symbolischer Mittel bedient, denn dieser baut auf der leiblichen Kommunikation auf; er ersetzt diese im Verlauf der Entwicklung auch nicht, sondern ergänzt sie und erweitert so die dialogischen Fähigkeiten des Selbst in der Interaktion mit den Anderen – und im Umgang mit sich selbst.

„Zu sein heißt zu kommunizieren“ (Bakhtin, 1984, S. 287; Hervorhebung von Bakhtin), und das nicht nur mit realen oder „evozierten“ Anderen, sondern auch mit sich selbst. Deshalb kann Heidegger (1953) behaupten: „Dasein ist wesenhaft Mitsein. [...] Das Mitsein bestimmt [...] das Dasein auch dann, wenn ein Anderer faktisch nicht vorhanden und wahrgenommen ist“ (ebd., S. 120; Hervorhebungen von Bakhtin).

Wir merken das tagtäglich, z. B. beim Putzen oder Autofahren, daran, dass wir nahezu permanent, wenn unsere Aufmerksamkeit nicht von einem plötzlichen, sofortige Reaktionen erfordernden Ereignis in Anspruch genommen wird, in Gedanken – und manchmal sogar laut – ‚Gespräche‘ mit Anderen führen:

Wir repetieren in der Erinnerung die Auseinandersetzungen, die wir zuvor tatsächlich mit Anderen hatten, und finden dabei ‚bessere‘ Antworten; wir planen bevorstehende Begegnungen mit Anderen, stellen uns vor und probieren aus, wie wir ein bestimmtes Anliegen oder eine Kritik am besten vortragen etc. Solche psychischen Prozesse, die man der Deutlichkeit halber zu therapeutischen Zwecken externalisieren und inszenieren kann, nenne ich „Fantasiegespräche“. Analog lassen

sich auch die von mir so genannten „Selbstgespräche“ nutzen, die Menschen ständig mit sich selbst führen, etwa wenn sie zu sich sagen, „das hast du aber gut gemacht,“ oder sich bei gegebenem Anlass selbst fragen, „wie konnte mir das nur passieren?“ (Staemmler, 1995/2015, S. 276ff.)

Relationalität und Pluralität des Selbst

Der nun folgende Gedankengang beginnt mit einer ebenso wichtigen wie auf den ersten Blick vielleicht trivial erscheinenden Feststellung: Menschen interagieren in aller Regel von Geburt an nicht nur mit *einem* anderen Menschen, sondern mit *mehreren*. Das beginnt üblicherweise damit, dass ein Kleinkind nicht nur mit der Mutter, sondern auch mit dem Vater (oder anderen primären Bezugspersonen, z. B. Geschwistern, Großeltern etc.) in Kontakt tritt. Überdies erweitert sich der Kreis der Bezugspersonen meist mit zunehmendem Alter – kurz: „Wir leben nicht in der Welt *des* (einen anderen) Menschen, sondern in der Welt *der* Menschen. [...] Zu ihrem Wesen gehört der Plural“ (Schmid, 2002, S. 86; Hervorhebungen von Schmid).

Wie Stern (1992) mit seinem Konzept von den „Repräsentationen generalisierter Interaktionen (RIGs)“ gezeigt hat, ist das für die Entwicklung des dialogischen Selbst bereits in den ersten Lebensmonaten insofern bedeutsam (und von daher gar nicht mehr trivial), als jede der zahlreichen, verschiedenartigen Beziehungen zwischen dem Selbst und einer [...] anderen Person ihre spezifische RIG hat. Und wenn unterschiedliche RIGs aktiviert werden, erlebt der Säugling erneut unterschiedliche Formen und Weisen des Zusammenseins mit einem das Selbst regulierenden Anderen (vgl. ebd., S. 161).

Man könnte auch sagen: Weil eine jeweilige RIG in der Interaktion mit einer bestimmten anderen Person entstanden ist, enthält sie immer auch den impliziten Hinweis auf die Interaktion mit eben *dieser* Person. Diese Interaktionserfahrung findet ihre kreativ angeeignete Form in einem Erleben des Selbst, das man – zugegebenermaßen etwas umständlich – als das „Selbst,-das-ich-im-Dialog-mit-*dieser*-Person-bin“ bezeichnen könnte. Das Selbst, wie es sich in einer gegebenen Situation aktualisiert, steht auf diese Weise in Verbindung mit der Erfahrung davon, wie es ist, mit *dieser* Person zu interagieren. Eine RIG umfasst damit auch eine Erinnerung an diese Person, die Stern dann den „evozierten Gefährten“ nennt.

Das hat verschiedene Konsequenzen. Eine davon besteht darin, dass jede Erfahrung des Selbst mit einer mehr oder weniger impliziten Erinnerung an eine (oder mehrere) andere Person verknüpft ist. Ein Selbst ohne einen Bezug zu (einem oder mehreren) Anderen ist prinzipiell unmöglich, auch wenn dieser Bezug natürlich mehr oder weniger bewusst und durch

¹⁰ Manche Äußerungen von Rogers (1972) erwecken den Eindruck, dass sein Selbstbegriff sich nur auf das *reflexive* Selbst bzw. auf Teile davon bezieht, z. B. wenn er schreibt: „Als Resultat der Interaktion mit der Umgebung und insbesondere als Resultat *wertbestimmender* Interaktion mit anderen wird die Struktur des Selbst geformt – eine organisierte, fließende, aber *durchweg begriffliche* Struktur von Wahrnehmungen von Charakteristika und Beziehungen des ‚Selbst‘ zusammen mit den zu diesen Konzepten gehörenden Werten“ (ebd., S. 430; Hervorhebungen von Rogers).

später stattfindende psychische Prozesse überlagert oder bearbeitet und damit undeutlich werden kann; die Klärung unklarer Bezüge ist daher ja auch ein gemeinsames Element der meisten Psychotherapieformen.

