

Therapeutische Kommunikation online: Ein integrativer Vergleich der sechs Therapiebedingungen nach Rogers und des Medienökologischen Modells¹

Katharina Haupt
Salzburg

Mit Covid-19 wurde eine Vielzahl an Fragen zur Durchführung von personenzentrierter Therapie auf Distanz aufgeworfen. Während empirische Forschung dazu erste Antworten bereitstellt, bedarf es auch theoretischer Konzeptionen. Mittels eines theoretisch-integrativen Vergleichs werden die Therapiebedingungen nach Rogers dem Medienökologischen Modell nach Döring (MÖM) gegenübergestellt. Dabei zeigt sich eine grundsätzliche Vereinbarkeit von personenzentrierter Psychotherapientheorie und dem MÖM, wobei Faktoren der beteiligten Personen und des gewählten Mediums in der einzelnen Kommunikationssituation sowie der therapeutischen Beziehung in ihrer Gesamtheit bestehend aus einzelnen kommunikativen Kontakten zu berücksichtigen sind. Ein Konfliktpunkt ergibt sich in der Frage nach der Notwendigkeit einer Begegnung zweier körperlich anwesender Personen in einem physisch geteilten Erlebensraum. Eine Integration des MÖM in die personenzentrierte Therapientheorie bietet Strukturierungshilfen für weitere Forschung, Ausbildung und Praxis.

Schlüsselwörter: Personenzentrierte Psychotherapie, Online, Kommunikation

Therapeutic communication online: An integrative comparison of Rogers' therapeutic conditions and the Media-Ecological Model. With Covid-19, questions concerning person-centered online-psychotherapy arose. While empirical research came to offer first answers, theoretical work is still needed. Through an integrative approach, Rogers' therapeutic conditions and Döring's Media-Ecological Model (MEM) were compared. Results show that on a theoretical level, person-centered psychotherapy and MEM can be brought together whereas factors of the involved persons and the medium of choice regarding the individual communicative encounter and the therapeutic relationship in its entirety need to be considered. A point of conflict relates to if and in what degree two bodily present persons encountering each other in a physically shared experiential field are necessary for therapeutic change. Integrating MEM into person-centered theory may offer valuable input for further research, training and treatment.

Keywords: Person-centered psychotherapy, online, communications

Einleitung

Nicht erst, aber verstärkt durch die Covid-19-Pandemie erfährt Online-Psychotherapie zunehmend Beachtung. In den vergangenen Jahren kam Psychotherapie über technikvermittelte Kommunikation vermehrt zum Einsatz (Humer & Probst, 2020; Ronen-Setter & Cohen, 2020, S. 267), gesetzliche Regelungen wurden den neuen Anforderungen angepasst (Eichenberg, 2021, S. 198–200; Probst et al., 2021, S. 31) und die therapeutische Arbeit auf Distanz wurde insgesamt von Psychotherapeut*innen positiv wahrgenommen (Eichenberg,

2021; Probst et al., 2021). Trotz der positiv erlebten Möglichkeiten präferieren Psychotherapeut*innen das Präsenz-Setting, während Therapie auf Distanz als Ergänzungs- und Überbrückungsmöglichkeit betrachtet wird (Eichenberg, 2021; File et al., 2022; Probst et al., 2021; Rodgers et al., 2022; Stadler et al., 2023)

Die Frage, ob über Online-Kommunikation eine tragfähige therapeutische Beziehung hergestellt werden kann und welche Besonderheiten und Beschränkungen diese im Vergleich zur Präsenzbeziehung aufweist, wird in der einschlägigen Literatur vielfältig aufgeworfen (Chen et al., 2020, S. 2; Cook & Doyle, 2002, S. 96; Eichenberg & Küsel, 2016, S. 101; Geller, 2020; Roesler, 2011). Für die Personenzentrierte Therapie ist diese Frage insofern von besonderer Relevanz, als hier

Mag. Katharina Haupt MSc., geboren 1983, Studium der Kommunikationswissenschaft an der Universität Wien und Personenzentrierte Psychotherapie an der Donau-Universität Krems, Psychotherapeutin in freier Praxis und im Bereich psychiatrischer Rehabilitation.
Kontakt: Rosengasse 11/4, 5020 Salzburg, Österreich;
praxis@psychotherapie-haupt.at

1 Der Beitrag besteht aus Teilen einer umfangreicheren Forschungsarbeit mit dem Titel „Von Person zu Person in einer digitalen Welt. Personenzentrierte Therapientheorie und Online-Kommunikation“ (Haupt, 2021).

die therapeutische Beziehung nicht als der Rahmen betrachtet wird, in dem methodische Interventionen gesetzt werden. Vielmehr ist es die Beziehung an und für sich, in ihrer spezifischen Qualität, die für die Therapie relevante Veränderungsprozesse in Gang bringt (Kriz, 2008, S. 135; Rogers, 1959/2016).

Angesichts der gesellschaftlichen Relevanz des Internets findet das Thema Online-Therapie auch im Personenzentrierten Ansatz zunehmend Beachtung, wobei hier grundsätzlich eine konstruktive Umsetzbarkeit von Online-Therapie unter Beachtung der spezifischen Bedingungen des Settings als möglich erachtet wird (Geller, 2020; Rodgers et al., 2022). Dennoch bleibt Entwicklungspotenzial offen, einmal hinsichtlich der Integration entsprechender Elemente in die Ausbildung von Personenzentrierten Therapeut*innen, andererseits hinsichtlich der theoretischen Konzeption der Personenzentrierten Psychotherapie im Online-Kontext (Rodgers et al., 2022, S. 9).

Zugunsten einer Erweiterung personenzentrierter Therapiekonzepte zeigt sich ein Blick in andere Disziplinen lohnend, wo bereits Konzepte zu Online-Kommunikation und ihrer Auswirkung auf interpersonale Beziehungen existieren (Döring, 2003; Walther, 1994, 2002, 2011). Eines dieser Konzepte stellt das Medienökologische Modell nach Nicola Döring dar, das eine sozialpsychologische Perspektive auf Beziehungen im Internet zugänglich macht. Um sich diesem Modell anzunähern, werden zunächst die im Rahmen dieser Arbeit verwendeten Begriffe von Kommunikation und Online-Kommunikation abgesteckt.

Begriffsklärung

1) Kommunikation:

Burkart (2021) beschreibt in seinem kommunikationswissenschaftlichen Grundlagenwerk Verhalten als „jede Regung eines Organismus“ (S. 23), während mit sozialem Verhalten gemeint ist, dass sich „Lebewesen *im Hinblick aufeinander* [Hervorhebung im Orig.] verhalten“ (S. 23). Von kommunikativem Verhalten ist dann die Rede, wenn „im Rahmen solcher sozialer Verhaltensweisen auch *Bedeutung* [Hervorhebung im Orig.] vermittelt“ wird (S. 24). Er weist darauf hin, dass „allein infolge der [...] sinnlichen Wahrnehmung eines anderen Lebewesens eine Bedeutungsvermittlung zwischen diesen beiden statt“ findet (S. 24) und damit soziales Verhalten sowie Verhalten allgemein als kommunikativ verstanden werden kann. Zwecks einer genaueren Begriffsbestimmung grenzt er davon den Begriff des Handelns ab, der die Intentionalität, also den bewussten, ziel- und zweckgerichteten Charakter menschlichen Verhaltens betont und auf andere Menschen bezogenes, andere Menschen mitdenkendes Handeln als soziales

Handeln versteht. Dieses soziale Handeln kann einen Kommunikationsprozess initiieren, jedoch setzt

