

Der ‚eigene‘ Ton

Eine Antwort auf die Kommentare

Frank-M. Staemmler

Der Autor antwortet auf die Kommentare, die Markus Steffen und Michael Gutberlet zu seinem primären Artikel über „Relationalität und dialogisches Selbst“ verfasst haben. Dabei geht er insbesondere auf das Thema der Empathie, auf das Konstrukt des sogenannten „wahren Selbst“ sowie auf den in unserer Kultur vorherrschenden Individualismus ein, der in vielen psychotherapeutischen Konzepten implizit enthalten ist und die möglichen Wirkungen therapeutischer Praxis einschränkt.

Schlüsselwörter: Empathie, ‚wahres Selbst‘, Individualismus, Einklammern von Vorannahmen

One’s own tone: A response to the commentaries: The author responds to the commentaries that Markus Steffen and Michael Gutberlet wrote on his primary paper on “Relationality and Dialogical Self”. He focuses in particular on the topic of empathy, on the construction of the so-called “true self”, and on the individualism that is still predominant in our culture as well as implicit in many psychotherapeutic concepts which limit the possible effects of therapeutic practice.

Keywords: empathy, ‘true self’, individualism, bracketing of presuppositions

Zuerst möchte ich den Kommentatoren, Markus Steffen und Michael Gutberlet, für ihre kenntnisreichen, durchdachten und vielseitigen Kommentare zu meinem Artikel danken. Auch da, wo sie anderer Meinung sind als ich, tragen sie ihre Überlegungen auf sachgemäße und faire Weise vor. Das ist nach meiner Erfahrung in kollegialen Diskussionen nicht immer der Fall und verdient daher meine ausdrückliche Würdigung. – Auch Mark Galliker, der diese Diskussion initiiert und begleitet hat, möchte ich für seine sachkundige und engagierte Arbeit herzlich danken. – Nun zur Sache:

Im ersten Teil von Steffens Kommentar habe ich mich besonders von seinen Ausführungen zur (therapeutischen) Qualität von Beziehungen angesprochen gefühlt. Seinen Bezugnahmen auf Rogers sowie auf Benjamin, Honneth, Buber und Gendlin kann ich nur zustimmen. Insbesondere eine Feststellung möchte ich bestätigend hervorheben:

„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“ (Steffen in diesem Heft, S. 28; Hervorhebung von Steffen).

Ich fühle mich hier meinerseits bestätigt, denn der Autor formuliert in seinen Worten ziemlich genau das, was ich in meinem Buch über Empathie zur Frage „Warum ist Empathie

heilsam?“ zu beschreiben versucht habe (Staemmler, 2009, S. 253ff.).

Ich möchte allerdings darauf hinweisen, dass es in der Frage der Empathie zwei bemerkenswerte Unterschiede zwischen Rogers’ und Gendlins Positionen gibt: Erstens scheint mir Rogers’ Empathie-Verständnis insofern *einseitig*, als er die Notwendigkeit einer empathischen Haltung in der Therapie in (fast¹) allen mir bekannten Texten auf der Seite des *Therapeuten* verortet. Aber der Klient könnte von der empathischen Zuwendung des Therapeuten nicht profitieren, wenn er sie nicht als solche erkennen würde. Und dafür benötigt er selbst empathische Kompetenz (vgl. ebd., S. 65ff.).

Gendlin demonstriert hingegen in vielen seiner Schriften ein klar *mutuelles* Empathieverständnis – nicht nur in seinem Spätwerk (2015), aus dem ich in meinem Artikel schon zitiert hatte (vgl. S. 20), sondern auch schon in früheren Veröffentlichungen. Eine meiner Lieblingsstellen lautet so:

„Mein Eindruck von dir, dem Zuhörer, berührt mein Erleben, während ich spreche, und deine Antwort bestimmt zum Teil mein Erleben

