

# Braucht der Personzentrierte Ansatz eine „relationale Wende“? Eine kritische Stellungnahme zum Beitrag „Relationalität und dialogisches Selbst“ von Frank Staemmler

Markus Steffen

Zürich

Mit dem Begriff „relationale Wende“ beschreibt Frank Staemmler einen „postmodernen Paradigmenwechsel“ in der Psychotherapie von einem bisher stark „individualistisch“ hin zu einem zunehmend „dialogischen“ Verständnis des Konstrukts „Selbst“. Die Selbstkonzeption von Rogers stellt er dabei als eine (noch) nicht relationale dar. Ein Blick in die Theorie der Selbstentwicklung des Personzentrierten Ansatzes zeigt aber gerade das Gegenteil: Rogers und insbesondere Gendlin haben die relationale Perspektive in ihren Theorien früh mitgedacht geradezu vorweggenommen.

*Schlüsselwörter:* Selbst, Selbstentwicklung, Selbstkonzept, Bedürfnis nach positiver Beachtung, Empathie, Kongruenz, Relationalität, Selbstprozess

**Is the Person-Centered Approach in need of a “relational turn”? A critical commentary on the article “Relationality and Dialogical Self” by Frank Staemmler.** With the term “relational turn”, Frank Staemmler refers to a “postmodern change of paradigm” in psychotherapy from a so far strongly “individualistic” towards a more and more “dialogical” understanding of the concept of “self”. He thereby considers the theory of self by Rogers to be not (yet) fully relational. A closer look into Rogers’ theory of the development of self reveals the opposite: Rogers and especially Gendlin have both considered and anticipated the relational perspective in their theories.

*Keywords:* self, self-development, self-concept, need for positive regard, empathy, congruence, relationality, self-process

*The concept of an intrapsychic process is an old mistake [...] what you find there is how you are alive which is to say in situations with other people [...]. There is no “internal stuff”. It’s always how your are living in an interactional way. [...] The human being is not a box full of content, the human being is interaction.*

Eugene Gendlin (2005)

## Einleitung

Der vorliegende Artikel entstand auf Anliegen der Redaktion der PERSON als Antwort auf den Artikel von Frank Staemmler über das „dialogische Selbst“ und „Relationalität“ in der Psychotherapie (vgl. Staemmler in diesem Heft; vgl. auch Staemmler, 2015). Das Konzept „dialogisches Selbst“, das in der humanistischen Psychotherapie eine gewisse Resonanz gefunden

hat, will der radikal interaktionellen Konstitution des menschlichen Selbst gerecht werden (vgl. Gergen, 1996, 2009; Hermans, Kempen & van Loon, 1992; Staemmler, 2015). Die dialogische Theorie geht davon aus, dass es kein „wahres Selbst“ an sich geben kann. Die Annahme eines „wahren Selbst“ wird als „essenzialistisch“ und „unitarisch“ abgetan, weil sie suggeriere, es gäbe ein Selbst im Sinne einer Entität in der Psyche und seine Entwicklung sei das Resultat eines weitgehend von innen gesteuerten Reifungsprozesses. Vielmehr sei es so, dass sich das Selbst von Beginn des Lebens an stets in einem Gefüge von Beziehungserfahrungen entwickle. Daher ist bisweilen auch vom „relationalen“ Selbst die Rede. Gerade weil das Selbst nur am Du zu sich kommen kann, ist es darauf angewiesen, vom Anderen erkannt und *anerkannt* zu werden, um sich aktualisieren zu können, so ein wesentlicher Gedanke der relationalen Sichtweise (vgl. Staemmler, 2015, S. 70f.). Statt als „inneren Monolithen“ betrachtet die dialogische Theorie das Selbst als einen kontinuierlich ablaufenden komplexen Prozess innerhalb von (realen oder evozierten) Interaktionen mit Anderen:

„Das, was wir ein ‚Selbst‘ nennen, ist aus heutiger Sicht nicht nur sehr viel komplexer als es früher gedacht wurde, sondern

**Markus Steffen, MSc.** Personzentrierter Psychotherapeut pca, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP, 8002 Zürich, General-Wille-Str. 15  
E-Mail: markus.steffen@psychologie.ch

auch nicht so festgelegt: es ist viel ‚flüssiger‘! Denn ein Selbst ist kein Ding, sondern ein Prozess, der ständig im Fluss ist und sich in Abhängigkeit von den Situationen, in denen ein Mensch sich befindet, jeweils neu und damit unterschiedlich formiert“ (Engelfried & Staemmler, 2015; vgl. auch Staemmler, 2015, S. 18ff.).

Staemmler erachtet die Einsicht in die fundamentale Relationalität des Selbst für die psychotherapeutische Theoriebildung offenbar als sehr folgenreich, denn er spricht von einer „relationalen Wende“, welche die meisten „bedeutsameren Psychotherapieverfahren“ durchlaufen (haben) (vgl. Staemmler in diesem Heft, S.13).

### Staemmlers Darstellung des Personzentrierten Ansatzes

Im theoretischen System des Personzentrierten Ansatzes ist das „Selbst“ der zentrale Gegenstand der Betrachtung (vgl. Heinerth, 2006). Andere zentrale Begriffe erhalten ihren Sinn erst in Bezug auf das Konstrukt „Selbst“ – z. B. „Kongruenz / Inkongruenz“, „Organismus“, „Erfahrung“, „Selbsterfahrung“ u. a. Des Weiteren können sowohl die Entwicklungs- als auch die Therapietheorie des Personzentrierten Ansatzes als eine eigentliche Theorie der Selbstentwicklung gelesen werden, weil sie die Bedingungen beschreiben, unter denen sich das Selbst entwickelt (vgl. Biermann-Ratjen, 2006). Vom Standpunkt der personzentrierten Theorie über die Entwicklung des Selbst muss nun allerdings mit Blick auf die „postmoderne“ relationale Theorie konstatiert werden: das Gedankengut, das heute mit Begriffen wie „Relationalität“ versehen wird, ist aus personzentrierter Sicht so neu nicht. Gerade Rogers und Gendlin haben die relationale Perspektive früh mitgedacht. Dass das Selbst sich in Beziehungen entwickelt, war von Anfang an ein konstitutiver Gedanke personzentrierter Theoriebildung; ebenso die Annahme eines Prozesscharakters des Selbst. Eine „relationale Wende“ wäre also in Bezug auf die personzentrierte Theorie eine seltsame Forderung.

Von dem her überrascht es, dass bei Staemmler die Selbsttheorie von Rogers so referiert wird, als handle es sich dabei um eine klassische unitarische und somit „vor-relationale“ Selbsttheorie. Während er sich in seinem Buch zwar wiederholt auf Gendlin bezieht, um relationales Denken zu veranschaulichen, geht der m. E. bereits bei Rogers vorzufindende relationale Gehalt in Staemmlers Darstellung leider verloren. Ich möchte diesen meinen Eindruck anhand dreier Punkte aus Staemmlers Darstellung verdeutlichen:

- Staemmler resümiert, Rogers sei von einem „wirklichen Selbst“ ausgegangen, das man finden könne, womit sich die Suche erledigt habe, weil man ein für allemal man selbst

geworden sei“ (Staemmler in diesem Heft, S. 21). Ich verstehe das so, als wolle Staemmler sagen, Rogers habe keine prozessuale, sondern eine „verdinglichte“ Vorstellung des Selbst gehabt und dessen „Entdeckung“ gleichsam zum Telos der Persönlichkeitsentwicklung erklärt. Es ist zwar richtig, dass Rogers an mehreren Stellen den Begriff „wahres Selbst“ verwendet hat, jedoch hat er dies in einem bestimmten Bedeutungskontext getan, welcher bekannt sein muss, damit man diese Begriffsverwendung richtig versteht.