Gelingende menschliche Kommunikation [...] voraus, dass (mindestens zwei) Personen ihre kommunikativen Handlungen wechselseitig aufeinander richten und damit das Zustandekommen von Kommunikation aktiv versuchen. (Burkart, 2021, S. 32)

Die Perspektive des Symbolischen Interaktionismus betont die Entwicklung eines menschlichen Selbst durch symbolische, sprachliche Interaktion mit anderen und weist damit eine wesentliche Überschneidung mit der personenzentrierten Theorie auf (Tudor & Worrall, 2006, S. 103–104). Unter Einbezug des Symbolischen Interaktionismus kann Kommunikation wie folgt definiert werden: „Ein Prozess, in dem Menschen einander mit Hilfe von (verbalen und nonverbalen) Symbolen wechselseitig Bedeutungen in ihrem Bewusstsein aktualisieren.“ (Burkart, 2021, S. 399)

Symbole umfassen also kommunikationsrelevante Reize, die verbaler oder nonverbaler Natur sein und über die Sinne wahrgenommen werden können. Zu den verbalen Reizen zählen Schriftsprache und gesprochene Sprache sowie zugehörige paraverbale Reize, wie etwa Stimmqualität, Tonfall, Lautstärke, Stimmmelodie, Sprechpausen, Dialekt o. ä. in gesprochener Sprache, Schriftbild und Schriftcharakter in geschriebener Sprache (Pürer et al., 2015, S. 17–18). In den Bereich der nonverbalen Kommunikation fallen die Taktilität (Kommunikation mittels Berührung/Körperkontakt), Proximetik (Nähe/Distanz, räumliches Verhalten), Körperhaltung, Pathognomik (Gestik, Mimik), Blick (Blickrichtung, Blickkontakt), Tonfall (Stimmfarbe, Tonhöhe, Klangfarbe), Attribute (Kleidung, Schmuck, Einrichtung etc.) (Misoch, 2006, S. 22–30; Short et al., 1976, S. 46–55).

Dabei bleibt zu betonen, dass die einem Symbol zugewiesene Bedeutung eine höchst individuelle sein kann. Welche Konnotationen, Emotionen, Vorstellungen etc. über das Symbol im Bewusstsein aktualisiert werden, hängt von der Erfahrung der einzelnen Person, die das Symbol nutzt, ab. (Burkart, 2021, S. 50)

In diesem Zusammenhang führt Burkart (2021) zum Prozess der Verständigung aus:

Wenn nun also Menschen im Prozess der kommunikativen Interaktion symbolisch vermittelt zueinander in Beziehung treten, dann aktualisieren sie ja genaugenommen jeweils bestimmte Erlebnisdimensionen, die in ihrem eigenen Bewusstsein „gespeichert“ sind. Indem sie Symbole benützen, rufen sie ihr individuelles Erfahrungsrepertoire wach, das durch die jeweiligen Symbole repräsentiert wird. Nur dann, wenn wenigstens Teile dieser gespeicherten Erlebnisdimensionen im Bewusstsein beider Kommunikationspartner vorhanden sind, kann Kommunikation gelingen bzw. Verständigung zustande kommen.“ (S. 54)

2) Online-Kommunikation:

Fraas et al. (2012) definiert in ihrem Grundlagenwerk zur Online-Kommunikation diese als „alle Formen interpersonaler, gruppenbezogener und öffentlicher Kommunikation [...], die über vernetzte Computer vermittelt werden“ (S. 16). Verschiedene Online-Medien bringen verschiedene Besonderheiten mit, sind aber mit spezifischen Restriktionen im Vergleich zur Face-to-Face-Kommunikation verbunden, da sie in unterschiedlichem Ausmaß über die Sinne wahrnehmbare, kommunikationsrelevante Reize ausfiltern (Höflich, 2003, S. 38; Pürer et al., 2015, S. 24). Diese Unterscheidung ist insofern relevant, als die verschiedenen online zur Verfügung stehenden Kommunikationsformen sich unterschiedlich auf die Kommunikationssituation auswirken. Kommunikationsprozesse, die synchron bei möglichst umfangreicher Reizübertragung ablaufen, wie zum Beispiel internetbasierte Videotelefonie, kommen dem klassischen psychotherapeutischen Präsenzsetting im Hinblick auf den Umfang an übertragenen Reizen am nächsten, ohne jedoch dieselbe Vielfalt an Reizen abbilden zu können. Unter dem Stichwort Cyberspace kann das Internet als Raum im soziologischen Sinn verstanden werden, in welchem sich Kommunikation als sozialer Prozess abspielt (Fraas et al., 2012, S. 19; Höflich, 2003, S. 35).

Methode

Um bereits bestehende Modelle der Online-Kommunikation für die Personzentrierte Psychotherapie fruchtbar zu machen, wird ein integrativer Vergleich zweier theoretischer Modelle durchgeführt.

Die sechs Therapiebedingungen, die von Rogers als notwendig und hinreichend für konstruktive therapeutische Veränderungsprozesse beschrieben wurden, werden als jene Theorie herangezogen, die die Struktur für den Vergleich bereitstellt. Anhand dieser Struktur wird das gewählte Modell zur Online-Kommunikation, das Medienökologische Modell nach Nicola Döring (2003), im Folgenden kurz MÖM, erschlossen.

Forschungsansätze zu computervermittelter Kommunikation lassen sich grob in zwei Bereiche kategorisieren: Der eine Bereich sind technikfokussierte Ansätze, die den Schwerpunkt auf Eigenschaften des Mediums legen, welche Bandbreite dieses übertragen kann und welches Ausmaß an sozialer Präsenz damit ermöglicht wird. Diese Ansätze gehen meist davon aus, dass computervermittelte Kommunikation aufgrund reduzierter Übertragungsmöglichkeiten weniger persönlich sein müsse als Präsenzkommunikation (z. B. Begriff der Bandbreite, Theorie der Sozialen Präsenz). Der andere Bereich umfasst Ansätze, die den Fokus auf die Mediennutzer*innen legen. Diese

befassen sich mit dem Umgang der Nutzer*innen mit den und angesichts der spezifischen Möglichkeiten verschiedener Medien und betonen häufig kreative und konstruktive Aspekte der Mediennutzung durch die Nutzer*innen, wie beispielsweise die Theorie der Medienwahl, Social Information Processing Theory, Social Identity/Deindividuation Theory, Theorie der Hyperpersonalen Kommunikation. (Döring, 2003, S. 186; Misoch, 2006, S. 115–142; Walther, 2002, S. 531–542)

Im MÖM werden die verschiedenen Ansätze als einander ergänzend verstanden: Weder allein das Medium, noch allein die Nutzer*innen bedingen Effekte der Online-Kommunikation (Döring, 2003, S. 128–129, 198). Damit entfernt sich dieses Modell von einer Perspektive mit Fokus auf Techniknutzungsverhalten und bewegt sich hin zu einer Perspektive mit Fokus auf die spezifische mediale Umgebung, in der sich Kommunikation abspielt:

Die Umgebungs-Metapher soll die Aufmerksamkeit darauf lenken, dass natürliche und technische Kommunikationsmedien [...] jeweils spezifische Optionen und Restriktionen für die zwischenmenschliche Verständigung zur Verfügung stellen, die von den Kommunizierenden situativ und übersituativ auf unterschiedliche Weise angeeignet und gestaltet werden. Im Zuge dieser Inter- oder Transaktionen (Technisierung des Alltags und Veralltäglichen der Technik) bleiben auch die Nutzerinnen und Nutzer nicht dieselben, sondern machen Erfahrungen, die ihr Denken und Handeln innerhalb und außerhalb medialer Umwelten verändern. (Döring, 2003, S. 189)

Das MÖM kehrt der medienpsychologischen Perspektive, die einzelne Medien und ihre Effekte isoliert betrachtet, den Rücken und etabliert eine sozialpsychologische Perspektive auf Kommunikation als ein soziales Phänomen, welches sich in unterschiedlichen medialen Umgebungen abspielt (Döring, 2003, S. 189). Damit bietet es einen vergleichsweise ganzheitlichen Zugang zur systematischen Betrachtung von Online-Kommunikation und bietet sich aufgrund der nicht nur medien- sondern sozialpsychologischen Perspektive für eine Gegenüberstellung mit der personzentrierten Therapietheorie an.

