

klaren Aufnahmefähigkeit miteinander in Beziehung treten können“ (S. 94).

Dieser Grundtenor des Buches, das Vertrauen in die notwendigen und hinreichenden Grundbedingungen von personenzentrierter Beratung und Psychotherapie, wird im zweiten Hauptteil des Buches, der Besprechung der drei Kernvariablen Empathie, bedingungslose positive Beachtung sowie Kongruenz vertieft. Hilfreich, auflockernd und informativ sind die vielen Gesprächsbeispiele, die im Buch zu finden sind. Dies wird vor allem im dritten Hauptteil des Buches deutlich, wo Anfang, Mitte und Ende von Beratungsprozessen im Allgemeinen und anhand eines ausführlich beschriebenen Falles erläutert werden. Auch wenn es sich dabei um eine „vorbildliche“ Klientin handelt, die den Missbrauch durch ihren Vater in gerade einmal 17 Therapiestunden durcharbeitet, verdeutlicht dieses Beispiel eben auch, wie der Berater die Forderung von Rogers erfüllt, dass wirklich die Klientin Expertin für ihr Leben ist.

Sehr löblich ist die Erweiterung des Buches um ein Kapitel zum Stand der personenzentrierten Forschung. Die beiden Hauptautoren erklären im Vorwort, dass sie ihrem Beruf einen schlechten Dienst erwiesen haben, als sie in den 1980er und 1990er Jahren festlegten, „dass der Kernbereich einer ‚anerkannten‘ Ausbildung keine Wissenschaft enthalten sollte“ (S. 20), um den Mangel am Erwerb von Fähigkeiten und praktischer Erfahrung gegenüber akademischen Inhalten auszugleichen. Heute sehen sie Forschung als Ressource und „Quelle der Erkenntnis“ (S. 307), und John McLeod gibt im abschließenden zehnten

Kapitel einen guten Überblick über Historie, Stand und einige Instrumente und Methoden der personenzentrierten Forschung.

Mit der vierten Auflage dieses Buches, das in Großbritannien 2013 erschienen ist (auf Deutsch 2016), verabschieden sich die beiden Hauptautoren. Übersetzungen in ein Dutzend Sprachen und 150 000 verkaufte Exemplare sind ein beeindruckender Erfolg. Die Autoren haben mit diesem Buch – und mit ihrer Arbeit überhaupt – dazu beigetragen, dass der Personenzentrierte Ansatz in Großbritannien stärker vertreten ist als in anderen Teilen der Welt. Und obwohl oder gerade weil es über fast 30 Jahre hinweg selbst Teil der personenzentrierten Historie geworden ist, lässt sich das Buch von Personen in Ausbildung wie auch von jenen mit langjähriger Erfahrung mit Gewinn lesen – sei es, um einen ersten Einblick in personenzentrierte Grundlagen zu erlangen oder um eine mögliche Sichtweise der Wurzeln des Ansatzes kennen zu lernen. Um diese Sichtweise noch einmal mit den Worten der Autoren zu verdeutlichen: „Es sind nicht die Techniken der Beraterin, die dem Klienten helfen (...), sondern die Menschlichkeit, die sie anbietet. Es ist diese Menschlichkeit, um die es (...) in diesem Buch geht“ (S. 71).

Literatur

- Behr, M., Finke, J., Gahleitner S. B. (2016). Personenzentriert sein – Sieben Herausforderungen für die Zukunft. *Person*, 20(1), 14–30.
 Gendlin, E. T. (2015). *Ein Prozess-Modell*. Freiburg/München: Karl Alber.
 Schmid, P. F. (2017). Personenzentriert sein – die Zukunft liegt nicht in der Vergangenheit. *Person*, 21(1), 72–75.

Monika Tuczai

Lisbeth Sommerbeck: *Therapist Limits in Person-Centred Therapy*

Monmouth: PCCS, 2015, 120 Seiten, ISBN: 978-1-906254-81-0. EUR (D) 16,49 / EUR (A) 19,99 / CHF 31,90.

