

Die Tendenz zur Co-Aktualisierung: Überlegungen zum Aktualisierungsprozess innerhalb zwischenmenschlicher Beziehungen

Renate Motschnig

Wien

Nur allzu oft wird der Personzentrierte Ansatz (PZA) als „zu individualistisch“ kritisiert und für Bereiche wie Teamarbeit, Projektmanagement, kollaboratives Lernen etc. kaum anerkannt. Ich meine: „Zu Unrecht!“ und schlage vor, den PZA um das vorläufige Konstrukt der Tendenz zur Co-Aktualisierung zu erweitern, um den essenziellen Aspekt des Wachstums in und von zwischenmenschlichen Beziehungen in den Vordergrund zu rücken. Theoretische Wurzeln der Co-Aktualisierungstendenz werden in Rogers' Theorien lokalisiert und eine mögliche Integration der Co-Aktualisierungstendenz in das Theoriengebäude des PZA wird vorgeschlagen. Praktisch führt die Annahme der Co-Aktualisierungstendenz zur Kernfrage: „Wie können wir unsere Beziehung gestalten/leben, damit wir uns beide (alle) in ihr entfalten können und auch sie dabei wächst?“ Neben praktischen Implikationen ruft der Artikel zur Ausweitung des PZA in Bereiche auf, in denen Co-Aktualisierung ein besonderes Anliegen darstellt.

Schlüsselwörter: Aktualisierungstendenz; Formative Tendenz; Co-Aktualisierungstendenz; zwischenmenschliche Beziehung; Zugehörigkeit; Encountergruppen; Teamentwicklung

The Tendency toward Co-Actualization: Considerations regarding the Actualizing Process in Interpersonal Relationships. All too often the Person-Centered Approach (PCA) has been criticized as being overly “individualistic” and therefore not suitable for tasks such as teamwork, project management, collaborative learning etc. This, however, does not resonate with the author’s feeling and thinking. Hence, I suggest extending the PCA by the tentative construct of a tendency toward co-actualization aiming to highlight the essential aspect of reciprocal unfolding in and of relationships. Theoretical roots of the co-actualizing tendency are traced within Rogers’ theories and a potential integration of the co-actualizing tendency into the theories of the PCA is proposed. Practically, hypothesizing the co-actualizing tendency leads to the question “How can I/we form a relationship for mutual growth and unfolding of the relationship?” Besides practical implications the article calls for extending the PCA to fields in which co-actualization is particularly cherished.

Keywords: Actualizing tendency; formative tendency; co-actualizing tendency; interpersonal relationship; relatedness; encounter groups; team development

1. Einleitung

Kein Mensch ist eine Insel. Unser Leben entsteht aus Beziehung und besteht zu einem wesentlichen Teil aus einem komplexen Gewebe zwischenmenschlicher Beziehungen. In manche werden wir hineingeboren, in andere hineinversetzt und wiederum andere knüpfen wir durch unser Zutun. Doch wie können

wir die Entwicklung der Beziehungen und unsere Entwicklung in Beziehungen mitgestalten? In welche Richtung zielt diese Entwicklung, die, theoretisch betrachtet, einer Eigendynamik unterliegt und Emergenz aufweist, wie sie allen komplexen, offenen, dynamischen Systemen zu eigen ist (Kriz, 2008)? Die Theorien des Personzentrierten Ansatzes und meine Erfahrung und Forschung deuten darauf hin, dass es sehr wohl zwischenmenschliche Haltungen, Prinzipien und Kompetenzen gibt, welche die immanente, natürliche Entfaltung von Menschen in Beziehung und Beziehungen selbst förderlich (oder hinderlich) beeinflussen können. Um diese Einflussfaktoren und Gesetzmäßigkeiten zu erfahren, zu erkennen und zu Gunsten besserer Beziehungen und eines förderlichen Miteinanders einzubringen, beschäftige ich mich mit dem Anliegen, konstruktive zwischenmenschliche Beziehungen zu fördern und zu erforschen.

Renate Motschnig, Professorin an der Fakultät für Informatik und School of Education der Universität Wien. Leiterin der Forschungsgruppe CSLEARN-Educational Technologies; seit der Jahrtausendwende intensiv mit dem PZA befasst. Arbeitsschwerpunkte: Wissenschaftlich fundierte und gelebte Verbreitung des PZA in der Bildung (mit und ohne neue Medien), im Management, in der Kommunikation und (internationalen) Kooperation. Anknüpfungspunkte des PZA zu anderen Disziplinen und neuen Anwendungen. Kontakt: Universität Wien – Fakultät für Informatik, 1090 Wien, Währinger Straße 29/6.41, Austria; rene.motschnig@univie.ac.at

Die derzeit am stärksten präsenste Motivation zum Anliegen dieses Artikels, der Weiterentwicklung der ersten Konzeptualisierung der Tendenz zu Co-Aktualisierung – der Aktualisierung von Menschen in Beziehung gekoppelt mit Beziehungsentfaltung (Motschnig-Pitrik & Barrett-Lennard, 2010; Motschnig & Nykl, 2009) – stammt aus einer besonders bereichernden Erfahrung der Zusammenarbeit im Team mit zwei personzentrierten Psychologen und Psychotherapeuten. Wir führten gemeinsam und mit 50 Autoren ein größeres Buchprojekt durch, das rechtzeitig und erfolgreich abgeschlossen wurde (Cornelius-White, Motschnig-Pitrik & Lux, 2013a; 2013b). Neben diesem greifbaren Ergebnis und Wissenszuwachs, führte unsere Kooperation zu einer gestärkten, freundschaftlich-kooperativen Beziehung, aus der ich sehr viel persönlich wie auch professionell mitnehme. Wir sind uns einig, dass personzentrierte Haltungen und deren Kommunikation sich in der Zusammenarbeit und Problemlösung im Team als essenziell erwiesen. Aber wie passt diese signifikante Erfahrung (und zahlreiche ähnliche) damit zusammen, dass Kritiker den PZA häufig als „zu individualistisch“ bezeichnen (vgl. Rogers, 1951/1983, S. 264; Cooper, 2007, p. 85 f.), ungeeignet für Bereiche wie Teamentwicklung oder Projektmanagement? Diesen Widerspruch zwischen der Auslegung der Theorien des PZA als „individualistisch“ und (nicht nur) meiner Erfahrung nach als „signifikant hilfreich für Zusammenarbeit“ konstruktiv aufzulösen, ist mir ein großes Anliegen.

Die ursprüngliche Ausrichtung des PZA im Bereich der Psychotherapie und Beratung – Bereiche, in denen es primär um psychologische Anpassung und Reife von *Individuen* geht –, stellt jene Beiträge des Ansatzes in den Schatten, in denen Zusammenarbeit, Teamgeist, Dialog, Lerngemeinschaften etc. im Vordergrund stehen (Motschnig-Pitrik, 2006; 2008a; 2008b; 2013; Motschnig-Pitrik & Figl, 2007; Ryback & Motschnig-Pitrik, 2013). Dies erfolgt ungeachtet dessen, dass die Beziehung als der primäre Wirkfaktor im PZA anerkannt ist. Auch wurden mit dem Begriff der *Person* deutlich beide Seiten – Ich und Wir – dargelegt, wie zum Beispiel von Schmid (2002, S. 232): „Zur Person gehören in unüberwindbarer dialektischer Verwiesenheit Selbstständigkeit wie Selbstbestimmung einerseits und Beziehungsoffenheit wie Beziehungsangewiesenheit andererseits, Erfahrung und Begegnung, Souveränität und Engagement, Autonomie und Solidarität, Ich und Wir.“ Dennoch habe ich den Eindruck, dass in unserer westlichen Gesellschaft den beiden Seiten des Begriffes der Person nicht annähernd gleich viel Gewicht zugesprochen wird. Nach Cornelius-White (2007) können die zwischenmenschlichen Beiträge des PZA leicht übersehen werden, wenn man Rogers nicht tief genug studiert. Diese finden sich nämlich an verschiedenen Stellen in Rogers' Werken verteilt, wie zum Beispiel:

- These IX aus Rogers' Theorie der Persönlichkeit und des Verhaltens: „Als Resultat der Interaktion mit der Umgebung

und insbesondere als Resultat wertbestimmender Interaktion mit anderen wird die Struktur des Selbst geformt – ...“ (Rogers, 1951/1983, S. 430). Rogers spricht in dieser These explizit die Wahrnehmungen der Charakteristika *und Beziehungen* des Selbst an.

- These XVIII, die den engen Zusammenhang zwischen den intra-psychischen Eigenschaften eines Menschen und seinen zwischenmenschlichen Fähigkeiten und Verhaltensweisen beschreibt: „Wenn das Individuum all seine Körper- und Sinnes-Erfahrungen wahr- und in ein konsistentes und integriertes System aufnimmt, dann hat es notwendigerweise mehr Verständnis für andere und verhält sich gegenüber anderen als Individuen akzeptierender.“ (Rogers, 1951/1983, S. 447).
- Rogers' Theorie der zwischenmenschlichen Beziehungen (Rogers, 1959/1991), in der Rogers unter anderem den Beitrag der Kongruenz zu wechselseitig förderlichen *Beziehungen* beschreibt. Dies bedeutet, dass ein Kernaspekt persönlicher Reife gleichzeitig für die *zwischenmenschliche, soziale Weiterentwicklung* essenziell ist. Beide gehen Hand in Hand und bedingen einander.