Das Medienökologische Modell (MÖM)

Das MÖM betrachtet Kommunikationsprozesse in ihrem jeweiligen Kontext und betont diese Perspektive mit der Bezeichnung „Umgebung“, welche in diesem Zusammenhang auf alle „physikalischen, medialen (virtuellen) und kulturellen Gegebenheiten“ (Döring, 2003, S. 189) hinweist, die für die jeweilige Interaktion relevant sind. Die Kommunikationsumgebung wird über fünf Komponenten systematisiert:

- 1) Medienwahl: Das MÖM führt unter dieser Komponente bestehende Theorien zur Medienwahl durch Nutzer*innen zusammen, wobei auch die Präsenzkommunikation, insbesondere in Industriegesellschaften, nicht mehr als

- natürlich stattfindende Grundform der Kommunikation betrachtet wird, sondern als eine Form der Kommunikation, die so wie auch andere Formen, mehr oder weniger bewusst aufgesucht wird. Medienbezogene (Verfügbarkeit, Kosten, Zeitaufwand, soziale Präsenz, Aufgabeneignung), personenbezogene (Ausstattung, Einstellungen, Gewohnheiten, Kompetenzen, Lebenssituation, Persönlichkeit, Ziele, Nutzen) und interpersonale Faktoren (Erreichbarkeit von Kommunikationspartnern, soziale Normen, Zwang) spielen in der Medienwahl eine Rolle ebenso wie die Wählbarkeit an sich (selbst-/fremdbestimmt, beziehungs-/aufgabenadäquat, reflektiert und sozial ausgehandelt). (Döring, 2003, S. 190–192)
- 2) Medienmerkmale: Das MÖM entfernt sich von der Vorstellung des Kommunikationskanals als Transportmittel von Botschaften und geht hin zu der Vorstellung einer Kommunikationsumgebung, die über „spezifische Restriktionen und Optionen“ (S. 192) das „Verhalten und Erleben der Beteiligten“ (S. 192) mitbestimmt. Dabei werden aus verschiedenen Modellen der computervermittelten Kommunikation folgende Faktoren zusammengefasst, die jeweils sowohl Option als auch Restriktion sein können: Kosten, Teilnehmerkreis, Zeit, Modalität (der Sinneswahrnehmung), Code, Raum, Kultur. Im Unterschied zu anderen Modellen stellt das MÖM heraus, dass Präsenz- und computervermittelte Kommunikation sich nicht grundsätzlich gegenüberstehen, sondern dass beide Kommunikationsformen spezifische Optionen und Restriktionen beinhalten. (Döring, 2003, S. 192–193)
- 3) Mediales Kommunikationsverhalten: Das MÖM versteht Kommunikationsverhalten als eine „situationsabhängige Auseinandersetzung mit den medienpezifischen Optionen und Restriktionen im Zusammenhang mit sozialen Verständigungsprozessen“ (S. 193), wobei die Kommunizierenden aktiv gestaltend auf die Kommunikationsumgebung einwirken. Dabei kann das Kommunikationsverhalten a) keinen Einfluss zeigen, b) Restriktionen des Mediums kompensieren, c) Optionen des Mediums zur Verbesserung/Veränderung der Kommunikation ausnutzen. (Döring, 2003, S. 193–194)
- 4) Kurzfristige soziale Effekte: Dieser Punkt bezieht sich im MÖM auf die psychischen, physischen und sozialen Auswirkungen, die eine spezifische Kommunikationssituation in einer konkreten medialen Umgebung mit dem individuellen Kommunikationsverhalten mit sich bringt. Ob diese Auswirkungen eher vor- oder nachteilig wirksam werden, hängt nicht nur vom Medium an sich ab, sondern vor allem auch von Kompetenzen, um sich in der jeweiligen Kommunikationsumgebung zurechtzufinden – Stichwort Netzkompetenz. (Döring, 2003, S. 194–196)
- 5) Langfristige soziale Folgen: Das MÖM geht davon aus, dass die längerfristigen Folgen einer konkreten Kommunikationssituation im Hinblick auf sozial ausgehandelte Identitäten und soziale Beziehungen aus dem Erleben der konkreten Situation als positiv oder negativ entstehen. Aber nicht nur die erlebte Qualität der Kommunikationssituation ist entscheidend, sondern auch die Kombination verschiedener Kommunikationsformen. So kann eine Person mit hoher Netzkompetenz negative langfristige Folgen erleben, wenn sich Beziehungen ausschließlich auf das Internet beschränken. Umgekehrt kann eine netzkompetente Person von positiven Folgen profitieren, wenn das Internet zur Erweiterung des Beziehungsnetzwerks genutzt werden kann. Somit können langfristige soziale Folgen nur situations- und personenspezifisch betrachtet werden und sind somit in einen sozialpsychologischen Kontext einzuordnen. (Döring, 2003, S. 197–198)

Die sechs Therapiebedingungen nach Rogers

Die sechs durch Rogers als notwendig und hinreichend definierten Therapiebedingungen werden an dieser Stelle im Original angeführt um sie dann in weiterer Folge mit dem MÖM gegenüberzustellen:

1. Zwei Personen befinden sich in Kontakt.
2. Die erste Person, die wir Klient nennen, befindet sich in einem Zustand der Inkongruenz; sie ist verletzlich oder voller Angst.
3. Die zweite Person, die wir den Therapeuten nennen, ist kongruent in der Beziehung.
4. Der Therapeut empfindet bedingungslose Wertschätzung gegenüber dem Klienten.
5. Der Therapeut erfährt empathisch den inneren Bezugsrahmen des Klienten.
6. Der Klient nimmt zumindest in geringerem Ausmaße die Bedingungen 4 und 5 wahr, nämlich die bedingungslose Wertschätzung des Therapeuten im gegenüber und das empathische Verstehen des Therapeuten. (Rogers, 1959/2016, S. 46–47)

Die sechs Therapiebedingungen und das Medienökologische Modell

Im Folgenden werden die sechs Therapiebedingungen mit dem MÖM gegenübergestellt, wobei die Therapiebedingungen zudem als Struktur für die Gegenüberstellung genutzt werden.

1) Kontakt und das MÖM

In der personenzentrierten Therapietheorie ist Kontakt so beschrieben, dass die beteiligten Personen gegenseitig einen zumindest unterschwellig wahrnehmbaren Unterschied im Erleben der jeweils anderen Person machen. Kontakt stellt somit ein Minimum an Beziehung dar, welches als Voraussetzung für verschieden ausdifferenzierte Qualitäten von Beziehung verstanden werden kann, er ist quasi der Ausgangspunkt für jede mögliche Art von Beziehung, noch ohne dass diese genauer zu bezeichnen wäre. (Rogers, 1959/2016, S. 40)

Unter diesem Fokus kann Kontakt als Vorbedingung für Kommunikation verstanden werden. In dem Moment, in dem Kontakt gegeben ist, findet auch Kommunikation statt, wobei Kommunikation als auf Gemeinsamkeit gerichtete Aktivität zu verstehen ist, auch wenn diese Kommunikation darauf abzielt, den Kontakt wieder zu beenden (Schmid, 2002, S. 188–189). Diese Auffassung teilen auch Whelton und Greenberg (2002, S. 96–97), indem sie Kontakt als ein Minimum an Bewusstsein für die Präsenz einer anderen Person und zumindest einen gewissen Grad an Zuwendung zu dem beschreiben, was diese Person kommuniziert: „Where there is psychological contact, there is a communicating self in action“ (Whelton & Greenberg, 2002, S. 107).