- Den Begriff „Kongruenz“ sieht Staemmler als Variante des „Konsistenzideals“, welche für psychotherapeutische Theorien mit einem essenzialistischen Selbstbegriff kennzeichnend sei. Demnach gelte ein in sich einheitlich und widerspruchsfrei organisiertes Selbst als Ausdruck psychischer Gesundheit. Staemmler gibt zu bedenken, dass Therapieansätze, welchen dieses Konsistenzprinzip inhärent sei, der „psychischen Komplexität“, welche die dialogische Theorie fördern will, gerade nicht gerecht werden, sondern sich zu sehr auf die Vorstellung konzentrieren, ein einheitliches Gesamtbild im Selbsterleben herzustellen (Staemmler spricht vom „kulturellen Konsistenzgebot“, vgl. Staemmler 2015, 243ff.).

- Zwar habe Rogers die Bedeutung der Beziehung für die Entwicklung des Selbst erkannt, doch nur in einem „schwach relationalen“ Sinn (vgl. Staemmler in diesem Heft, S. 20). Rogers’ „notwendige und hinreichende Bedingungen“ gehören für Staemmler zu einem normativen Dialogbegriff, bei dem der Fokus auf der Frage liege, „wie Menschen so miteinander kommunizieren können, dass sie sich gegenseitig respektiert und verstanden fühlen und die Beziehung, die sie dabei miteinander etablieren, wohltuende und im besten Fall heilsame Wirkungen zeitigt“ (Staemmler, 2015, S.167). Eine relationale Perspektive auf die therapeutische Beziehung würde hingegen berücksichtigen, dass das Selbst immer schon mit Anderen „in ständigem kommunikativen Austausch engagiert ist und erst durch diese Interaktion zu sich selbst kommt, sich selbst versteht und sich selbst verwirklicht“ (Staemmler, 2015, S. 168f., Hervorhebung von Steffen).

Ich will in diesem Artikel insbesondere auf diese drei Punkte reagieren, weil sie weit verbreiteten und hartnäckigen Misskonzeptionen über die Begriffe „Selbst“, „Kongruenz“ und „Beziehung“ entsprechen (vgl. z. B. Eckert, 2016). Nimmt man den ersten Punkt wörtlich, so hätte Rogers eine geradezu naiv anmutende Vorstellung von einem Selbst vertreten, das irgendwo sitzt und auf seine Entdeckung wartet. Auch der zweite Punkt, der Kongruenzbegriff über einen „impliziten Konsistenzdruck“ auf Therapeutinnen und Klientinnen aus, das Erleben der Klientinnen in eine einheitliche Struktur zu bringen, verkennt das Psychotherapieprozessmodell von Rogers. Den dritten Punkt könnte man leicht so verstehen, dass es in der

personenzentrierten Therapietheorie eigentlich keine angemessene theoretische Konzeption weder von der Wirkweise noch von den Veränderungsprozessen gibt, weil sie sich darauf beschränkt, „Grundvariablen“ der „wertschätzenden“ Gesprächsführung zu beschreiben. Letzteres ist tatsächlich so verstanden worden, was mitunter dazu beigetragen hat, dass die Personenzentrierte Psychotherapie wissenschaftlich und gesundheitspolitisch zumindest in Deutschland bisweilen einen schweren Stand hatte (vgl. z. B. Biermann-Ratjen, Eckert & Schwartz, 2016; Eckert, Höger & Linster, 1993; Eckert, 2016). Ich will nachfolgend die Rogers'sche Selbsttheorie unter besonderer Beachtung ihrer relationalen Dimension zusammenfassend darstellen und verfolge dabei in der Replik auf die Darstellung Staemmlers folgende 3 Fragen, welche über 3 Abschnitte hinweg behandelt werden:

1. Geht das personenzentrierte Konzept von der Existenz eines Selbst an sich aus, das erst sekundär in Beziehung zu anderen Subjekten tritt? Kann das Selbst sich aus sich heraus entwickeln (gesteuert von der Aktualisierungstendenz) oder wird die Entwicklung des Selbst entscheidend durch Beziehungserfahrungen vorwärts getragen?

2. Sind Rogers' „notwendige und hinreichende Bedingungen“ für therapeutische Persönlichkeitsveränderung und die darin enthaltene Konzeption der Wirkweise der therapeutischen Beziehung tatsächlich auf „Basisvariablen“ (Auckenthaler & Bischof, 2004) der „respektvollen“ Gesprächsführung zu beschränken?

3. Betrachtet Rogers das Selbst als „feste Größe“ oder als Prozess? Wie verwendet Rogers den Begriff „wahres Selbst“? Kann der „Kongruenzbegriff“ als Ausdruck eines „Konsistenzideals“ und „wirklichen Selbst“ verstanden werden?

### 1. „Selbst vor Interaktion“ oder „Interaktionelle Bedingtheit der Selbstentwicklung“?

In seiner *Theorie der Persönlichkeit und des Verhaltens* (vgl. Rogers, 1951/1983) hat Rogers die Frage offengelassen, ob soziale Interaktion für die Entwicklung eines (ersten) Selbst notwendig ist und ihre Beantwortung der weiteren Forschung überlassen (vgl. Rogers, 1951/1983, S. 429). Heute wissen wir aufgrund der Ergebnisse der modernen Säuglingsforschung, dass der Säugling sehr früh eine Empfindung des eigenen Selbst hat und dass dieses Selbstempfinden überhaupt erst durch soziale Interaktionserfahrungen möglich wird (vgl. Stern, 1992). Rogers, der ebenfalls die Existenz eines frühen „Gewahrseins des eigenen Seins und Handelns“ annahm, den Zeitpunkt von dessen Auftauchen aber offenlassen musste, beschäftigte sich vor allem mit der weiteren Entwicklung dieses präsymbolischen Gewahrseins von sich selbst hin zur begrifflichen Struktur des

Selbstkonzepts. In weitgehender Übereinstimmung mit der modernen Säuglings- und Kleinkindforschung nahm Rogers an, dass die Entwicklung des Selbstkonzepts ganz wesentlich durch Beziehungserfahrungen beeinflusst wird. Er folgte der formalen Vorstellung, dass real erlebte Interaktionsepisoden mit Bezugspersonen durch *Interiorisierungsvorgänge* zu Teilen des Selbst werden: „Wenn das Kleinkind die Interaktion mit seiner Umgebung aufnimmt, fängt es an, Konzepte über sich selbst, über seine Umgebung und über sich selbst in Beziehung zur Umgebung zu bilden. Zwar sind diese Konzepte nicht-verbal und dem Bewusstsein vielleicht nicht gegenwärtig, aber das hindert sie nicht daran, als leitende Prinzipien zu funktionieren [...]“ (Rogers, 1951/1983, S. 430). Das Kind bildet also aufgrund vergangener Verlaufsmuster von Interaktionen ein innerpsychisches Gefüge von Erwartungen in Bezug auf zukünftige Interaktionsfolgen aus. Stern (1992) hat später mit dem Konstrukt „Repräsentationen generalisierter Interaktionen (RIG's)“ systematisch beschrieben, wie Interaktionsepisoden mit signifikanten Bezugspersonen im Gedächtnis generalisiert und psychisch repräsentiert werden. Sein Begriff vom „evozierten Gefährten“ drückt aus, wie die Erfahrung des Zusammenseins mit Anderen zu einer Erfahrung des Mit-Sich-Seins wird. Auch Rogers hat in seiner Theorie berücksichtigt, dass das Kind im Laufe der Entwicklung des Selbst sein „eigenes Gegenüber“ wird (vgl. Keil, 2009, S.105; s. u.).

