

Reflexionsbericht

Personzentrierte Psychotherapie im post-kommunistischen Rumänien¹

Florentina Palada & Georgeta Niculescu²
Bukarest, Rumänien

In diesem Beitrag beziehen wir uns auf persönliche Erfahrungen während des kommunistischen Regimes, darunter auf die Atmosphäre, die damals geherrscht hat, und wie diese mit unserer persönlichen und professionellen Entwicklung als Personzentrierte Psychotherapeutinnen zusammenhängt. Wir beschreiben die Anfänge, Entwicklung und aktuelle Lage der Personzentrierten Psychotherapie in Rumänien und nehmen dabei Bezug auf den sozialen, politischen und psychologischen Kontext, insbesondere auf die gesellschaftlichen Bewertungsbedingungen mit ihrem über viele Jahre währenden Einfluss auf die Selbstentwicklung und die Werte in der rumänischen Bevölkerung. Abschließend reflektieren wir die Herausforderungen einer personzentrierten psychotherapeutischen Ausbildung, die ja egalitäre Beziehungen fördert, jedoch mit der kollektiven Vorstellung konfrontiert ist, dass PsychotherapeutInnen dem medizinischen Modell entsprechend als Experten Lösungen für verschiedene Probleme anbieten.

Person-Centered Therapy in post-communist Romania. This article provides some personal experiences during the communist regime, regarding also the atmosphere during that period and how it is related with our personal and professional development as person-centered psychotherapists in a post-communist country. We describe how person-centered psychotherapy was introduced and developed in Romania in a social, political and psychological context, with particular conditions of worth of the society that were built during a long communist regime and influenced the development of the self and values of Romanian people. The implementation of PCP was a challenge because PCP proposes a therapist who offers a relationship of equality thereby opposing the background of collective imaginary that the therapist is an expert who offers solutions for various problems, like it is presumed in the medical model.

Der politische und psychosoziale Kontext Rumäniens unter kommunistischer Herrschaft

Die Ausgangslage ist, dass ein „Volk dieser Welt“ von einem *totalitären Regime* unterdrückt wurde. *„Die totalitären Bewegungen sind Massenorganisationen, die sich aus atomisierten und isolierten Individuen zusammensetzen. Verglichen mit allen anderen Parteien und Bewegungen ist deren auffallendstes Charakteristikum die Forderung nach totaler, unbegrenzter, unbedingter und unveränderlicher Loyalität gegenüber dem einzelnen Mitglied der Organisation. Es galt eine neue Form der Sklaverei, die neben der Kontrolle des wirtschaftlichen, politischen und sozialen Lebens auch die mentale Konditionierung der Subjekte des totalitären Staates inkludierte. Im kommunistischen totalitären*

System war es allein die Partei, die bestimmte, was erlaubt und was verboten war.“ (Kommissionsbericht, 2006, S. 10) Darüber hinaus ist der Kommunismus in Rumänien (mit seiner über 50 Jahre langen Dauer) definiert durch eine Langzeittraumatisierung (Zamfirescu, 2012, S. 29).

„Der Kommunismus agierte nicht nur durch Terror, sondern auch durch Erniedrigung und ‚Um-Erziehung‘ traumatisierend und verstieß dabei gegen alle Menschenrechte.“ (Zamfirescu, 2012, S. 27) *„Wer auch immer gegen das neue System opponierte, wurde a priori als Feind des Volkes, Faschist, Geheimagent erklärt. Der Klassenfeind war, ‚objektiv‘ oder ‚subjektiv‘, lediglich ein Parasit, der ausgelöscht werden musste. Jede Form der Unterschiedlichkeit zwischen Subjekten des totalitären Systems, die alle unter dem Zeichen von Angst und Verdacht lebten, musste getilgt werden.“* (ebd., S. 14)

Georgeta Niculescu, Dr. med., Klinische Psychologin, Personzentrierte Psychotherapeutin und Ausbilderin, Gründungsmitglied der Rumänischen Gesellschaft für Personzentrierte Psychotherapie (ARPCP).

Florentina Palada, PhD., Klinische Psychologin, Personzentrierte Psychotherapeutin und Ausbilderin, Gründungsmitglied der Rumänischen Gesellschaft für Personzentrierte Psychotherapie (ARPCP)

1 Übersetzung aus dem Englischen: Gerhard Stumm und Monika Tucza

2 Unser besonderer Dank gilt Sonja Kinigadner, Lore Korbei, Christa Gutmann und Elisabeth Zinschitz von der ÖGWG. Ebenso bedanken wir uns bei allen Personen, denen wir begegnet sind und die unsere Entwicklung als menschliche Wesen markant gefördert haben.