Kontakt beinhaltet jedoch nicht nur die Wahrnehmung der Präsenz einer anderen Person, sondern auch der eigenen. Der Ausdruck bezeichnet die Repräsentanz eines subjektiv bedeutsamen Selbst vor sich selbst und vor anderen (Warner, 2002, S. 80). Die Art und Weise, wie eine Person mit sich selbst und einer anderen Person in Kontakt tritt, geschieht im Rahmen der Möglichkeiten, die der Person aufgrund der Entwicklung und Organisation ihres Selbst zum gegebenen Zeitpunkt zur Verfügung stehen, und ist damit auch Ausdruck des Selbst (Whelton & Greenberg, 2002, S. 99–100, 102).

Kontakt im Sinne eines wahrnehmbaren Unterschieds im Erlebensfeld des Gegenübers lässt sich vor diesem Hintergrund online herstellen. Das MÖM betont jedoch ausdrücklich, dass einzelne Kontakte in vielfältigen medialen Umgebungen stattfinden und in diesem Wechsel zwischen verschiedenen Umgebungen die soziale Beziehung ausmachen. Im Hinblick auf industrialisierte Gesellschaften sind in fast allen sozialen Beziehungen medial vermittelte Kontakte häufiger als Präsenzkontakte, wobei mediale Kontakte meist die Präsenzkontakte nicht ersetzen, sondern diese eher ergänzen und koordinieren. (Döring, 2003, S. 421–424)

In diesem Kontext kann die Therapiebedingung des Kontakts, die innerhalb einer Therapiesitzung zumindest zu einem minimalen Ausmaß erfüllt werden sollte, als eingebettet in eine Abfolge von Einzelkontakten in potenziell verschiedenen (medialen und Präsenz-) Umgebungen verstanden werden, die in

ihrer Gesamtheit die therapeutische Beziehung ausmachen. Damit wird deutlich, was auch in den fünf Komponenten des MÖM sichtbar wird: Die individuelle Interaktion ist nicht nur ein momentanes Ereignis, geprägt von Medienwahl, Medien-eigenschaften und Kommunikationsverhalten, das kurzfristige soziale Effekte erzielt, sondern bringt auch langfristige Auswirkungen mit sich, die aus der Bewertung des Einzelkontakts, aber auch aus der Bewertung des Einzelkontakts im Kontext der Beziehung in ihrer spezifischen Kombination aus Kontakten entstehen. Im MÖM wird der Mechanismus dieser Bewertung nicht näher ausgeführt, jedoch lässt sich dieser Begriff an das personenzentrierte Verständnis von Bewertung anknüpfen, wobei zwischen einer organismischen Bewertung und Bewertungsbedingungen zu unterscheiden ist. Die Bewertung des einzelnen Kontakts kann dabei nicht vom Kontext der vorhergegangenen Kontakte und der Antizipation folgender Kontakte losgelöst erfolgen.

2) Inkongruenz und das MÖM

Inkongruenz auf Seite der Klient*in ist als zweite Therapiebedingung definiert und beschreibt eine Diskrepanz zwischen organismischem Erleben und Selbstkonzept, welche in der Beziehung zu bedeutsamen Anderen ihren Ursprung nimmt und über die Art und Weise der Bezugnahme zu sich selbst festgeschrieben wird (Biermann-Ratjen, 2008, S. 162–163; Rogers, 1959/2016, S. 61; Stumm et al., 2003, S. 20, 220, 279). Inkongruenz kann somit als eine Form der intrapersonalen Kommunikation verstanden werden, in der organismisches Erleben nicht oder nur verzerrt symbolisiert werden kann (Stumm & Keil, 2014, S. 7). Was in der intrapersonalen Kommunikation nicht gesagt werden darf – also Erlebnisinhalte, die der Gewahrnehmung nicht zugänglich sind – kann konsequenterweise auch in der interpersonellen Kommunikation nicht exakt symbolisiert werden.

Aufgrund der zunehmenden Durchdringung des Alltags mit Internettechnologien und der darüber und damit entstehenden Interaktionen mit bedeutsamen Anderen bereits im Kindes- und Kleinkindalter² dürfte davon auszugehen sein, dass auch diesbezüglich sowohl organismisches Erleben als auch Bewertungen desselben erfahren werden, die in der Ausbildung eines Selbstkonzepts eine Rolle spielen und damit prägen, wie die Person sich in und zwischen verschiedenen Kommunikationsumgebungen bewegt.

2 Laut einer im Auftrag des Österreichischen Instituts für angewandte Telekommunikation über das Projekt Saferinternet.at veröffentlichten Umfrage (2020) nutzen 72 % der 0–6-Jährigen digitale Medien. 24 % nutzen diese täglich, 33 % mehrmals in der Woche. Während 3–6-Jährige vor allem Videos, Musik und Spiele nutzen, interagieren 0–2-Jährige vor allem mit anderen Personen oder schauen Fotos an.

Aus der Perspektive des MÖM betrachtet, ist Online-Kommunikation also nicht als abgetrennter Lebensbereich zu verstehen, sondern als eine von vielen kommunikativen Umgebungen, in denen Menschen sich bewegen, miteinander interagieren und damit in der Beantwortung durch wichtige Andere Selbstantworten erlernen, verfestigen aber auch verändern können.

Insbesondere in den letzten beiden Komponenten des MÖM wird deutlich: Jeder Einzelkontakt in einer bestimmten Kommunikationsumgebung bringt kurzfristige, aber auch langfristige physische, psychische und soziale Auswirkungen mit sich, die vor- oder nachteilig für die Person sein können. Diese Bewertung der Auswirkung kann an das personenzentrierte Bewertungsverständnis angeknüpft werden, wobei zu beachten ist, ob die Bewertung über organismisches Erleben oder über Bewertungsbedingungen verläuft.

Folgendes Beispiel soll dies verdeutlichen: Face-to-face-Kontakte lösen in einer Person aufgrund ihrer Inkongruenzdynamik Ängste aus, was dazu führt, dass diese Person vorwiegend Kontakte über das Internet herstellt. Die einzelne virtuelle Begegnung wird in ihrem kurzfristigen Effekt positiv bewertet, da Ängste, die aus der Bedrohung des Selbstkonzepts entstehen, reduziert und gleichzeitig Bedürfnisse nach Beachtung durch andere befriedigt werden können – die Selbstaktualisierungstendenz in ihrer erhaltenden Funktion verfestigt die Inkongruenz, Angst vor Präsenzkontakten nimmt zu, die langfristigen Effekte, wie zunehmender Rückzug und Einsamkeit, sind für den Gesamtorganismus in seinen Beziehungsbedürfnissen wenig förderlich.