Lisbeth Sommerbeck möchte mit diesem Buch zur Erweiterung der nur spärlich vorhandenen Literatur zum Thema Grenzen in der Personenzentrierten Psychotherapie beitragen. Inhaltlich findet sich darin nichts Neues, einzigartig ist jedoch, dass sie im vorliegenden Buch in einem Werk zusammenträgt, was – basierend auf ihren Erfahrungen als Praktikerin – zum Thema Grenzen beachtenswert ist; sie ergänzt dies mit Aussagen weiterer personenzentrierter Autorinnen und Autoren (vorwiegend aus dem englischsprachigen Raum).

Im ersten Kapitel (*Limits of Therapeutic Competence*) thematisiert sie die Grenzen der personenzentrierten therapeutischen Haltungen. Allem voran stellt sie zur Diskussion, ob es überhaupt möglich ist, vollkommen kongruent zu sein, wenn

innerhalb von Grenzen (z. B. Rahmenbedingungen) gearbeitet wird. Sie geht davon aus, dass Therapeutinnen und Therapeuten nicht wissen können, ob sie kongruent sind oder nicht und daher auch nicht wissen, ob ihr Erleben von Grenzen kongruent ist oder nicht. Dem kann ich nur bedingt zustimmen. Denn schon in der Ausbildung geht es darum, sich selbst zu erfahren, und zwar in kongruentem und inkongruentem Erleben von Erfahrungen. Wenn ich weiß, wie sich meine (In-)Kongruenz(en) anfühlen bzw. welche Themen bei mir eine Inkongruenz auslösen können, habe ich die Möglichkeit darauf zu reagieren. Die Aufgabe von Therapeutinnen bzw. Therapeuten sehe ich daher darin – und dies sicher in Übereinstimmung mit Sommerbeck –, dass sie bereit sind, sich konsequent und

in aller Offenheit der eigenen Resonanz und den eigenen Inkongruenzen zuzuwenden, sobald sie sie wahrnehmen; und wohl noch einen Schritt davor: sich dessen bewusst zu sein, dass es die *fully functioning person* nicht gibt und was dies für die therapeutische Beziehung bedeutet.

Bzgl. des empathischen Verstehens diskutiert die Autorin Situationen, die Therapeutinnen und Therapeuten an die Grenzen dieser Haltung bringen können: z. B. wenn sie das Gefühl haben, nicht im Kontakt mit ihrer Klientin bzw. ihrem Klienten zu sein oder wenn sie das Ziel extremer Affekte ihrer Klientinnen oder Klienten sind, können sie das Gefühl haben, die Grenze ihrer Kapazität an empathischem Verstehen erreicht zu haben. Oder wenn sie den „roten Faden“ verlieren, brauchen sie eine hohe Toleranz für ihr eigenes Nicht-Verstehen, dafür, dass sie (zunächst) keine Verbindung zwischen den (scheinbar) fragmentierten Erzähl-Stücken ihrer Klientinnen und Klienten herstellen können.

Über die Unbedingt Positive Beachtung meint die Autorin, dass wohl alle Therapeutinnen und Therapeuten ab und zu Schwankungen darin erleben. Dies kann bspw. in der Arbeit mit bestimmten Zielgruppen vorkommen, aber auch wenn es um unterschiedliche Werte oder politische Einstellungen geht. Sie benennt hilfreiche Gedanken um die Unbedingt Positive Beachtung wiederherzustellen, z. B. die Einstellung, dass unsoziales Verhalten die Folge von Lebensumständen und Erfahrungen, die es zu verstehen gelte, ist oder dass, wie Rogers meinte, Therapeutinnen und Therapeuten nicht in allen Lebensbereichen integriert und ganz sein müssen, sondern „lediglich“ in dieser Stunde in der Beziehung zu dieser Klientin bzw. diesem Klienten u. v. a. m.