Die Menschen in Rumänien hatten ausschließlich einen „Führer“ zu haben, ebenso wie sie sich an strikte Regeln für ihr Leben zu halten hatten; die Menschen durften sich nur entsprechend dieser Regeln entwickeln, andere Wahlmöglichkeiten waren ihnen nicht erlaubt. Über sich selbst zu sprechen, eigene persönliche Meinungen zu haben, verschiedene Ansichten nebeneinander bestehen zu lassen, wäre in dieser Zeit inakzeptabel gewesen.

Die Menschen lebten damals in tiefer Angst und Schrecken, sie konnten aufgrund fehlender Vergleiche nicht klar erkennen, was in ihrem Land passierte. Sie lebten in einer Welt von Hass, sie hassten Ceausescu und konnten nicht sehen, dass dieser „Führer“ das Ergebnis einer sozialen Selektion war und dass sie all ihren Hass stellvertretend gegen ihn richteten. *„Die soziale Auswahl und die Machterhaltung solch paranoider Führer sind nur unter den Umständen eines nicht-demokratischen und repressiven sozialen Systems möglich.“* (Zamfirescu, 2012, S. 256)

Wenn ich, Georgeta, heute auf Ceausescus Tod zurückblicke, erlebe ich diesen als extrem grausam. Gleichzeitig erinnere ich mich sehr genau, wie sehr ich wünschte, er würde nicht mehr leben; ich hatte große Angst, er könnte entkommen. Was wir bis dahin erlebt haben und was ich in dieser Zeit in meiner Tätigkeit als Krankenschwester ansehen musste, war zu arg. Ich war 22 Jahre alt und versorgte viele junge sterbende Menschen, nachdem sie im Zuge der Revolution im Jahr 1989 von Kugeln getroffen worden waren. Ich sah damals zum ersten Mal ein menschliches Gehirn. Wenn ich daran denke, treten Tränen in meine Augen; ich glaube, dass ich vielleicht nicht genug darüber geweint habe, denn was danach passierte, war, dass die „neue postkommunistische Gesellschaft“ mich und andere dazu gedrängt hat mit dem Trauern aufzuhören, so als wäre nichts geschehen.

Im Jahr 2006 nahm der rumänische Präsident Traian Băsescu in einer öffentlichen Stellungnahme eine moralische Verurteilung des Kommunismus vor und lieferte der Öffentlichkeit in Form eines Kommissionsberichts eine Beschreibung der systematisch angewandten Strategien des Regimes. Es war eine nachträgliche Geste, die jüngste Geschichte Rumäniens zu analysieren und einzuschätzen. Auszüge davon finden sich an einigen Stellen in diesem Beitrag.

Die psychologische Situation von Menschen im kommunistischen Rumänien

Im Jahr 2010, zehn Jahre nachdem ich, Florentina, die Ausbildung in Personenzentrierter Psychotherapie begonnen hatte und 20 Jahre nach dem Fall des Kommunismus, war ich sehr mit dem Einfluss des sozialen Kontextes auf die Persönlichkeitsentwicklung beschäftigt. Ich begann darüber zu reflektieren,

wie meine Art zu denken und meine gewohnte Reaktion auf neue Ideen von der Zeit vor der rumänischen Revolution, also durch das totalitäre System, geformt wurde. Konzepte wie die Aktualisierungstendenz, Vertrauen in das eigene Erleben oder Kongruenz standen im Widerspruch mit den sozialen Werten der Gesellschaft, in der ich aufgewachsen war. Damals waren wir an „double talk“ von einerseits öffentlich und andererseits privat gewöhnt. Man konnte zwar eigene Gefühle und Meinungen haben, aber es war gefährlich, sie öffentlich zu zeigen bzw. zu äußern. Dies führte zu großer Vorsicht in zwischenmenschlichen Beziehungen. „Der neue Mensch“ durfte gemäß der kommunistischen Doktrin nur in tiefer Übereinstimmung mit den Werten der Kommunistischen Partei denken und sich selbst ausdrücken. Jegliche Meinungsäußerung konnte uminterpretiert werden und die betreffende Person in einen Feind des Volkes verwandeln. Zwischenmenschliche Beziehungen steckten aufgrund des begrenzten Zugangs zu den Ideen der anderen praktisch fest.