3) Kongruenz und das MÖM

In der dritten Bedingung definiert Rogers (1959/2016, S. 49) die Notwendigkeit, dass die Therapeut*in in der gegenwärtigen Beziehung mit dem spezifischen Gegenüber in der Lage ist, das eigene Erleben exakt symbolisieren und in das Selbstkonzept integrieren zu können. Kongruenz meint also ein Verhältnis zwischen Erleben, Gewahrsein und Verhalten: Kongruenz bezeichnet sowohl die Übereinstimmung zwischen Erlebnishalten und deren Symbolisierung im Gewahrsein als auch die Übereinstimmung von kommunikativem Verhalten mit den symbolisierten Erlebnishalten (Brodley, 2001, S. 63–64).

Mit Fokus auf Kommunikation kann Kongruenz verstanden werden als die Übereinstimmung zwischen der intrapersonalen Kommunikation der Therapeut*in, welche charakterisiert ist durch Offenheit gegenüber dem eigenen Erleben in allen Facetten, und der interpersonalen Kommunikation, also der Art und Weise, wie die Therapeut*in mit dem eigenen Erleben transparent in Beziehung zum Gegenüber tritt (Greenberg

& Geller, 2001, S. 132; Stumm et al., 2003, S. 79–81). Wichtig ist zu beachten, dass sich die Therapiebedingung der Kongruenz jedoch auf die Haltung der Therapeut*in – also auf den intrapersonalen Aspekt – bezieht und nicht impliziert, dass die symbolisierten Erlebnishalte explizit kommuniziert werden müssen (Brodley, 2001, S. 57).

Um Klient*innen in der Entwicklung von auf das organismische Erleben bezogenen Selbstantworten zu unterstützen, ist die einzelne Online-Begegnung im Verständnis des MÖM nicht grundsätzlich als etwas ganz Eigenes, für sich Stehendes zu betrachten. Entsprechend bietet sich an, Kongruenz wie oben beschrieben sowohl im Hinblick auf den Einzelkontakt als auch auf die Beziehung als Gesamtes zu betrachten. Dies würde für Therapeut*innen bedeuten, dass das eigene organismische Erleben im Hinblick auf einzelne, virtuelle Kontakte – also die Abwägung kurzfristiger Effekte gemäß MÖM – aber auch auf die Beziehung in ihrer spezifischen Kombination potenziell unterschiedlicher Kommunikationsformen – also die Abwägung langfristiger Effekte gemäß MÖM – der Gewahrdung zugänglich ist und dort, wo anhaltende Störungen den Prozess zu stoppen drohen, sich transparent in die Co-Konstruktion der gemeinsamen Begegnung einzubringen.

4 und 5) Unbedingte positive Beachtung, einführendes Verstehen und das MÖM

Die Therapiebedingungen der unbedingten positiven Beachtung sowie des einführenden Verstehens beschreiben Haltungen der Therapeut*in, die eine kommunikative Absicht beinhalten, jedoch kein konkretes kommunikatives Verhalten gegenüber der Klient*in definieren (Rogers, 1959/2016, S. 46–47). Damit sind sie zwar essenziell für die therapeutische Beziehung, sind jedoch tendenziell unabhängig von der spezifischen Umgebung, in der sich Kommunikation abspielt. Dass diese Bedingungen durch die Klient*in wahrgenommen werden müssen, wird in Bedingung sechs definiert und wird im entsprechenden Abschnitt ausführlicher beschrieben.

Im Personenzentrierten Ansatz spielen empathische Prozesse eine wichtige Rolle in der Entstehung und Entwicklung des Selbstkonzepts und haben damit zentrale Bedeutung für den Therapieprozess (Stumm et al., 2003, S. 82–85). In der Bezeichnung einführendes Verstehen wird deutlich, dass diese Therapiebedingung zwei Aspekte beinhaltet, nämlich einerseits einen emotionalen und andererseits einen kognitiven Aspekt. Stumm et al. (2003) führen aus, dass Erfahrungen, die die Grundlage des einführenden Verstehens bilden, sowohl aus affektiven als auch aus kognitiven Anteilen bestehen. Diese emotional-affektiven Anteile grenzen das empathische Verstehen von einer rein kognitiv-rationalen Perspektivenübernahme ab. (S. 82–83)

Auch wenn die beiden Bedingungen als Haltungen und nicht als konkret formulierte Kommunikationsweisen konzipiert sind, scheint die Überlegung relevant, in wie weit ein physisch-körperlich geteilter Erlebensraum als Voraussetzung für Empathie in ihrer affektiven Dimension einzuordnen ist. In der Begrifflichkeit des MÖM lässt sich festhalten, dass die Entkörperlichung in einer Online-Kommunikationsumgebung eine spezifische Restriktion darstellt, die möglicherweise für ein therapeutisches Einfühlen als affektiv-soziales Geschehen nachteilig zu bewerten sein könnte.

6) *Wahrnehmung und das MÖM*

Bedingung sechs beschreibt die Wahrnehmung der therapeutischen Haltungen durch die Klient*in und macht damit deutlich, dass die formulierten Bedingungen, insbesondere vier und fünf, eine Kommunikationsabsicht der Therapeut*in beinhalten, aber keine konkrete Umsetzung dieser Kommunikationsabsicht vorgeben. Begleitend bietet Rogers eine alternative Formulierung für Bedingung sechs an, die den kommunikativen Aspekt betont: „6. Die Kommunikation des Therapeuten über sein empathisches Verstehen und seine bedingungslose positive Beachtung gegenüber dem Klienten erreicht diesen zumindest ansatzweise.“ (Rogers, 1959/2016, S. 47)

Bedingung sechs umfasst damit zwei Aspekte: Zum einen das Erleben von Empathie und unbedingter positiver Beachtung der Therapeut*in gegenüber der Klient*in als intrapersonelles, relationales Geschehen und zum anderen die Kommunikation dieses Erlebens als interpersonelles, co-konstruktives Geschehen (Toukmanian, 2002, S. 126–127). Die Bedingungen eins (Kontakt) und sechs (Wahrnehmung) weisen eine enge logische Verbindung auf, da beide den Beziehungsrahmen definieren, in welchem die anderen Bedingungen verwirklicht werden (Whelton & Greenberg, 2002, S. 96). In der Beschreibung der Bedingungen wird festgehalten, dass schon ein minimales Erfüllen beider Bedingungen ausreicht, damit gemeinsam mit den anderen Bedingungen konstruktive Veränderung stattfinden kann. Hervorzuheben ist dabei der dialogische Charakter der therapeutischen Beziehung als eine Co-Konstruktion einer verhandelten interpersonalen Realität und nur wenn eine solche entsteht, kann die Klient*in Empathie und unbedingte positive Beachtung der Therapeut*in überhaupt wahrnehmen, also die sechste Bedingung erfüllt sein (Whelton & Greenberg, 2002, S. 112). Die therapeutische Beziehung kann somit verstanden werden als eine dynamische Begegnung zweier Individuen oder zweier wahrgenommener Realitäten der Welt (Toukmanian, 2002, S. 121).

Hier wird die Parallele zum symbolischen Interaktionismus deutlich: Zwei Menschen begegnen einander kommunizierend, sie rufen sich wechselseitig Bedeutungen ins Bewusstsein und

aktualisieren diese in der gemeinsamen Interaktion. Der co-konstruktive Prozess der Therapie endet also nicht an dem Punkt, an dem bereits bekannte Bedeutungen im Gewahrsein symbolisiert werden, sondern findet in diesem Punkt seinen Ausgang: Individuelle Bedeutungswelten treffen aufeinander, aktualisieren sich in diesem Aufeinandertreffen und eine neue, dem gegenwärtigen Moment eigene Bedeutungswelt entsteht, auf welche die beteiligten Individuen wiederum bedeutungsgewandten Bezug nehmen.