1 Unter den „notwendigen und hinreichenden Bedingungen“ nennt er als sechsten Punkt: „Die Kommunikation des empathischen Verstehens ... des Therapeuten dem Klienten gegenüber wird wenigstens in einem minimalen Ausmaß erreicht“ (1991, 168). Wenn mit „Kommunikation“ nicht nur die Mitteilung des Therapeuten, sondern auch deren Verständnis durch den Klienten gemeint ist, wäre dies eine Ausnahme gegenüber der sonstigen Einseitigkeit.

im nächsten Moment. Was in mir vorgeht und wie ich lebe, während wir miteinander sprechen und interagieren, wird wesentlich beeinflusst durch jedes Wort und jede Bewegung, durch jeden Gesichtsausdruck und jede Haltung, die du zeigst“ (1962, S. 38).

Und das meint Gendlin immer in Bezug auf *beide* Teilnehmerinnen an einem Gespräch.

Der zweite Unterschied zwischen Gendlin und Rogers lässt sich gleichfalls an der letzten von mir zitierten Passage erkennen: Gendlin legt das Gewicht nicht wie Rogers hauptsächlich auf die *übergreifende* Einstellung des Therapeuten, wenn er über empathische Prozesse nachdenkt, sondern auch und besonders auf die vielen kleinen, z. T. nonverbalen Interaktionen und Mikroprozesse, die von Moment zu Moment stattfinden und eine gegenseitige², aus zahlreichen kleinen Schritten bestehende Abstimmung der Beteiligten aufeinander darstellen.

Ich möchte mit der Erwähnung der Unterschiede Rogers und Gendlin keinesfalls gegeneinander ausspielen, denn Einseitigkeit ist ein Teil von Mutualität; und in der Mehrheit der in der Praxis relevanten Situationen sind aktuelle Mikroprozesse und grundlegende Einstellungsfragen ohnehin eng in einander verwoben.

Wenn ich von einem Klienten eine Mitteilung bekomme wie die, die Gutberlet zitiert („Irgendwo tief in mir ist ein Ton, der allein *mein* Ton ist...“ – H.i.O.), berührt mich das in der Regel persönlich; ich weiß aus eigener Erfahrung, wie wertvoll die Entdeckung von etwas Eigenem für den Betroffenen sein kann, und freue mich mit ihm. Wenn ich das sage, dürfte für Therapeutinnen fast aller Schulen klar sein, dass für meine Resonanz nicht nur der *Inhalt* der Aussage bedeutsam ist, sondern mindestens genauso die Weise, *wie* der Klient sie intoniert, welche Körperhaltung und welchen Gesichtsausdruck er dabei zeigt, ob er sich im Blickkontakt direkt an mich wendet etc.

Deshalb ist es für mich im Kontext einer solchen Begegnung auch von nachgeordneter Bedeutung, ob die vom Klienten gewählten Formulierungen (wie in diesem Beispiel) tiefenpsychologische, essentialistische oder individualistische Anklänge enthalten, die ich kritisch sehe. Mir ist in solchen Situationen klar, dass die Weise, wie Menschen sich erleben und wie sie dieses Erleben eigensprachlich beschreiben, maßgeblich von der Kultur und Subkultur beeinflusst ist, in der sie sozialisiert wurden; und die sind meist nicht direkter Gegenstand therapeutischer Arbeit.

Insofern ist der Kontext einer therapeutischen Begegnung in der Regel für mich ungeeignet, die theoretischen Implikationen solcher Formulierungen zu hinterfragen. Den Klienten so zu anzunehmen, wie er jeweils ist, schließt ein, seine

2 Gegenseitigkeit bedeutet *permanente Beidseitigkeit*; es geht *nicht* um eine *Wechselfeitigke*t, bei der erst die eine und dann der andere an die Reihe kommt.

Erlebens- und Ausdrucksweise zu akzeptieren, auch wenn man in manchen Situationen den Eindruck hat, dass sie mit dazu beitragen, wie der Klient sich selbst im Weg steht; das kann zu einem späteren Zeitpunkt zum Thema werden und schließt die prinzipielle Anerkennung, von der Steffen mit Bezug auf Benjamin und Honneth spricht, keineswegs aus.