Was waren die Konsequenzen für die Entwicklung des Selbst jener Generationen, die während dieser Zeit lebten? Um einen Begriff von Rogers zu gebrauchen, waren die Bewertungsbedingungen der Gesellschaft sehr streng. Es war nicht erlaubt, gegen das System zu opponieren, kritisch zu sein, eigene Ansichten zu äußern. Die Ausdrucksfreiheit war massiv limitiert. Sich frei auszudrücken, war nur innerhalb vertrauter, familiärer Räume möglich, in einer sehr abgegrenzten Umgebung – Oasen, in denen man authentisch sein konnte. Jenseits dieser Grenze brauchte man eine Menge an Selbst-Zensur oder man ging ein großes Risiko ein. Die Diskrepanz zwischen der eigenen Kraft und der Kraft von Autoritäten war enorm. Deshalb wurde die Beziehung zur *Autorität* mit einer Mischung aus Unterwerfung und Opposition gelebt. Die Erfahrung war, dass man jederzeit ein Feind werden konnte und alle Konsequenzen tragen musste. Seit der Kindheit lernte man die „korrekte“ Art zu denken und sich zu verhalten; damit entstand ein inneres zweigleisiges System: einerseits, wie man sich ausdrücken *sollte* und andererseits, wie man sich gerne ausdrücken *wollte*. In der Tat gab es eine Wahl. Allerdings wusste man, was passieren konnte, wenn die getroffene Wahl nicht „korrekt“ war. Für gewöhnlich war das Bedürfnis nach Schutz und Überleben stärker, genauso, wie wir es aus der Entwicklung von Kindern kennen, die immer vor der Wahl stehen zwischen dem Kampf um die Befriedigung ihrer Bedürfnisse und der Erhaltung der Liebe ihrer Eltern – in diesem Fall der sozialen und persönlichen Sicherheit. Die Angst war während der Dej-Periode (1944–1965) *„dermaßen internalisiert, dass explizite repressive Handlungen nicht mehr notwendig waren, außer in extremen Situationen (die Verfolgung der Dissidenten in den 70er und 80er Jahren erzählt viel über die Fähigkeit des Regimes, den Terror zu verstärken, wann immer es dies für notwendig erachtete).“*

Ceausescu Sozialismus, das direkte Erbe von Gheorgiu-Dej, war extrem autoritär, paternalistisch und manipulativ.“ (Kommissionsbericht, 2006, S. 12)

Ich gehöre einer Generation an, die in diesem Klima geboren wurde und diesem System seit frühester Kindheit ausgesetzt war. Ich erinnere mich, wie ich das „zweifache Maß“ lernte, und dass ich nicht glauben konnte, was mir gesagt wurde. Ich lebte in einem Zustand der Erwartung, dass diese Dinge aufhörten – wie eine gespaltene Persönlichkeit, als ob das nicht mein wahres Leben wäre. (Allerdings war es auch nicht einfach, sich an das postkommunistische Leben, das andere soziale Werte hatte, anzupassen.) Aus dieser Opfer-Täter-Beziehung entstammt meine Sehnsucht nach Autonomie ebenso wie meine Schwierigkeit, eine Wahl und Entscheidungen zu treffen.

Damals waren keine professionellen Möglichkeiten gegeben, um psychische Probleme zu vermindern oder die persönliche Entwicklung von Personen zu unterstützen. Jede Initiative im Rahmen von Psychologie und Psychotherapie wurde sofort unterdrückt.

Im Jahr 1977 versuchte eine Gruppe Intellektueller Transzendente Meditation in Rumänien einzuführen. Der einzig mögliche Weg, dies zu erreichen, war, das Ehepaar Ceausescu davon zu überzeugen, dass dadurch die Arbeitsproduktivität gesteigert werden würde; und das war der einzige Grund, warum sie es akzeptierten. Psychotherapeutische oder psychologische Bemühungen wurden als gefährlich erachtet. Daher geschah etwas Seltsames: Sowohl die Fakultät für Psychologie (1977) als auch das Institut für Psychologische und Pädagogische Forschung (1982) mussten ihre Tätigkeiten einstellen. 350 PsychologInnen, darunter bekannte ForscherInnen, mussten als Reinigungskräfte, VerkäuferInnen etc. arbeiten.