Dies zeigt, dass es sich um einen wechselseitigen Prozess handelt, in dem nicht zu jedem Zeitpunkt die Bedingung vollumfänglich erfüllt sein muss, damit konstruktive Veränderung stattfinden kann. Bezogen auf Online-Kommunikationsumgebungen bedeutet das für Therapeut*innen, die eigenen Möglichkeiten zur Kommunikation der therapeutischen Haltungen zu reflektieren, im Hinblick auf den einzelnen Kontakt und im Hinblick auf die Beziehung, wobei die fünf Komponenten des MÖM eine hilfreiche Orientierung bieten können.

Findet Kommunikation online statt, hängt es vom konkreten Medium ab, welche Reizereignisse grundsätzlich wahrnehmbar sind. In einer textbasierten Online-Kommunikation sind die Kommunizierenden mit anderen Reizen konfrontiert als in einem internetbasierten Videotelefonie-Setting. Nicht nur die Wahrnehmung des Gegenübers verändert sich medien-spezifisch, sondern auch die Selbstwahrnehmung, aufgrund der ständigen Rückspiegelung des eigenen virtuellen Erscheinungsbildes. Wahrnehmung bezieht sich demnach sowohl auf interpersonale Aspekte als auch auf die Selbstwahrnehmung. Welche Reize in die Wahrnehmung selektiert werden, hängt zum Teil von der Art der Reize selbst ab, aber auch von der Person mit ihren individuellen Voraussetzungen bzgl. Aufmerksamkeit und Erwartungen. Worauf sich die Wahrnehmung in der Online-Kommunikation konzentriert, hängt also von verschiedenen medien-spezifischen und personalen Faktoren ab. (Döring, 2003, S. 248–249)

In die personenzentrierte Begrifflichkeit übertragen kann das so verstanden werden, dass die verschiedenen äußeren und inneren Reize, die in der Online-Umgebung vorhanden sind, im Sinne der Erhaltung des Selbstkonzepts im Gewahrsein abgebildet werden. Dabei wäre denkbar, dass aufgrund der Selbststruktur eine sehr einseitige Selektion zu Gunsten der Selbstwahrnehmung stattfinden kann, sodass die interpersonale Wahrnehmung – und damit die Wahrnehmung der therapeutischen Haltungen – eingeschränkt und in manchen Fällen vielleicht sogar unmöglich sein kann. In einem solchen Fall wäre zu hinterfragen, ob von einem dialogischen Geschehen im Sinne eines personenzentrierten Gehört- und Beantwortet-Werdens gesprochen werden kann, oder ob viel mehr von einem Verbleiben in der Selbstbeantwortung und damit der Fortschreibung einer Inkongruenz auszugehen ist. Hier zeigt

sich wieder die logische Verbindung zu Bedingung eins, Kontakt: In einem solchen Fall muss auch hinterfragt werden, ob so Kontakt im Sinne einer Wahrnehmung des Gegenübers als einer anderen Person gegeben ist.

Auf Seiten der Klient*innen gilt es demnach zu erforschen, inwieweit es diesen möglich ist, die Grundhaltungen der Therapeut*innen wahrzunehmen, dies gilt grundsätzlich, ist aber in Bezug auf Online-Kommunikation nochmals gesondert zu beachten, um ein genaueres Verständnis dafür zu entwickeln, ob Einschränkungen in der Wahrnehmungsfähigkeit der medialen Umgebung geschuldet sind und mit dem Wechsel in eine andere Kommunikationsumgebung erleichtert werden könnten oder ob sie in Strukturen der Person begründet liegen, unabhängig von der Kommunikationsumgebung, und damit besondere Beachtung in der therapeutischen Arbeit erfordern.

Vereinbarkeiten und Konfliktpunkte

Wie in der Gegenüberstellung herausgearbeitet und in Übereinstimmung mit Rodgers et al. (2022), zeigt sich, dass sich auch über Online-Medien die personenzentrierten Therapiebedingungen, wie sie Rogers definiert hat, zumindest in einem gewissen Ausmaß realisieren lassen, wobei bereits ein Mindestmaß an Erfüllung der Bedingungen konstruktive Veränderung hervorbringen und damit im therapeutischen Sinne wirksam sein kann. Allerdings gilt auch, dass je mehr die Bedingungen erfüllt sind, umso eher ein heilsamer Prozess stattfindet. Das bedeutet, dass auch wenn ein Mindestmaß ausreichend sein kann, der therapeutische Prozess sehr wohl ein Bestreben nach bestmöglicher Realisierung der Bedingungen beinhaltet.

Das MÖM zeigt auf, dass Online-Kommunikation im Vergleich zur Präsenzkommunikation je nach Medium eigene Möglichkeiten aber auch Restriktionen mit sich bringt. Im MÖM wird Telepräsenz von der Kopräsenz unterschieden, wobei ein Merkmal der Telepräsenz ist, dass der Körper als Produzent und Träger kommunikativer Zeichen weitgehend wegfällt (Döring, 2003, S. 43–45). In der Online-Kommunikation fällt jedoch nicht nur der Körper als sinnlich wahrnehmender und wahrnehmbarer Akteur kommunikativen Geschehens weg, sondern auch ein geteilter Aufenthaltsort, der einen gemeinsamen Erlebens- und Handlungsrahmen darstellt (Misoch, 2006, S. 60). Um die Bedeutung der Körperlichkeit in der Kommunikation zu verdeutlichen, setzt Döring (2003, S. 38) punktuell die Bezeichnung *body-to-body* an Stelle der in der einschlägigen Literatur häufig gebrauchten Bezeichnung *face-to-face* für Kommunikation, die in einer physisch geteilten Umgebung stattfindet.

Im Personenzentrierten Ansatz wird die therapeutische Situation als ein gemeinsames Erleben der Begegnung in

unmittelbarer Gegenwärtigkeit verstanden (Schmid, 2002, S. 184, 200). In einer Online-Kommunikationsumgebung bleibt diese Interaktion jedoch eine Interaktion mit(tels) Gegenständen – um in einen virtuellen Begegnungsraum eintreten zu können muss mit an einen physischen Ort gebundenen technischen Fremdkörpern operiert werden (Höflich, 2003; S. 37, Kächele, 2003, S. 310). Die andere Person als wiederum integrierender Organismus in seiner Körperlichkeit ist nicht Teil der sinnlich erfahrbaren Umgebung. Döring (2003) wirft diesbezüglich eine grundlegende Frage auf:

Kann man überhaupt „im“ Internet sein? Wo befindet sich der Cyberspace? In den Köpfen und Körpern der Beteiligten, in ihren vernetzten Rechnern, oder irgendwo dazwischen? In welcher Beziehung zueinander stehen 1) interpersonal geteilte physische Umwelten, 2) interpersonal geteilte virtuelle Umwelten, 3) deren subjektive Repräsentationen und 4) intrapersonale imaginäre Umwelten? (S. 171)

Vor diesem Hintergrund bleibt zu hinterfragen, bis zu welchem Grad die Begegnung in einer Online-Kommunikationsumgebung überhaupt eine Begegnung zwischen zwei Personen darstellt. Die unmittelbare Begegnung kann als eine mit dem unlebten Gegenstand, dem Medium, verstanden werden. Wahrnehmungen und Selbstwahrnehmung würden sich dann mehr auf den Gegenstand beziehen als auf die Person am anderen Ende der Leitung. Es wäre eine Interaktion mit einem Ding anstelle einer Interaktion mit einer anderen Person als lebendem Organismus, der in einem geteilten Erlebensraum als vom eigenen Selbst unterscheidbar wahrgenommen wird.