Eine weitere Konsequenz, auf die ich in diesem Abschnitt vornehmlich hinweisen möchte, liegt in der Tatsache, dass die Interaktionen mit *verschiedenen* Anderen auch zu verschiedenen Formen des Selbsterlebens beitragen. Außerdem führen auch signifikant unterschiedliche Interaktionserfahrungen mit *derselben* Bezugsperson *in verschiedenen Situationen* zu unterschiedlichen RIGs und folglich auch zu unterschiedlichen Erlebnissen von dem „Selbst,-das-ich-im-Dialog-mit-*dieser*-Person-bin“. So bilden sich *diverse* Formen des Selbsterlebens. Auch wenn die RIGs mit der Zeit durch zunehmend komplexere Gedächtnisprozesse ergänzt und modifiziert werden, setzt sich das an den RIGs bereits erkennbare Prinzip auch in der weiteren Entwicklung fort. Bei Gendlin (2015) liest sich das so: „Wie du bist, wenn du auf mich wirkst, ist schon durch mich beeinflusst, aber nicht wie ich gewöhnlich bin, sondern durch mich, wie ich geschehe mit dir“ (ebd., S. 95).

Eine besonders schöne Art, diesen Sachverhalt zu beschreiben, habe ich bei Ernst Jandl (2009) gefunden. Sein Gedicht *Liegen bei dir* lautet:

ich liege bei dir. deine arme
halten mich. deine arme
halten mehr als ich bin.
deine arme halten, was ich bin
wenn ich bei dir liege und
deine arme mich halten

Perls et al. (1951/2006) haben versucht, das diesen Beschreibungen zugrundeliegende Prinzip folgendermaßen auf den Punkt zu bringen: Sie definieren „das ‚Selbst‘ als System der Kontakte in jedem Augenblick. Als solches ist das Selbst sehr flexibel“ (ebd., S. 31). Bubers oben erwähnte Sentenz, „der Mensch wird am Du zum Ich“, möchte ich von daher grammatikalisch als eine Formulierung im *singularis generalis* interpretieren und in die folgende Aussage übersetzen: Menschen bilden im Rahmen ihrer Interaktionen mit verschiedenen Anderen sowie im Rahmen verschiedener Interaktionen mit denselben anderen jeweils unterschiedliche Erlebensweisen ihres Selbst aus. Insofern liegt es auf der Hand, dass eine starke Relationalität unausweichlich zu einer Pluralität des Selbst führen muss.

Einfach gesagt: Ich bin jeweils ein anderes Selbst in Abhängigkeit davon, ob ich mich im Dialog mit Peter oder mit Paula befinde, und ich bin jeweils ein anderes Selbst in Abhängigkeit davon, ob ich mich in einem liebevollen oder in einem kontroversen Dialog mit Paula befinde. George H. Mead (1968) sagt es so: „Wir haben viele verschiedene Beziehungen zu verschiedenen Menschen. [...] Es gibt die verschiedensten Selbst,

die den verschiedensten gesellschaftlichen Reaktionen entsprechen. [...] Eine mehrschichtige Persönlichkeit¹¹ ist bis zu einem gewissen Grad etwas Normales“ (ebd., S. 184f.).¹²

Soweit ich weiß, findet diese Tatsache auch im personenzentrierten Diskurs der letzten Jahre zunehmende Beachtung (vgl. Cooper & McLeod, 2011; Cooper, Mearns, Stiles, Warner & Elliott, 2004; Goldmann, 2014; Keil & Stumm, 2014; Rowan & Cooper, 1999).

Je mehr die Interaktionen mit Anderen durch Wiederholung und Ähnlichkeit den Charakter von Interaktionsmustern annehmen, bekommt auch das ihnen jeweils entsprechende Selbsterleben wiedererkennbaren Charakter. Durch die oben beschriebenen kreativen Aneignungsvorgänge sowie die mit der folgenden Entwicklung zum Jugendlichen und Erwachsenen zunehmende persönlichen Autonomie kann die Person ihre verschiedenen Selbst dann immer aktiver und initiativer in entstehende Interaktionen einbringen und deren Verlauf in der einen oder anderen Weise – sei es zum eigenen Vor- oder Nachteil – mitbestimmen.

„Somit offenbart sich im Personbegriff wie in seiner Geschichte sowohl die Einmaligkeit dessen, was mit Person gemeint ist, wie die Grundgegebenheit der Erfahrung der Person als eines Antwortenden auf ein sich vorher mitteilendes Du“ (Schmid, 1991, S. 74).