Theoretische Diskussionen wie die, die wir in dieser Zeitschrift führen, liegen auf einer völlig anderen Diskursebene. Daher verstehe ich die von Gutberlet zitierte Aussage über den eigenen Ton nicht als theoretisches Argument – und auch nicht die von ihm erwähnten „Klientenäußerungen“, die Rogers gesammelt hat –, sondern als konkrete Beispiele dafür, wie Menschen ihre Erfahrung in *unserer* (individualistisch geprägten) Kultur erleben und beschreiben können und warum sie bei anderen mit einem ähnlichen kulturellen Hintergrund auf eine positive Resonanz hoffen können.

Aber ist es deshalb auch ein Beispiel dafür, dass es so etwas wie ein „*wahres* Selbst“ gibt? Auf den ersten Blick – Husserl (1913/1980) spricht hier von der „natürlichen Einstellung“ – mag es so scheinen, auf den zweiten Blick habe ich große Zweifel. Wie wir aus der Phänomenologie wissen, ist es nicht so leicht getan wie gesagt, die Vorannahmen des eigenen Denkens und schon gar die des eigenen Erlebens außer Kraft zu setzen. Denn ausgerechnet

„all jene Muster in unserer Erfahrung, die am tiefsten kulturell geprägt sind, sind zugleich meistens jene, derer wir uns am wenigsten bewusst sind... Die tiefste Ebene der Kultur ist daher die, Realität selbst: alle die Dinge, die ich nicht für kulturell halte, weil ich meine, dass die Welt nun einmal so sei“ (Wheeler, 2005, S. 94).

Vorannahmen sind „schwierig einzuklammern, überwiegend aus zwei Gründen: Sie sind ‚vor‘ – sie operieren vor jeder Kognition und Analyse...; und sie sind hinterlistig, subtil und attraktiv-verführerisch; sie zielen direkt auf die besonderen Empfindlichkeiten und Schwächen des Individuums“ (Hurlburt & Akhter, 2006, S. 283) und leben von seinen Konditionierungen und Vorlieben.

Ein starkes Gefühl von der Gültigkeit oder Stimmigkeit einer Erfahrung³, auch wenn man es als Erlebender oder als dessen

3 Dieses Gefühl wird meist (implizit) als Kriterium für die ‚Wahrheit‘ des aktualisierten Selbst herangezogen; interessanterweise wird dieser Wahrheitsbegriff aber kaum einmal expliziert oder gar kritisch diskutiert. Das wäre aber nötig; man denke etwa daran, wie überzeugt jemand von der Gültigkeit seines Erlebens sein kann, der unter einer paranoiden Schizophrenie leidet, oder jemand, der einfach nur gekränkt ist (vgl. Staemmler, 2016). Gerade in Bezug auf Gefühle lässt die neuere Forschung essentialistische Konzepte immer fragwürdiger erscheinen (vgl. Barrett, 2017). – Im Rahmen meiner eigenen Theoriebildung würde ich ein solches Erleben als die Folge eines (vielleicht impliziten) Gesprächs zwischen zwei Selbst-Positionen verstehen, einer eher präreflexiven, stark leiblich-emotionalen und einer reflexiven, eher moralisch oder ästhetisch gefärbten, die die erste affirmiert.

Gegenüber ernst nimmt und akzeptiert, kann darum nicht als Beleg dafür gelten, dass diese Erfahrung ‚wahr‘ in dem Sinne wäre, eine von ihrem kulturellen Kontext unabhängige Wirklichkeit abzubilden. Zum jeweiligen kulturellen Kontext zählt natürlich auch die dazu gehörige Sprache; sie liefert jene begrifflichen Kategorien, mit denen Menschen ihre Wirklichkeit nicht nur beschreiben, sondern zugleich deren Einheiten definieren und damit in gewissem Sinne auch *schaffen* – ‚wahre‘ Selbst eingeschlossen. Somit ist das Erleben von Menschen und ihre Art, es in Worte zu fassen, *nicht nur* Ausdruck ihrer Individualität, *sondern auch* einer „kollektiven Intentionalität“ (vgl. Schmid & Schweikard, 2009; Searle, 1997).

