

Aktualisierungstendenz oder Interaktion zuerst? Zur Kontroverse dialogisches versus monologisches Selbst

Margot Klein, Christine le Coutre & Mark Galliker

In der vorliegenden Arbeit wird nach Gemeinsamkeiten und Unterschieden in den Stellungnahmen zum *dialogischen Selbst* gesucht. Während Staemmler von einer starken Relationalität ausgeht, nach der die menschliche Psyche soziokulturell konstituiert wird, gehen seiner Meinung nach personenzentrierte Autoren eher von einer abgeschwächten Relationalität aus, bei der neben dem intrapersonalen auch das interpersonale Geschehen berücksichtigt wird. Entscheidend ist, dass im Personenzentrierten Ansatz und insbesondere bei Gendlin Aktualisierungstendenz und Interaktion schließlich zu einer Einheit finden und sich „das Selbst“ als Objekt auflöst. Am Ende des Artikels wird auf die Bedeutung der Kontroverse für die psychotherapeutische Praxis hingewiesen.

Schlüsselwörter: Relationalität, Kontinuität, Experiencing, Kongruenz und Inkongruenz

Actualizing tendency or interaction first? On the controversy of the dialogical versus the monological self.

In this work as presented, we look for the similarities and differences in the attitudes to the *dialogical self*. While Staemmler assumes strong relationality exists, according to which the human psyche is constituted in sociocultural terms, individual-focused psychotherapists in his opinion tend to assume an attenuated relationality, in which interpersonal events are considered alongside those of an intrapersonal type. Decisive is that the actualizing tendency and interaction ultimately form one entity in the person-centered approach and especially in Gendlin and that “the self” dissolves as an object. At the end of the article, the importance of controversy for psychotherapeutic practice is referred to.

Key words: relationality, continuity, experiencing, congruence and incongruence

Das *dialogische Selbst* könnte dazu beitragen, dass die Autoren und Autorinnen der PERSON sich in Zukunft weder auf – um einen Ausdruck Staemmlers zu verwenden – „Epigonen“ von Rogers reduzieren lassen noch die einfache Anpassung an die Anforderungen des Mainstreams der Kognitiven Psychologie und der Kognitiven Verhaltenstherapie suchen, sondern sich mehr auf die Auseinandersetzung mit den Voraussetzungen

Margot Klein, Dipl.-Soz., Leitung der Beratungsstelle Viva für ältere Menschen und ihre Angehörigen in Mannheim. Fortbildnerin für Beratung und Kommunikation mit älteren und verwirrten Menschen und Angehörigen. Mitglied der GwG.

Christine le Coutre, Dipl.-Psych., Gesprächspsychotherapeutin (GwG), Supervisorin (DGsv, GwG). Focusing-Professional am International Focusing Institute (TiFi) Erlebnisbezogener Concept Coach auf der Grundlage von TAE, Ausbilderin für Personenzentrierte Beratung (GwG) im Training, 1. Vorsitzende der Deutschen Focusing Gesellschaft. Tätig als Leiterin einer Ehe- Familien- und Lebensberatungsstelle in München und in freier Praxis.

Mark Galliker, Prof. em. Dr., studierte an der Universität Bern Psychologie und Philosophie. Eidg. anerkannter Psychotherapeut pca.acp/FSP. Forschungsgebiete: Wissenschaftstheorie, Geschichte der Psychologie, Sprachpsychologie.

des Personenzentrierten Ansatzes (PZA) und dessen Weiterentwicklung konzentrieren.

Im vorliegenden Artikel geht es darum, nach Staemmlers Darstellung seines Ansatzes in diesem Heft (vgl. S. 13–22) und den beiden kritischen Stellungnahmen der Gesprächspsychotherapeuten Markus Steffen und Michael Gutberlet (vgl. S. 23–31 u. S. 32–42) sowie der Antwort von Staemmler auf dieselben (vgl. S. 43–46) die Problematik des Selbstbegriffs zusammenfassend zu reflektieren. Neben Gemeinsamkeiten zwischen den Kontrahenten finden sich auch Differenzen, die wir im Folgenden darstellen, um schließlich nach einer Synthese zu suchen.

Schon im ersten Beitrag des vorliegenden Themenheftes der PERSON *Das dialogische Selbst. Eine Kontroverse* hat Hermans darauf hingewiesen, dass ein Selbst, ein Individuum, wenn man will eine Person, nicht einfach als „organisierte Gestalt“ losgelöst von der Lebenswelt derselben begreifbar ist (vgl. Hermans in diesem Heft, S. 5–12). Hierzu gibt es inzwischen eine Vielzahl von Untersuchungen, insbesondere aus dem linguistischen, sozialpsychologischen und soziologischen Bereich. Beispielsweise hat Löwenstein (2017) empirisch nachgewiesen, dass auch gravierende Störungen der Persönlichkeit als

„relationale Verhaltensmuster“ verstanden werden können (vgl. ebd., S. 831).

Schwache versus starke Relationalität

In seiner Replik auf die Autoren des PZA, die mehr oder weniger offensichtlich der Aktualisierungstendenz zentrale Bedeutung beimessen, hat Staemmler festgehalten, dass im menschlichen Leben, wo und zu welchem Zeitpunkt dies auch sei, *nie* Nicht-Kultur existiert. Der Organismus wird in eine Kultur hineingeboren und von dieser von Anfang an physiologisch, neurologisch und psychologisch modelliert. Zunächst geschieht dies noch auf ganz rudimentäre Art und Weise non-verbal, indes bald auch schon lingual sowie paralingual. Mit der Zeit erfolgt eine immer schon semantisch und schließlich ausdrücklich sprachlich ausgeprägtere (Vor-)Strukturierung der Bedürfnisse und Emotionen des Organismus des jungen Menschen und von all dem, was dieser Organismus mit seinen je besonderen genetischen Voraussetzungen mitbringt und sich mit seinem Hineinleben in die jeweilige Kultur realisiert. Demnach vollzieht sich für den jüngeren sowie natürlich dann auch für den älteren Menschen *alles* innerhalb der Kultur und der jeweiligen besonderen Gesellschaft, mithin auch der Selbstbezug der jeweiligen Person (vgl. Staemmler in diesem Heft, S. 43–46).