Im zweiten Kapitel (Limit Setting) widmet sie sich dem Setzen von Grenzen im Zusammenhang mit suizidalem Verhalten, gewalttätigem Verhalten und höchstpersönlichen Grenzen. Für Sommerbeck steht das Setzen von Grenzen stets im Dienste der Erhaltung von Unbedingt Positiver Beachtung und Empathie, die nur erlebt werden können, wenn sich Therapeutinnen und Therapeuten frei fühlen, ihre persönlichen Grenzen in der Beziehung zur Klientin bzw. zum Klienten zu äußern. Zahlreiche Fallvignetten machen spürbar, wie verführbar Therapeutinnen und Therapeuten manchmal sind bzw. in welche „Fallen“ sie tappen können. Die eigene Wahrnehmung als Psychotherapeutin bzw. als Psychotherapeut ernst zu nehmen und das eigene Handeln konsequent und offen zu reflektieren betrachtet sie als Voraussetzung für einen verantwortungsbewussten Umgang mit diesen Situationen.

Im dritten Kapitel (Contextual Limits) berichtet sie über ihre Tätigkeit zur Zeit der Anti-Psychiatrie-Bewegung, in der sie die personenzentrierten Prinzipien auch in einem multiprofessionellen Team umsetzen konnte und stellt dies den immer enger werdenden Arbeitsbedingungen seit den 90er Jahren gegenüber. Ihre Schlussfolgerung fasst sie in einem Satz zusammen: „Der Therapeut kann nur so personenzentriert sein, wie es der Arbeitskontext erlaubt“ (S. 65, Übersetzung MT).

Im vierten Kapitel (Limits as 'Time Out') beschreibt sie Situationen, in denen Therapeutinnen und Therapeuten mit ihren eigenen Grenzen beschäftigt sind und nur mehr aus dem eigenen Bezugsrahmen erleben können, ebenso wie Situationen, in denen Klientinnen und Klienten ihre Selbstexploration unterbrechen (wenn sie z. B. persönliche Fragen stellen). Die Klärung als „Auszeit“ vom therapeutischen Prozess zu betrachten bzw. gegebenenfalls als solche zu benennen, sieht sie als Möglichkeit, die therapeutische Beziehung so wenig wie möglich zu belasten.

Die Herausforderungen, die Vernetzung mit Institutionen, anderen Berufsgruppen oder auch mit Personen anderer methodischer Ausrichtung auf die therapeutische Beziehung haben können, benennt sie in einem fünften Kapitel (Limits and Referrals). Bei Überweisungen ist aus ihrer Sicht immer darauf zu achten, dass Klientinnen und Klienten deswegen keine (erneuten) schlechten Erfahrungen im Zusammenhang mit bedeutsamen Beziehungen machen müssen.

Auch wenn sie – wie sie selbst im abschließenden Kommentar meint – der klassisch klientenzentrierten Strömung angehört und hauptsächlich aus dieser Perspektive geschrieben hat, hat sie sich bemüht die unterschiedlichen Zugänge innerhalb des Personenzentrierten Ansatzes mit nachvollziehbarem und spürbarem Respekt mit einzubeziehen. Das Buch verstehe ich daher nicht als Plädoyer für die klassische Strömung im Personenzentrierten Ansatz, sondern als Ermutigung und Aufforderung, den eigenen Standpunkt zu finden und laufend und konsequent zu hinterfragen und zu reflektieren. Leserinnen und Leser, die sich genau damit auseinandersetzen wollen, kann ich nur ans Herz legen, die – sowohl gelungenen als auch nicht gelungenen – Fallbeispiele aus der Praxis von Lisbeth Sommerbeck und ihre Denkanstöße und Anregungen auf sich wirken zu lassen und zu überlegen: Würde ich etwas anders tun? Wenn ja, warum? Worauf begründe ich mein unterschiedliches Herangehen? und die je individuelle Position dazu vielleicht wieder ein Stück mehr ins Gewahrsein zu bringen.