Die jeweils einmalige Geschichte der Beziehungen eines Menschen, die Kreativität seiner Aneignungsprozesse von Interaktionen sowie seine Möglichkeiten der aktiven Selbstgestaltung lassen ihn zur einzigartigen Person werden. Personalität ist, so gesehen, das immer vorläufige, veränderliche Ergebnis einer einmaligen Beziehungsgeschichte und ihrer andauernden Ver- und Bearbeitung.

Das dialogische Selbst ist somit immer auch ein *plurales* Selbst. William James kann als ein Wegbereiter dieser postmodernen Ansicht gelten; er schrieb bereits vor 125 Jahren in seinen *Principles of Psychology*:

„Genau gesagt besitzt ein Mensch so viele soziale Selbst, wie es Individuen gibt, die ihn erkennen und ein Bild von ihm in ihrem Geiste tragen. [...] Wir zeigen uns unseren Kindern nicht wie unseren Klub-Kameraden, unseren Kunden nicht wie den Arbeitern, die wir einstellen, unseren eigenen Vorgesetzten und Arbeitgebern nicht wie unseren intimen Freunden. Daraus ergibt sich praktisch eine Aufteilung des Menschen in mehrfache Selbst“ (James, 1890, S. 294).

Diese „Aufteilung“ ist nicht im pathologischen Sinne als Spaltung oder gar als „multiple Persönlichkeit“ bzw. „dissoziative

11 Diese Formulierung ist aus der Zeit heraus zu verstehen, in der sie entstand. Schichtenmodelle der Persönlichkeit können heute nicht mehr als angemessen gelten.

12 Das Zitat wurde von mir aufgrund des englischen Originals überarbeitet; die deutsche Übersetzung ist missverständlich.

Identitätsstörung“ zu verstehen – sonst wären alle Menschen Träger dieser Pathologie. Aber „nein, wir sind nicht alle multipel“ (Huber, 2011, S. 15). Vielmehr scheint „die multiple Persönlichkeit [...] die pathologische Seite eines gesunden, funktionierenden, dialogischen Selbst zu sein“ (Hermans & Dimaggio, 2004, S. 3).

Aber natürlich gibt es auch zwischen den vielen ‚Stimmen‘, die sich im Rahmen eines dialogischen und pluralen Selbst zu ‚Wort‘ melden, nicht nur Verhältnisse der gegenseitigen Ergänzung, der Unterstützung oder der Harmonie. Widersprüche, Inkonsistenzen und Inkongruenzen sind allgegenwärtig und – in individuell unterschiedlichen Grenzen – durchaus tolerabel, und zwar in der Regel in dem Maß, in dem die verschiedenen Selbst- bzw. Selbst-Anteile (ich spreche aus verschiedenen Gründen¹³ lieber von „Selbst-Positionen“) trotz ihrer Unterschiedlichkeit miteinander in einen dialogischen Austausch treten anstatt einander zu dominieren, zu marginalisieren oder zu ignorieren. Menschen wollen verstanden werden, und das nicht nur von Anderen, sondern auch von sich selbst (vgl. Staemmler, 2009).

Metaphorisch gesprochen kann man das dialogische Selbst als eine Art „*society of mind*“ (Hermans, 2002) verstehen, als eine ‚psychische Gesellschaft‘ mit diversen und differenten Positionen, Koalitionen und Widersprüchen, die bei allen Unterschieden und Gegensätzen einen Modus des Zusammenlebens finden müssen, ohne einerseits in Fragmente auseinanderzufallen und andererseits einer tendenziell totalitären Gleichmacherei unterworfen zu werden. Dies kann in dem Maße gelingen, in dem *allen* Selbst-Positionen prinzipiell gleiches Existenz- und Mitspracherecht zugebilligt wird, so dass sie an einem psychischen Diskurs teilnehmen können, der von der Norm der *Inklusion*¹⁴ geprägt ist.

Daher werden „in therapeutischen Anwendungen dialogischer Psychologie die verschiedenen, oftmals im Konflikt miteinander stehenden Stimmen ermutigt, sich zu äußern, Gehör zu finden und in einen offenen Dialog miteinander einzutreten“ (Adams, 2010, S. 343). Dabei geht es nicht vorrangig darum, Einigkeit oder Konsistenz oder Harmonie zwischen den verschiedenen Positionen herzustellen:

„Für das Wort (und folglich für ein menschliches Wesen) gibt es nichts Schrecklicheres als das *Fehlen einer Antwort*. [...]“

13 Zu diesen gehören z. B. die in meiner Theoriebildung wichtige Bezugnahme auf die Phänomenologie der Leiblichkeit, hier auf Plessners (1981) Konzept der *Positionalität*, d. h. die „Gesetz- oder Gestelltheit des lebendigen Körpers“ (ebd., S. 129), sowie – auf ganz anderer, nämlich sprachlicher Ebene – meine Abneigung gegenüber jeder Form von Reifikation des Selbst, wie sie etwa mit dem Wort „Teil“ suggeriert wird (mehr dazu in Staemmler, 2015, S. 200ff.).

14 Das Programm einer „Integration“ in eine „Leitkultur“ entspricht weder auf gesellschaftlicher noch auf individueller Ebene dieser Norm.