Der „eigene Ton“ ist nie *nur* der eigene, wie bereits Feuerbach erkannt hat:

„So sehr ist das Bild des andern in mein Selbstbewusstsein, mein Selbstbild eingewoben, dass selbst der Ausdruck des Allereigensten und Allerinnerlichsten ... ein Ausdruck ... der Gemeinschaftlichkeit ist; dass ich selbst in den geheimsten, verborgensten Winkel meines Hauses, meines Ichs mich nicht zurückziehen und verstecken kann, ohne zugleich ein Zeugnis von dem Dasein des andern außer mir abzugeben.“ (1868/1994, S. 422)

Nur weil der Topos eines ‚wahren‘ Selbst in unserer Kultur immer wieder bemüht wird, beweist das nicht, dass es ein wahres Selbst in einem irgendwie ‚objektiven‘ Sinn gibt; es zeigt nur, dass innerhalb des gegebenen kulturellen Kontextes ein so genanntes wahres Selbst als etwas Wirkliches *betrachtet* wird.⁴ Ein solches „wahres Selbst“ ist deshalb als eine sprachlich-kulturelle Wirklichkeit zu verstehen, die zwar von einer Sprachgemeinschaft hervorgebracht wird und dadurch auch Wirklichkeit schafft, die aber deswegen nicht schon irgendeine zeitlich überdauernde oder gar interkulturelle Universalität besitzt: Sie ist kulturell und historisch *kontingent*.⁵

Die Redeweise vom menschlichen „Organismus“ mit ihren starken biologischen Konnotationen, die Gutberlet – auffällig unhinterfragt sowie extensiv – und auch Steffen benutzen, scheint mir allerdings geeignet, die Erkenntnisse der phänomenologischen Hermeneutik und des sozialen Konstruktivismus⁶, auf die ich in dieser Antwort, in meinem Buch (Staemmler, 2015) sowie in meinem Artikel (vgl. S. 32–42) Bezug nehme,

4 Ich erinnere daran, welchen Einfluss die Überzeugungen und Sprachgebräuche von Therapeutinnen auf das Erleben und die Diktion von Klientinnen ausüben und welche Wirkung kulturelle Normen haben: „Kulturelle Modelle sind organisierende Prinzipien der aktuell auftretenden Emotionen, weil sie die Auswahl von Antworten begünstigen, die mit dem Modell konsistent sind, während sie die Wahl von Antworten hemmen, die mit dem Modell inkompatibel sind“ (Mesquita & Albert, 2007, S. 490).

5 Buddhisten würden sie wohl sogar als prinzipiell illusorisch betrachten.

6 Ich beziehe mich gewiss nicht auf den Behaviorismus, in dessen Nähe Gutberlet mich zu meiner Überraschung rückt.

mehr oder weniger ungenutzt zu lassen. Auch wenn Rogers – und Perls übrigens ebenso – als Kinder ihrer Zeit mit dem Organismus-Begriff arbeiteten, ist er aus heutiger Sicht im *psychologischen* Kontext durchaus fragwürdig. Man muss daran ja nicht festhalten.

Selbst für das Verständnis davon, wie Kinder laufen lernen (Gutberlets Beispiel), ist das Organismus-Konzept verkürzt: Ein Kind, das keine anderen Menschen laufen sieht und – in seiner jeweiligen „Zone der nächsten Entwicklung“ (Vygotskij, 1934/2002; vgl. auch Rogoff, 1990) – keine menschliche Unterstützung beim Laufenlernen erhält, wird sich zumindest sehr schwer tun. „Ein Individuum mag als ein Organismus im physischen oder biologischen Sinne existieren. Aber ... *die wichtigsten Dinge im menschlichen Leben geschehen zwischen Menschen*“ (Sidorkin, 1999, S. 11 – H.d.V.), sowohl zwischen einzelnen als auch in sprachlich-kulturellen Gemeinschaften.