Während die Säuglingsforschung sich auf der Grundlage ihrer beeindruckenden Forschungsdaten ausführlich der Frage gewidmet hat, wie die Entwicklung des Selbst formal gedacht werden kann, hat Rogers sich stärker auf die Bedeutung des psychologischen Klimas in Beziehungen für die Entwicklung des Selbstkonzepts konzentriert. Seine Theorie ist auch und vor allem eine Theorie der förderlichen und konstruktiven Beziehungsbedingungen für die Persönlichkeitsentwicklung. Biermann-Ratjen et al. (2016, S. 100) haben Rogers' diesbezügliche Grundvorstellung auf die folgende, sehr verdichtete Kurzformel gebracht: Erfahrungen können dann zu Selbsterfahrungen werden, d. h. ins Selbstkonzept integriert werden, wenn sie von einem bedeutsamen Anderen als solche erkannt und um ihrer selbst willen anerkannt werden. Darin zeigt sich die von Grund auf relationale Bedingtheit der Entwicklung des Selbstkonzepts. Auf diese relationale Bedingtheit will ich jetzt näher eingehen.

Dazu müssen wir uns zuerst die Grundvorstellung der Entwicklung des Selbst von Rogers vergegenwärtigen. Organismischen Theorien seiner Zeit folgend (z. B. Goldstein, 1934/2014) ging Rogers von einer Grundkraft im Organismus aus, welche darauf drängt, „alle seine Möglichkeiten in einer Art und Weise zu entwickeln, dass sie den Organismus als Ganzen erhalten und fördern“ – die *Aktualisierungstendenz* (Rogers, 1959/2009, S. 196). Aufgrund dieser Aktualisierungstendenz bewertet der Organismus alle Erfahrungen dahingehend, ob

sie sein Wachstum fördern oder hemmen. Der Begriff Erfahrung bezieht sich im personzentrierten Verständnis auf alle Bereiche des Erlebens, die in einem gegebenen Moment potentiell bewusst werden können (vgl. Biermann-Ratjen et al., 2016, S. 98). Der wichtigste Unterschied zum alltäglichen Sprachgebrauch ist, dass sich Erfahrung im personzentrierten Konzept nicht auf die Vergangenheit bezieht, sondern ausschließlich auf einen jeweils gegenwärtigen Prozess. Sie ist deshalb kein fester Bezugspunkt in der Erinnerung, sondern ein kontinuierlicher, sich ständig verändernder Prozess (vgl. Brossi, 2014). Zur Bewertung der eigenen Erfahrung steht dem Individuum der *organismic valuing process* zur Verfügung, ein leiblich-affektives Resonanzphänomen, welches sich von ganz basalen Empfindungsqualitäten wie angenehm – unangenehm hin zu zunehmend komplexeren Bewertungsmustern ausdifferenziert.

Die Aktualisierungstendenz wirkt zudem darauf hin, Erfahrungen ins bewusstseinsfähige Selbstkonzept zu integrieren: Weil die Gesamtheit der gelebten Erfahrung einer Person immer größer ist als die im Selbstkonzept bewusst verfügbaren Selbsterfahrungen, besteht ein ständiger Druck im Organismus, ein Mehr der Gesamtheit von Erfahrung bewusst zu machen und das Verständnis vom Selbst in diesem Prozess entsprechend zu entwickeln (vgl. Cooper, Mearns, Stiles, Warner & Elliott, 2004, S. 180). Organismische Erfahrung ist somit auch *noch nicht* symbolisiertes Erleben.

Häufig wird die Grundvorstellung der Entwicklung des Selbst nach Rogers auf dieses Prinzip der Aktualisierungstendenz beschränkt. Sie entspräche so der Vorstellung eines von innen gesteuerten Entwicklungsprozesses. Tatsächlich ereignet sich die Entwicklung des Selbst aber, wie bereits erwähnt, in einem Spannungsfeld zwischen organismischen Signalen und Beziehungserfahrungen. Um diese relationale Ausrichtung von Rogers' Entwicklungsmodell zu verstehen, müssen wir uns vergegenwärtigen, dass er neben der Aktualisierungstendenz in seinem Menschenbild noch einen zweiten wichtigen Grundbegriff annahm: *need for positive regard* – das Bedürfnis nach bedingungsfreier positiver Beachtung. Rogers hat zwar betont, dass die Aktualisierungstendenz das einzige Axiom seiner Theorie sei. An anderer Stelle hat er aber auch gesagt, dass *need for positive regard* ein Wesenszug des Menschen und allgegenwärtig sei. Das Individuum hat *positive regard* absolut nötig. Ob es sich dabei um ein erlerntes oder angeborenes Bedürfnis handle, sei für die Theorie unwichtig (vgl. Rogers, 1959/2009, S. 58). Damit behandelt Rogers dieses Konstrukt genau genommen auch fast wie ein Axiom, jedenfalls aber als eine Setzung, die nicht weiter gerechtfertigt zu werden braucht. Biermann-Ratjen bezeichnet dieses Bedürfnis denn auch als „einziges übergeordnetes, verhaltensstrukturierendes Bedürfnis im theoretischen System des klientenzentrierten Konzepts“ (Biermann-Ratjen et al., 2006, S. 80). Die Entwicklung des Selbst kann also

nicht nur von der Aktualisierungstendenz aus gedacht werden, sondern muss auch unter dem Grundbedürfnis nach positiver Beachtung beleuchtet werden. Rogers meinte mit diesem Konstrukt ein vitales Angewiesensein des menschlichen Wesens auf Anerkennung dafür, wie es in einem gegebenen Moment ist. Es ist ein zeitlebens wirksames Bedürfnis, das alle Ebenen und Entwicklungsstadien des Lebens durchdringt. Neugeborene, denen es an elementarer Zuwendung fehlt, sterben (vgl. Spitz, 1957). Das dreijährige Kind will in seinen Leistungen von den Eltern gesehen werden und fordert Anerkennung aktiv ein. Als Erwachsene reagieren wir gekränkt auf die Erfahrung, uns nicht erkannt zu fühlen. *Positive regard* meint aber weit mehr als Formen des Sich-Kümmerns, der Zuwendung oder des Lobens. Der Begriff bezieht sich auf eine grundlegende Haltung, welche den Anderen als eigenständiges Subjekt mit einer einzigartigen mentalen Erfahrungswelt anerkennt, welche empathisch verstehbar und der Beachtung wert ist, und zwar um ihrer selbst willen. „Um ihrer selbst willen“ bedeutet: unabhängig davon, welche Gefühle, Befindlichkeiten, Bewertungen das Erleben und Verhalten einer Person in mir selbst auslösen mögen. Es ist darum auch eine eindeutig „außer-narzisstische“ Form von Anerkennung. Rogers hat erkannt, dass das Bedürfnis wechselseitig ist: wir haben nicht nur das Bedürfnis, um unserer selbst willen anerkannt zu werden, sondern darüber hinaus das Bedürfnis, andere als eigenständige Subjekte zu sehen. Es handelt sich um ein Schlüsselkonstrukt personzentrierter Theoriebildung, das Rogers einerseits im Kontext der Entwicklung des Selbst und andererseits dann im therapeutischen Kontext als eine Haltung des Therapeuten gegenüber dem Erleben des Klienten verwendet.