Gehört zu werden ist an sich schon eine dialogische Beziehung. Das Wort will gehört, verstanden und beantwortet werden, um wiederum auf die Antwort zu antworten und so weiter *ad infinitum*“ (Bakhtin, 1986, S. 127; Hervorhebungen von Bakhtin).

Um gehört zu werden und eine Antwort zu bekommen, brauchen die verschiedenen Stimmen der Psyche oft Unterstützung. Diese anzubieten ist Teil der Aufgabe der Therapeutin. Sie kann sich dabei an einer Diskursethik orientieren, wie sie etwa Habermas (2009) in Bezug auf Prozesse der gesellschaftlichen Kommunikation entworfen hat. Die Diskursethik hat nämlich Kriterien entwickelt, die sich mit gewissen Spezifikationen auch auf die dialogischen psychischen Prozesse des Individuums anwenden lassen. Ich ergänze das folgende Zitat von Alexy entsprechend:

„Jeder [Selbst-Aspekt] [...] darf an Diskursen teilnehmen [...] Jeder darf jede Behauptung [anderer Selbst] problematisieren. Jeder darf jede Behauptung in den Diskurs einführen. Jeder [Selbst-Anteil] darf seine Einstellungen, Wünsche und Bedürfnisse äußern. [...] Keine [Selbst-Position] darf durch [...] Zwang daran gehindert werden, [ihre] Rechte wahrzunehmen“ (Alexy, 1978, S. 40f.).

Das, was sich auf zwischenmenschlicher Ebene als *Ethik* zeigt, stellt sich dann auf individueller Ebene als Kriterium für psychische *Gesundheit* dar, die Psychotherapeutinnen bei ihren Patienten dadurch fördern können, dass sie sie auch im Umgang mit sich selbst bei der Berücksichtigung diskursethischer Maßstäbe unterstützen (vgl. auch Cooper, 2003).

Das Selbst als Prozess

Wenn das Selbst als dialogisch und plural verstanden wird, heißt das umgekehrt: Es kann *kein Ding* sein wie ein Computer oder ein Herzschrittmacher und auch kein „Gespenst in der Maschine“ (Ryle, 1969, S. 13) oder irgendein Homunkulus, der im so genannten ‚Inneren‘ eines Menschen (im ‚Cartesianischen Theater‘) existierte und von dort aus Kontrolle ausübte.

„Der Mensch ist ein fließender Prozeß, kein festgelegtes und statisches Wesen; ein fließender Strom der Veränderung, kein Block aus festem Stoff; eine sich ständig verändernde Konstellation von Möglichkeiten“ (Rogers, 1973, S. 128).

Auch wenn Menschen – Psychologen eingeschlossen – häufig dazu neigen, sich Prozesse als Dinge vorzustellen, wäre es irreführend, das Selbst zu reifizieren: „Es gibt keine Homunkuli“, hat auch Rogers (1989, S. 22) festgestellt, und die neuere neurowissenschaftliche Forschung gibt ihm Recht:

Die Skepsis gegenüber einem homunkulusartigen Erkennenden, der mit allem Wissen ausgestattet und in einem einzigen eng umschriebenen Teil des Gehirns angesiedelt ist, war durchaus angebracht. „Diese Annahme ergibt [...] keinen Sinn.

Alle uns vorliegenden Daten lassen darauf schließen, dass nichts dergleichen vorhanden ist“ (Damasio, 2000, S. 231).

Aus philosophischer Sicht ist jede Verdinglichung des Selbst für Dennett (1989) sogar geradezu lächerlich:

„Die Suche nach dem Selbst kann ungefähr so aussehen: Man betritt das Gehirn durch das Auge, läuft den optischen Nerv bergauf, geht dann im Cortex herum und schaut hinter jedes Neuron, und dann, bevor man es sich versieht, erreicht man auf dem Spike eines motorischen Nervenimpulses wieder das Tageslicht, kratzt sich am Kopf und wundert sich, wo das Selbst ist“ (ebd., S. 163).

Und auch aus psychologischem Blickwinkel sieht es nicht sehr anders aus: „Ähnlich wie die der Identität zugeschriebene Dinglichkeit und Instanzenhaftigkeit substantiviert oder verdinglicht ‚das Selbst‘¹⁵ einen Begriff, dessen Bezüge in erster Linie subjektiv oder erlebnishaft sind und dessen Bedeutung in erster Linie adverbial und pronominal ist“ (Schafer, 1982, S. 47).

Ebenso wie seine Prozesshaftigkeit jede Reifikation des Selbst verbietet, macht es seine Pluralität problematisch, von einem einheitlichen oder gar ‚wahren‘ Selbst zu sprechen. Seine Pluralität bedeutet, dass kaum einmal nur eine einzige Selbst-Position aktualisiert wird, auch wenn eine bestimmte Selbst-Position für einen gewissen Zeitraum den Vordergrund des Bewusstseins eines Menschen einnehmen und Andere in den Hintergrund rücken lassen kann. Das Selbst ist ein dynamisches, veränderliches Muster seiner Kontakte in jedem Augenblick, wie ich Perls et al. (vgl. 1951/2006, S. 31) schon zitiert hatte; damit sind zwar hauptsächlich (aktuelle, erinnerte oder fantasierte) zwischenmenschliche Bezüge gemeint, aber auch andere wie etwa der mit der Schwerkraft.¹⁶

Insofern ist das Selbst zwar unbeständig, deswegen aber nicht diskontinuierlich, und es konfiguriert sich zwar aktuell aus verschiedenen Selbst-Positionen, ist deswegen allerdings nicht automatisch fragmentiert, wie manche Kritiker eines prozessualen und pluralen Selbstbegriffs befürchten. Denn in jedem Moment sind mehrere Kontakte parallel aktualisiert, von denen manche von Situation zu Situation bestehen bleiben, während andere mit der nächsten Situation verschwinden bzw. durch andere ersetzt werden. Insofern sind die jeweiligen

situativen Selbst miteinander verbunden, auch wenn sie sich voneinander unterscheiden (vgl. Staemmler, 2015, S. 25ff.).