Des Weiteren verweist Rogers auf die enge Verwobenheit von persönlichem Wachstum des Menschen mit seinem Wachstum in zwischenmenschlicher, sozialer Hinsicht:

- im Kontext der grundsätzlichen Vertrauenswürdigkeit der menschlichen Natur: „Wir brauchen nicht danach zu fragen, wer ihn [den Menschen] sozialisieren wird; denn eines seiner Grundbedürfnisse besteht darin, sich anderen anzuschließen und mit ihnen zu kommunizieren. In dem Maße, wie er sich noch vollständiger zu seinem Selbst entwickelt, wird er realitätsgerechter sozialisiert. [...] wenn er für alle seine Impulse offener wird, werden sein Bedürfnis, von anderen geliebt zu werden, und seine Tendenz, Zuneigung zu zeigen, genau so stark sein wie seine Impulse, zuzuschlagen oder in Beschlag zu nehmen. [...] Sein ganzes Verhalten [...] entspricht dann den Zielen Überleben und Höherentwicklung eines äußerst sozialen Lebewesens.“ (Rogers, 1961/1985, S. 193 f.).
- im Kontext von „Das Selbst zu sein, das man in Wahrheit ist“: „Eng verknüpft mit dieser Offenheit gegenüber innerer und äußerer Erfahrung im allgemeinen ist eine Offenheit und ein Akzeptieren gegenüber anderen.“ (Rogers, 1961/1985, S. 175). Offenheit für Erfahrung als Charakteristikum für persönliche Reife des Individuums ist eng verknüpft mit dem Akzeptieren gegenüber anderen als Merkmal der Beziehung, das als ein unverfälschtes Fließen von anerkennenden „Botschaften“ zwischen Menschen erfahren werden kann. Dieser Austausch kann wiederum zur Aktualisierung von Menschen durch Interaktion beitragen.

- im Kontext der Theorie der voll entwickelten Persönlichkeit: „Wegen der fruchtbaren Eigenschaft der wechselseitigen positiven Beachtung lebt es [das Individuum] mit anderen in denkbar guter Harmonie“ (Rogers, 1959/1991, S. 60) und an anderer Stelle: „Er [der voll entwickelte Mensch] würde an den ungeheuer komplexen selbstregulierenden Tätigkeiten seines Organismus [...] so teilhaben, daß er in wachsender Harmonie mit sich und anderen lebt.“ (Rogers, 1961/1985, S. 194).

Cooper (2007, pp. 85–86) dagegen fasst die Kritik an Rogers' ursprünglichen Theorien (1951/1983, 1959/1991) wie folgt zusammen: „In contrast to Rogers' (1951, 1959) original theory, then, several contemporary authors have argued that optimal psychological development is not simply a matter of moving towards autonomy. Rather, it also involves the capacity to develop a 'relational self' ... and to effectively mediate ... between the desire for independence and the desire for relationship.“

Ich selbst staune über die Formulierung der Kritik, wenn gleich ich zur Kenntnis nehme, dass Rogers' Aussagen zu den Eigenschaften des Individuums jene zur Charakterisierung des sozialen Verhaltens überragen. Daher versucht dieser Artikel das Ungleichgewicht „ein Stück weit auszugleichen“ und die sozialen Aspekte zu betonen, jedoch weiterhin von der Aktualisierung des Organismus auszugehen. Ähnliches hat meinem Dafürhalten nach bereits Rogers selbst in seinem Artikel über das Werden eines reifen Menschen beschrieben:

„Sensitivity to others and acceptance of others is positively valued. The client comes to appreciate others for what they are, just as he has come to appreciate himself for what he is. Finally, deep relationships are positively valued. To achieve a close, intimate, real, fully communicative relationship with another person seems to meet a deep need in every individual, and is very highly valued“ (Rogers, 1983, p. 266).

Der Kritik, dass sein Ansatz unsozial sei, entgegnet Rogers selbst wie folgt:

„I find that in the person I am speaking of [...] the criterion of the valuing process is the degree to which the object of the experience actualizes the individual himself. [...] This may sound as though it were a selfish or unsocial criterion, but it does not prove to be so, since deep and helpful relationships with others are experienced as actualizing“ (Rogers, 1983, p. 264).

Genau an diesem Punkt setzt die Annahme der Tendenz zu Co-Aktualisierung an. Es geht darum, die Struktur und Erfahrung der aktualisierenden Wirkung zwischenmenschlicher Beziehungen, die Rogers oben anspricht, zu charakterisieren. Jedenfalls gehört für Rogers (1983, p. 266) die Erfahrung, dass

förderliche zwischenmenschliche Beziehungen als aktualisierend empfunden werden zu einer der allgemeinen Richtungen, in die Menschen sich im Klima personenzentrierter Haltungen entwickeln können. Meine Erfahrung verbindet mich mit Rogers' Gedankengut. Um dem Beziehungsaspekt in seinen Theorien mehr Gewicht zu verleihen, schlage ich daher vor, den PZA um die Hypothese der Co-Aktualisierungstendenz zu erweitern, der Tendenz, Beziehungen einzugehen, in denen sich alle Beziehungspartner¹ aktualisieren können und die Beziehung sich formt. Die Annahme dieser Tendenz verfolgt des Weiteren Ziele wie:

- *Bündelung ermöglichen und Begriff prägen*: Aussagen zu zwischenmenschlichen Beziehungen erhalten ein „zu Hause“, ein Konstrukt, dem sie zugeordnet werden können, und einen Namen, unter dem sie be-greifbar werden und angesprochen werden können. Dies sollte es erleichtern, über Co-Aktualisierung nachdenken und sprechen zu können.
- *Integration*: Die Hypothese der Tendenz zu Co-Aktualisierung wird nahtlos in das Theoriengebäude des PZA integriert und größtenteils daraus abgeleitet (s. Abschnitt 2).
- *PZA als Basis förderlicher zwischenmenschlicher Beziehungen aufbauen*: PZA als fundamentale Theorie für Bereiche erkennen und etablieren, in denen zwischenmenschliche Beziehungen und Kooperation im Vordergrund stehen, wie zum Beispiel Teamarbeit, Projektmanagement, kollaboratives Lernen, internationale Beziehungen (Cornelius-White, Motschnig-Pitrik & Lux, 2013b).
- *Implikationen aus der Annahme der Co-Aktualisierungstendenz formulieren*: Im Wesentlichen geht es dabei um die Weiterführung von Rogers' grundlegender Frage: „Wie kann ich eine Beziehung herstellen, die dieser Mensch zu seiner eigenen Persönlichkeitsentfaltung benutzen kann?“ zur Fragestellung: „Wie kann ich/können wir unsere Beziehung gestalten, damit wir uns beide (alle) in ihr entfalten können und auch sie sich dabei weiterentwickelt?“
- *PZA als Basis für besseres Verstehen beleuchten*: Die oben erwähnten Ziele fließen in das Hauptanliegen, den PZA als wesentlichen Beitrag zum besseren Verstehen zwischen Menschen untereinander zu erfahren und so darzustellen, dass diese Anliegen neben dem Persönlichkeitswachstum in den Vordergrund rücken können. Ich sehe dies im Einklang mit Rogers' Denkweise, der einige Wochen vor seinem Ableben 1987 sagte:

„Woran wir gearbeitet haben, ist grundlegender als Problemlösungen. Wir haben daran gearbeitet, Menschen zu

1 Der Begriff „Beziehungspartner“ wird generisch verwendet und bezeichnet alle Personen, die in einer zwischenmenschlichen Beziehung stehen. Auch seien generisch beide Geschlechter (m/w) angesprochen, auch wenn nur eine grammatikalische Form genannt wird.

helfen, *einander zu verstehen, miteinander zu kommunizieren*, und das, empfinde ich, stellt eine viel realistischere Basis für die Lösung spezifischer Angelegenheiten dar.“ (Rogers & Russell, 2002, p. 307, Übersetzung R. M.).

Um diese Ziele zu verfolgen, wird im nächsten Abschnitt ein Entwurf für das Konstrukt der Co-Aktualisierungstendenz dargestellt und mit der Aktualisierungs- sowie Formativen Tendenz in Beziehung gesetzt. Sodann wird Co-Aktualisierung strukturell, als Prozess und als Erfahrung charakterisiert. Im dritten Abschnitt geht es um die Frage, wie und wodurch die gemeinsame Aktualisierung von Menschen im Rahmen des Formens eines Beziehungsgefüges unterstützt werden kann. Der Artikel schließt mit einer Zusammenfassung und dem Aufwerfen offener Fragen.

2. Von der Aktualisierungs- und Formativen Tendenz zur Tendenz zur Co-Aktualisierung

Ehe der Begriff der Co-Aktualisierungstendenz definiert wird, rufe ich einige eng damit verflochtene Begriffe ins Gedächtnis, die für das exakte Verstehen der Co-Aktualisierungstendenz benötigt werden.

2.1 Aktualisierungstendenz

Rogers (1951/1983, S. 422) postulierte in der These IV seiner Theorie der Persönlichkeit und des Verhaltens: „Der Organismus hat eine grundlegende Tendenz, den Erfahrungen machenden Organismus zu aktualisieren, zu erhalten und zu erweitern.“ Zu den Merkmalen der Richtung der Aktualisierung gehören nach Rogers:

- Bewegung in Richtung auf Reife – so wie Reife für jede Spezies definiert ist
- Differenzierung von Organen und Funktionen
- Begrenzte Ausdehnung durch Wachsen
- Ausdehnung durch Erweiterung seiner selbst mittels seiner Werkzeuge
- Ausdehnung durch Reproduktion
- Größere Unabhängigkeit oder Selbstverantwortlichkeit
- Wachsende Selbstbeherrschung, Selbstregulierung, Autonomie und weg von abhängiger Kontrolle durch äußere Kräfte
- Selbstaktualisierung des Organismus in Richtung auf Sozialisierung (1951/1983, S. 422).