In der wissenschaftlichen Tradition des PZA wurde lange Zeit eine primär individuell verstandene Aktualisierungstendenz von den externen, kulturell verstehbaren Einflüssen verselbstständigt. Bekanntlich bedeutet jedoch die Personzentrierte Gesprächspsychotherapie (GPT) keineswegs eine Reduktion auf ein monologisches Selbst. Nach Gutberlet muss Rogers nicht so gelesen werden, als seien in seinem Verständnis Organismus und Umwelt voneinander getrennt worden (vgl. Gutberlet in diesem Heft, S. 39).

Ein für Staemmler wichtiger Unterschied zu Gutberlet scheint jedoch der zu sein, *ab wann* „Relationales“ in der Entwicklung des Selbst eine Rolle spielt. Unter Bezugnahme auf verschiedene entwicklungspsychologische Voraussetzungen argumentieren beide Kontrahenten schlüssig und gelangen schließlich doch zu etwas unterschiedlichen Ergebnissen. Für Gutberlet scheint die Differenz zwischen Rogers' Selbstkonzept und den beschriebenen dialogischen Ansätzen kleiner zu sein, als von Staemmler dargestellt (vgl. Gutberlet in diesem Heft, S. 33f.).

Anhand der modernen Säuglingsforschung sowie auch einiger theoretischer Hinweise (u. a. auf die Intersubjektive Theorie) weist Steffen auf eine der wichtigsten Einsichten innerhalb des PZA hin, nämlich dass das Individuum von Grund auf darauf angewiesen ist, von bedeutsamen Anderen gesehen und

anerkannt zu werden. Der Autor zeigt auf, dass Rogers schon früh vorausgedacht hat, was später die Säuglingsforschung herausgefunden hat. Steffen ist überzeugt, dass Staemmlers dialogisches Selbst an „Rogers' Entwicklungstheorie bereits in ihrer ursprünglichen Konzeption weitgehend anschlussfähig ist“ (vgl. Steffen in diesem Heft, S. 31).

Steffens Gedankengänge laufen trichterförmig auf *einen* Wesenszug des spezifisch menschlichen Organismus hinaus, nämlich auf dessen „need for positive regard“, dem von außen kommend ein „positive regard“ entsprechen muss, damit sich das Individuum entwickeln kann. Rogers (1959/2009), der bekanntlich nur die Aktualisierungstendenz zu einem Axiom erhoben hat, behandelt „need for positive regard“ nach Steffen wie einen Wesenszug des Menschen, der allgegenwärtig sei, und damit „fast wie ein Axiom, jedenfalls aber als eine Setzung, die nicht weiter gerechtfertigt zu werden braucht“ (vgl. Steffen in diesem Heft, S. 26).

Auch wenn der Bedarf an Beachtung entwicklungslogisch vor der Beachtung kommen mag, kann diese Beachtung als kulturelles Phänomen betrachtet werden, das weiteren Bedarf nach ihr hervorrufen mag. Jedenfalls versucht Steffen, die Beachtung *nicht* vom Organismus zu trennen, was in gewisser Hinsicht für das Verständnis des PZA entscheidend sein wird (s. u.). Allgemein ausgedrückt: Der Autor stellt die Relationalität im Zusammenhang mit dem Organismischen des Menschen dar. „Das Individuum entwickelt sich *nicht* ausschließlich durch Prozesse der sozialen Zuschreibung oder Perspektivübernahme, sondern es antwortet auf innerorganismische Signale und Bedürfnislagen“ (Steffen in diesem Heft, S. 27).

Demgegenüber scheint für Staemmler der Organismus keine zentrale Rolle zu spielen, glaubt er doch, dass dieser vorwiegend biologistisch betrachtet wird: „Die Redeweise vom menschlichen ‚Organismus‘ [...] scheint mir [...] geeignet, die Erkenntnisse des phänomenologischen und des sozialen Konstruktivismus [...] mehr oder weniger ungenutzt zu lassen. Auch wenn Rogers – und Perls übrigens auch – als Kinder ihrer Zeit mit dem Organismus-Begriff arbeiteten, ist er aus heutiger Sicht im *psychologischen* Kontext durchaus fragwürdig“ (Staemmler in diesem Heft, S. 45; Hervorhebung von Staemmler).

Während Steffen den Organismus nicht von gesellschaftlich bedeutsamen Einflüssen isoliert, scheint Staemmler eine solche Trennung durchaus vorzunehmen; zugleich unterstellt er den PZA-Vertretern ein verkürztes Organismus-Konzept (vgl. Staemmler in diesem Heft, S. 45). Seiner Meinung nach versteht zumindest Gutberlet Beziehungen letztlich in der Weise, dass *primär getrennte* Wesen miteinander Kontakt aufnehmen, was er im Sinne von Slife (2004) als „schwache Form von Relationalität“ bezeichnet (vgl. ebd., S. 158). Bei diesem Verständnis der Relationalität üben zwar zwischenmenschliche Beziehungen einen mehr oder weniger starken Einfluss auf die beteiligten

Personen aus, sie sind jedoch für die Individuen *nicht* konstitutiv, zumindest nicht in einem inhaltlichen Sinne.