Die Folgen dieser Anordnung verursachten den Intellektuellen in Rumänien eine Menge Probleme. Ihnen wurde eine Lektion erteilt, was passieren würde, wenn sie den Mut hätten, ihre Gedanken und Gefühle öffentlich zu äußern, also auch die psychischen Probleme und Bedürfnisse von Menschen zu benennen.

Die Herausforderung, die Entwicklung bedeutet

Es ist fast unglaublich, wie viele Dinge sich nunmehr verändert haben. Jetzt ist alles scheinbar farbenfroh, vielfältig und bequem, wie in einem Traum. Aber die rumänische Gesellschaft durchlebt einen Prozess, einen schwierigen, weil sie von der Demokratie manchmal in ein Chaos geworfen wird, in dem jeder – in einer übertriebenen Weise – versucht, seinen Standpunkt zu behaupten und anderen aufzudrängen, weil jeder glaubt, sein Standpunkt wäre der wertvollste. Jede Person hatte ihr eigenes Modell von Freiheit bzw. von einem lebenswerten Leben und

erwartete, dass die gesamte Gesellschaft genau ihr Modell bereitwillig annehmen würde.

Die postkommunistische soziale Atmosphäre war verwirrend. Der zentrale Bezugspunkt verschwand plötzlich. Demzufolge entstand ein leerer Raum, in dem das Bedürfnis nach Bezug zu irgendetwas immer noch da war, aber ohne Unterstützung. Die „freie Presse“ war voll mit Informationen, aber gegensätzlichen (wir haben zu spät verstanden, dass es keine freie Presse gibt, sondern dass diese nur verschiedene Interessen repräsentiert). Das führte zu einem größeren Vorbehalt und einer Spannung zwischen dem, dass „es früher besser war, als alles vorhersagbar war“ und dem Bedürfnis nach Freiheit, nach Neuem, nach Veränderung. Viele RumänInnen erwarteten etwas von außen, das sie selbst als Begünstigte definiert, ohne dabei zu bemerken, was sie selbst beitragen sollten. Die Idee des kommunistischen Systems, dass jemand von außen auf all die wichtigen Aspekte im Leben eines Menschen achtete und den Menschen eine Arbeit und ebenso ein Heim gegeben wurde, galt nicht mehr. Das machte es schwierig, sich Gedanken darüber zu machen, selbst dafür verantwortlich zu sein, was man wählt, wünscht, fühlt, entscheidet. Das Gewähren fast exklusiver Aufmerksamkeit für die individuelle Realität einer Person und das Vernachlässigen anderer Menschen ist die Basis vieler Entscheidungen, die auf unterschiedlichen Ebenen ebenso wie in Beziehungen getroffen werden. Wir lernten langsam die Grundlagen und Nuancen einer pluralistischen Gesellschaft kennen, aber das brauchte Zeit. Der externe Ort der Bewertung ist in der Psyche der rumänischen Menschen ziemlich fixiert, wenngleich dies nicht so benannt wird. Das wurde bereits 1937 von Radulescu-Motru, einem bedeutenden Repräsentanten der rumänischen Schule der Philosophie, sehr gut beschrieben. Seine Theorie wird heute noch als gültig anerkannt. Radulescu-Motru stellt den „typischen Rumänen“ als jemanden dar, der seine Überzeugungen auf „öffentlichen Gerüchten“ und nur sehr wenig auf persönlicher Erfahrung aufbaut. „In Rumänien wird die Redewendung benutzt ‚Sie sagen ...‘. Und wenn ‚sie sagen‘, scheint der Rumäne als Individuum zu verstehen, dass er dasselbe zu sagen hat. Sowohl in städtischen als auch in ländlichen Regionen wird Individualität ausgelöscht und demzufolge zählt, was ‚sie sagen‘, was die Partei sagt, was die Machthaber sagen und sehr selten, was ich sage oder was John oder George sagen. ... Um die Unruhe zu lindern, ist der Rumäne bemüht, sich nach außen zu orientieren, um die neuesten Gerüchte aufzuspüren; diese Bemühungen sind fast nie nach innen, auf das eigene Gewissen hin, gerichtet.“ (Radulescu-Motru, 1937, S. 36)

Eine andere Herausforderung ist der Zugang zu Emotionen. Für manche Personen ist es noch immer wie ein „einfältiger Film“, über Gefühle oder die emotionale Auswirkung von gewissen Ereignissen zu sprechen. Im Zuge von Psychotherapie oder

psychotherapeutischer Ausbildung entdecken sie, „wie wichtig Emotionen sind“. Eine weitere Herausforderung ist das negative Selbstbild. Zunehmend drücken viele RumänInnen nach 1990 offen ihre negative Bewertung von sich selbst aus. Zamfirescu (2012), der Psychoanalytiker, fragt sich, ob Selbsthass und Selbstverachtung nicht Quellen für kleinkarierten Stolz und Aggressionen sowie für die Unfähigkeit, Solidarität zu üben, seien.