Zunächst sei angemerkt, dass der Begriff Selbstaktualisierung im letzten Unterpunkt synonym mit Aktualisierung verwendet wurde. Gemeint war in Anlehnung an Goldstein die selbstorganisierte („selbst“ im Sinne von „auto“) Aktualisierung (Kriz,

2008, S. 13) des Organismus und nicht speziell die Aktualisierung des Selbstkonzeptes, für die Rogers eine eigene Subtendenz der Aktualisierungstendenz definierte, die *Tendenz zu Selbstaktualisierung* (Rogers, 1959/1991, S. 22).

Bemerkenswert an Rogers' Charakterisierung ist, dass die Richtung der Aktualisierungstendenz sowohl Autonomie als auch Sozialisierung, die das Miteinander von Menschen betrifft, einschließt. Ich deute das so, dass die Richtung zu wachsender Autonomie in erster Linie als Gegensatz zur Heteronomie, der Kontrolle durch äußere Kräfte, steht und nicht im Gegensatz zu zwischenmenschlicher Beziehung, „relatedness“ (Ryan, Lynch, Vansteenkiste & Deci, 2011). Letztere ist für die Sozialisierung bedeutsam. In Summe kann gefolgert werden, dass der menschliche Organismus solche zwischenmenschlichen Beziehungen anstrebt, die ihm wachsende Autonomie ermöglichen und ihn nicht durch Heteronomie einschränken. Diese Feststellung wird als einer der Grundpfeiler der Co-Aktualisierungstendenz dienen.

Jedenfalls muss erwogen werden, dass es um eine Tendenz geht, die neben anderen Faktoren besteht, die unser Verhalten bestimmen, und keineswegs um einen Imperativ, der in jeder Situation den Ausschlag gibt. Ein Kind, das sich in akuter Gefahr befindet, muss aus der Gefahrenzone gebracht werden. Dazu fühlt sich eine Bezugsperson bewegt, die in dieser Situation/Beziehung kongruent ist. Wenn jedoch ein Kind ständig übertrieben beschützt oder bevormundet wird, kann seine Entfaltung zu mehr Autonomie als Ausdruck der Aktualisierungstendenz unangemessen von außen beeinträchtigt werden. Das Kind wird in seiner natürlichen inhärenten Entwicklung behindert.

Ich fasse zusammen, dass die Aktualisierungstendenz auf Erfahrungen in solchen Beziehungen gerichtet ist, die Autonomie bieten und nicht durch äußere Zwänge (Heteronomie) bestimmt sind. In diesen können wir zu sozialer Reife wachsen, uns unterscheiden (differenzieren) und unsere Effektivität durch die Verwendung diverser Werkzeuge und Mittel (dazu gehören auch Sprache, Schrift, Internet etc.) erhöhen. Dies ist völlig im Sinne von Rogers' These IX seiner Theorie der Persönlichkeit und des Verhaltens (1951/1983, S. 430, s. auch oben), welche die essenzielle Wichtigkeit der Interaktion des Organismus mit seiner Umgebung und damit die zwischenmenschliche Sicht auf die Entfaltung unseres Selbst unterstreicht.²

Abschließend halte ich fest, dass die Aktualisierungstendenz Menschen (allgemein: lebenden Organismen) innewohnt, die einzige „Energiequelle“ im menschlichen Organismus darstellt und das Substrat für jede Art von Motivation bietet (Rogers,

² Barrett-Lennard greift die relationale Sicht auf (zwischen-)menschliche Entfaltung auf, entwickelt sie weiter (1998; 2005) und begründet das „Beziehungsparadigma“ („relationship paradigm“) (2013).

1980, p.123). Sie ist ein biologisches, natur- und strukturwissenschaftliches Konzept und kein ethisches. Brodley schreibt sehr treffend (1999, p.165 f.):

„Die personzentrierten Haltungen scheinen psychologisch hilfreich für die Entfaltung der angeborenen, grundlegend pro-sozialen Tendenzen zu sein. Sie setzen sie sozusagen frei, sie explizieren den impliziten Plan der Natur. Wenn wir letztendlich diese guten Konsequenzen wahrnehmen, neigen wir dazu, sie (auch) von einer ethischen Perspektive zu werten. Wie gesagt, wir leben in einer Welt mit multipler Verursachung und wenn die Atmosphäre günstig ist, neigen wir alle dazu, uns in eine Richtung zu entwickeln, die pro-sozial ist und ethisch gutgeheißen wird.“ (Übersetzung R. M.).

2.2 Formative Tendenz

In einer späten Phase seines Lebens wurde Rogers auf eine universelle Tendenz in Richtung größerer Komplexität und Ganzheit aufmerksam, die neben der Tendenz zu Zerfall – bekannt als Entropie – besteht. Er verallgemeinerte das Konzept der Aktualisierungstendenz, indem er eine „Formative Tendenz“ annahm, die auf jeder Ebene im Universum beobachtbar ist (Rogers, 1980, p.124), von einer einzelnen Zelle bis hin zu jeder Galaxie, nicht „nur“ auf der Ebene lebender Organismen. Diese Formative Tendenz legte er dem PZA neben der Aktualisierungstendenz zugrunde und beschrieb ihre Wirkung in Richtung

- größerer Ordnung,
- größerer Komplexität,
- größerer Verbundenheit („interrelatedness“),
- reziproker Beziehungen zwischen Ursache und Wirkung,
- spontanem Entstehen neuer Formen.

Der Umstand, dass neue Formen als ein Effekt der Wirkrichtung der formativen Tendenz gebildet werden, legt es mir nahe, mich auf eine omnipräsente „Form“ zu konzentrieren, nämlich auf Menschen in Beziehung, wie zum Beispiel Partnerschaften, Freundschaften, Teams, Gruppen etc. Diese Ebene oder „Form“ der zwischenmenschlichen Beziehungen – oder genauer *Beziehungsgefüge*, bestehend aus Menschen in Beziehung und deren Beziehungen – ist exakt jene, von der ich annehme, dass sich dort die Co-Aktualisierungstendenz manifestiert.

2.3 Co-Aktualisierungstendenz

Aus dem eben Gesagten folgt, dass die *Co-Aktualisierungstendenz* als ein Spezialfall der Formativen Tendenz angenommen wird (Motschnig-Pitrik & Barrett-Lennard, 2010). Die Co-Aktualisierungstendenz zeigt sich darin, dass Beziehungspartner,

in ihrem Prozess sich selbst zu aktualisieren, zugleich auch ihre Beziehung formen und durch diese beeinflusst werden. Wenn nun die *Wechselwirkungen* zwischen Beziehungspartnern tendenziell für beide bzw. alle Beteiligten als aktualisierend empfunden werden und sich auch die Beziehung formen kann, dann schlage ich vor, diesen Prozess als Co-Aktualisierung zu bezeichnen (s. auch Abb.1). Dabei ist die Aktualisierungstendenz (inhärent in jedem Beziehungspartner) in Einklang mit der Formativen Tendenz (im Beziehungsgefüge). Die angenommene Tendenz, die durch derartige Co-Aktualisierungsprozesse in Erscheinung tritt, nenne ich Co-Aktualisierungstendenz (Motschnig-Pitrik & Barrett-Lennard, 2010). Offene Beziehungsgefüge (mit inhärenter Formativer Tendenz), bestehend aus den Beziehungspartnern und deren Interaktionen, in Wechselwirkung mit der Umgebung, weisen diese Tendenz auf. Es möge noch erwähnt werden, dass Co-Aktualisierung die gesamte organismische Erfahrung umfasst, insbesondere auch jene, die über die explizite Ebene der ausgesprochenen Ideen und Gedanken hinausgeht. Dabei formt und entfaltet sich die Beziehung selbst – die Art und Weise, wie wir einander begegnen und interagieren – und gewinnt im Beziehungsgefüge an Einfluss und Bedeutung. Dies können sowohl die Beziehungspartner selbst als auch andere Personen wahrnehmen und erfahren, wodurch eine Wechselwirkung mit der Umgebung verbunden ist.

In diesem Kontext beeindruckte und motivierte mich die abschließende Reaktion einer Teilnehmerin einer internationalen personzentrierten Encountergruppe. Hanna (Name wurde geändert), die viel von sich offenbart hatte, sagte in der letzten Sitzung: „Dadurch, dass ihr mir aufmerksam zugehört und mir bei meinem Problem beigestanden habt, ist so einiges für mich klarer geworden. Das, was mich allerdings in unserer Gruppe am meisten berührt hat und das mich noch lange begleiten wird, ist, wie wir miteinander umgegangen sind ...“ – Der Prozess, der aus dem Austausch der Teilnehmenden entstand, das Verhalten der Gruppenmitglieder zueinander, beeindruckte also stärker als die (beachtliche!) persönliche Problemlösung einer Teilnehmerin (Motschnig & Nykl, 2009, S.134).

Abbildung 1 skizziert strukturelle Aspekte der Co-Aktualisierung eines offenen, dynamischen Systems von zwei Personen und deren Beziehung sowie die Ausstrahlung in die (soziale) Umgebung. Die bi-direktionalen Pfeile deuten die Wechselseitigkeit (wechselseitige Beeinflussung) aller Beziehungen an.