Hingegen sind bei einer starken Relationalität die Individuen nicht vorgängig voneinander getrennt, mithin auch nicht Individuum und Gesellschaft und auch nicht Individuum und Kultur. Dabei handelt es sich um eine die Person als psychologisch verstandenes Individuum erst konstituierende Relationalität. Durch diese starke Relationalität werden auch Fähigkeiten wie beispielsweise das Rechnen i. S. des kulturhistorischen Ansatzes als kulturelle Errungenschaften entsprechend vermittelt und vom Individuum angeeignet (vgl. u. a. Kölbl, 2015).

Organismische Kontinuität versus soziale Kontinuität

In diesem Kontext stellt sich die Frage, ob das Selbst i. S. Rogers' wirklich als quasi „natürliches Selbst“, als eine Art „Objekt“, mitunter „feste Größe“ oder gar als „wahres Selbst“ zu verstehen ist. Tatsächlich wies der frühe Rogers (1942/1989) am Rande noch auf ein „natürliches Selbst“ hin (vgl. ebd., S. 157); allerdings bezog er es schon damals auf Impulse: „Der Klient kann die Beziehung zwischen seinem Selbst, wie er es sich vorgestellt hat, und diesen weniger wertvollen, weniger akzeptablen Impulsen sehen“ (ebd., S. 189).

Im PZA wird in einem gewissen Sinne von einem Primat des Organismus ausgegangen (vgl. u. a. Aktualisierungstendenz als einziges Axiom bei Rogers; Bedeutung des Organismus in Gendlins Focusing). So grenzt sich Gutberlet wiederum von Staemmler ab, „der eine klare Abgrenzung gegenüber den Ansätzen vollzogen [hat], die ein Selbst annehmen, das seine Wurzeln im Organismus des Individuums hat“ (Gutberlet in diesem Heft, S. 33).

Steffen sieht indes *zwei* Tendenzen des menschlichen Organismus: „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“ (Steffen in diesem Heft, S. 30).

Auch die meisten Wissenschaftler und Wissenschaftlerinnen des PZA würden Staemmlers gestalttherapeutischer „Vielfältigung des Ichs“ wohl letztlich zustimmen, jedoch unter Bewahrung eines „inneren Kerns“ (eine Auffassung, die als schwache Relationalität interpretiert werden kann, aber nicht muss, s. u.). Andernfalls würde sich das Individuum auf eine Art „Ensemble von Rollen“ reduzieren. Die Konsequenz wäre eine Lebensform extremer Anpassung, die allerdings heute durch die Flexibilisierung der Lebens- und Arbeitsverhältnisse sowie durch die damit verbundene Verunsicherung und

Vereinzelung erforderlich erscheint. Zwar ist es leicht, auf die „Fiktion der Identität“ hinzuweisen, doch ist ein Individuum eben *kein* „Dividuum“.

Es stellt sich die Frage, was unter einem „Organismus“ verstanden wird. Handelt es sich bei ihm um den rein biologischen Organismus oder wird derselbe „umfassender“ aufgefasst, mit all seinen Bedeutungen, die ihm kulturell zukommen? Der menschliche Organismus ist nur kulturell (mithin semantisch) eingebunden erlebbar (s. o.). Jeder Organismus hat durch seine je besonderen Verhaltensweisen und Erfahrungen eine andere Geschichte, mithin ein anderes Gedächtnis. Zu diesem gehören auch seine Vorlieben (dasjenige, was er gern hat) und Zurückweisungen (dasjenige, was er ablehnt). Der in der modernen Neurologie und Psychologie neuroplastisch aufgefasste Organismus bewegt sich in seiner Umwelt, ist flexibel und offen für Neues, zugleich bewahrt er wenigstens einen Teil seiner früheren Erfahrungen.

Ein Beispiel: Bob Dylan lässt sich in seinen Konzerten schon sehr lange nicht mehr auf das „Selbst“ des Protestsängers reduzieren, mit dem er in den frühen 1960er Jahren weltbekannt wurde. Als er am 22. 4. 2018 gegen 21.35 Uhr zum 1507. Mal auf einem Konzert *Blowin in the Wind* sang, konnten die Zuhörer sagen: „Muss was Neues sein; erinnert mich aber ein bisschen an ‚Blowin in the Wind‘“ (Süddeutsche Zeitung, Nr. 94, vom 24. 4. 18, S. 9). Auf der sogenannten unendlichen Tour von Dylan veränderten sich mit der Zeit und dem jeweiligen Publikum seine Songs sowie seine Stimme (vom Timbre bis zum Krächzen), wobei vieles aus seinem Repertoire nicht einfach abgestreift wurde und verschwand, sondern immer wieder aufgegriffen und verwandelt wurde, und je nach dem menschlichen Lebensalter seines Organismus auch eher Ungewohntes und Neues Anschluss fand.

Auch Staemmler weist darauf hin, dass es im Strom sozialer Beziehungen Kohärenz und Kontinuität gibt. Er tut dies jedoch *ohne* Bezugnahme auf den Organismus. Eine gewisse Kontinuität sieht er in der immerwährenden Relationalität. Er führt dieselbe auf die wiederholten Interaktionen mit anderen Menschen und die Ähnlichkeit dieser Interaktionen zurück, so dass sich Interaktionsmuster herausbilden. Das Selbst konfigurieren sich zwar aktuell aus verschiedenen Selbst-Positionen, sei deswegen allerdings nicht automatisch fragmentiert, wie ihm Kritiker seines prozessualen und pluralen Selbstbegriffs unterstellen würden (vgl. Staemmler in diesem Heft, S. 20).