Dazu zählt auch die in der Psychotherapie so wichtige *gemeinsame* Konstruktion von Bedeutungen (vgl. Tronick, 2005). Nach meiner Erfahrung als Therapeut sind Interpretationen und Konzepte, mit denen Menschen ein ‚Wesen‘, ein ‚innerster Kern‘, eine (organismische) ‚Natur‘, ein ‚wahres Selbst‘ oder sonst irgendeine von vielen möglichen Selbst-Positionen als das irgendwie *Eigentliche* zugeschrieben wird, letztlich kontraproduktiv. In der Psychotherapie geht es um Veränderung und daher darum, Entwicklungsmöglichkeiten weitestgehend offenzuhalten. Deshalb gehört es m. E. zur Aufgabe von Therapeutinnen, biologistische, essentialistische und anderweitig verdinglichende Menschenbilder zu dekonstruieren und in der therapeutischen Praxis nach Möglichkeit außer Kraft zu setzen. Mit meinem Eintreten für einen dialogischen und prozessualen Selbstbegriff möchte ich dazu beitragen.

Das ist für mich keineswegs nur ein akademisches Anliegen: Wie man zu solchen Konzepten und ihren Implikationen steht, ob man sich die mit ihnen verbundenen kulturellen Vorannahmen bewusst macht oder nicht, hat direkte Auswirkungen auf die therapeutische Praxis. Hier bin ich offenbar ganz anderer Meinung als Gutberlet, der zwar – für mich durchaus glaubhaft – die Ansicht zum Ausdruck bringt, dass die von ihm behauptete „Möglichkeit des Erlebens eines kongruenten, ‚wahren‘ Selbst [...] keinesfalls als Muster und Aufforderung dafür zu verstehen [sei], wohin man mit Klienten und Klientinnen kommen müsste“ (Gutberlet in diesem Heft, S. 40), aber dennoch keine mir ausreichend erscheinende kritische Distanz zu den normativen und verdinglichenden Bedeutungen der von ihm benutzten Begriffe und Konzepte erkennen lässt (sie machen praktisch für ihn „einen geringen oder keinen Unterschied“).

Der Mangel an Reflexion der eigenen Vorannahmen, Begriffe und Konzeptionen hat nach meiner Meinung mit *großer* Wahrscheinlichkeit Konsequenzen in der Praxis, denn er führt zwangsläufig dazu, dass die persönlichen Einstellungen

von Therapeutinnen gegenüber ihren Klientinnen, ihre Vorstellungen davon, was in der Therapie möglich ist und was nicht, ihre dadurch mitbestimmte Wortwahl sowie – oft noch wirksamer – der Subtext ihrer Äußerungen und vieles mehr *unhinterfragt* bleiben. Und das bedeutet, dass sie in Gefahr sind, von ihnen selbst unbemerkt (!), Haltungen und Botschaften zu vermitteln, die sie niemals vorsätzlich hätten vermitteln wollen, weil sie, wie Gutberlet auch, eigentlich andere Absichten haben. Wer Erfahrungen mit Supervisionen hat, kennt sicher viele Beispiele für dieses Phänomen.

Darum gefällt es mir umso mehr zu sehen, wie sehr sich beide Kommentatoren darum bemühen herauszustellen, dass schon Rogers ein interaktionelles Verständnis vom Selbst sowie von den Prozessen hatte, die in der Psychotherapie wirksam sind. Streckenweise wirkt ihre Argumentation auf mich jedoch etwas apologetisch, zumal sie auf die in meinem Artikel (vgl. S. 32–42) aufgeführten Hinweise auf eher individualistische Strömungen in Rogers' Denken, die es offenbar *auch* gibt, kaum eingehen. Ich gebe gerne zu, dass meine Kenntnis der Roger'schen Schriften und noch mehr die seiner Epigonen begrenzt ist; vielleicht ist meine Auswahl von Zitaten dadurch einseitig geraten. Das stellt aber deren Existenz nicht in Frage, mit der man sich *auch* auseinandersetzen muss, wenn man ein einigermaßen zutreffendes Gesamtbild zeichnen möchte.