Außerdem darf man Selbst-Positionen auch nicht verdinglichen; sie sind keine ‚Instanzen‘ oder ‚Subpersönlichkeiten‘ mit unbedingt überdauerndem Charakter. Sie können sich über die Zeit verändern, völlig verschwinden und auch im Rahmen neuer Situationen und neuer Kontakte erstmalig entstehen. „Es heißt, dass jede unserer Beziehungen ‚unterschiedliche Eigenschaften‘ in uns hervorbringt, so als ob alle möglichen Eigenschaften bereits in uns wären und nur darauf warten würden, ‚hervorgebracht‘ zu werden. Aber tatsächlich wirkst du auf mich ein“ (Gendlin, 2015, S. 94). Und unter diesem Eindruck bringe ich manchmal eine neue Selbst-Position, eine persönliche Stellungnahme, hervor, die ich gerade erst neu erfinde und mit der ich mich sozusagen selbst überrasche.

Rogers scheint das nicht so radikal gesehen und den Schritt von schwacher zu starker Relationalität nur teilweise vollzogen zu haben. So sehen es jedenfalls van Kessel und Keil (2002), die schreiben, „dass er in seinem Verständnis von psychischen Störungen bzw. überhaupt in seiner Persönlichkeitstheorie die konstitutive Bedeutung der interaktionellen Erfahrungen zu Gunsten eines intrapsychischen Erklärungsmodells aufzugeben scheint“ (ebd., S. 118).

Zum einen werden hier psychische Störungen auf einen Konflikt bzw. eine Inkongruenz von eigenen organismischen Erfahrungen und eigenem Selbstbild zurückgeführt. Damit wird der innere Dialog konstitutiv für den äußeren Dialog. Zum anderen scheint der Begriff der organismischen Erfahrung als Kriterium für ein wahres Selbst verwendet zu werden. Damit scheint dieses Selbst als eine intern vorgegebene und konstante Größe angenommen zu werden. Aus interaktioneller Sicht ist das Selbst hingegen niemals eine innerpsychische Vorgegebenheit, sondern immer die Resultante dessen, was der Person in ihren Interaktionen zuteil wurde und der Aspekte davon, die in der gegenwärtigen Interaktion virulent werden.

Daher stehen die verschiedenen Selbst-Positionen, die in einer gegebenen Situation das Selbst ausmachen, auch in unterschiedlichen Verhältnissen zueinander. Sie können nebeneinander existieren, ohne aufeinander Bezug zu nehmen, sie können einander ergänzen und unterstützen, sie können einander aber auch infrage stellen oder sabotieren. Ihre Kohärenz ist kein Muss, sondern variiert gleichfalls, wobei das Ausmaß an Inkonsistenz zwischen Selbst-Positionen und situativen Selbsten, das Menschen ertragen können, in Abhängigkeit von ihrer persönlichen Ambiguitätstoleranz und auch von situativen Bedingungen veränderlich ist (vgl. Whelton & Greenberg, 2004). Aber immer gilt: „Ich bin eine soziale Beziehung von mir zu mir selbst“ (Vygotskij, 1929/1989, S. 67).

Schließlich ist eine Implikation herauszustellen, die sich aus dem zuvor Gesagten ergibt: Die in einer gegebenen Situation

15 Manchmal ist vorgeschlagen worden, deswegen auf eine Substantivierung zu verzichten (vgl. z. B. Perls, 1974, S. 83). Das scheint mir allerdings wenig überzeugend. Wir kennen durchaus Substantive, die Prozesse kennzeichnen, ohne dadurch an sich schon reifizierend verstanden zu werden; das Wort „Prozess“ selbst ist eines davon – oder etwa auch das Wort „Zeit“.

16 Rosa (2016) hat menschliche Weltbeziehungen in drei Kategorien unterteilt, die durch „horizontale“ (zwischenmenschliche), „diagonale“ (dingliche) und „vertikale Resonanzachsen“ (z. B. religiöse) charakterisiert sind (vgl. ebd., S. 331ff.). Ich beschränke mich im vorliegenden Text bewusst auf die erste Achse.

aktivierten Selbst-Positionen stehen in einem *prinzipiell egalitären* Verhältnis zueinander. Es gibt keine Hierarchie, die irgendeiner von ihnen eine prinzipielle Dominanz oder generelle Kontrollfunktion über die Anderen verleihen würde. Die aktuellen Selbst-Positionen können untereinander um ihre Kräfte und Machtverhältnisse ringen – mit situativ unterschiedlichen Ergebnissen:

„Bei den Konfigurationen des Selbst wird weder ein Kernselbst noch eine herrschende Königskonfiguration vorausgesetzt – es sei denn, der Klient empfindet dies so und bezeichnet einen Teil in ihm als übergeordnete Konfiguration, z. B. in Form einer ‚Stabsstelle‘ oder einer ‚koordinierenden Instanz‘, an der alle Fäden zusammenlaufen“ (Keil & Stumm, 2014, S. 96).