Offenbar muss ein Selbst als ein sich Sich-Gleich-Bleiben im Sich-Selbst-Anders-Werden und damit letztlich *auch* als eine Art Kontinuum (bzw. i. d. S. „Identität“) angenommen werden. Andernfalls würden sich Fragen der Klinik, beispielsweise ob traumatische Erfahrungen ins Selbstkonzept integrierbar sind oder Letzteres gleichsam als Bastion in Auseinandersetzung mit inkongruenten Erfahrungen gefestigt werden müsse,

ebenso erübrigen wie die Frage, ob mit dem Selbstkonzept unvereinbare Erfahrungen ausgelöscht oder in einer verfremdeten Weise der Gewährwerdung wiederum zugänglich werden. So verschieden die angeführten Probleme sind, so klar ersichtlich ist, dass sie nur dann überhaupt in der angedeuteten Weise in Frage kommen können, wenn hinsichtlich des Individuums von einer „Identität“ nicht gänzlich abstrahiert wird.

Primat der Aktualisierungstendenz versus Primat der Interaktion

Sowohl Staemmler als auch Steffen beziehen sich auf Gendlin und scheinen diesem mit ihrem Denken auch nahezukommen. Allerdings geschieht dies bei Staemmler ohne Mitberücksichtigung des Organismischen. Es stellt sich die Frage, ob tatsächlich der Aktualisierungstendenz Priorität zukommt oder ob es die positive Beachtung ist und/oder auch etwas Anderes, das von außen kommt.

Hierzu findet sich eine Antwort bei Gendlins monistischem Ansatz (Galliker, 2017). Schon in seinen frühen Werken hat er auf die Bedeutung der Beziehung für den Experiencingprozess als „Responding“ hingewiesen (Gendlin, 1964). Die Beziehung zu einer (äußeren) Person ist entscheidend für den inneren Erlebensprozess; mit anderen Worten für das Gewährwerden der organismischen Erfahrungen und deren Symbolisierung. Gendlin (1964) hat auch darauf hingewiesen, dass Personen uns antworten, *bevor* wir in der Lage sind, auf uns selbst zu antworten. Allerdings kann Gendlins Fortsetzungsordnung (carrying forward) auch als Funktionsweise der Aktualisierungstendenz verstanden werden (Le Coutre, 2016). Damit meint Gendlin in seinen frühen Äußerungen eine innere Ordnung, nach der sich die Entwicklung jedes einzelnen Menschen ausrichtet. Später wird Gendlin (1997/2015) ein Konzept ins Zentrum seines Hauptwerkes stellen, das er „Interaktion zuerst“ nennt, ohne überhaupt die Aktualisierungstendenz eines Wortes zu würdigen (vgl. ebd., S. 81). Demnach sind zwischenmenschliche Beziehungen anzunehmen, *bevor* überhaupt von einem „Selbst (-Prozess)“ die Rede sein kann.

Bei Gendlins Priorität der Interaktion scheint es sich nicht um ein Axiom zu handeln, das er neben das Axiom der Aktualisierungstendenz setzt, auch nicht um ein solches, welches dasselbe substituieren soll. Gendlin führt den Ausdruck „Interaktion zuerst“ in einer Weise aus, welche das Hervorbringen von etwas, das schon vorgängig Bestand hat, zumindest relativiert, wenn nicht in Frage stellt: „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“ (ebd., S. 94).

Die Interaktion scheint für aktuelle Beziehungen wie für das frühe Verhältnis mit den primären Bezugspersonen eines Menschen wesentlich zu sein. In der Praxis, in der psychotherapeutischen Praxis wie in der Alltagspraxis, ist zu bedenken: „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). Schließlich gelangt Gendlin zu folgender Formel: „*Was jeder innerhalb einer Interaktion ist, ist bereits durch den anderen affiziert*“ (ebd., S. 96; Hervorhebung von Gendlin). Damit scheint auch die Titelfrage „Aktualisierungstendenz oder Interaktion zuerst?“ des vorliegenden Artikels beantwortbar zu sein, jedoch nicht i. S. des Entweders und auch nicht i. S. des Oders, sondern i. S. einer Synthese.

Das „Selbst“ als Objekt versus subjektiv „sich selbst sein“

Rogers' Hauptverdienst in Bezug auf die Theorie und Praxis der Therapie ist die Entsubstanziierung im eigentlich praktisch-therapeutischen Sinne. In der *Entwicklung der Persönlichkeit* hat Rogers (1961/2006) diesen Prozess nicht nur theoretisch erörtert, sondern mit Bezug auf die Psychotherapie auch vorgeführt.

Die Gesprächspsychotherapie hat sich mit Rogers nach der Systemischen Therapie am stärksten gegen die Verdinglichung des Selbst gewandt. Und sie ist jenes therapeutische Verfahren, das sich *mit* dieser Entsubstanziierung am konsequentesten gegen die Verdinglichung und Instrumentalisierung der Person respektive gegen das entsprechende Menschenbild gerichtet hat (vgl. u. a. Galliker, 2018). Dies gilt es im Folgenden – wenn auch vorläufig nur in einem ersten Schritt – etwas näher auszuführen.

Rogers' Begriff des „Prozesskontinuums“ (1961/2006) beschreibt einen Prozess, der durch sein beständiges in sich Unterscheiden und Ausdifferenzieren auch seinen inneren Zusammenhalt im Sinne eines Kontinuums erkennen lässt. Demnach handelt es sich beim „Selbst“ um einen Selbstprozess, um ein Sich-Selbst-Anders-Werden, in dem zumindest Differenzen spürbar werden.