Doch jede Exegese früherer Schriften muss ihrem Charakter nach rückwärtsgewandt bleiben und sollte, wenn es um die Weiterentwicklung therapeutischer Vorgehensweisen geht, nur einen von mehreren Blickwinkeln darstellen, weil ihr Nutzen Grenzen hat. Wenn ich die Stellungnahmen von Steffen und Gutberlet mehr unter den Aspekten von Gegenwart und Zukunft betrachte, gewinne ich den Eindruck, dass eine Annäherung unserer jeweiligen Auffassungen möglich ist. Bei anderen Vertreterinnen des Personzentrierten Ansatzes – Gutberlet selbst nennt erfreulicherweise Cooper, Mearns und Thorne – ist das für mich in noch deutlicherer Weise zu erkennen.

Über solche mögliche Konvergenzen freue ich mich, und dass sie sichtbar geworden sind, ist für mich das entscheidende Resultat dieser Diskussion.

Literatur

- Barrett, L. F. (2017). *How emotions are made: The secret life of the brain*. Boston & New York: Houghton Mifflin Harcourt.
- Feuerbach, L. A. (1868/1994). Zur Moralphilosophie. In H.-J. Braun (Hg.), *Solidarität oder Egoismus – Studien zu einer Ethik bei und nach Ludwig Feuerbach* (S. 353–429). Berlin: Akademie.
- Gendlin, E. T. (1962). *Experiencing and the creation of meaning: A philosophical and psychological approach to the subjective*. New York: Free Press of Glencoe.
- Gendlin, E. T. (2015). *Ein Prozess-Modell*. Freiburg & München: Alber.
- Hurlburt, R. T., & Akhter, S. A. (2006). The Descriptive Experience Sampling method. *Phenomenology and the Cognitive Science* 5 (3–4), 271–301.
- Husserl, E. (1913/1980). *Ideen zu einer reinen Phänomenologie und phänomenologischen Philosophie – Erstes Buch: Allgemeine Einführung in die reine Phänomenologie*. Tübingen: Niemeyer.
- Mesquita, B., & Albert, D. (2007). The cultural regulation of emotions. In J. Gross (Hg.), *The handbook of emotion regulation* (pp. 486–503). New York & London: Guilford Press.
- Rogers, C. R. (1991). Die notwendigen und hinreichenden Bedingungen für Persönlichkeitsentwicklung durch Psychotherapie. In: C. R. Rogers & P. F. Schmid (Hg.), *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.
- Schmid, H. B., & Schweikard, D. V. (Hg.) (2009). *Kollektive Intentionalität – Eine Debatte über die Grundlagen des Sozialen*. Frankfurt/M.: Suhrkamp.
- Searle, J. R. (1997). *Die Konstruktion der gesellschaftlichen Wirklichkeit – Zur Ontologie sozialer Tatsachen*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Sidorkin, A. M. (1999). *Beyond discourse: Education, the self, and dialogue*. Albany, NY: State University of New York Press.
- Staemmler, F.-M. (2009). *Das Geheimnis des Anderen – Empathie in der Psychotherapie: Wie Therapeuten und Klienten einander verstehen*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Staemmler, F.-M. (2015). *Das dialogische Selbst – Postmodernes Menschenbild und psychotherapeutische Praxis*. Stuttgart: Schattauer.
- Staemmler, F.-M. (2016). *Kränkungen – Verständnis und Bewältigung alltäglicher Tragödien*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Tronick, E. Z. (2005). Why is connection with others so critical? The formation of dyadic states of consciousness and the expansion of individuals' states of consciousness: Coherence governed selection and the co-creation of meaning out of messy meaning making. In: J. Nadel & D. Muir (Hg.), *Emotional development* (S. 293–315). Oxford: University Press.
- Vygotskij, L. S. (1934/2002). *Denken und Sprechen*. Weinheim & Basel: Beltz.
- Wheeler, G. (2005). Culture, self, and field: A gestalt guide to the age of complexity. *Gestalt Review* 9(1), 91–128.