Der Begriff „Formung“ bezeichnet dabei den ganzen Lebenszyklus und das ganze Repertoire der Beziehung und umfasst deren Entstehen, Bildung, In-Beziehung-Sein, Erhaltung, Entfaltung und potenzielle Auflösung. Wenngleich das Beziehungsgefüge unter günstigen Bedingungen in Richtung Entfaltung strebt, kann es (oder einzelne Beziehungspartner) aus Gründen wie Bedrohung, Angst, Unsicherheit, Schutz, Abwehr

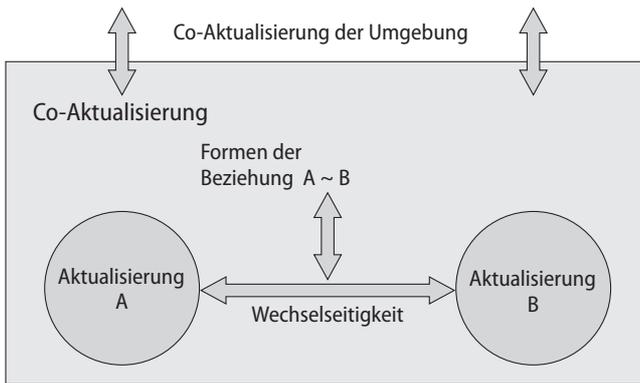


Abb. 1: Aktualisierung und Co-Aktualisierung durch Wechselseitigkeit in der Beziehung (Motschnig & Nykl, 2009, S. 131)

geneigt sein, sich lediglich zu erhalten. Dies bindet Energieressourcen und tendiert dazu, die Weiterentwicklung des Beziehungsgefüges zu bremsen, was auf alle Beziehungspartner und auch die Umgebung ausstrahlen kann. Der letzte Schritt der „Formung“, die Auflösung, kann verschiedene Ursachen haben wie Trennung, Tod oder Auseinanderleben. Erfolgt die Auflösung im Einverständnis der Beziehungspartner, kann dies als letzte gemeinsame Aktualisierung gesehen werden und die in der Beziehung gebundene Energie kann nach und nach für weitere (Co-)Aktualisierungen freigesetzt werden. Leben sich zum Beispiel Beziehungspartner auseinander oder scheidet ein Partner durch Ableben aus der Beziehung aus, so kann dies verschiedenen Faktoren zugeschrieben werden, u. a. der Tendenz zu Zerfall, die als Gegenspieler zur Formativen Tendenz angenommen wird. Wenn eine Beziehung aufgrund innerer oder äußerer Umstände nicht (mehr) zur gemeinsamen Aktualisierung beider/aller Partner beiträgt, kann die Richtung der Aktualisierungstendenz (eines oder mehrerer Partner) in Konflikt mit der Richtung der Co-Aktualisierungstendenz im Beziehungsgefüge kommen. Dieser Richtungskonflikt ähnelt strukturell jenem zwischen Aktualisierungs- und Selbstaktualisierungstendenz (Rogers, 1959/1991) und kann Reorganisationsprozesse anstoßen.

Aus einer Systemsicht erfolgt die Aktualisierung der Beziehungspartner in einer dynamischen Beziehung zum Prozess der Co-Aktualisierung, der neben den Beziehungspartnern auch eine sich formende Beziehung umfasst. Das Konstrukt der Co-Aktualisierung expliziert folgende Aspekte:

- den *reziproken Einfluss* zwischen einer sich formenden Beziehung (A ~ B) und zwei (oder mehr) sich *aktualisierenden Personen* (A, B), die in Beziehung sind (in Abb. 1 die beidseitigen Pfeile innerhalb des Systems)
- die *emergierende, sich formende Beziehung* (A ~ B), mit ihren selbst-organisierenden und sich entfaltenden Merkmalen
- die *Umgebung*, die transitiv das offene Beziehungssystem beeinflusst und potenziell davon auch beeinflusst wird. Die dynamische, wechselseitige Beeinflussung wird in Abb. 1

durch beidseitige Pfeile zwischen Beziehungssystem und Umgebung angedeutet.

Wegen vielfachen Verursachern unseres Verhaltens ist auch Co-Aktualisierung nur ein möglicher Weg, der unter geeigneten Bedingungen eingeschlagen wird, jedoch keine Garantie dafür, dass dieser Weg gewählt wird. Auch soll betont werden, dass sich Beziehungen nicht linear oder gleichmäßig und stetig entfalten, so dass eine co-aktualisierende Qualität erreicht werden, diese jedoch vereinzelt durch andere Einflüsse oder Krisen überlagert werden kann. Wenn Co-Aktualisierung vordergründig erfahren wird, dann fühlen sich die Partner durch ihre Beziehung bereichert. Sie manifestiert sich in ihren Gedanken und Gefühlen, ein „Wir“, das sie als etwas empfinden, das Energie, Spaß und ein „gewisses Etwas“ besitzt, das über ihre eigenen Fähigkeiten und Kompetenzen hinausgeht und sie ergänzt. Die Partner neigen dazu, das Da-Sein des/der anderen wie auch das eigene Da-Sein zu schätzen, fühlen sich wohl, verbunden und zugleich ungezwungen und offen, und spürbar motiviert, gemeinsam oder alleine weitere Schritte zu unternehmen und sich auszutauschen. Wenn keines dieser Merkmale zutrifft, dann handelt es sich um keine co-aktualisierende Beziehung. Faktoren, die der Co-Aktualisierung entgegenwirken, sind zum Beispiel Bewertungsbedingungen im Selbst der Partner, Rivalität, Dominanzbedürfnisse, entwertende Kommunikation, äußere Gefahren, hinderliche Umgebungseinflüsse und, im Allgemeinen, ein Mangel an „Faktoren“ wie Zeit, Vertrauen, Engagement, Kongruenz, Bedingungslosigkeit, Beachtung und empathischem Verstehen (Motschnig-Pitrik & Barrett-Lennard, 2010).

Der Klarheit halber führe ich aus, dass die Richtung des gemeinsamen, wechselseitig bedingten Wachstums in co-aktualisierenden Beziehungen weder impliziert, dass beide/alle Partner linear wachsen, noch nahelegt, dass beide/alle sich in gleichem Ausmaß fortentwickeln. Die Entfaltung wird nämlich von zahlreichen Faktoren beeinflusst, wie (u. a.) den persönlichen Ressourcen, die jede/r in die Beziehung einbringt, der Art der Beziehung – komplementär oder symmetrisch – der Wirkung der Umgebung etc. Gerade in komplementären Beziehungen wird die Entfaltung der Klienten, Lernenden, Kinder, Gruppenteilnehmer im Vordergrund stehen, jedoch kommt der Entfaltung der Berater, Therapeuten, Lehrenden, Eltern, Facilitatoren – wie in einer realen Beziehung – ebenso ein wichtiger Stellenwert zu. Dies neigt in der Praxis dazu, zu markant erhöhtem, förderlichem Engagement dieser Personengruppe zu führen, das auf alle Beteiligten auszustrahlen vermag (Rogers, 1961, p. 305; Rogers, 1970/1984; Motschnig-Pitrik, 2006).

Zum Abschluss dieses Abschnitts noch ein kurzer Exkurs in die Neurowissenschaft: Ich blende hier ein, dass die Natur höhere Lebewesen, insbesondere Menschen, mit Spiegelneuronen

ausstattet. Diese tragen dazu bei, dass *Aspekte* der inneren Welt einer anderen in Kontakt befindlichen Person in uns nachempfunden werden können. Dies kann als eine essenzielle Unterstützung von *wechselseitigem* Verstehen und als Ausdruck der Co-Aktualisierungstendenz angesehen werden. Dieser Aspekt wird zum Beispiel von Lux (2007), Motschnig-Pitrik & Barrett-Lennard (2010) und Silani, Zucconi & Lamm (2013) näher ausgeführt und belegt.

2.4 *Integration der Hypothese der Co-Aktualisierungstendenz in die Theorien des PZA*

Rogers (1980) postulierte zwei richtungsweisende Tendenzen, die entlang einer Taxonomie (vgl. Abbildung 2) so angeordnet sind, dass die Aktualisierungstendenz – die lebenden Organismen innewohnt und das Substrat für jede Art von Motivation bietet – ein Spezialfall der Formativen Tendenz ist, die im gesamten Universum wirkt (daher auch auf der Ebene von Organismen und jener von Beziehungen). Die Frage, die sich nun stellt, ist, wo in dieser Taxonomie die Co-Aktualisierungstendenz angeordnet werden kann. Anders als im früheren Beitrag mit Barrett-Lennard (2010), wo wir die Co-Aktualisierungstendenz auf einer Ebene zwischen der Formativen und der Aktualisierungstendenz angeordnet hatten, schlage ich vor, die Co-Aktualisierungstendenz ebenso als einen Spezialfall der Formativen Tendenz anzuordnen, jedoch nicht als der Aktualisierungstendenz übergeordnet. Dies deswegen, da zwischenmenschliche Beziehungen nicht etwas sind, das allgemeiner ist als Menschen, sondern soziale Prozesse, die eine andere Ordnung und Qualität besitzen.

Die andere Ordnung der zwischenmenschlichen Beziehung rührt daher, dass durch eine Beziehung mindestens zwei Menschen verbunden sind. Die Prozesse, die zwischen ihnen ablaufen, können oft expliziter ausgedrückt und von der Umgebung wahrgenommen werden, als interne Prozesse, die nur in einem Menschen ablaufen. Zum Beispiel können zwei Co-Facilitatoren in einer Gruppensitzung einander wunderbar ergänzen oder auch gegeneinander arbeiten. Deren Interaktion und gemeinsames Repertoire an Handlungen kann explizit auf eine Gruppe ausstrahlen, was eine einzige Person in dieser Form nicht erreicht. Die andere Qualität zeigt sich zum Beispiel darin, dass ich zwar an einen Organismus gebunden bin, jedoch verschiedene Beziehungen eingehen, mitformen kann. Die Beziehungen sind flexibler und dauern oft auch kürzer an, als der Organismus besteht. Sie sind wesentlich daran beteiligt, dass sich die Selbststruktur einer Person dynamisch formen kann (Rogers, 1951/1983, S. 430).