Die amerikanische Psychoanalytikerin Jessica Benjamin hat in ihrer intersubjektiven Theorie der Entwicklung des Selbst (vgl. Benjamin, 1990) 4 Jahrzehnte nach Rogers die Bedeutung eines so verstandenen Anerkennungsbegriffs für die frühkindliche Entwicklung sehr betont, insbesondere auch die Reziprozität dieses Bedürfnisses, die schon bei Rogers ein Thema ist:

„Der intersubjektiven Theorie zufolge entwickelt sich das Individuum in und durch Beziehungen zu anderen Subjekten. Wichtig dabei ist die Überlegung, dass der Andere, dem das Selbst begegnet, ebenso ein Selbst ist – also ein eigenständiges Subjekt. Die intersubjektive Theorie besagt, dass wir sowohl die Fähigkeit als auch das Bedürfnis haben, das andere Subjekt als von uns verschieden und doch ähnlich anzuerkennen; dass es eine Person ist, die die Fähigkeit hat, psychische Erfahrungen mit uns zu teilen. Die intersubjektive Theorie rekonstruiert also die psychische Welt unter einem anderen Blickwinkel. Die Beziehung eines Subjekts zu seinem Objekt steht jetzt neben der Begegnung zweier Subjekte“ (Benjamin, 1990, S. 30).

Für Benjamin ist Anerkennung ein konstantes Element, das alle Ereignisse und Phasen des Lebens durchzieht. Sie vergleicht die Bedeutung der Anerkennung für die Entwicklung des Selbst mit derjenigen des Sonnenlichts in der Photosynthese: als Element,

welche die Energie für die dauernde Transformation der Substanz liefert (ebd., S. 33). Personenzentrierte Psychotherapeuten würden dies unterschreiben. Anders als die Psychoanalyse ist die personenzentrierte Theoriebildung schon immer davon ausgegangen, dass das Selbstkonzept sich nur in und durch Beziehungen entwickeln kann, dass dabei geteilten Bewusstseinszuständen (*Empathie*), der Fähigkeit, den anderen als uns ähnlich und doch verschieden zu erleben und anzuerkennen (*bedingungsfreie positive Beachtung, Kongruenz*) zentrale Bedeutung zukommt.

Die Bedeutung des Konstrukts *need for positive regard* wird eigentlich erst vollständig klar, wenn man sich vergegenwärtigt, dass das englische Wort „positive“ im Deutschen auch „bejahend“, „sicher“ oder „bestätigend“ bedeutet. Die anerkennende Haltung kann als eine *bejahende* Einstellung im Sinn von „ja, diese Eigenschaften kommen dir zu und ich erkenne dich dafür an!“ übersetzt werden. Der deutsche Sozialphilosoph Axel Honneth hat dies, wenn auch vor einem anderen theoretischen Hintergrund, wie folgt zum Ausdruck gebracht:

„Der Zusammenhang, der zwischen der Erfahrung von Anerkennung und dem Sichzuschverhalten besteht, ergibt sich aus der intersubjektiven Struktur der persönlichen Identität: Individuen werden als Personen allein dadurch konstituiert, dass sie sich aus der Perspektive zustimmender oder ermutigender Anderer auf sich selbst als Wesen zu beziehen lernen, denen bestimmte Eigenschaften und Fähigkeiten positiv zukommen. Der Umfang solcher Eigenschaften und damit der Grad der positiven Selbstbeziehung wächst mit jeder neuen Form von Anerkennung, die der einzelne auf sich selbst als Subjekt beziehen kann [...]“ (Honneth, 1992, S. 277ff.).

Personenzentriert gewendet würden wir sagen: die Mutter, die ihr Kind bedingungsfrei positiv beachtet, ist in der Lage, dessen Bedürfnisse anzuerkennen – sie ihm positiv zuzuschreiben – und zwar auch dann, wenn sie nicht mir ihren eigenen Bedürfnissen in jenem Moment vereinbar sind. Sie muss die Bedürfnisse des Kindes dafür nicht verleugnen. Honneths Gedanke, dass Individuen *allein* dadurch konstituiert werden, dass sie sich aus der Perspektive zustimmender oder ermutigender Anderer auf sich selbst als Wesen zu beziehen lernen, bedarf aus personenzentrierter Sicht zudem einer Ergänzung. Das Individuum entwickelt sich nicht ausschließlich durch Prozesse der sozialen Zuschreibung oder Perspektivenübernahme, sondern es antwortet auch auf innerorganismische Signale und Bedürfnislagen. Die große Herausforderung für die Entwicklung des Selbst besteht in der Schaffung eines Gleichgewichts zwischen organismischen Bewertungsprozessen und *need for positive regard*, denn beides sind starke Lebenskräfte (vgl. Swildens, 2015). Um diese für die personenzentrierte Theorie des Selbst charakteristische Verbindung zwischen Subjektivität und Relationalität begrifflich zu fassen, hat Schmid (2007) von einer „substanziell-relationalen Dialektik“ gesprochen.

Mit der Zeit wird das Erfahren von *positive regard* von realen Austauschprozessen mit den Bezugspersonen unabhängig; das Kind wird sein „eigenes Gegenüber“ (s. o.; vgl. Stern, 1992). Es erlebt nun innerhalb der Beziehung zu sich selbst *need for unconditional positive self-regard*, die Muster des Erfahrens von *positive regard* sind Teil der Selbststruktur geworden (vgl. Rogers, 1959/2009, S. 50; Keil, 2009, S. 105).

Die Frage, welcher Stellenwert der Erfahrung von bedingungsfreier positiver Beachtung für die Selbstkonzeptentwicklung genau zukommt, ist innerhalb des klientenzentrierten Konzepts nicht abschließend geklärt worden. Wie bereits zitiert, nimmt Biermann-Ratjen (1993, 2006) an, dass nur Erfahrungen, die mit bedingungsfreier positiver Beachtung, Empathie und Kongruenz beantwortet worden sind, auch ins Selbstkonzept integriert werden können. Keil (2009, S. 107) erläutert, dass diese Konzeption deshalb Sinn macht, weil sie mit den modernen systemtheoretischen Modellen der Selbstorganisation übereinstimmt: „Komplexe Systeme entwickeln ihre Struktur zwar im Austausch mit der Umwelt, integrieren Informationen aber nur dann, wenn sie an die eigene Struktur anschlussfähig sind“. Rogers hingegen nahm an, dass auch Erfahrungen, die nicht mit bedingungsfreier positiver Beachtung, Empathie und Kongruenz beantwortet worden sind, Eingang ins Selbstkonzept finden können, und zwar als in einer Weise verzerrte Selbsterfahrung, dass sie mit den *conditions of worth* übereinstimmen. Sie sind dann „inkongruente Selbstkonzeptanteile“.