Dem gegenüber steht ein Verständnis von einem geteilten virtuellen Erlebensraum, in dem sich zwei Personen begegnen und in den sie ihren jeweiligen realen, physischen Erlebensraum mehr oder weniger bewusst mit hineinbringen. Das Erleben von Entkörperlichung und Getrennt-Sein kann als gemeinsames, miteinander geteiltes Erleben verstanden werden.

Dies lässt sich weiterführen zu der Frage, ob in einer Online-Kommunikationsumgebung, in der keine andere Person präsent im Sinne von kopräsent ist, um den erlernten Selbstantworten neue, aus dem geteilten organismischen Erleben kommende Antworten gegenüberzustellen, die Selbstantworten wiederum Selbstantworten bleiben und sich damit weiter verfestigen. Oder ob kongruente Antworten einer anderen Person, die aus einem organismischen Erleben der Entkörperlichung und Entkontextualisierung heraus entstehen, ebenso in der Lage sind, strukturgebundene Selbstantworten zu aktualisieren.

Es zeigt sich, dass in der hier vorgenommenen Integration weite Bereiche auszumachen sind, in denen Personenzentrierte Therapie und Online-Kommunikation im Sinne des MÖM durchaus vereinbar sind, wenn der Fokus auf den sechs Therapiebedingungen liegt und diese als notwendig und hinreichend gesehen werden. Diese Vereinbarkeit ergibt sich daraus,

dass die Therapiebedingungen immer nur bis zu einem gewissen Grad erfüllt sein können und auch müssen, um konstruktive Veränderung im therapeutischen Prozess zu ermöglichen. Gleichzeitig ist jedoch davon auszugehen, dass umso mehr Veränderung in Gang gesetzt werden kann, je mehr die Therapiebedingungen erfüllt sind. Damit ist jedenfalls festzuhalten, dass eine grundlegende Vereinbarkeit nicht gleichzusetzen ist mit einer ausschließlich im Online-Setting durchgeführten Behandlung.

Die personenzentrierte Therapietheorie wurde in einem Kontext entwickelt, in dem die therapeutische Situation als unmittelbare Kopräsenz verstanden wurde. Das MÖM weist darauf hin, dass Telepräsenz im Vergleich zur Kopräsenz spezifische Restriktionen mit sich bringt. Diese Restriktionen beziehen sich nach aktuellem Stand technischer Übermittlungsmöglichkeiten vor allem auf fehlende Signale im Bereich der körperlichen Kommunikation. Im therapeutischen Kontext können hier insbesondere Körpersignale, die emotionale Zustände ausdrücken, wie beispielsweise Veränderungen in der Atmung, Schwitzen oder Körpergeruch, Erstarren oder Unruhe, möglicherweise nicht ausreichend bzw. gar nicht wahrgenommen werden.

Aber auch die Frage nach den Voraussetzungen, unter denen empathisches Verstehen realisiert werden kann, erweist sich als möglicher Punkt der Unvereinbarkeit. Wie oben beschrieben wurde, bezieht sich einführendes Verstehen auf ein emotionales Geschehen, also ein Mit-Fühlen im Unterschied zu einem rein rationalen Mit-Denken. Inwieweit körperliche Signale wahrnehmbar sein müssen, damit empathisches Verstehen stattfinden und die Therapiebedingung zumindest in geringem Ausmaß erfüllt werden kann, kann im Rahmen dieses Beitrags hier nicht eindeutig beantwortet werden.

Um den Einsatz von Online-Kommunikation in der Therapie zu evaluieren und die Realisierung der Bedingungen zu fördern, lassen sich aus dem MÖM hilfreiche Perspektiven ableiten. So scheint insbesondere die Unterscheidung zwischen dem Kontakt als kommunikatives Einzelereignis und der Beziehung in ihrer Gesamtheit, bestehend aus einer Folge von Kontakten und den damit einhergehenden kognitiven, emotionalen und konativen Phänomenen, relevant. Damit lassen sich in der Therapieplanung kurzfristige und langfristige Auswirkungen abwägen, wenn es darum geht, ob und in welchem Umfang Online-Medien in der Therapie zum Einsatz kommen. Im Prozess dieser Abwägung bieten die Komponenten des MÖM Orientierung für eine strukturierte Betrachtung an.

Entlang dieser Orientierungshilfen kann sich einer bestmöglichen Realisierung der Therapiebedingungen angenähert werden, wobei das, was bestmöglich bedeutet, nur auf die ganz spezifische Konstellation zwischen der Therapeut*in und der Klient*in unter ihren ganz eigenen Umständen des

Zusammentreffens Bezug nehmen kann. Dies bedeutet eine Reflexion im Hinblick auf die Voraussetzungen, die die beteiligten Personen mitbringen: Wie passend wird das Medium für das Vorhaben Psychotherapie erlebt? Welche kommunikativen Kompetenzen, insbesondere auch im Umgang mit dem Medium werden mitgebracht? Welche erlebten Reglementierungen beeinflussen die Kommunikation? Welche Alternativen oder Wahlmöglichkeiten stehen den Beteiligten zur Verfügung? Welche persönlichen Faktoren können möglicherweise die Medienwahl beeinflussen? Welche kurz- und langfristigen Folgen für den Therapieverlauf können vermutet werden? Diese Überlegungen sind wiederum mit der jeweiligen Inkongruenzdynamik in Bezug zu setzen.

Die Therapieplanung unter Einbezug von Online-Medien wird damit wieder zutiefst personenzentriert: Zwei Personen mit ihren ganz eigenen Bedeutungswelten treffen in unterschiedlichen Kommunikationsumgebungen aufeinander, um unter wechselseitiger Aktualisierung von Bedeutungsinhalten einen gemeinsamen Bedeutungszusammenhang zu co-konstruieren, der, geprägt von den therapeutischen Bedingungen, nach besten Möglichkeiten konstruktive Veränderung anstößt.

Literatur

- Biermann-Ratjen, E. M. (2008). Die klientenzentrierte Entwicklungspsychologie. In M. Tuczai, G. Stumm, D. Kimbacher & N. Nemeskeri (Hrsg.), *Offenheit & Vielfalt: Personenzentrierte Psychotherapie: Grundlagen, Ansätze, Anwendungen* (S. 155–166). Wien: Krammer.
- Brodley, B. T. (2001). Congruence and its relation to communication in client-centered therapy. In G. Wyatt (Hrsg.), *Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory and practice: Bd. 1. Congruence* (S. 55–78). Ross on Wye: PCCS.
- Burkart, R. (2021). *Kommunikationswissenschaft: Grundlagen und Problemfelder einer interdisziplinären Sozialwissenschaft*. (6. Aufl.). Wien: Böhlau.
- Chen, C. K., Nehrig, N., Wash, L. Schneider, J. A., Ashkenazi, S., Cairo, E., Guyton, A. F. & Palfrey, A. (2020). When distance brings us closer: Leveraging telepsychotherapy to build deeper connection. *Counselling Psychology Quarterly*, 34, 1–14. <http://doi.org/10.1080/09515070.2020.1779031>
- Cook, J. E. & Doyle, C. (2002). Working alliance in online therapy as compared to face-to-face therapy: Preliminary results. *Cyberpsychology & Behavior*, 5, 95–105. <http://doi.org/10.1089/109493102753770480>
- Döring, N. (2003). *Sozialpsychologie des Internet: Die Bedeutung des Internet für Kommunikationsprozesse, Identitäten, soziale Beziehungen und Gruppen* (2. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.
- Eichenberg, C. (2021). Onlinepsychotherapie in Zeiten der Coronapandemie. *Psychotherapeut*, 66, 195–202. <https://doi.org/10.1007/s00278-020-00484-0>
- Eichenberg, C. & Küsel, C. (2016). Zur Wirksamkeit von Online-Beratung und Online-Psychotherapie. *Resonanzen*, 4, 93–107. Verfügbar unter: www.resonanzen-journal.org/index.php/resonanzen/article/view/391 (24. 7. 2023)