Jetzt bleibt noch offen, in welchem strukturellen Zusammenhang die Co-Aktualisierungstendenz zur Aktualisierungstendenz steht. Interessanterweise kann aus Rogers' Theorien

gefolgert werden, dass die Co-Aktualisierungstendenz ein Aspekt oder eine Subtendenz der Aktualisierungstendenz ist. Dies folgt zum Beispiel aus Rogers' Aussage, dass „die Selbstaktualisierung des Organismus in Richtung von Sozialisierung zu sein scheint“ (Rogers, 1951/1983, S. 422). Auch erfordert das Formen der Selbststruktur nach These IX die Interaktion mit anderen (Rogers, 1951/1983, S. 430). Aus diesen Gründen verbinde ich in Abbildung 2 die Co-Aktualisierungs- mit der Aktualisierungstendenz durch eine Verbindung im Sinne von „ist Aspekt von“. Dieser Zusammenhang folgt auch aus der Definition der Co-Aktualisierungstendenz: Es gibt keine Co-Aktualisierung ohne die Aktualisierung der einzelnen Personen, die in dieser Beziehung sind und sowohl wechselseitig voneinander als auch durch die Beziehungserfahrung selbst beeinflusst werden. Maureen O'Hara schrieb zum Kontext von Gruppen: „Besonders spannend war die Beobachtung, die immer wieder von Gruppenmitgliedern bestätigt wurde, dass in einer integralen Gruppe die Souveränität und das Bewusstsein von Personen nicht verloren oder der Gruppenaufgabe untertan ist, sondern sich an ihr ausrichtet.“ (2003, p. 74, Übersetzung R. M.).

Das Formen zwischenmenschlicher Beziehungen ist etwas Natürliches und wird durch biologische Ressourcen aktiviert. Die Erweiterung durch Co-Aktualisierung betrifft den gesamten Organismus, also auch das Selbst. Rogers (1951/1983) selbst nahm an, dass die Struktur des Selbst als Resultat der Interaktion mit der Umwelt und insbesondere mit anderen geformt wird. Letzteres leite ich daraus ab, dass Beziehungen sowohl in unserem Bewusstsein als auch darunter, tief in unseren Organismen, wirken können. Zum Beispiel kann mich eine Person so beeinflussen, dass ich, ohne mir (zunächst) dessen bewusst zu sein, Einstellungen, Körpersprache, Klang der Stimme, Verhalten etc. ändere. Auch der Ausdruck oder Nicht-Ausdruck von Gefühlen neigt dazu, „ansteckend“ zu sein. Das ist konsistent mit Rogers' Aussage, dass seine [Rogers'] Gegenwart alleine bereits heilende Effekte haben kann.³

Bereits eine rasche Betrachtung von Abbildung 2 bringt die Verbundenheit der Konzepte und weitgehende Symmetrie zum Vorschein. Was lässt sich daraus schließen? Tatsächlich deuten die symmetrischen Verbindungen zwischen Aktualisierungs- und Selbstaktualisierungstendenz einerseits und Aktualisierungs- und Co-Aktualisierungstendenz andererseits darauf hin, dass beim menschlichen Organismus (unterer Teil der Abbildung 2) eine wechselseitige Beeinflussung, ein Fließen zwischen Selbst, Organismus und Beziehungsgefüge stattfindet. Jede Unterbrechung, jeder Eingriff in eine der „Instanzen“ kann

³ „When I am at my best, [...] then simply my presence is releasing and helpful to the other. [...] Our relationship transcends itself and becomes a part of something larger. Profound growth and healing and energy are present.“ (Rogers, 1980, p. 127).

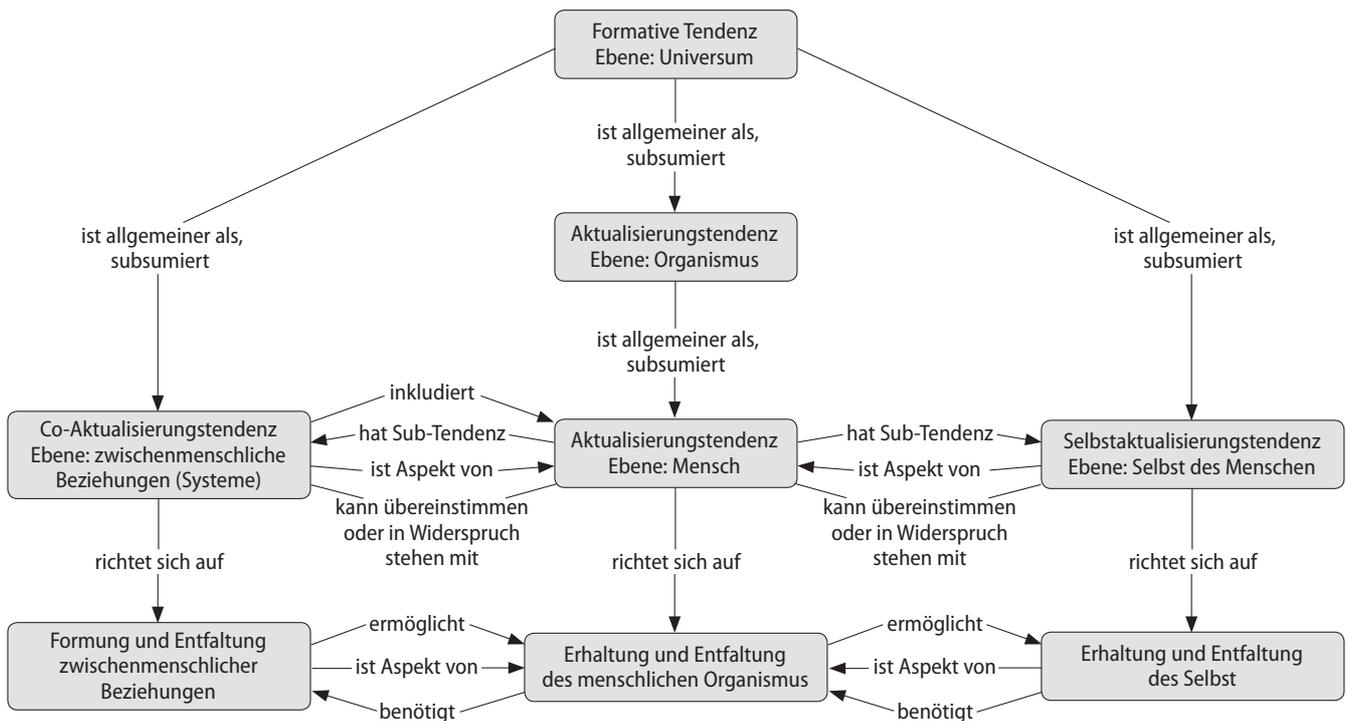


Abb. 2: Beziehungen zwischen der Formativen Tendenz, der Aktualisierungs- und Co-Aktualisierungstendenz sowie der Tendenz zur Aktualisierung des Selbst

sich auf das gesamte System auswirken, ähnlich wie Rogers (1959/1991) dies bei Änderungen im Selbst beschrieb. Ohne hier weiter ins Detail gehen zu können, deutet die Symmetrie in Abb. 2 auf die Interdependenz zwischen Beziehungen innerhalb des Organismus und die Beziehungen zwischen Organismen hin. Innere Pluralität (Barrett-Lennard, 2013) wäre ein Abbild von äußerer Pluralität und Beziehungserfahrung und vice versa.

2.5 Zielrichtung der Co-Aktualisierungstendenz

Die Co-Aktualisierungstendenz ist also auf menschliche Aktualisierung im Rahmen der Formung zwischenmenschlicher Beziehungen ausgerichtet. Aber in welche Entwicklungsrichtung tendieren Beziehungsgefüge (inklusive der Beziehungspartner), sich selbst-organisiert zu entwickeln? Ich vermute, dass (u. a.) folgende Merkmale die Richtung der Erhaltung (dynamisches Gleichgewicht) und Erweiterung (inklusive Reorganisation) des zwischenmenschlichen Beziehungssystems charakterisieren:

- Entwicklung zu Interdependenz der Beziehungspartner und weg von Kontrolle durch die jeweils andere Person oder durch externe Kräfte (Heteronomie)
- Wechselseitigkeit (Reziprozität) (Rogers, 1980)
- Differenzierung von Sichtweisen, Aufgaben und Funktionen (z. B. in der Arbeitswelt), dennoch Erhalt der persönlichen Identität über verschiedene Kontexte hinweg (Barrett-Lennard, 2013)

- Vergrößerung der Effektivität und Reichweite durch die achtsame Verwendung von „sozialen Werkzeugen“ (wie Sprache, Schrift, Kodierungsschemata, Modelle, Transportmittel, Übertragungssysteme, Internet) für Kommunikation, Kooperation und Koordinierung (Motschnig-Pitrik, 2005)
- Erweiterung durch soziale Konstruktion, Weitergabe und kollektive, soziale Kreativität und kollaboratives Formen von Gemeinschaften wie auch „Produkten“
- Wechselseitige, dynamische Verbindung des Persönlichen mit dem Zwischenmenschlichen
- Leben mit größtmöglicher Beachtung der Umwelt, wenn die Beziehungspartner frei von Abwehrverhalten und ausreichend offen für ihre eigene Erfahrung, für die Erfahrung des/der anderen und jene der Umgebung sind.