Eine solche Anordnung ist dann aber nicht im Sinne einer festgelegten psychischen ‚Struktur‘ zu verstehen, sondern als eine sich mehr oder weniger schnell verändernde, subjektiv erlebte Konfiguration, die ihrerseits einen vorübergehenden Teil des gesamten interaktionellen Prozesses darstellt.

Schluss

Rogers (1973) hat einmal angemerkt: „Mir scheint, daß letztlich jeder Mensch fragt: ‚Wer bin ich denn in *Wirklichkeit*? Wie kann ich Kontakt mit dem wirklichen Selbst aufnehmen, das unter meinem ganzen oberflächlichen Verhalten liegt? Wie kann ich Ich werden?“ (ebd., S. 115; Hervorhebung von Rogers). Sicher hatte er recht damit, dass viele Menschen sich solche Fragen stellen und sich darum bemühen, Antworten darauf zu finden. Er selbst war vermutlich einer davon. Und wie immer sind solche Fragen (sowie die Antworten) von der Kultur und dem Zeitgeist bestimmt, in denen sie auftauchen.

Vor dem Hintergrund des aktuellen Verständnisses einer radikalen Relationalität des Menschen und der sich daraus ergebenden Dialogizität des Selbst stellen sich für mich die Fragen anders als zu Rogers' Zeit. Die Annahme, es gäbe ein ‚wirkliches Selbst‘, das man finden könne, womit sich die Suche erledigt hätte, weil man dann ein für alle Mal man selbst geworden sei, hat heute keine uneingeschränkte Gültigkeit mehr. Ebenso sind die räumlich konzipierten, tiefenpsychologischen Schichtenmodelle überholt, die davon ausgingen, ein ‚wahres‘ Selbst sei nach der Methode quasi archäologischer Ausgrabungsarbeiten irgendwo „unter“ der Oberfläche zu suchen.

Nach meinem Eindruck brauchen Menschen unter den heutigen postmodernen Bedingungen Unterstützung dabei, ihre Sicherheit nicht mehr von irgendwelchen mehr oder weniger endgültigen Wahrheiten über die Welt und sich selbst zu erhoffen, sondern stattdessen nach Wegen zu suchen, wie sie sich im Fluss der Dinge und des eigenen Selbst zurechtfinden, eine größere Toleranz gegenüber Unsicherheiten und Widersprüchen

entwickeln sowie die Idee der Inklusion sowohl gegenüber Anderen als auch bezüglich der eigenen Selbst-Positionen kultivieren können.

Literatur

- Adams, M. (2010). Losing one's voice: Dialogical psychology of the unspeakable. *Theory & Psychology*, 20(3), 342–361.
- Alexy, R. (1978). Eine Theorie des praktischen Diskurses. In W. Oelmüller (Hrsg.), *Normenbegründung, Normendurchsetzung* (S. 22–58). Paderborn: Schöningh.
- Arievitch, I., & van der Veer, R. (1995). Furthering the internalization debate: Galperin's contribution. *Human Development*, 38(2), 113–126.
- Bakhtin, M. M. (1984). *Problems of Dostoevsky's poetics*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Bakhtin, M. M. (1986). *Speech genres and other late essays* (C. Emerson & M. Holquist, Hrsg.) Austin: University of Texas Press.
- Barrett-Lennard, G. T. (2007). The relational foundations of person-centered practice. In M. Cooper, M. O'Hara, P. F. Schmid, & G. Wyatt (Hrsg.), *The handbook of person-centred psychotherapy and counselling* (S. 127–139). Basingstoke, UK: Palgrave Macmillan.
- Barrett-Lennard, G. T. (2013). *The relationship paradigm: Human being beyond individualism*. Basingstoke, UK, & New York: Palgrave Macmillan.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529.
- Bohart, A. C. (2007). The actualizing person. In M. Cooper, M. O'Hara, P. F. Schmid, & G. Wyatt (Hrsg.), *The handbook of person-centred psychotherapy and counselling* (pp. 47–63). Basingstoke, UK: Palgrave Macmillan.
- Buber, M. (1936). *Ich und Du*. Berlin: Schocken.
- Castiello, U., Becchio, C., Zoia, S., Nelini, C., Sartori, L., Blason, L., D'Otta-vio, G., Bulgheroni, M., & Gallese, V. (2010). Wired to be social: The ontogeny of human interaction. *PLoS ONE*, 5(10), pp. 13199.
- Cooper, M. (2003). 'I-I' and 'I-Me': Transposing Buber's interpersonal attitudes to the intrapersonal plane. *Journal of Constructivist Psychology*, 16(1), 131–153.
- Cooper, M., & McLeod, J. (2011). *Pluralistic counselling and psychotherapy* London: Sage.
- Cooper, M., Mearns, D., Stiles, W. B., Warner, M., & Elliott, R. (2004). Developing self-pluralistic perspectives within the person-centered and experiential approaches: A round-table dialogue. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 3(3), 176–191.
- Damasio, A. R. (2000). *Ich fühle, also bin ich – Die Entschlüsselung des Bewusstseins*. München: List.
- Dennett, D. (1989). The origins of selves: Do I choose who I am? *Cogito*, 3(3), 163–173.
- Gendlin, E. (2015). *Ein Prozess-Modell*. Freiburg & München: Alber.
- Goldmann, B. (2014). Selbstanteile – Eine Herausforderung in Theorie und Praxis der Personzentrierten Psychotherapie. *Person – Internationale Zeitschrift für Personzentrierte und Experienzielle Psychotherapie und Beratung*, 18(2), 127–138.
- Habermas, J. (2009). *Diskursethik*. Frankfurt/M.: Suhrkamp.
- Heidegger, M. (1953). *Sein und Zeit*. Tübingen: Niemeyer.
- Hermans, H. J. M. (2002). The dialogical self as a society of mind. *Theory & Psychology*, 12(2), 147–160.
- Hermans, H. J. M. & Dimaggio, G. (2004). The dialogical self in psychotherapy: Introduction. In H. J. M. Hermans & G. Dimaggio (Hrsg.), *The dialogical self in psychotherapy* (S. 1–10). New York: Brunner-Routledge.