In diesem Zusammenhang stellt die Personzentrierte Psychotherapie das Modell eines Psychotherapeuten vor, der eine therapeutische Beziehung pflegt, die von Gleichheit getragen ist, und damit ein Gegenmodell zu einem Hintergrund von kollektiven Vorstellungen, wonach der Psychotherapeut ein Experte ist, der Lösungen für verschiedene Probleme anbietet, so wie es das medizinische Modell vorsieht. Die Psychotherapieausbildung mit ihren Momenten von Enthusiasmus, aber auch Verwirrung, als wir nicht wussten, wie uns geschah, war eine lebendige Erfahrung für uns.

Die Rumänische Gesellschaft für Personzentrierte Psychotherapie (ARPCP)

Die erste Ausbildungsgruppe, bei der auch wir dabei waren, startete 1999, also zehn Jahre nach der Revolution. Die Ausbildung war das Ergebnis eines Partnerschaftsprojekts der „Rumänischen Gesellschaft für Psychotherapie“ und der „Österreichischen Gesellschaft für wissenschaftliche klientenzentrierte Psychotherapie und personorientierte Gesprächsführung“. Das Projekt wurde koordiniert von Sonja Kinigadner (ÖGWG).

In der Folge wurde im Jahr 2001 die Rumänische Gesellschaft für Personzentrierte Psychotherapie (ARPCP) gegründet. Es gab 14 Gründungsmitglieder, darunter PsychologInnen, PsychotherapeutInnen, Psycho-PädagogInnen. 2006 wurde die Gesellschaft vom „Rumänischen Verband für Psychotherapie“ anerkannt und 2008 vom „Kolleg der PsychologInnen“ in Rumänien als Anbieter einer grundlegenden und weiterführenden Ausbildung registriert.

Im Moment (2014) hat die Organisation 44 Mitglieder und 106 AusbildungsteilnehmerInnen in unterschiedlichen Ausbildungsstufen.

Neben der Ausbildung war und ist die ARPCP auch an einer Reihe von Projekten beteiligt:

- Forschungsprojekt „Subjective Age and Adjustment to Aging through the eyes of Portuguese and Romanian Older Population: A Comparative Multiple Correspondence Analysis for Latent Constructs“ (Koordinator: Sofia von Humbold aus Portugal, von der Forschungseinheit für Psychologie und Gesundheit in Lissabon).
- Wir versuchen, mit rumänischen FachärztInnen in Hinblick auf somatische Beschwerden zusammenzuarbeiten.

- Wir arbeiten zusammen mit dem „National Centre for Psychological Health“ und wir versuchen, uns auch sozialer Probleme anzunehmen.

- Viele junge PsychotherapeutInnen haben verschiedene Projekte, z. B. für schwangere Frauen oder für Krebskranke.

- 2012 haben wir „The Adrian Mircea Paunescu Library“ errichtet, zu Ehren unseres Kollegen Adrian Paunescu, der unglücklicherweise verstorben ist. Seine Frau schenkte der Bibliothek alle Bücher über Psychotherapie und den Personzentrierten Ansatz, die Adrian während seines Lebens gesammelt hatte. Adrian war ein Personzentrierter Psychotherapeut, Psychiater und Psychoanalytiker sowie eines der Gründungsmitglieder von ARPCP. Wir werden das Andenken an ihn bewahren.

- 2015 wird ARPCP das XIII. PCA Forum organisieren, eine riesige Herausforderung für uns.

Eine Reflexion über die Anfänge der ARPCP

Haben wir nach der Revolution tatsächlich zehn Jahre gebraucht, um mit einer humanistischen, nicht-direktiven Methode in Kontakt zu kommen, für die Kongruenz, unbedingte positive Beachtung und Empathie prinzipielle Werte sind, oder war dies nur ein bloßer Zufall? Ich, Georgeta, habe keine Antwort auf diese Frage, aber ich weiß, dass es an den Departments für Psychologie keinen Studenten oder Professor gibt, der nicht über Rogers und seine Theorie Bescheid weiß. Ich war das dritte Jahr an der Universität, als ich mit dem Konzept der Nicht-Direktivität zum ersten Mal in Berührung kam und von Carl Rogers hörte. Ich war fasziniert. Ich pflegte jedem zu sagen, wie brillant mir diese Theorie erschien.