Wenngleich jedes dieser Merkmale einer Beschreibung bedürfte, führe ich aus Platzgründen lediglich die Interdependenz und Wechselseitigkeit näher aus. In anderen Worten ausgedrückt bilden sie die Basis der Verbindung zwischen Menschen, die miteinander in psychologischem Kontakt stehen. Eine essenzielle Wesenheit oder Gesetzmäßigkeit dieser Verbindung erfasste Rogers in seiner Theorie der zwischenmenschlichen Beziehungen, die er wie folgt zusammenfasste (1959/1991, S. 64):

„Vorausgesetzt es besteht ein minimaler gegenseitiger Wunsch nach Kontakt und Kommunikation, dann können wir sagen: Je größer die kommunizierte Kongruenz zwischen

Erfahrung, Gewährsein und Verhalten bei einem der Individuen, umso mehr wird die sich entwickelnde Beziehung die Tendenz wechselseitiger Kommunikation mit den gleichen Qualitäten beinhalten, nämlich des gegenseitigen korrekten Verstehens der Kommunikation, der verbesserten psychischen Ausgeglichenheit und Handlungsfähigkeit auf beiden Seiten und der wechselseitigen Befriedigung durch diese Beziehung.“

Maureen O'Hara beschrieb eine weiterführende Gesetzmäßigkeit im Kontext von Gruppenprozessen (2003, p. 74):

„Wenn Gruppen es schaffen, die notwendigen Voraussetzungen dafür zu bieten, dass jedes Mitglied vollkommen präsent für sich selbst und für andere wird, emergiert daraus die Kapazität der Gruppe, sich selbst zu organisieren [...]. In dieser Phase kann die Gruppe zu außergewöhnlich kreativen, verantwortungsvollen, weisen gemeinsamen Handlungen fähig sein, die bei Weitem die Möglichkeiten jeder einzelnen Person der Gruppe übertreffen.“ (Übersetzung R. M.).

Eine vielleicht ähnlich bedingte Erfahrung machte ich kürzlich beim Schreiben eines Buches in einem *Projektteam* von 12 Personen (iCom-Team, 2014) zum Abschluss des 3-jährigen EU-Projektes iCom (International constructive Communication in the context of ICT, www.icomproject.eu). Das Team entwickelte eine gemeinsame Vision, trug Fallbeispiele, Perspektiven, Einsichten, Reflexionsfragen etc. zusammen und kommunizierte intensiv (präsent wie auch online) zur Abstimmung der Ideen und Texte. Ich meine, eine vergleichbare Reichhaltigkeit an Erfahrung und gesamter Botschaft hätte keine Einzelperson des Teams zustande gebracht.

2.6 Prozess in co-aktualisierenden Beziehungen

Wenngleich Menschen, die füreinander Sympathie empfinden, sehr rasch in eine co-aktualisierende Beziehung „rutschen“ können, benötigt es häufig Energie und Aufwand („Beziehungsarbeit“), die Potenziale der Partner aufeinander abzustimmen und gute Wege der Zusammenarbeit und Differenzierung zu finden. Die Co-Aktualisierungstendenz wird in diesen Fällen schrittweise bemerkbar. Auch das wechselseitige Verstehen muss/kann sich im realen Leben erst entwickeln. Zum Beispiel merken Studierende häufig in der Reflexion nach einer Übung zu aktivem Zuhören an, dass es einfacher sei, jemanden zu verstehen, den/die man bereits kennt oder mit dem/der man gemeinsame Interessen teilt, als eine völlig unbekannte Person (Motschnig & Nykl, 2009, S. 116 f.).

Gruppen- oder Teamprozesse bieten einen Hinweis darauf, dass die Co-Aktualisierungstendenz operational ist und für die Entfaltung der Prozesse im Beziehungsgefüge Zeit benötigt wird

(Rogers, 1970/1984; Bohm, 1996). Ungeachtet der spezifischen Art der Gruppe, mag es sich um eine Dialoggruppe (Bohm, 1996), eine personenzentrierte Encountergruppe (Rogers, 1979/1984), eine Arbeitsgruppe etc. handeln, finden die „produktiven“ oder ausgereiften Phasen der Gruppenprozesse jeweils erst nach Phasen statt, die das Formen der Gruppe einleiten, wie Höflichkeit/Vorsicht, Chaos/Ungeordnetheit, Konflikt/Ausrichtung etc. (zur Team- bzw. Gruppenentwicklung vgl. Tuckman, 1965). Interessanterweise sind jedoch die ausgereiften Phasen niemals statisch, die Gruppe fällt gelegentlich in frühere Phasen zurück und entwickelt sich dann wieder weiter, als würde sie dynamisch eine Art Spirale durchlaufen. Dies kann als weiterer Nachweis für die Nicht-Linearität der immanenten Vorwärts-Bewegung in Beziehungsgefügen gesehen werden, wie auch die Aktualisierung einzelner Organismen als nicht-linear, in Sprüngen fortschreitend angenommen wird (Rogers, 1959/1991). Ebenfalls in Übereinstimmung mit der Aktualisierungstendenz, deren Ausdruck durch ein personenzentriertes Klima unterstützt wird, begünstigt ein solches Klima auch Co-Aktualisierungsprozesse in Richtung einer konstruktiven Gruppenentwicklung und Persönlichkeitsentfaltung in Gruppen (Rogers, 1970/1984). Nichtsdestoweniger ist bekannt, dass neben den personenzentrierten Haltungen weitere zwischenmenschliche Faktoren Gruppenprozesse förderlich (oder hinderlich) beeinflussen können, wie z. B. in Rogers (1970/1984), Wood (2008), Cornelius-White et al. (2013b) und im nächsten Abschnitt ausgeführt wird.

Ein weiteres Charakteristikum der Co-Aktualisierungstendenz ist, dass Beziehungsprozesse in Begegnungsmomenten gipfeln können. In seinem Dialog mit Martin Buber (Anderson & Cissna, 1997, p. 62) charakterisierte Rogers derartige Augenblicke als solche, in denen er fähig ist, die andere Person, so wie sie im Moment ist, wahrzunehmen, und sie fühlt sich wirklich von ihm verstanden und angenommen. Rogers meint, dies sei das, was wechselseitig ist und was zu Änderungen führt. Rogers schreibt also wesentlichen Momenten im Persönlichkeitswachstum eine Qualität der Wechselseitigkeit zu, woraus ich einen weiteren Hinweis auf die Co-Aktualisierungstendenz als Aspekt der Aktualisierungstendenz ableite. Die kurzfristigen, wiederkehrend tiefen Begegnungsmomente (z. B. Nykl, 2005, S. 26) erachte ich als typische Merkmale einer längerfristig co-aktualisierenden Beziehung.

Eine Frage stellt sich noch: Kann der Prozess der Co-Aktualisierung auch bei einer Konfrontation erfolgen (Motschnig & Nykl, 2009)? Wie der Gruppenprozess zeigt (Rogers, 1970/1984), ist die Konfrontation ein „natürlicher“ Begleiter der Ausrichtungsprozesse und kann bedeutend zum Lernen oder Wachsen in Beziehung beitragen, wenn die Basis der wechselseitigen Wertschätzung des/der anderen gewahrt bleibt.

Zusammenfassend betrachtet, bedeutet die „Innensicht“ der Co-Aktualisierung die gemeinsame, wechselseitig bedingte

Aktualisierung zweier oder mehrerer Personen und deren erlebter Beziehung. Die „Außensicht“ – also wie die Beziehungspartner miteinander umgehen, wie sie zueinander stehen, wie sie mit- und übereinander sprechen – strahlt, längerfristig gesehen, eine verbesserte Beziehung zwischen diesen Menschen aus. Diese Beziehung lebt spürbar in jedem der Partner fort. Von außen kann sie unmittelbar durch andere wahrgenommen werden und deren Beziehungen beeinflussen.

3. Wie können wir eine Beziehung leben, welche die Entfaltung der Beziehungspartner wie auch deren Beziehung unterstützt?

Nachdem die Co-Aktualisierungstendenz definiert und durch bestätigende Phänomene belegt wurde, stellt sich die Frage, wie denn die selbst-organisierten Co-Aktualisierungsprozesse in einem Beziehungsgefüge gefördert werden können. Da die Co-Aktualisierungstendenz als ein Aspekt der Aktualisierungstendenz angenommen wurde, sollten Bedingungen – insbesondere personenzentrierte Haltungen –, welche die Aktualisierungsprozesse in Beziehungspartnern fördern, auch die komplexeren Co-Aktualisierungsprozesse im Beziehungsgefüge unterstützen oder zumindest nicht behindern. Dennoch bleibt die Frage offen: „Gibt es im zwischenmenschlichen Bereich etwas, das über diese Bedingungen hinausgehend die Co-Aktualisierungsprozesse im Beziehungsgefüge, dem die Formative Tendenz innewohnt, fördert und übergreifend über ‚Anwendungsbereiche‘ wie Beratung, Psychotherapie, Bildung, Management oder Partnerschaft gilt?“

Basierend auf zahlreichen Beiträgen und Gesprächen mit Wissenschaftlern wie Goff Barrett-Lennard, Ladislav Nykl, Jürgen Kriz und Maureen O’Hara, eigenen Erfahrungen und anfänglicher empirischer Forschung zu den Effekten personenzentrierter Encountergruppen und Lehrveranstaltungen (Motschnig-Pitrik, 2006; 2008a; 2013) schlage ich als ansatzweise Annäherung an eine Antwort auf die obige Fragestellung Folgendes vor:

- Jeder Partner, jede Partnerin in der Beziehung kommuniziert die *personenzentrierten Haltungen* so, dass der andere bzw. die anderen Partner sie zumindest zu einem gewissen Grad, jedoch möglichst zu einem hohen Grad wahrnehmen können (vgl. auch Rogers, 1959/1991; Nykl, 2005, S. 23 f.). Diese Bedingung unterstützt allenfalls die entfaltende Richtung der Aktualisierungstendenz in jedem Beziehungspartner.
- Die Partner *unterstützen aktiv das wechselseitige Erfahren* der personenzentrierten Haltungen sowie
 - das Gefühl, *vielseitig und umfassend verstanden zu werden*, als eine Erweiterung des empathischen Verstehens und eine Folge des *transparenten Sich-Mitteilens*

- das Gefühl, eingebunden, einbezogen, inkludiert zu werden, als Erweiterung der unbedingten positiven Beachtung.
- Die Partner *richten sich aneinander aus* oder *arbeiten in einem sehr allgemeinen Sinn oder an einem Aspekt zusammen*, den sie gemeinsam verfolgen oder haben. Dies erfolgt nebenläufig zum Prozess der Entfaltung oder Erhaltung ihrer *originären* organismischen, mentalen und anderen Ressourcen.