Auch Staemmler hat sich in seinen Arbeiten ausdrücklich gegen die Substanziierung und Verdinglichung des Selbst gewandt. Von dieser Kritik hat er jedoch die Substantivierung ausgeschlossen (vgl. Fußnote 15 auf S. 20 in diesem Heft), als ob dieselbe – i. S. linguistischer Relativität betrachtet – keine substanzialisierte Wahrnehmung begünstigen könnte (vgl. u. a. Deutscher, 2010). Demnach macht Staemmler die akademische Überhöhung des Fürwortes („selbst“) zum Dingwort bzw. Substantiv („Selbst“) zumindest ein Stück weit mit. In gewisser

Weise bekräftigt er mit der Substantivierung die Substanziierung – nicht zuletzt auch mit dem Begriff „Selbst-Position“ – und sieht darin noch keine Gefahr, der Objektivierung und Verdinglichung Vorschub zu leisten.

Demgegenüber stellte schon der frühe Rogers den konzeptuellen Charakters des groß geschriebenen „Selbst“ in Frage. So berichtete er 1959 rückblickend, dass er ursprünglich davon überzeugt war, dass diesem „Selbst“ keine wissenschaftliche Bedeutung zukommt. „Nur langsam (erkannte ich), dass Klienten und Klientinnen dazu neigen, über das Selbst zu sprechen, wenn ihnen ohne jegliche Anleitung oder Interpretation Gelegenheit gegeben wird, ihre Probleme und ihre Einstellungen mit eigenen Worten auszudrücken. ‚Ich fühle, dass ich nicht mein wirkliches Selbst bin‘“ (Rogers, 1959/2009, S. 32).

Später hat Rogers auch die kleingeschriebene Wortform des Demonstrativpronomens verwendet. Insbesondere bei der Darstellung des Prozesskontinuums verwendete Rogers (1961/2006) das Selbstkonzept nicht nur in seiner groß geschriebenen, substantivierten Form, sondern auch in seiner kleingeschriebenen Form als schlichtes „selbst“; dies entweder signifikant oder dann zumindest signifikativ. Damit fasste er auch den Eigen- oder Selbstbezug der Person als Prozess auf und brachte einzelne Aspekte desselben zugleich in ihren raum-zeitlichen Zusammenhang (vgl. hierzu auch Hermans in diesem Heft, S. 6).

Bezüglich der ersten Phase im therapeutischen Prozess schreibt Rogers u. a.: „Es besteht Abneigung, sich selbst mitzuteilen“ (ebd., S. 136). Das bedeutet: Eine Person ist abgeneigt, *über sich* zu sprechen. So sagt ein Klient beispielsweise: „Nun, ich sage Ihnen, es scheint immer etwas lächerlich, von sich zu sprechen [...]“ (ebd., S. 136). – In der zweiten Prozessphase sagt jemand: „Man beschreibt Gefühle, als ob man sie nicht selber habe, oder – manchmal – als wären es vergangene Objekte“ (S. 138). Eine Paraphrase des ersten Teils dieses Satzes wäre, dass Gefühle beschrieben würden, als ob es nicht jene der eigenen Person wären. – In der dritten Phase bringt Rogers ein Beispiel, in dem nur das Wort „mich“ auf die eigene Person hinweist. „Ich fühlte mich so gemein und schlecht“ (vgl. S. 140). Das Wort „mich“ vermag „die eigene Person“ zu ersetzen und könnte auch noch durch „selbst“ ergänzt werden. – In der vierten Phase wird die Aussage angeführt: „Ich lebe nicht so, wie ich wirklich bin“ (ebd., S. 142) respektive wie ich selbst bin. – Zur fünften Phase meint Rogers u. a., dass der Bezugspunkt der vagen Erkenntnisse des Klienten „in ihm selber liegt“ (vgl. ebd., S. 144). – In der sechsten Phase fügt Rogers folgende Aussage eines Klienten an: „Ich könnte mir es sogar als eine Möglichkeit vorstellen, daß ich eine Art zärtliche Besorgnis um mich selbst haben könnte“ (ebd., S. 150). Hier wären mehrere Paraphrasierungen möglich, u. a. unter Hinzufügung der „eigenen Person“ oder wiederum einfach durch Weglassung des Wortes „selbst“.

Bei der Darstellung der sechsten Prozessphase stellt der Autor schließlich fest: „*Das Selbst als Objekt verschwindet mehr und mehr*“ (ebd., S. 151; Hervorhebung von Rogers). Mit anderen Worten: Im Verlaufe einer Gesprächspsychotherapie verschwindet das Selbst als Objekt. Es wird subjektiviert, ja „es geht im Gefühl auf“. Für gewisse Momente in der sechsten Phase ist es nicht länger „etwas, das man wahrnimmt“ (vgl. ebd., S. 151).

In Bezug auf die siebte Phase schreibt Rogers, dass sich die Person zunehmend subjektiv erfährt. „*Das Selbst wird zunehmend einfach die subjektive und reflexive Bewußtheit des Erfahrens. Das Selbst ist weitaus seltener ein wahrgenommenes Objekt, meist ein zuversichtlich im Prozeß empfundenes*“ (ebd., S. 156; Hervorhebung von Rogers).

Als Beispiel führt er einen Klienten an, der sich schließlich in seiner Beziehung zum Therapeuten frei mitzuteilen vermag: „Er ist sich seiner selbst bewusst, aber nicht als Objekt“ (ebd., S. 158).

Offenbar wird aus dem „großen Selbst“ die selbstbewusste Erfahrung, die permanente Erfahrung als subjektiver Prozess. In experienzieller Terminologie kann hier von innerem Erleben, von *Experiencing*, gesprochen werden. So entsprechen diese letzten Phasen auch den höchsten Stufen auf Gendlins *Experiencing-Skala* (Klein et al., 1970).