Die bisherigen Ausführungen zeigen deutlich: die Entwicklung des Selbstkonzepts ist im Personenzentrierten Ansatz als interaktioneller Prozess konzipiert. Die Vorstellung eines Selbst, das zunächst an sich existiert, um dann in Kontakt zu seiner Beziehungswelt zu treten, scheint vor dem Hintergrund der dargelegten Konzeptionen von Rogers fremd. Vielmehr geht das personenzentrierte Konzept davon aus, dass das Selbstkonzept durch interiorisierte Beziehungserfahrungen wächst. Die Vollständigkeit, in der Erfahrungen dem Sich-Selbst-Erleben zuerkannt werden können, hängt wesentlich davon ab, ob und in welchem Maße sie von wichtigen Anderen erkannt und anerkannt werden (vgl. Biermann-Ratjen, 1993, S. 79). Relational orientierte Theoretiker sagen dazu: Selbst-Bewusstheit entwickelt sich wesentlich durch geteilte Aufmerksamkeit und geteilte Bewusstseinszustände in Verbindung mit der Erfahrung, als Subjekt anerkannt zu werden (vgl. Benjamin, 1990).

## 2. „Programm humaner Gesprächsführung“ oder „Relationale Konzeption der Therapiebeziehung“?

In seiner Publikation „die notwendigen und hinreichenden Bedingungen für Persönlichkeitsveränderung durch Psychotherapie“ aus dem Jahr 1957 hat Rogers das spezifische personzentrierte Beziehungsangebot beschrieben, welches die (Weiter-) Entwicklung des Selbstkonzepts ermöglicht. Rogers nennt sechs Bedingungen, die sich wie folgt verdichten lassen: Therapeutin und Klientin vermögen miteinander eine Beziehung zu schaffen, in welcher die Therapeutin die Bedingungen Empathie, bedingungsfreie positive Beachtung und Kongruenz in einer Weise realisieren kann, dass sie der Klientin *erfahrbar* und in ihr *wirksam* werden.

Ich möchte nachfolgend auf das Missverständnis eingehen, Rogers' Therapietheorie sei eine normative Programmatik der wertschätzend-respektvollen und mitfühlenden Gesprächsführung. Dass es sich bei Rogers' Theorie der therapeutischen Beziehung nicht nur um eine Vorbedingung für die Therapie handelt, sondern um eine Theorie des *Wirksamwerdens einer Beziehung*, lässt sich exemplarisch am Empathieverständnis von Rogers zeigen. „Empathie“ wird häufig in einem alltagspsychologischen Sinn als eine grundsätzlich unterstützende Einstellung missverstanden, doch ist Empathie bei Rogers enger definiert und lässt sich erst unter Zuhilfenahme von Gendlins *Experiencing*-Konzept erklären, wie Biermann-Ratjen (2016) gezeigt hat. Unter expliziter Bezugnahme auf Gendlin, der sein Mitarbeiter und Nachfolger an der Universität von Wisconsin war, schreibt Rogers zur therapeutischen Empathie (Rogers, 1976, zit. n. Biermann-Ratjen, 2016):

„Sie umfasst jeden Augenblick Empfindsamkeit für die wechselnden Gefühlsbedeutungen, die in diesem anderen Menschen strömen, [...]. Sie bedeutet, [...] die Gefühlsbedeutungen, deren er sich kaum bewusst ist, zu erfühlen, damit aber nicht zu versuchen Gefühle aufzudecken, deren sich der andere völlig unbewusst ist, denn das wäre zu bedrohlich. [...] Es bedeutet, regelmäßig mit ihm die Genauigkeit seiner Sinneswahrnehmungen zu prüfen. [...] Indem du die Gefühlsbedeutungen in dem Strom seines Erlebens aufzeigst, hilfst du dem anderen, *diese wertvolle Beziehung zum inneren Erleben aufzunehmen*, die Gefühlsbedeutungen erlebnismäßig vollständiger zu erfahren und (siehe Originalzitat) im Erleben (*experiencing*) weiterzukommen“ (ebd., S. 18f.; Hervorhebung von Steffen).

Gendlins *Experiencing*-Konzept bezieht sich darauf, dass „inneres Erleben“ mit einem ständigen Strom des Fühlens verglichen werden kann, auf den man grundsätzlich jederzeit die Aufmerksamkeit lenken kann. Gendlin hat diesen steten inneren Fluss des Fühlens auch als „Stoff“ bezeichnet, aus dem die Person besteht. Dieses Zuwenden zum inneren Erleben heißt bei Gendlin *Focusing*. Aus dem Strom des Fühlens können Formationen von Empfindungen, Vorstellungen, Gedanken, Gefühlen oder andere bewusstseinsfähige Symbolisierungen des

Erlebens auftauchen, die aufeinander bezogen sind und sich gegenseitig Sinn und Bedeutung verleihen können. Der Erlebensstrom wandelt sich fortlaufend. Die Person, die darauf „fokussiert“, erfährt aber jederzeit, dass sie es ist, die diese gefühlten Bedeutungen hat (zitiert nach Biermann-Ratjen et al., 2016, S. 18f.)

Ich meine, dass Rogers sich auf diesen zuletzt genannten Tatbestand bezog, wenn er Formulierungen benutzte wie „die Entdeckung des Selbst in der Erfahrung“ oder „das potentielle Selbst erfahren“. Er meinte damit sehr viel weniger, dass es ein Selbst im Sinne eines „inneren Monoliths“ gibt, das man entdecken kann, sondern er meinte vielmehr die Zuwendung zum eigenen Erlebensstrom im Sinne Gendlins und die damit verbundene Erfahrung, dass dieser „zu einem selbst“ gehört.

So wie Gendlin in Bezug auf das *Experiencing* vom „Stoff“ spricht, aus dem die Person ist, könnte man die Analogie ziehen, dass ein so verstandener Empathiebegriff der „Stoff“ ist, aus dem die Therapie ist. Empathie ist ein eigentliches therapeutisches Agens und nicht bloße Voraussetzung der Therapie. Es handelt sich um ein Beziehungsangebot an den Klienten und insbesondere an dessen Erfahrungswelt, das es diesem zunehmend ermöglicht, seinen *Experiencing*-Prozess zu erkunden, sich den darin auftauchenden noch unbekanntem Bedeutungsgehalten zu öffnen und selber Empathie und bedingungsfreie positive Beachtung für seine Erfahrungsweise zu entwickeln.