- Hermans, H. J. M. & Hermans-Konopka, A. (2010). *Dialogical self theory: Positioning and counter-positioning in a globalizing society*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Hermans, H. J. M., Kempen, H. J. G., & van Loon, R. J. P. (1992). The dialogical self: Beyond individualism and rationalism. *American Psychologist*, 47(1), 23–33.
- Huber, M. (Hrsg.) (2011). *Viele sein – Ein Handbuch – Komplextrauma und dissoziative Identität – verstehen, verändern, behandeln*. Paderborn: Junfermann.
- James, W. (1890). *The principles of psychology – Vol. I*. New York: Holt.
- Jandl, E. (2009). *Liebesgedichte* (K. Siblewski, Hrsg.). Frankfurt/M.: Insel.
- Kaye, K., & Wells, A. J. (1980). Mothers' jiggling and the burst-pause pattern in neonatal feeding. *Infant Behavior and Development* 3(1), 29–46.
- Keil, W. W., & Stumm, G. (2014). Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen. In G. Stumm & W. W. Keil (Hrsg.), *Praxis der Personzentrierten Psychotherapie* (S. 93–107). Wien & New York: Springer.
- Leon'ev, A. N. (1981). The problem of activity in psychology. In J. V. Wertsch (Hrsg.), *The concept of activity in Soviet psychology* (S. 37–71). New York: Sharpe.
- Liotard, J.-F. (1994). *Das postmoderne Wissen – Ein Bericht*. Wien: Passagen.
- Mead, G. H. (1968). *Geist, Identität und Gesellschaft aus der Sicht des Sozialbehaviorismus*. Frankfurt/M.: Suhrkamp.
- Mearns, D., & Cooper, M. (2005). *Working at relational depth in counseling and psychotherapy*. Los Angeles et al.: Sage.
- Merleau-Ponty, M. (1966). *Phänomenologie der Wahrnehmung*. Berlin: de Gruyter.
- Perls, F. S. (1974). *Gestalt-Therapie in Aktion*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Perls, F. S., Hefferline, R., & Goodman, P. (1951/2006). *Gestalttherapie – Grundlagen der Lebensfreude und Persönlichkeitsentfaltung* (siebte, neu übersetzte Auflage). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Perls, F. S., Hefferline, R., & Goodman, P. (1951/2007). *Gestalttherapie – Zur Praxis der Wiederbelebung des Selbst* (neunte, völlig überarbeitete Auflage). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Petzold, H. G. (1995). Integrative Therapie in der Lebensspanne – Zur entwicklungspsychologischen und gedächtnistheoretischen Fundierung aktiver und leibzentrierter Interventionen bei ‚frühen Schädigungen‘ und ‚negativen Ereignisketten‘ in unglücklichen Lebenskarrieren. In H. G. Petzold (Hrsg.), *Psychotherapie und Babyforschung, Bd. II: Die Kraft liebevoller Blicke – Säuglingsbeobachtungen revolutionieren die Psychotherapie* (S. 325–490). Paderborn: Junfermann.
- Plessner, H. (1981). *Gesammelte Schriften IV – Die Stufen des Organischen und der Mensch – Einleitung in die philosophische Anthropologie*. Frankfurt/M.: Suhrkamp.
- Rochat, P. (2010). Me and mine in early development. In T. Fuchs, H. C. Sattel & P. Henningsen, P. (Hrsg.), *The embodied self: Dimensions, coherence and disorders* (pp. 175–181). Stuttgart: Schattauer.
- Rogers, C. R. (1965). A humanistic conception of man. In R. E. Farson (ed.), *Science and human affairs* (S. 18–31). Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Rogers, C. R. (1972). *Die klient-bezogene Gesprächstherapie*. München: Kindler.
- Rogers, C. R. (1973). *Die Entwicklung der Persönlichkeit – Psychotherapie aus der Sicht eines Therapeuten*. Stuttgart: Klett.
- Rogers, C. R. (1989). *Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen*. Köln: GwG.
- Rogers, C. R. (1991). Die notwendigen und hinreichenden Bedingungen für Persönlichkeitsentwicklung durch Psychotherapie. In C. R. Rogers & P. F. Schmid (Hrsg.), *Person-zentriert – Grundlagen von Theorie und Praxis* (S. 165–184). Mainz: Grünewald.
- Rogoff, B. (1990). *Apprenticeship in thinking: Cognitive development in social context*. New York & Oxford: Oxford University Press.