Zusammenfassend kann festgestellt werden, dass sich Rogers zufolge das Kontinuum von der Widerwilligkeit, sich selbst mitzuteilen bis zu einem Selbstverständnis, das ein ebenso reichhaltiges wie bewegliches Bewusstsein der Erfahrung ist, erstreckt. Rogers stellt diesen Prozess insbesondere hinsichtlich einer erfolgreichen Gesprächspsychotherapie dar; mithin löst sich zumindest an dieser Stelle seines Werkes auch die Verdinglichung des Selbst auf. Was bleibt vom sogenannten Selbst übrig? Eine Person erfährt etwas (oder verhält sich so), wie sie „selbst empfindet“ bzw. „wirklich empfindet“ (s. o.).

Intrapersonale versus interpersonale (In-)Kongruenz

Offenbar ist eine Person sie selbst, wenn Erfahrung und Selbsterfahrung einander entsprechen. Erleben ist alles, was im Moment erfahren wird und so potenziell der Gewährwerdung zugänglich ist, während Selbsterfahrungen Erfahrungen sind, die das Individuum selbst betreffen (vgl. u. a. Heinerth, 2003, S. 90ff.). Biermann-Ratjen und Eckert (2017) zufolge ereignet sich eine „Selbst-Erfahrung“ dann in einem „Erfahrungsfeld“ einer Person, wenn dieselbe „zusammen mit diesem Ereignis“ sich selbst wahrnimmt (vgl. ebd., S. 163).

Die Übereinstimmung von Erfahrung und Selbsterfahrung wird Kongruenz genannt. Inkongruenz ist eine nicht gegebene Entsprechung von Erfahrung und Selbsterfahrung. Oder wie sich Biermann-Ratjen und Eckert unter Berücksichtigung des

Organismus ausdrücken: Inkongruenz ist „eine Diskrepanz zwischen dem wahrgenommenen Selbst und der aktuellen Erfahrung des Organismus“ (vgl. ebd., S. 163).

Demnach beziehen sich Kongruenz und Inkongruenz auf das jeweilige Verhältnis von Erfahrung des Organismus und Selbsterfahrung. (In-)Kongruenz i. S. des PZA bezieht sich *nicht* primär auf die Relation von Erfahrung *anderer* Personen und Selbsterfahrung (i. U. zur Gestaltheorie; s. u.). Sie bezieht sich auch nicht auf die Wahrnehmung von Sachverhalten im Verhältnis zur Selbsterfahrung. Bei diesem gegenständlichen Bezug ist nicht mehr die Rede von Inkongruenz und Kongruenz, sondern von Konsistenz und Inkonsistenz.

Es stellt sich die Frage, ob sich das Selbst nur auf die Kongruenz zwischen Selbsterfahrung und Erfahrung *im Moment* verdichtet oder ob es auch als *dauerhafter* Zusammenhang aufgefasst werden kann. Unter Bezugnahme auf Stumm & Keil (2002) versteht Gutberlet unter dem von Staemmler kritisierten „wahren Selbst“ ein „kongruentes Selbst“ und betrachtet dasselbe nicht nur als momentan realisierbares; es resultiert auch, „wenn sich das Selbstkonzept (in möglichst vielen und den entscheidenden Gesichtspunkten) mit dem organismischen Sein deckt bzw. wenn damit das tendenziell dem Gewahrsein zugängliche organismische Erleben und Sein gemeint ist“ (vgl. in diesem Heft Gutberlet, S. 34).

Hingegen lokalisiert Staemmler auch die Inkongruenz primär *extern*. Seiner Meinung nach führt die prinzipielle Relationalität des Menschen zu einem „pluralen Selbst“, das sich vielstimmig zu Wort meldet. Hieraus resultieren nicht nur Verhältnisse der Harmonie und der gegenseitigen Ergänzung; allgegenwärtig sind auch „Inkongruenzen“. Ein optimaler Umgang mit denselben besteht darin, immer wieder zu einem Ausgleich zwischen den verschiedenen Interessen zu gelangen. Indessen wird die „Gleichmacherei“ der verschiedenen Positionen wie auch das „Auseinanderfallen“ der „society of mind“ vermieden (vgl. Hermans, 2002).

Praxis

Was bedeutet die theoretische Auseinandersetzung mit dem dialogischen Selbst in praktischer Hinsicht? Welche Relevanz hat diese Kontroverse hinsichtlich des Verhaltens der Gesprächspsychotherapeuten und -therapeutinnen?

Alle Autoren und Autorinnen des Themenheftes *Das dialogische Selbst. Eine Kontroverse* erkennen die Selbst-Problematik in ihrer Prozesshaftigkeit, Komplexität und Offenheit. Auch Gesprächspsychotherapeuten reduzieren das „Selbst“ nicht auf ein nur der Aktualisierungstendenz verpflichtetes Agens. Für humanistische Psychotherapeuten und -therapeutinnen scheint es selbstverständlich zu sein, dass sämtliche Aspekte einer Person

und ihres Verhalten, jede Seite ihrer Persönlichkeit, in ihrem intersubjektiven Zusammenhang beachtet werden.

Die Person befindet sich unter beständiger externer Beeinflussung u. a. von anderen Personen, aber auch von Sachverhalten, den sogenannten Sachzwängen, was nicht ausschließt, dass sie selbst ebenfalls partiell ihr Leben mitbestimmen kann. Was Therapeutinnen machen können, ist, Klientinnen in ihrer persönlichen Entwicklung beizustehen, damit sie sich dieser Beeinflussungen selbst gewahr werden und sie spüren können. Das bedeutet, dass aufgeschlüsselt wird, wie diese Bestimmungen sie geprägt haben und in welchem Maße dieselben auf sie einwirken, wie sie dieselben allenfalls akzeptieren und/oder auf dieselben zurückwirken können.