Daraus folgt, dass die Beziehungspartner:

- möglichst *offen* sowohl für ihre eigene Erfahrung als auch für die Erfahrung des oder der anderen sind und dabei *Erfahrung als Erkenntnisquelle* schätzen und angemessen fördern → **Offenheit für eigene Erfahrung und die Erfahrung anderer**
- *aktives und ehrliches Interesse* für die andere/n Person/en und die Beziehung empfinden. Dies zeigt sich dadurch, dass Ideen, Meinungen, Gefühle, Ziele, Aufgaben, Reaktionen, soweit transparent, ausgetauscht werden (durch Zuhören und Mitteilen), wann immer es für angemessen erachtet wird → **Sharing**
- die Botschaften des/der anderen so gut und umfassend wie möglich verstehen wollen und sich selbst so mitteilen, dass sie den/die andere/n so gut wie möglich darin unterstützen, sie zu verstehen → **umfassendes Verstehen**
- dazu neigen, in der Beziehung *Transparenz, Kooperation und freundschaftlichen Wettbewerb* einer destruktiven Rivalität, Verstellung oder Ignoranz vorzuziehen → **kooperative Grundhaltung**
- den/die andere/n Partner nicht bevormunden, sondern dynamisch und stimmig ihre jeweiligen Bedürfnisse nach *Autonomie* und *zwischenmenschlicher Verbundenheit, Zugehörigkeit und Nähe* ausbalancieren → **Zugehörigkeit und Autonomie**
- negativen Stress möglichst reduzieren und zugunsten kreativer Spannung transformieren. Das kann geschehen, wenn Autonomie und Selbstakzeptanz realisiert werden, bei gleichzeitiger Beachtung des bzw. der anderen und der Umgebung → **Stressreduktion und Beachtung**
- sich *eigener Bedürfnisse* achtsam bewusst sind, wie auch der *Tendenz der Beziehung*, ein größeres, komplexeres, dynamisch geordnetes Ganzes anzustreben und beide/alle Partner so zu verbinden, dass sie sich wechselseitig beeinflussen und ihre Beziehung auch auf die *Außenwelt* ausstrahlt, und Signale oder Botschaften potenziell empfangen werden können → **Organismus als Teil eines größeren Ganzen – Interdependenz**
- sich bewusst sind, dass ihre jeweiligen Ziele, Wege, Meinungen, Aktionen *in Widerspruch zueinander geraten* können und dies zu Spannungen führt. Wenn es ihnen gelingt,

Probleme gemeinsam zu erkennen, anzupacken und abgestimmt zu bearbeiten, kann dies sogar ihre Beziehung stärken oder zu Transformationen/Reorganisationen führen, die es beiden/allen ermöglichen, sich weiterzuentwickeln
→ **Spannungen anerkennen und nutzen**

- die Weiterentwicklung des/der anderen, ihrer selbst und der Beziehung fördern, indem sie auch den/die *andere/n einbeziehen* und möglichst allen *Gelegenheiten* und Raum bieten, auf ihre Art präsent zu sein und dazu beizutragen, förderlich und/oder kooperativ zu sein, und dabei Wertschätzung (durch sich selbst und/oder andere) zu erfahren und auszudrücken. Einige Szenarien, Erfahrungen und Studien dazu im Kontext des Lehrens/Lernens sind in Motschnig-Pitrik (2006; 2008) sowie Motschnig & Nykl (2009) erfasst. Sie motivieren mich, Studierende intensiv in Lehr-/Lernprozesse einzubeziehen, um gemeinsames signifikantes Lernen aller Beteiligten in einem lebendigen sozialen Gefüge zu ermöglichen → **Inklusion/Beteiligung mit Wertschätzung**

Meines Erachtens stellt ein ausgewogenes Verhältnis der personenzentrierten Haltungen das wichtigste Fundament für Co-Aktualisierungsprozesse dar, ähnlich, wie dies für die Persönlichkeitsentwicklung gilt. Fehlt auch nur eine dieser Haltungen nachhaltig, mangelt es dem Beziehungsgefüge an einer essenziellen Qualität oder Dimension und die Entwicklung wird spürbar gebremst. Als „Aufbau“ auf personenzentrierte Haltungen erachte ich weiterführende Kompetenzen als hilfreich, vor allem zur Unterstützung des Ausdrucks der Co-Aktualisierungstendenz in Gruppen und Teams (iCom-Team, 2014). Dazu zählen zum Beispiel die Fähigkeit, sowohl einzelne Mitglieder als auch die ganze Gruppe zu beachten und zu inkludieren, Moderationskompetenz und Dialogkompetenz im Sinne des Dialogs nach David Bohm (Bohm, 1996; O'Hara, 2003).

4. Zusammenfassung und offene Fragen

In diesem Beitrag schlage ich vor, die Tendenz, in zwischenmenschlichen Beziehungen zu sein, zu wachsen und zu deren Erhaltung und Entfaltung beizutragen, als Co-Aktualisierungstendenz zu bezeichnen. Unter der Annahme dieser Tendenz weisen zwischenmenschliche Beziehungsgefüge eine selbst-organisierende, „co-aktualisierende“ Richtung und emergente Eigenschaften und Dynamiken auf. Zugleich können die Beziehungspartner wie auch die (soziale) Umgebung die im Beziehungsgefüge innewohnenden Co-Aktualisierungsprozesse fördern oder hemmen.

Als Hemmfaktoren der Co-Aktualisierungsprozesse gelten zum Beispiel Einflüsse, die der Richtung der Aktualisierungs- oder Formativen Tendenz entgegenwirken, wie Fremd-

bestimmung, Missachtung, Missverstehen, Bedrohung, Klima der Angst und Bevormundung, Erschweren des Formens oder Zerschlagen des Beziehungsgefüges etc. Zur Förderung werden personenzentrierte Haltungen und ihr aktiver Ausdruck als fundamental erachtet und als Basis für weiterführende zwischenmenschliche Einstellungen und Kompetenzen angenommen, wie zum Beispiel eine kooperative Grundhaltung, das Bestreben, andere einzubeziehen und umfassend zu verstehen, Dialogkompetenz etc. Nichtsdestoweniger kann bereits die persönliche Anwesenheit einer positiv zugewandten Person die Entwicklung der Beziehung fördern (Rogers, 1961/1985). Vermutlich leitet sich der hohe Wert von Präsenz – man beachte das „Loch“, das entsteht, wenn jemand eine Gruppe/Beziehung verlässt – gerade daraus ab, dass Präsenz die Entstehung und Vertiefung von Kontakt, Beziehung, Gefühl, Erkenntnis fördert.

Warum setzen sich jedoch Co-Aktualisierungsprozesse nicht in weitaus mehr Beziehungsgefügen durch? Meine Vermutung ist, dass wir zwar mit den notwendigen (psychologischen, physiologischen, biologischen etc.) Dispositionen für Co-Aktualisierung von Natur aus ausgestattet sind, es jedoch einer gewissen Basiserfahrung bedarf, Co-Aktualisierungsprozesse bewusst wahrzunehmen und zu fördern. Diese Erfahrung benötigt Aufwand, der häufig zunächst in die Beziehung fließen muss, ehe er spürbar positiv zurückkommt oder auch in andere Kanäle fließen kann. Wenn man also zu früh aufhört oder die Situation keinen (unmittelbaren) Rückfluss ermöglicht, kann sich die selbst-organisierte Dynamik der Co-Aktualisierung nicht einspielen. Wenn wir jedoch bereit sind, die nötigen Erfahrungen zu assimilieren und entsprechende Einstellungen und Kompetenzen aufzubauen, dann, meine ich, befindet sich die PCA-community in den ersten Reihen, die Wege oder Kanäle der Co-Aktualisierungstendenz in diversesten Kontexten freizulegen.

Folgende Mitteilung von Carl Rogers, die mich besonders bewegt (1961, p. 51), möge obige Überlegungen „beleben“:

„Now, acceptantly to be what I am, in this sense, and to permit this to show through to the other person, is the most difficult task I know and one I never fully achieve. But to realize that this is my task has been most rewarding because it has helped me to find what has gone wrong with interpersonal relationships which have become snarled and to put them on a constructive track again. It has meant that if I am to facilitate the personal growth of others in relation to me, then I must grow, and while this is often painful it is also enriching.“⁴

⁴ Ich bevorzuge hier die englische Version, da die Bezüge in der deutschen Übersetzung mehrdeutig sind.

Die Annahme der Co-Aktualisierungstendenz kann zu einem engagierteren, offeneren, kreativeren, kooperativen, verständnisvollen und weniger einseitig urteilenden, belehrenden und bevormundenden Mit- und Nebeneinander führen, was sich zu einer übergreifenden Einstellung entwickeln kann. Theoretisch und zwischenmenschlich eröffnet die Annahme auch einen umfassenderen Betrachtungsradius auf Phänomene wie Präsenz, Verursachung, organismische Bewertung, Offenheit für Erfahrung, Ort der Bewertung, Verstehen, Inklusion und personenzentrierte Arbeit. Diese erachte ich für Bereiche wie Teamentwicklung (iCom-Team, 2014), Management (Ryback & Motschnig-Pitrik, 2013; Senge, 2006), Kommunikation, Encountergruppen (Rogers, 1970/1984; Motschnig & Nykl, 2009) und Partnerschaft (Rogers, 1972/1992) als besonders wertvoll.