Manchesmal verändern Menschen ihre Haltung, nachdem sie ihren Blickwinkel aufgrund der Lektüre von Rogers' Büchern geändert haben. Im ersten Ausbildungsjahr stellte ich freudig überrascht fest, dass andere sich allein dadurch veränderten, dass sie über Rogers' Konzepte gelesen hatten. Eine Frau, die etwas für unsere Ausbildungskurse übersetzte, berichtet Folgendes: „Ich muss zugeben, dass eure Texte eine wirkliche Herausforderung für mich waren. Abgesehen davon, die spezifische Terminologie zu lernen, vertiefte ich auch mein psychologisches Wissen. Ich habe begonnen, andere Menschen, insbesondere meine StudentInnen, neu zu betrachten.“

Wir haben uns gefragt, warum rumänische Studierende Rogers' Theorie so attraktiv finden, so viel wie möglich darüber wissen und sie in der Praxis erfahren wollen. Eine Antwort darauf ist, dass der Mensch ein Bedürfnis danach hat, in Kontakt mit sich selbst zu sein. Die häufigsten Antworten auf die Frage, warum jemand eine Ausbildung in Personzentrierter Psychotherapie machen will, sind mit der Bedeutung verbunden, die Rogers der Einzigartigkeit jedes Menschen und dem Umstand

gab, dass jeder einzelne am besten weiß, welchem Pfad er folgen muss. Dies scheint etwas Optimistisches an sich zu haben und dürfte einen Wandel in der Psyche des rumänischen Volkes markieren. Wir stehen aber auch vor der Frage, wie der Personzentrierte Ansatz in unserem Land angewandt werden kann.

Ein Rückblick auf die Erfahrungen der ersten Ausbildungsgruppe

Wir können nicht sagen, dass wir etwas Besonderes in den ersten vier Ausbildungsjahren gelernt haben, trotzdem änderte sich viel in uns und in unserem Leben. Später konnte ich etwas Ähnliches bei einer anderen Person beobachten. So berichtete einer meiner Klienten: „Wenn ich versuche, es zusammenzufassen, dann ist es etwa so, dass ich nicht etwas Bestimmtes gelernt habe, sondern es geschafft habe, andere Möglichkeiten in Betracht zu ziehen. Das war etwas Besonderes. So als ob ich begann, gewisse Dinge, die vorher vernebelt waren, zu erkennen. Einige Löcher wurden so gefüllt. Ich wünschte, ich könnte jetzt sagen, dass mein Leben einen Sinn hat, dass ich weiß, was ich tue und warum. Aber ich kann es nicht; was ich sagen kann, ist, dass ich leben kann, ohne alles genau zu definieren. Das Leben hat wohl mehr und sich ändernde Sinnperspektiven.“

Als wir vor vier Jahren, also im Jahr 2010, zum ersten Mal auf unsere personzentrierte Ausbildung zurückblickten, kam der Moment, dass wir innehielten, um einige ihrer Besonderheiten zu reflektieren:

- Die Ausbildung mit ausländischen AusbilderInnen betraf vor allem die Sprache, wobei keiner von uns jene der AusbilderInnen aus Österreich, also Deutsch, beherrschte. Wir begegneten einander auf „Englisch“ und es war gewiss nicht leicht, auszudrücken, was wir fühlten und was wir in uns selbst zu verstehen versuchten, aber auch darin verstanden zu werden. Und dann natürlich auch zu verstehen, was die anderen von uns wollten. Ich, Florentina, bin mir bewusst, dass dadurch eine Menge verloren ging.
- Die Aneignung eines Ausbildungscurriculums und die spezifische Weise, damit in einem Land zu arbeiten, in dem die akademische Umgebung nur die theoretischen Grundlagen von Carl Rogers kannte, nicht aber, was es hieß, in dieser Methode praktisch auszubilden. Es war zu Beginn sehr schwierig zu verstehen, wie dies funktionieren sollte, da ich von meinem Studium nur gewohnt war, mir Informationen zu merken und sie dann zu reproduzieren – ganz im Sinne einer direktiven Bildung. Es brauchte in der Tat viel Energie, diese Denkweise zu ändern und die Dinge von verschiedenen Standpunkten aus zu sehen und an der Erfahrung im eigenen Tun zu lernen.
- Zudem war es eine Herausforderung, die *Lehrtherapie* in einer anderen Methode zu absolvieren, nämlich nach der