In den meisten Psychotherapien geht es nicht ausschließlich um die Entfaltung einer guten, bis dahin wenig selbstbewussten Person, die sich eingeschränkt fühlt und einen Weg der positiven Entwicklung sucht, auf dem sie empathische und wertschätzende Therapeutinnen begleiten. Häufig geht es auch um massive Verwirrungen, wie zum Beispiel bei Personen, die unterschiedliche traumatisierende Erfahrungen gemacht haben. Diese Erlebnisse haben sie geschädigt. Sind diese Schädigungen quasi Teil ihrer selbst geworden? Möglicherweise können sich Klientinnen von ihnen nicht mehr selbst befreien. Sie können aber eruieren, inwieweit sie ihre Erfahrungen als Gewaltakte einer Außenwelt zuordnen können, in der sie zum Opfer gemacht wurden und inwieweit sie selbst eine Seite des Opfer-Geworden-Seins zu einer Seite des Verständnisses für andere Opfer und für das eigene Bestehen in dieser Welt entwickeln können.

Das sogenannte Selbst wird als „Selbst-Sein“ in sich verändernden Kontexten respektive als Sich-Selbst-Anders-Werden aufgefasst, wobei es manchmal auch darum geht, einen „Kern“ desselben zu schützen oder zu erhalten. Wenn auch verschiedenen Selbst-Anteile und ihre inter- und intraindividuellen Interaktionen im therapeutischen Prozess beachtet werden, geschieht dies *ohne* die Person selbst als fragmentiert oder gespalten zu betrachten und entsprechend zu pathologisieren. Vielmehr geht es um das Gewahrwerden der verschiedenen möglicherweise widersprüchlichen Aspekte von Lebensformen mit dem Ziel, den persönlich relevanten „eigenen Weg“ gerade auch in seinen Verzweigungen und Gegenläufigkeiten zu finden. So haben unterschiedliche humanistische Therapeuten konkrete Verfahren dazu entwickelt (exemplarisch seien die Arbeiten von Satir, 1978, Schwartz 1995 und Greenberg, Rice und Elliott, 1993 genannt). Auch bei Behr, Hüsson und Luderer (2017) finden sich konkrete Vorschläge für die therapeutische und beraterische Praxis.

Das Individuum steht in *keinem* primordialen Gegensatz zur Gesellschaft. Ein Verständnis der starken Relationalität könnte dazu beitragen, für die vielfältige Instrumentalisierung des Individuums zu sensibilisieren. Das wäre von allgemeiner

therapeutischer Bedeutung und insbesondere für ein Verständnis der in unserer Gesellschaft oft einseitig individualistisch reduzierten Problembereiche wie Intelligenz, Leistung, Überbelastung, Stress, Isolation und Narzissmus relevant (vgl. u. a. Verheyen, 2018).

Für Gendlin gilt in jedem Fall „Interaktion zuerst“. Wie eine Person ist, wenn sie auf eine Therapeutin wirkt, ist schon durch die Therapeutin beeinflusst. Entscheidend ist nicht, wie dieselbe gewöhnlich ist, sondern wie sie mit der Person zusammen wird. Eine Therapeutin, welche dies versteht, wird die Klientin nicht instrumentalisieren, weder durch Interventionen noch durch psychopathologische Attribuierungen, und das ist wohl entscheidend hinsichtlich einer sinnvollen Psychotherapie: einer Therapie, deren Sinn aus der Beziehung erwächst, die jedoch nicht nur soziokulturell verstanden wird, sondern zugleich organismisch.

Therapeutinnen, die ihre Klienten wirklich ernst nehmen, unterstellen weder die gemeinsam vorgegebenen noch ihre eigenen kulturellen und subkulturellen Voraussetzungen (u. a. [Westliche] Gesellschaft, Klasse, [Mittel-]Schicht, Milieu, Geschlecht) als selbstverständlich. Nötigenfalls verstehen sie zumindest, dass sie nicht alles verstehen können (vgl. u. a. Klein, 2011, S. 148). Sie erkennen auch ihre Abhängigkeit von den Klienten und Klientinnen, ja von von anderen Menschen, nicht zuletzt von den materiell tätigen. Indessen gehen Gesprächspsychotherapeutinnen trotz aller Relationalität so weit wie überhaupt möglich *personzentriert* vor, d. h. eigene Bestimmungen, Interessen, (Vor-)Kenntnisse und auch die Betroffenheit durch den Klienten oder die Klientin (z. B. Verletzungen) werden zwar kongruent wahrgenommen, doch im therapeutischen Prozess vorläufig eingeklammert und wo sie nicht für die im Zentrum der Therapie stehende Person dienstbar gemacht werden können, werden sie schließlich ausgeklammert (vgl. u. a. Keil, 1997).

Personzentrierte Psychotherapie zentriert sich als solche auf die Person – auf das Individuum. Es handelt sich um einen individualistischen Ansatz mit all seinen Vorzügen, wenn mit den Klientinnen zusammen die Welt und sie selbst nicht zuletzt aus *deren* Perspektive und Bezugsrahmen betrachtet werden. Doch könnte dies auch einen gewissen Nachteil beinhalten, wenn verkannt würde, dass Staemmlers Verständnis einer starken Relationalität bisher unbemerkte Empathiebeschränkungen aufheben und damit auch *neue* Dimensionen des Verstehens der Klientinnen und mithin der Personzentriertheit eröffnen könnte (vgl. u. a. auch Finke, 2015). Das Individuum, das als solches ohne stark relationales Selbstverständnis oft wie selbstverständlich als „selbstverantwortlich“ wahrgenommen wird, ist u. a. auch das „schuldfähige Individuum“. Es wird der Tendenz nach von sich selbst, anderen Menschen und auch vom Therapeuten (zumindest implizit) verantwortlich gemacht, auch wenn die „externen Zwänge“ als überwältigend

wahrgenommen werden. Andererseits kann die „Wahrnehmung“ der Person, dass sie selbst an ihrem Schicksal mitgewirkt hat, auch eine befreiende und zu einem kongruenten Verhalten vorantragende (Selbst-)Erkenntnis sein.