- Rosa, H. (2016). *Resonanz – Eine Soziologie der Weltbeziehung*. Berlin: Suhrkamp.
- Rowan, J., & Cooper, M. (Hrsg.) (1999). *The plural self: Multiplicity in everyday life*. London: Sage.
- Ryle, G. (1969). *Der Begriff des Geistes*. Stuttgart: Reclam.
- Schafer, R. (1982). *Eine neue Sprache für die Psychoanalyse*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Schmid, P. F. (1991). Souveränität und Engagement – Zu einem personzentrierten Verständnis von ‚Person‘. In C. R. Rogers & P. F. Schmid (Hrsg.), *Person-zentriert – Grundlagen von Theorie und Praxis* (S. 15–164). Mainz: Grünewald.
- Schmid, P. F. (2002). Anspruch und Antwort – Personzentrierte Psychotherapie als Begegnung von Person zu Person. In W. W. Keil & G. Stumm (Hrsg.), *Die vielen Gesichter der Personzentrierten Psychotherapie* (S. 75–105). Wien & New York: Springer.
- Schmid, P. F. (2007). The anthropological and ethical foundations of person-centred therapy. In M. Cooper, M. O'Hara, P. F. Schmid, & G. Wyatt (Hrsg.), *The handbook of person-centred psychotherapy and counselling* (S. 30–46). Basingstoke, UK: Palgrave Macmillan.
- Slife, B. D. (2004). Taking practice seriously: Toward a relational ontology. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 24(2), 157–178.
- Staemmler, F.-M. (1993). *Therapeutische Beziehung und Diagnose – Gestalttherapeutische Antworten*. München: Pfeiffer.
- Staemmler, F.-M. (1995). *Der ‚leere Stuhl‘ – Ein Beitrag zur Technik der Gestalttherapie*. München: Pfeiffer.
- Staemmler, F.-M. (2009). *Das Geheimnis des Anderen – Empathie in der Psychotherapie: Wie Therapeuten und Klienten einander verstehen*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Staemmler, F.-M. (2013). Kontakt als erste Wirklichkeit – Intersubjektivität in der Gestalttherapie. In B. Bocian & F.-M. Staemmler (Hrsg.), *Kontakt als erste Wirklichkeit – Zum Verhältnis von Gestalttherapie und Psychoanalyse* (S. 21–33). Bergisch Gladbach: EHP.
- Staemmler, F.-M. (2015). *Das dialogische Selbst – Postmodernes Menschenbild und psychotherapeutische Praxis*. Stuttgart: Schattauer.
- Staemmler, F.-M. (2017). *Relationalität in der Gestalttherapie – Kontakt und Verbundenheit*. Gevelsberg: EHP.
- Stern, D. N. (1992). *Die Lebenserfahrung des Säuglings*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Stern, D. N. (2011). *Formen der Vitalität – Die Erforschung dynamischen Erlebens in Psychotherapie, Entwicklungspsychologie und den Künsten*. Frankfurt/M.: Brandes & Apsel.
- Stetsenko, A., & Arievidt, I. M. (1997). Constructing and deconstructing the self: Comparing post-Vygotskian and discourse-based versions of social constructivism. *Mind, Culture & Activity*, 4(3), 159–172.
- Taylor, C. (1993). *Multikulturalismus und die Politik der Anerkennung*. Frankfurt/M.: S. Fischer.
- Taylor, C. (1995). *Das Unbehagen an der Moderne*. Frankfurt/M.: Suhrkamp.
- Trüb, H. (1951/2015). *Heilung aus der Begegnung – Überlegung zu einer dialogischen Psychotherapie*. Bergisch Gladbach: EHP.
- van Kessel, W. & Keil, W. W. (2002). Die interaktionelle Orientierung in der Klientenzentrierten Psychotherapie. In W. W. Keil & G. Stumm (Hrsg.), *Die vielen Gesichter der Personzentrierten Psychotherapie* (S. 107–119). Wien & New York: Springer.
- Vygotskij, L. S. (1929/1989). Concrete human psychology. *Soviet Psychology*, 27(2), 52–77.
- Vygotskij, L. S. (1992). *Geschichte der höheren psychischen Funktionen*. Münster & Hamburg: LIT.
- Whelton, W. J., & Greenberg, L. S. (2004). From discord to dialogue: Internal voices and the reorganization of the self in process-experiential therapy. In H. J. M. Hermans & G. Dimaggio (Hrsg.), *The dialogical self in psychotherapy* (S. 108–123). New York: Brunner-Routledge.
- Zahavi, D. (2005). *Subjectivity and selfhood: Investigating the first-person perspective*. Cambridge, MA, & London: MIT Press.