Damit Empathie und auch alle anderen therapeutischen Bedingungen (vgl. Rogers, 1959/2009) wirksam werden können, muss der Klient wenigstens ansatzweise in der Lage sein, das spezifische personzentrierte Beziehungsangebot als solches wahrzunehmen. Brossi (2014) hat darauf aufmerksam gemacht, dass es sich dabei eigentlich um eine Art prinzipieller Empathiefähigkeit des Klienten gegenüber dem Beziehungsangebot des Therapeuten handelt. D. h. er muss seinerseits in der Lage sein, die Handlungen des Therapeuten intuitiv als Ausdruck von dessen Empathie, bedingungsfreier positiver Beachtung und Kongruenz zu erkennen, er muss sie gleichsam „empathisch“ verstehen. Im Hinblick auf die Frage nach der relationalen Verfassung der Rogers'schen Therapietheorie scheint mir dieser Punkt wichtig, bringt er doch zum Ausdruck, dass die therapeutische Beziehung nicht unidirektional auf den Klienten einwirkt, sondern der Klient darauf mit einer entsprechenden inneren Bewegung, welche die Beziehungserfahrung mit dem Therapeuten aufnimmt, antworten muss, damit die Beziehung ihre Wirkung entfalten kann. Empathische Kommunikation ist ein wechselseitiger Prozess. Ihr Vorliegen wie auch das Vorliegen von „bedingungsfreier positiver Beachtung“ und „Kongruenz“ zeigt sich dann, wenn sich der Effekt dieser Bedingungen zeigt: wenn sich nämlich der Klient in einer interessierten und achtungsvollen Haltung dem eigenen Selbst-Erleben zuwendet – in einer Haltung der

*Selbstexploration.* Dieser Gedanke ist nicht trivial, enthüllt er doch eine zutiefst relationale Grundvorstellung der personzentrierten Therapietheorie: eine (kommunikative) Handlung des Therapeuten, die dieser selbst als Ausdruck seiner Empathie und bedingungsfreien Beachtung empfindet, erweist sich erst dann als Ausdruck von Empathie und bedingungsfreier Beachtung, wenn sie vom Klienten auch als solche erlebt wird und sich der entsprechende Effekt zeigt. Die Interaktion zwischen Therapeut und Klient bringt eine neue Wirklichkeit hervor. Gergen (2009), ein Vertreter einer relationalen Theorie, schreibt das so: „Unser Leben wird nur durch koordinierte Handlungen mit Bedeutung gefüllt“. Die Bedeutung einer Handlung zeigt sich erst in ihrer Beantwortung; „wir existieren in einem Zustand von *Inter-Animation*“ (Gergen, 2009, S. 33f.). Kein anderer als Gendlin hat diese interaktionelle Perspektive noch sehr viel konsequenter ausgearbeitet als Rogers (vgl. Gendlin, 1996, 2015). In seinem umfangreichen philosophischen Werk arbeitet er, in vollständiger Übereinstimmung mit dialogischen bzw. relationalen Ansätzen, ein Modell aus, das Interaktion entgegen den gängigen Denkweisen an den Anfang von Erlebensprozessen stellt: *Interaction first* (vgl. Gendlin, 2015, S. 92ff.). Danach existieren nicht zwei Personen als „voneinander getrennte verursachende Agenten“ vor ihrer Interaktion, sondern vielmehr werden Individuen durch ihre Interaktion überhaupt erst „her-vorgebracht“. Das klingt so:

„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. Und mit mir bist du auch nicht nur wie gewöhnlich du selbst. Das Zusammen-Geschehen von dir und mir macht uns beide unmittelbar anders, als wir sonst sind. Genauso wie mein Fuß im Wasser nicht den gleichen Fußabdruck wie im Gehen ausüben kann, geschehen wir unterschiedlich, wenn wir einander Umwelt sind. 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“ (Gendlin, 2015, S. 94f.).

An anderer Stelle, mit direktem Bezug auf die therapeutische Beziehung, formuliert Gendlin dasselbe Prinzip wie folgt:

„Wir kennen das also aus unserer persönlichen Erfahrung: Es geht nicht einfach nur darum, einem anderen etwas zu erzählen, und der versteht dann bloß den Inhalt und sagt diesen Inhalt zurück. Es geht darum, dass jemand da ist, der das, was man sagt, *wirklich erfährt*. Dann ändert es sich.“ (Gendlin, 1996, S. 41f.).

Gendlins Modell schafft nachträglich ein theoretisch-begriffliches System für die Explikation von Rogers' Konzept der Wirkweise der Therapiebeziehung. Und Gendlin denkt mit seinem Modell „früh durch, was heute [...] erstaunt festgestellt wird“ (Schoeller, 2015, S. 15).

Es ist klar erkennbar, dass Rogers' Theorie über die therapeutische Beziehung eine Theorie darüber ist, wie eine Beziehung

wirksam werden kann und nicht nur eine Beschreibung „dialogischer Rahmenbedingungen“ ist (vgl. Staemmler, 2015, S. 167). Gerade relationale Ansätze scheinen sich besonders zu eignen, um die bei Rogers sehr abstrakt formulierten Konzepte weiter zu präzisieren.

### „Wahres Selbst“ als festgelegtes Selbst oder als prozessuale Größe?

In diesem letzten Abschnitt möchte ich in aller Kürze darauf eingehen, wie Rogers die Entwicklung des Selbst in der Therapie beschrieben hat. Unter dem Titel „Das Selbst sein, das man in Wahrheit ist“ hat er von einem phänomenologischen Standpunkt aus die charakteristischen Entwicklungen in der Persönlichkeit, die durch Personzentrierte Psychotherapie angestoßen werden, beschrieben (vgl. Rogers, 1961/1973, S. 164ff.). Dabei beschreibt er zunächst, wie das Individuum im Schutz der therapeutischen Beziehung allmählich die Diskrepanz – die Inkongruenz – zwischen seinem Bild von sich selbst und seinen tatsächlichen Gefühlen wahrnimmt, sich zunehmend von festgelegten Vorstellungen über sich selbst zu lösen und stattdessen sein aktuelles emotionales Selbsterleben mehr und mehr ins Auge zu nehmen beginnt. Er betitelt diesen Veränderungsprozess mit „Entwicklung zum Prozess-Sein“. Rogers schreibt:

„Die Klienten bewegen sich offensichtlich auf einen Zustand hin, in dem sie offener ein Prozess, etwas Fließendes, etwas Veränderndes sind. Die Feststellung beunruhigt sie nicht, dass sie nicht von Tag zu Tag gleichbleibend sind, dass sie nicht immer die gleichen Gefühle hinsichtlich einer gegebenen Erfahrung oder Person empfinden, dass sie nicht immer konsequent sind. Sie sind im Fluss und sind anscheinend stärker damit zufrieden, weiterhin in diesem fließenden Strom zu bleiben. Das Streben nach einem abschließenden und endgültigen Status nimmt anscheinend ab“ (Rogers, 1961/1973, S. 172).

Wenn Klienten das Selbst werden, das sie in Wahrheit sind, so liest man bei Rogers weiter, dann entwickeln sie sich auch in Richtung größerer Komplexität statt Einheitlichkeit, sie begegnen der eigenen Komplexität, d. h. der Reichhaltigkeit des eigenen Selbsterlebens mit „völliger Offenheit“ und ohne Angst. Die Beziehung zur eigenen Erfahrung wird offener, freundlicher, enger (vgl. Rogers, 1961/1973, S. 173). Rogers hat auch beschrieben, wie dieser Prozess keineswegs von selbst und ohne Stocken und Stagnation abläuft. Er hat vielmehr betont, wie ängstlich und zögernd Klienten neu entdeckten Aspekten ihres Selbst zunächst gegenüberstehen und wie groß der Wunsch ist, Seiten von sich, die nicht mit dem bisherigen Selbstkonzept vereinbar sind, wieder zu verleugnen. Erst die anhaltende Erfahrung des aufnahmebereiten Klimas in der therapeutischen Beziehung ermöglicht allmählich das Zulassen von Neuem:

„In der Sicherheit, die eine Beziehung zu einem klientenzentrierten Therapeuten gewährt, beim Fehlen jeglicher [...] Bedrohung für das Selbst, kann es sich der Klient erlauben, verschiedene Aspekte seiner Erfahrung zu untersuchen, so wie er sie wirklich empfindet [...] ohne sie verzerrten zu müssen, damit sie dem vorherrschenden Begriff des Selbst entsprechen. Viele Aspekte stehen im größten Widerspruch zum Selbstbild und könnten normalerweise nicht in ihrer Gesamtheit erfahren werden; [...] Sie folgen oft dem schematischen Muster: ‚ich bin so und so, aber ich erlebe dieses Gefühl, das sich gar nicht mit dem, was sich bin, vereinbaren lässt‘; [...] Zum Ausdruck kommt zunächst: ‚Ich bin ein Selbst, das anders als ein Teil meiner Erfahrung ist‘. Später ändert sich dies zum vorläufigen Muster: ‚Vielleicht bin ich viele, ziemlich verschiedene Selbste oder vielleicht finden sich in meinem Selbst mehr Widersprüche als ich mir je hätte träumen lassen‘. Noch später wandelt sich das Muster etwa so: ‚Ich war sicher, dass ich nicht das sein konnte, als was ich mich erfuh – es war zu widersprüchlich – aber nun glaube ich langsam, dass ich die Summe meiner Erfahrung sein kann“ (Rogers, 1961/1973, S. 87).

Rogers beschreibt hier den Prozess der Integration von bislang abgewehrter Erfahrung ins Selbstkonzept. „Integration“ bedeutet offensichtlich eben gerade nicht die „Einebnung“ neuer Erfahrung in die vorherrschende Struktur vom Selbst zur Aufrechterhaltung von Widerspruchsfreiheit (vgl. Staemmler, 2015, S. 263). Integration bedeutet dann eher das Umgekehrte, nämlich die zunehmende Offenheit des Selbstkonzepts für aktuelle Erfahrung. Offenheit für Erfahrung steht in scharfem Kontrast zu Wahrnehmungsrigidität und Handeln nach starren Konstrukten. Im Gegensatz zu einem Zustand wird gerade der Prozesscharakter des Seins betont: der Mensch „lernt, sein Leben als fließenden und fortwährenden Prozess zu sehen, in dem er ständig neue Aspekte seines Wesens im Strom seiner Erfahrung entdeckt“ (Rogers, 1961/1973, S. 129).

Neben dieser ausgesprochenen Prozesshaftigkeit als Eigenschaft des Selbst hat Rogers aber auch die Notwendigkeit beschrieben, über einen gewissen Zeitraum an einem Verständnis von sich selbst festzuhalten, welches tragfähig und kohärent genug ist, damit das Individuum innerhalb dieser Gestalt weiterexistieren und seine Erfahrungen in einer sinnhaften Weise zu einer Ganzheit ordnen kann (vgl. Cooper et al., 2004, S. 180). Es gibt also zwei Tendenzen: einerseits die Tendenz aufgrund aktueller Erfahrung, neue Versionen von sich selbst spontan auszubilden und gleichzeitig an einem „lebensfähigen“ Konzept von sich selbst über die Zeit hinweg festzuhalten, welches die Selbsterfahrungen in kohärenter Form organisieren kann. Dieses Selbstkonzept ist aber, wie aus dem vorher Gesagten bereits hervorgeht, keineswegs festgelegt, sondern flexibel.

Ein kurzer Blick in die Dialogtheorie zeigt, dass dort ganz vergleichbare Auffassungen bestehen. Auch die Dialogtheoretiker betonen, dass ein wesentlicher Fortschritt der Therapie darin besteht, dass die Person sich freier und flexibler in ihrer Erfahrungswelt bewegen kann. Sie verwenden dafür den Begriff der *Selbst-Positionen* (vgl. Staemmler, 2015, S. 206)

und beschreiben eine gesunde Zunahme der Beweglichkeit zwischen verschiedenen Selbst-Positionen: „Ein vollständig funktionales, optimales dialogisches Selbst wäre dann eines, in dem freie Beweglichkeit zwischen den Positionen und der Dialog zwischen den vielen Stimmen gewährleistet sind“ (dos Santos, Gauer & Gomez, 2010, S. 106, zit. n. Staemmler, 2015, S. 222). Als pathologisch hingegen wird der „Mangel an Verbindung zwischen den Stimmen“ (ebd.) oder jedweder repressive und marginalisierende Umgang mit einzelnen Stimmen betrachtet.

Solche Passagen lesen sich wie mit Rogers abgeglichen. Sie erinnern stark an seine Utopie der *fully-functioning-person*, das „asymptotische Ziel der optimalen Persönlichkeitsentwicklung“ (Teichmann-Wirth, 2006, S. 133), bei dessen Erreichen totale Kongruenz zwischen Selbst und Erfahrung herrschen würde. „Kongruenz“, die Fähigkeit, Entsprechung zwischen Erfahrung, Bewusstsein und Kommunikation herzustellen (vgl. Rogers, 1961/1973, S. 330), ist in der dialogtheoretischen Version die „Gewährleistung des Dialogs zwischen den vielen Stimmen“ und nicht die „konsistente“ und ein für alle Mal abgeschlossene Organisation der Persönlichkeit.

Rogers selbst hat sich zu dem offensichtlichen Missverständnis, seine Theorie fördere die Entwicklung eines konstanten und festgelegten Selbstkonzepts, das sich erstaunlicherweise sehr hartnäckig gehalten hat, bereits selber geäußert, und zwar in einem Paragraphen mit der Überschrift *Starrheit?*:

„Manchen scheint ein Sein-was-man-ist ein Statisch-Bleiben zu bedeuten. Sie betrachten ein solches Ziel oder einen solchen Wert als Synonym für Festgelegt- oder Unveränderlichkeit. Nichts könnte der Wahrheit fernerliegen. Das sein, was man ist, heißt voll in das Prozess-Sein eintreten. Veränderung wird erleichtert, tritt häufiger auf, wenn man bereit ist, sein wahres Selbst zu sein. Es ist ja gerade ein Mensch, der seine Gefühle und seine Reaktionen verleugnet, der den Therapeuten aufsucht. Er hat sich, oft seit Jahren, um Veränderung bemüht, findet sich aber gebunden in diesen Verhaltensweisen, die er nicht mag. Erst indem er ein größerer Teil seines Selbst wird, mehr von dem sein kann, was er in sich verleugnet hat, besteht eine Aussicht auf Veränderung“ (Rogers, 1961/1973, S. 177).