Eine weit verbreitete, aber viel zu wenig berücksichtigte kulturelle Supposition ist die Tendenz zur Substantivierung von Ereignissen in der deutschen Sprache. Ein Beispiel hierfür ist das groß geschriebene „Selbst“. Die Folge ist die Vorstellung einer inneren Substanz. Das heißt: Die Substantivierung führt häufig zu einer Substanziierung und zu einer Verfestigung des Dynamischen. Für Theorie und Praxis der Therapie sinnvoller wäre, diese verhängnisvolle Objektivierung des Selbst wieder zu subjektivieren, was erstmals Rogers hinsichtlich seiner Klienten und Klientinnen thematisiert hat und seither wesentliches Moment der Gesprächspsychotherapie ist. Erst über die Auflösung der Substanziierung des Selbst (auch in deren bloß substantivierter Form) wird die bedeutungsvolle Erfahrung des Organismus ermöglicht.

Schluss

Die GPT war von Anfang an eine nicht monologisch ausgerichtete Therapie. Als Gesprächspsychotherapie stellte sie schon immer eben das Relationale ins Zentrum. Sie ist der traditionell dialogische Ansatz in der therapeutischen Landschaft. So gesehen braucht der PZA keine (neue) „Wende“, wohl aber kontinuierliche Weiterentwicklungen, im fachlichen „relationalen“ Diskurs, zu dem auch die Überlegungen von Hermans und Staemmler etwas beitragen können. Wie jede GPT befindet sich auch der PZA in einem Prozess.

Literatur

- Behr, M., Hüsson, D., Luderer, H.-J., (2017). *Gespräche hilfreich führen: Band 1: Praxis der Beratung und Gesprächspsychotherapie: personzentriert – erlebnisaktivierend – dialogisch*. Weinheim: Beltz Juventa.
- Biermann-Ratjen, E.-M. & Eckert, E. (2017). *Gesprächspsychotherapie. Ursprung – Vorgehen – Wirksamkeit*. Stuttgart: Kohlhammer.
- le Coutre, C. (2016). *Focusing zum Ausprobieren*. München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Deutscher, G. (2010). *Im Spiegel der Sprache. Warum die Welt in anderen Sprachen anders aussieht*. München: dtv.
- Finke, J. (2015). Hermeneutik als Theorie des Verstehens. In: M. Galliker & U. Wolfradt (Hrsg.). *Kompendium psychologischer Theorien* (S. 185–188). Berlin: Suhrkamp.
- Galliker, M. (2017). Das Leib-Seele-Verhältnis: Von Descartes zu Gendlin. *Gesprächspsychotherapie und Personzentrierte Beratung*, 48, 70–76.
- Galliker, M. (2018). *Menschenbild und Lebensform*. Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Gendlin, E. (1964). A theory of personality change. In: P. Worchel & D. Byrne (Eds.). *Personality change* (pp. 100–148). New York: John Wiley.

- Gendlin, E. (1997/2015). *Ein Prozess-Modell*. Freiburg: Verlag Karl Alber.
- Greenberg, L., Rice, L. & Elliott, R. (1993). *Facilitating Emotional Change: The Moment-by-Moment Process*. New York: Guilford Press.
- Heinerth, K. (2003). Erfahrung. In: G. Stumm, J. Wiltschko & W. W. Keil (Hrsg.). *Grundbegriffe der Personzentrierten und Focusing-orientierten Psychotherapie und Beratung* (S. 90–92). Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Hermans, H. J. M. (2002). The dialogical self as a society of mind. *Theory & Psychology*, 12, 147–160.
- Keil, W. W. (1997). Hermeneutische Empathie in der Klientenzentrierten Psychotherapie. *PERSON* 1, 5–13.
- Klein, M. (2011). Dialogisches Prinzip und Personzentrierter Ansatz. *PERSON*, 15, 138–149.
- Klein, M., Mathieu, P. Gendlin, E. T., & Kiesler, D. J. (1970). *The Experiencing Scale: A Research and Training Manual* (Vols. 1–2). Madison: Wisconsin Psychiatric.
- Kölb, C. (2015). Kulturhistorischer Ansatz. In: M. Galliker & U. Wolfradt (Hrsg.). *Kompendium psychologischer Theorien* (S. 267–270). Berlin: Suhrkamp.
- Löwenstein, H. (2017). Persönlichkeitsstörung oder relationales Verhaltensmuster? Empirische Denkanstöße für sozial-behaviorale Interventionsansätze bei Borderline-Diagnose. *Verhaltenstherapie & Psychosoziale Praxis*, 49, 809–831.
- Rogers, C. R. (1942/1989). *Die nicht-direktive Beratung*. Frankfurt/M.: Fischer.
- Rogers, C. R. (1959/2009). *Eine Theorie der Psychotherapie*. München: Reinhardt.
- Rogers, C. R. (1961/2006). *Entwicklung der Persönlichkeit*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Satir, V. (1978). *Your many faces*. Berkeley, CA: Celestial Arts.
- Schwartz, R. C. (1995). *Internal Family Systems Therapy*. Guilford Publications.
- Slife, B. D. (2004). Taking practice seriously: Toward a relational ontology. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 24, 157–178.
- Stumm, G. & Keil, W. W. (2002). Das Profil der Klienten-/Personzentrierten Psychotherapie. In W. W. Keil (Hrsg.). *Die vielen Gesichter der Personzentrierten Psychotherapie* (S. 1–62). Wien: Springer.
- Verheyen, N. (2018). *Die Erfindung der Leistung*. Berlin: Hanser.