psychoanalytischen Methode. Es war deswegen eine Herausforderung, weil ich zwei Bezugssysteme zu begreifen hatte, innerhalb deren Grenzen die zwei Psychotherapiemodelle jeweils funktionieren. Doch bereicherte mich dies und gab mir die Gelegenheit, meine eigenen Bedürfnisse in einer Beziehung mit jemand anderem besser zu verstehen.

- Wir haben bemerkt, dass es im Prozess unserer Ausbildung in Personzentrierter Psychotherapie etliche Herausforderungen gibt, nicht nur im Prozess des Wachsens im Allgemeinen; eine davon ist die Schwierigkeit, auch andere Realitäten zu sehen und anzuerkennen.
- Dann unsere Erwartungen an die anderen: Ich wünsche, dass das passiert, ich wünsche, dass du das tust, und nur sehr selten hören wir die Stimme, die sagt: Was ist mit mir? Was könnte ich selbst dazu beitragen, dass ich bekomme, was ich brauche? Später, während des Ausbildungsprozesses, begannen wir zu hören: „Gott, wie verschieden wir sind!“
- Schließlich ging es darum, *in einem postkommunistischen Land nicht-direktiv* zu sein. Die Umkehr in Richtung auf das eigene Erleben, die passierte, als wir in Kontakt mit dem Personzentrierten Ansatz kamen, eröffnete uns sukzessive einen anderen Standpunkt. Jedoch hören wir als TherapeutInnen sehr oft die Forderung „sag mir, was ich tun soll“, was – entsprechend der Denkweise unter der kommunistischen Herrschaft – das Bedürfnis nach Direktivität illustriert und auch, dass wir für den Klienten eine Autorität repräsentieren. Konfrontiert mit diesem Wunsch nach Direktivität in einer therapeutischen Beziehung habe ich allmählich gelernt umzuschalten vom Impuls, dies zurückzuweisen, was für Klienten manchmal ziemlich kränkend sein kann, hin zu einer nuancierteren Arbeit genau mit diesem Bedürfnis nach Direktivität. Dies bedeutet, einen Raum dafür anzubieten, das Bedürfnis nach Lenkung von außen, nach Ratschlägen und nach einer hierarchischen Beziehung zu reflektieren. Um dies jedoch zu ermöglichen, hatte ich selbst eine Entwicklung zu durchlaufen, nämlich anzuerkennen, dass ich noch nicht wusste, was ich in die Beziehung einbringen könnte, wenn ich die Rolle der Autorität zurückweise.
- Dazu kam, *die personzentrierte Methode in unserem Land zum Leben zu erwecken*: Veranstaltungen, Übersetzungen, Kontakte mit anderen Vereinigungen und Methoden.

Die Ausweitung der Ausbildung und die Verbreitung des PZA in Rumänien

Nachdem unsere Ausbildung beendet war und wir durch unsere Beziehung mit unseren AusbilderInnen der ÖGWG gewachsen waren, fingen sechs von uns an, eine personzentrierte Ausbildung anzubieten, um diese Möglichkeit für andere an diesem Ansatz interessierte Spezialisten zu schaffen. Wir versuchen,

solche Beziehungen nicht nur unseren AusbildungsteilnehmerInnen anzubieten, sondern auch anderen Leuten in Form von Präsentationen bei nationalen wissenschaftlichen Konferenzen und indem wir Veranstaltungen organisieren, wie Sommer Schulen für Studierende etc. Eine Teilnehmerin schrieb uns: „Meine Begegnung mit dem PZA war eine sehr interessante und erfreuliche Überraschung. Ich habe erkannt, dass es sehr wichtig ist darauf zu fokussieren, wie ich gewisse Ereignisse in meinem Leben und wie ich das Leben jener Menschen, die mir wichtig sind, empfinde. Unsere Diskussion half mir sehr dabei, da ihr es auf der Basis dessen, was ich gesagt habe, vermocht habt, klarer zu benennen, was ich gefühlt habe – Gefühle, die ich bisher nur verschwommen empfinden konnte. Ihr habt mir geholfen zu begreifen, dass die Entscheidungen, die jeder in seinem Leben trifft, sehr davon abhängen, wie er seine Lage erlebt, und zugleich, dass das, was jemand entscheidet, nicht an uns liegt. Ich war erleichtert hinsichtlich meiner Gefühle von Hilflosigkeit, als ich dies besser verstehen konnte.“