## Schluss

Das „wahre“ Selbst ist bei Rogers nicht als ein „auf seine Entdeckung wartendes, ein für allemal festgelegtes Selbst“. Die „Wahrheit“ des Selbst besteht gerade in seiner Prozesshaftigkeit, Offenheit und Komplexität. Der lebende Organismus drängt darauf, ein Mehr der Gesamtheit seiner Erfahrungen ins bewusste Selbst zu integrieren und das Selbstkonzept so

weiterzuentwickeln. Gleichzeitig hat er die Tendenz, Selbst-erfahrungen durchaus in einer über die Zeit hinweg kohärenten Weise zu ordnen und so das Erleben von Kontinuität und Identität zu ermöglichen. Das Selbst ist nicht als „Kern“ der Persönlichkeit konzipiert. Ein allzu „festgelegtes“ Selbst, das aktuelle Erfahrungen den vorbestehenden Strukturen angleichen will und sich also nicht weiterentwickeln kann, ist im personenzentrierten Verständnis ein unflexibles und inkongruentes Selbstkonzept, bei dem das Selbsterleben in Strukturen geronnen ist. Dabei sind sowohl die Entwicklungslehre als auch die Therapietheorie insofern „relational“ konzipiert, als dass sie die (Weiter-) Entwicklung des Selbst konsequent interaktionell determinieren. Dabei zeigt sich, dass Rogers' Entwicklungstheorie bereits in ihrer ursprünglichen Konzeption weitgehend anschlussfähig ist an die Ergebnisse der modernen Säuglings- und Bindungsforschung. Das Individuum ist darauf angewiesen, von bedeutsamen Anderen gesehen und anerkannt zu werden, um Erfahrungen überhaupt ins Selbstkonzept integrieren zu können. Gendlin hat die relationale Grundorientierung noch konsequenter ausgearbeitet und ein explanatorisches Beschreibungssystem für die Entstehung jedweder Art von Sich-selbst-Erleben aus dem Fluss der Interaktion mit Anderen heraus entwickelt. Eine Entwicklung des Selbst „aus sich heraus“ wäre innerhalb des personenzentrierten Theorierahmens gar nicht erklärbar.

## Literatur

- Auckenthaler, A. & Bischkopf, J. (2004). Empathie und Akzeptanz in der Verhaltenstherapie: eine Annäherung an die Gesprächspsychotherapie? *Psychotherapie im Dialog*, 4, 388–392.
- Benjamin, J. (1990). *Die Fesseln der Liebe. Psychoanalyse, Feminismus und das Problem der Macht*. Frankfurt/M.: Stroemfeld.
- Biermann-Ratjen, E.-M. (1993). Das Modell der psychischen Entwicklung im Rahmen des klientenzentrierten Konzepts. In: J. Eckert, D. Höger & H. Linster (Hrsg.), *Die Entwicklung der Person und ihre Störung, Band 1, Entwurf einer ätiologisch orientierten Krankheitslehre im Rahmen des klientenzentrierten Konzepts* (S. 77–89). Köln: GwG Verlag.
- Biermann-Ratjen, E.-M. (2006). Klientenzentrierte Entwicklungslehre. In: J. Eckert, E.-M. Biermann-Ratjen, D. Höger (2006). *Gesprächspsychotherapie. Lehrbuch für die Praxis* (S. 73–91). Heidelberg: Springer.
- Biermann-Ratjen, E.-M., Eckert, J. & Schwartz, H.-J. (2016). *Gesprächspsychotherapie. Verändern durch Verstehen*. Stuttgart: Kohlhammer
- Brossi, R. (2014). Empathie und Persönlichkeit. Vortrag im Rahmen der Fortbildungsreihe der Psychiatrischen Klinik Zugersee, 10. 4. 2014.
- 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 and Experiential Psychotherapies*, 3(3), 177–191.
- dos Santos, M. A., Gauer, G. & Gomes, W. B. (2010). Dialogical valence: A novel measure for the dialogical self and its implications for psychotherapy. *International Journal for Dialogical Science* 4 (2), 105–117.
- Eckert, J. (2016). Hat die Gesprächspsychotherapie / personenzentrierte Psychotherapie eine Zukunft? Eine Stellungnahme zu dem Beitrag von Behr, M., Finke, J., Gahleitner, S. B. (2016). personenzentriert sein – Sieben Herausforderungen der Zukunft. *Person, Internationale Zeitschrift für personenzentrierte und Experienzielle Psychotherapie*, 20(1), 14–30.
- Engelfried, S. & Staemmler, F. (2015). Das dialogische Selbst. Interview mit Dr. Frank M. Staemmler. Schattauer, Verlag für Medizin und Naturwissenschaften. Zugriff: 10. 4. 2018: <http://www.schattauer.de/de/news/presse/pressemitteilungen/2015/de/25-maerz.html>.
- Gendlin, E. (1996). *Focusing-orientierte Psychotherapie. Ein Handbuch der erlebensbezogenen Methode*. München: Pfeiffer.
- Gendlin, E. (2005). *Relationality in Focusing*. Kursvideo vom 23. 2. 2005. Zugriff am 19. 11. 2017: <https://www.youtube.com/watch?v=Wbf97DVraUI>.
- Gendlin, E. (2015). *Ein Prozess-Modell*. Freiburg / München: Karl Alber.
- Gergen, K. (1996). *Das übersättigte Selbst. Identitätsprobleme im heutigen Leben*. Heidelberg: Carl Auer.
- Gergen, K. (2009). *Relational Being. Beyond Self and Community*. Oxford: University Press.
- Goldstein, K. (1934/2014). *Der Aufbau des Organismus*. Paderborn: Wilhelm Fink.
- Heinrich, (2006). Selbst, Selbstkonzept. In: G. Stumm, J. Wiltshko, W. Keil: *Grundbegriffe der personenzentrierten und Focusing-orientierten Psychotherapie und Beratung* (278–280). Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Hermans, H., Kempen, H. J. G. & van Loon, R. J. P. (1992). The Dialogical Self. Beyond Individualism and Rationalism. *American Psychologist*, 47(1), 23–33.
- Honneth, A. (1992). *Kampf um Anerkennung. Zur moralischen Grammatik sozialer Konflikte*. Frankfurt/M.: Suhrkamp.
- Keil, S. (2009). Das Selbst als Gestalt – eine kritische Analyse und Ansätze zur Weiterentwicklung der Theorie des Selbst im klientenzentrierten Konzept. *Person, Internationale Zeitschrift für personenzentrierte und Experienzielle Psychotherapie und Beratung*, 2(13), 101–112.
- Rogers, C. (1951/1983). *Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie*. Frankfurt/M.: Fischer.
- Rogers, C. (1959/2009). *Eine Theorie der Psychotherapie*. München: Reinhardt.
- Rogers, C. (1961/1973). *Die Entwicklung der Persönlichkeit*. Stuttgart: Klett Cotta.
- Schmid, P. F. (2007). Begegnung von Person zu Person. Die anthropologischen Grundlagen personenzentrierter Therapie. In J. Kriz, & T. Slunkecko, *Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt des personenzentrierten Ansatzes* (S. 37–48). Wien: Facultas.
- Schoeller, D. (2015). Einleitung. In: E. Gendlin: *Ein Prozess-Modell* (S. 11–27).
- Spitz, R. (1957). *Die Entstehung der ersten Objektbeziehungen*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Staemmler, F. (2015). *Das dialogische Selbst. Postmodernes Menschenbild und psychotherapeutische Praxis*. Schattauer.
- Stern, D. (1992). *Die Lebenserfahrung des Säuglings*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Swildens, (2015). *Prozessorientierte Gesprächspsychotherapie. Einführung in eine differentielle Anwendung des Klientenzentrierten Ansatzes bei der Behandlung psychischer Erkrankungen*. Köln: GwG-Verlag.
- Teichmann-Wirth, B. (2006). Fully-functioning person. In: G. Stumm, J. Wiltshko, W. Keil: *Grundbegriffe der Personenzentrierten und Focusing-orientierten Psychotherapie und Beratung* (S. 133–135). Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.