Aber dieser Beitrag wirft auch Fragen auf, wie:

- Welche sind die minimalen bzw. optimalen Bedingungen für gemeinsames, wechselseitig bedingtes Wachsen in einer Beziehung? Welche Faktoren genau behindern Co-Aktualisierungsprozesse und wie können sie überwunden werden?
- Wie drückt sich die Co-Aktualisierungstendenz speziell in bestimmten Anwendungsbereichen (wie Partnerschaft, Bildung, Management) und Kulturmerkmalen (individualistisch, kollektivistisch etc.) aus? Wie verträgt sie sich mit spirituellen und religiösen Geisteshaltungen?
- Wie kann Dialogkompetenz aufgebaut und speziell aus der personenzentrierten Tradition heraus entwickelt werden?

Allenfalls bietet der PZA die fundamentale, empirisch und phänomenologisch gesicherte Basis für Co-Aktualisierung. Letztere wird als die logische Fortsetzung von Theorien und „Anwendungen“ des PZA erachtet und ist besonders für die Entfaltung in und von Teams, Gruppen, Kohorten, Partnerschaften und Organisationen einflussreich. Es liegt an jedem und jeder Einzelnen, in diesen, häufig Kulturen transzendierenden, Bereichen präsent zu sein und zwischenmenschliche Entfaltung in personenzentrierter Atmosphäre zu fördern (Cornelius-White et al., 2013a; 2013b; Motschnig-Pitrik, Lux & Cornelius-White, 2013).

Danksagung:

Herzlicher Dank ergeht an Michael Lux, Gerhard Stumm und Monika Tuczai für ihre bedeutsamen Fragen und Kommentare zu früheren Versionen dieses Artikels.

Literatur

- Anderson, R. & Cissna, K. (1997). *The Martin Buber – Carl Rogers Dialogue. A new transcript with commentary*. New York: State University of New York Press.
- Barrett-Lennard, G. T. (1998). *Carl Rogers' helping system, journey and substance*. London: Sage.
- Barrett-Lennard, G. T. (2005). *Relationship at the centre. Healing in a troubled world*. London: Whurr/Wiley.
- Barrett-Lennard, G. T. (2013). *The relationship paradigm. Human being beyond individualism*. Houndmills: Palgrave Macmillan.
- Bohm, D. (1996). *On dialogue*. London: Routledge.
- Brodley, B. (1999). The actualizing tendency concept in client-centered theory. *The Person-Centered Journal*, 6(2), 100–120.
- Cooper, M. (2007) Developmental and Personality Theory. In M. Cooper, M. O'Hara, P.R. Schmid, & G. Wyatt (Eds.), *The Handbook of Person-Centred Psychotherapy and Counselling* (pp.77–92). Houndmills: Palgrave Macmillan.
- Cornelius-White, J.H.D. (2007). The Actualizing and Formative Tendencies: Prioritizing the motivational constructs of the Person-Centered Approach. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, 6(2), 129–140.
- Cornelius-White, J.H.D., Motschnig-Pitrik, R. & Lux, M. (2013a). *Interdisciplinary handbook of the Person-Centered Approach: Research and theory*. New York: Springer.
- Cornelius-White, J.H.D., Motschnig-Pitrik, R. & Lux, M. (2013b). *Interdisciplinary applications of the Person-Centered Approach*. New York: Springer.
- iCom Team (2014). *Constructive communication in international teams*. Münster: Waxmann.
- Kriz, J. (2008): *Self-Actualization: Person-Centred Approach and Systems Theory*. Ross-on-Wye: PCCS-Books.
- Lux, M. (2007). *Der Personenzentrierte Ansatz und die Neurowissenschaften*. München: Reinhardt.
- Motschnig, R. & Nykl, L. (2009). *Konstruktive Kommunikation*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Motschnig-Pitrik, R. (2005). Person-Centered e-Learning in Action: Can Technology help to manifest Person-centered Values in Academic Environments? *Journal of Humanistic Psychology*, 45(4), 503–530.
- Motschnig-Pitrik, R. (2006). Participatory Action Research on a Blended Learning Course on Project Management Soft Skills. *Proceedings of 36th Frontiers in Education Conference*, October 28–31, 2006, San Diego, CA: IEEE Press. Verfügbar unter: <http://fie-conference.org/fie2006/papers/1414.pdf>. [11. 6. 2014].
- Motschnig-Pitrik, R. (2008a). Can Person-Centered Encounter Groups Contribute to Improve Relationships and Learning in Academic Environments? In M. Behr & J.H.D. Cornelius-White (Eds.), *Facilitating Young People's Development: International perspectives on person-centred theory and practice* (pp.198–216). Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Motschnig-Pitrik, R. (2008b). Significant Learning Communities as environments for actualizing human potential. *International Journal of Knowledge and Learning*, 4(4), 383–397.
- Motschnig-Pitrik, R. (2013). Characteristics and effects of Person-Centered Technology Enhanced Learning. In J. H.D. Cornelius-White, R. Motschnig-Pitrik & M. Lux (Eds.), *Interdisciplinary applications of the Person-Centered Approach* (pp.125–131). New York: Springer.
- Motschnig-Pitrik, R. & Barrett-Lennard, G. T. (2010). Co-actualization: A new construct for understanding well-functioning relationships. *Journal of Humanistic Psychology*, 50(3), 374–398.
- Motschnig-Pitrik, R., & Figl, K. (2007). Developing Team Competence as Part of a Person Centered Learning Course on Communication and Soft Skills in Project Management. *Proceedings of 37th Frontiers in Education Conference (FIE)*. Milwaukee: IEEE.

- Motschnig-Pitrik, R., Lux, M. & Cornelius-White, J. H. D. (2013). The Person-Centered Approach, an emergent paradigm. In J. H. D. Cornelius-White, R. Motschnig-Pitrik & M. Lux (Eds.), *Interdisciplinary applications of the Person-Centered Approach* (pp. 235–252). New York: Springer.
- Nykl, L. (2005). *Beziehung im Mittelpunkt der Persönlichkeitsentwicklung*. Münster: LIT.
- O'Hara, M. (2003). Cultivating Consciousness Carl Rogers's Person-Centered group Process as transformational Andragogy. *Journal of Transformative Education*, 1(1), 64–79.
- Rogers, C. R. (1951/1983). *Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie*. Frankfurt/M.: Fischer (Orig. erschienen 1951: *Client-Centered Therapy*. Boston: Houghton Mifflin).
- Rogers, C. R. (1959/1991). *Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen*. 3. Aufl. Köln: GwG (Orig. erschienen 1959: A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A Study of a Science*. Vol. 3 (pp. 184–256). New York: McGraw-Hill).
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person. A therapist's view of psychotherapy*. London: Constable.
- Rogers, C. R. (1961/1985). *Entwicklung der Persönlichkeit*. 15. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta (Orig. erschienen 1961: *On becoming a person. A therapist's view of psychotherapy*. London: Constable).
- Rogers, C. R. (1970/1984). *Encountergruppen – Das Erlebnis der menschlichen Begegnung*. Frankfurt/M.: Fischer (Orig. erschienen 1970: *Carl Rogers on encounter groups*. New York: Harper and Row).
- Rogers, C. R. (1972/1992). *Partnerschule*. Frankfurt/M.: Fischer (Orig. erschienen 1972: *Becoming partners: Marriage and its alternatives*. New York: Dell Publishing).
- Rogers, C. R. (1980/1993). *Der neue Mensch*. 5. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta. (Umfassenderes Orig. erschienen 1980: *A way of being*. Boston: Houghton Mifflin).
- Rogers, C. R. (1983). *Freedom to Learn for the 80's*. Columbus: Charles E. Merrill (dt. Übersetzung 1984: *Freiheit und Engagement. Personenzentriertes Lehren und Lernen*. Frankfurt/M.: Fischer).
- Rogers, C. R. & Russell, D. E. (2002). *Carl Rogers. The quiet revolutionary. An oral history*. Roseville, California: Penmarine Books.
- Ryan, M. R., Lynch, M. F., Vansteenkiste, M. & Deci, E. L. (2011). Motivation and autonomy in counseling, psychotherapy, and behavior change: A look at theory and practice. *The Counseling Psychologist*, 39(2), 193–260.
- Ryback, D. & Motschnig-Pitrik, R. (2013). Successful Management with the Person-Centered Approach: Building the Bridge to Business. In J. H. D. Cornelius-White, R. Motschnig-Pitrik & M. Lux (Eds.), *Interdisciplinary applications of the person-centered approach* (pp. 151–176). New York: Springer.
- Schmid, P. F. (2002). Was ist personenzentriert? Zur Frage von Identität, Integrität, Integration und Abgrenzung. In C. Iseli, W. W. Keil, L. Korbei, N. Nemeskeri, S. Rasch-Owald, P. F. Schmid & P. G. Wacker (Hrsg.), *Identität, Begegnung, Kooperation. Person-/Klientenzentrierte Psychotherapie und Beratung an der Jahrhundertwende* (S. 219–256). Köln: GwG.
- Silani, G., Zucconi, A. & Lamm, C. (2013). Carl Rogers meets the neurosciences: Insights from Social Neuroscience for Client-Centered Therapy. In J. H. D. Cornelius-White, R. Motschnig-Pitrik & M. Lux (Eds.), *Interdisciplinary handbook of the Person-Centered Approach: Research and theory* (pp. 63–78). New York: Springer.
- Senge, P. M. (2006). *The fifth discipline. The art & practice of the learning organization*. New York: Doubleday.
- Tuckman, B. (1965). Developmental sequence in small groups. *Psychological Bulletin*, 63, 384–399.
- Wood, J. K. (2008). *Carl Rogers' person-centered approach: Toward an understanding of its implications*. Ross-on-Wye: PCCS-Books.