Mit der Zeit haben wir erkannt, wie wichtig das Erleben ist. Wir erinnern uns an unseren ersten Workshop auf dem Psychotherapiekongress in Predeal, wo wir an einem praktischen Focusing-Workshop zusammen mit anderen KollegInnen teilnahmen. Das Ziel war, die psychotherapeutische Identität – Thema des Kongresses – auf einer körperlichen Ebene zu erleben. Unsere Knie zitterten. Es waren mehr Psychoanalytiker als üblich da und diese sind für gewöhnlich eher argwöhnisch. Wir waren mitten in der Übung, als mit lautem Getöse ein Zug nahe am Hotel vorbeifuhr. Da dachte ich: „Wir sind verloren.“ Schließlich war es aber eine Erfahrung für alle von uns und am nächsten Tag sagte ein Psychoanalytiker, während wir unsere Schlussfolgerungen zogen, dass er wirklich in der Lage war, während des Workshops etwas zu erleben – und nicht nur einer theoretischen Darbietung zuzuhören. Ein anderer Kollege, ein systemischer Familientherapeut, erinnert sich noch heute an die Symbolisierungen und sein Erleben in diesem Workshop.

Die Gruppen können sehr unterschiedlich sein. Als wir die personenzentrierte Methode den PsychologiestudentInnen bei der Sommerschule darlegten, war jedes der insgesamt fünf Male einzigartig. 2013 war die Liste kurz; nur fünf Psychotherapieformen waren gefragt: Psychodrama, NLP, kognitive Verhaltenstherapie, Hypnotherapie nach Milton Erickson und die Personenzentrierte Psychotherapie. Daher versuchten wir vier Tage lang, in einer Gruppe mit 14 TeilnehmerInnen die personenzentrierten Grundhaltungen anzuwenden.

Schlussbemerkung

Wenn ich, Florentina, heute, also 2014, an die Anfänge der ARPCP und meine Entwicklung im Zuge der Ausbildung zurückdenke, kann ich die Unterschiede sehen, sowohl in Hinblick darauf, dass ich diese Zeit als vergangen erlebe, als auch in Bezug auf die Veränderungen, die in den letzten vier Jahren passierten. Ich denke, all diese Unterschiede haben etwas damit zu tun, dass ich mir Zeit nahm, diese Erfahrungen zu reflektieren. (Andererseits hat sich der soziale Kontext kontinuierlich gewandelt und Informationen über Psychologie, Psychotherapie und persönliche Entwicklung haben unser Umfeld durchdrungen.) Es war wie nach einem Trauma: Nachdem alle schmerzlichen Inhalte hochgekommen sind, setzen sie sich danach und der Felt Sense ändert sich langsam. Heute scheint dies alles „weit weg“, auch weil ich es zunehmend mit Personen zu tun habe, die nach der Revolution geboren sind, deren Mentalität unterschiedlich ist, die sich auf andere Lebenserfahrungen beziehen, ohne viel Gemeinsamkeiten mit unserer Generation. Ich fühle mich von der Geschichte überwältigt. Und die Symptome eines sozialen posttraumatischen Syndroms klingen erst nach und nach ab. Ich bin mir dessen gewahr, dass die meisten Generationen verschiedensten problematischen Ereignissen oder schwierigen sozialen Kontexten ausgesetzt sind. Meine Generation war mit dem Kommunismus konfrontiert und ich denke, es ist wichtig zu verstehen, was uns passiert ist und wie dies unsere persönliche Entwicklung beeinflusste.

Literatur

- Kommissionsbericht (2006). *Raportul Comisiei Prezidentiale pentru analiza dictaturii comuniste din Romania (Bericht der Kommission des Präsidenten zur Analyse der kommunistischen Diktatur in Rumänien)* (Koordinator: Vladimir Tismaneanu). Bucuresti.
- Radulescu-Motru, C. (1937). *Psihologia Poporului Român (Psychologie des rumänischen Volks)*. Bucuresti: Editura Paideia (Neuaufgabe 1999: Bucuresti: Albatros).
- Zamfirescu, V.D. (2012). *Nevroza Balcanică (Die Balkanneurose)*. Bucuresti: Editura Trei.