- File, N., Kulcar, V., Kuntschner, E., Zeppenfeld, A. & Juen, B. (2022). Personzentrierte Psychotherapie während der Covid-19-Pandemie aus der Perspektive von Therapeut*innen: Eine Mixed Methods Studie. *Person*, 26(1), 21–32.
- Fraas, C., Meier, S. & Pentzold, C. (2012). *Online-Kommunikation: Grundlagen, Praxisfelder und Methoden*. München: Oldenbourg Wissenschaftsverlag. <http://doi.org/10.1524/9783486714814>
- Geller, S.M. (2020). Cultivating online therapeutic presence: Strengthening therapeutic relationships in teletherapy sessions. *Counselling Psychology Quarterly*, 33, 1–17. <http://doi.org/10.1080/09515070.2020.1787348>
- Greenberg, L.S. & Geller, S.M. (2001). Congruence and therapeutic presence. In G. Wyatt (Hrsg.), *Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory and practice: Vol 1. Congruence* (S. 131–149). Ross on Wye: PCCS.
- Haupt, K. (2021). *Von Person zu Person in einer digitalen Welt: Personzentrierte Psychotherapie und Online-Kommunikation*. Masterthesis, Personzentrierte Psychotherapie, Donau-Universität Krems, Department für Psychotherapie und biopsychosoziale Gesundheit. Verfügbar unter: <http://webthesis.donau-uni.ac.at/thesen/202904.pdf>
- Höflich, J.R. (2003). *Mensch, Computer und Kommunikation: Theoretische Verortungen und empirische Befunde*. Frankfurt/M.: Lang.
- Humer, E. & Probst, T. (2020). Provision of remote psychotherapy during the Covid-19 pandemic. *Digital Psychology*, 1, 27–31. <http://doi.org/10.24989/dp.vii2.1868>
- Kächele, H. (2003). Der Therapeut im Internet: Nur noch ein „human companion“? In S. Bauer & H. Kordy (Hrsg.), *E-Mental-Health: Neue Medien in der psychosozialen Versorgung* (S. 3–12). Heidelberg: Springer.
- Kriz, J. (2008). Aktualisierungstendenz: Die notwendige systemische Grundlage des Personzentrierten Ansatzes. In: In M. Tuczai, G. Stumm, D. Kimbacher & N. Nemeskeri (Hrsg.), *Offenheit & Vielfalt: Personzentrierte Psychotherapie: Grundlagen, Ansätze, Anwendungen* (1. Aufl., S. 135–154). Wien: Krammer.
- Misoch, S. (2006). *Online-Kommunikation* (1. Aufl.). Konstanz: UVK.
- Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation, Saferinternet.at (2020). *Die Allerjüngsten (0–6 J.) & digitale Medien. Ergebnisse der Studie zum Safer Internet Day 2020*. Abgerufen unter: <https://www.saferinternet.at/news-detail/neue-studie-72-prozent-der-0-bis-6-jaehrigen-im-internet>.
- Probst, T., Haid, B., Schimböck, W., Stippl, P. & Humer, E. (2021). Psychotherapie auf Distanz in Österreich während COVID-19. Zusammenfassung der bisher publizierten Ergebnisse von drei Onlinebefragungen. *Psychotherapie Forum*, 25, 30–36. <https://doi.org/10.1007/s00729-021-00168-3>
- Pürer, H., Springer, N. & Eichhorn, W. (2015). *Grundbegriffe der Kommunikationswissenschaft*. Konstanz: UVK.
- Rodgers, B., Tudor, K. & Sutherland, A. (2022). An integrative review of the person-centred and experiential therapy literature on delivering individual video counselling and psychotherapy. *Counselling & Psychotherapy Research*, 00, 1–11. <https://doi.org/10.1002/capr.12600>
- Roesler, C. (2011). Die virtuelle therapeutische Beziehung: Eine Reflexion ihrer Möglichkeiten und Grenzen. *PiD – Psychotherapie im Dialog*, 12, 107–112. <http://doi.org/10.1055/s-0030-1266152>
- Rogers, C.R. (1959/2016). *Eine Theorie der Psychotherapie* (2. Aufl.). München: Ernst Reinhardt.
- Ronen-Setter, I.H. & Cohen, E. (2020). Becoming „teletherapeutic“: Harnessing Accelerated Experiential Dynamic Psychotherapy (AEDP) for challenges of the Covid-19 era. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 50, 265–273. <http://doi.org/10.1007/s10879-020-09462-8>
- Schmid, P.F. (2002). Presence: Im-media-te co-experiencing and co-respondering: Phenomenological, dialogical and ethical perspectives on contact and perception in person-centred therapy and beyond. In G. Wyatt & P. Sanders (Hrsg.), *Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory and practice: Vol. 4. Contact and perception* (S. 182–203). Ross on Wye: PCCS.
- Short, J., Williams, E. & Christie, B. (1976). *The social psychology of telecommunications*. London: Wiley.
- Stadler, M., Jesser, A., Humer, E., Haid, B., Stippl, P., Schimböck, W., Maaß, E., Schwanzar, H., Leithner, D., Pieh, C. & Probst, T. (2023). Remote Psychotherapy during the COVID-19 Pandemic: A Mixed-Methods Study on the Changes Experienced by Austrian Psychotherapists. *Life*, 13, 360. <https://doi.org/10.3390/life13020360>
- Stumm, G. & Keil, W. (2014). *Praxis der Personzentrierten Psychotherapie*. Wien, New York: Springer.
- Stumm, G., Wiltschko, J. & Keil, W. (2003). *Grundbegriffe der Personzentrierten und Focusing-orientierten Psychotherapie und Beratung*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Toukmanian, S.G. (2002). Perception: The core element in person-centred and experiential psychotherapies. In G. Wyatt & P. Sanders (Hrsg.), *Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory and practice: Bd. 4. Contact and perception* (S. 115–132). Ross on Wye: PCCS.
- Tudor, K. & Worrall, M. (2006). *Person-centred therapy: A clinical philosophy*. London: Routledge.
- Walther, J.B., Anderson, J. & Park, D. (1994). Interpersonal effects in computer-mediated interaction: A meta-analysis of social and antisocial communication. *Communication Research*, 21, 460–487.
- Walther, J.B. (2002). Cues filtered out, cues filtered in: Computer-mediated communication and relationships. In M.L. Knapp (Hrsg.), *Handbook of interpersonal communication*. Thousand Oaks: Sage.
- Walther, J.B. (2011). Theories of computer-mediated communication and interpersonal relations. In M.L. Knapp & J.A. Daly (Hrsg.), *The sage handbook of interpersonal communication* (4. Aufl., S. 443–479). Los Angeles: Sage.
- Warner, M.S. (2002). Psychological contact, meaningful process and human nature: A reformulation of person-centered theory. In G. Wyatt & P. Sanders (Hrsg.), *Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory and practice: Bd. 4. Contact and perception* (S. 76–95). Ross on Wye: PCCS.
- Whelton, W.J. & Greenberg, L.S. (2002). Psychological contact and perception as dialectical construction. In G. Wyatt & P. Sanders (Hrsg.), *Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory and practice: Bd. 4. Contact and perception* (S. 96–114). Ross on Wye: PCCS.