

Wolfgang W. Keil

## David J. Cain: Person-Centered Psychotherapies.

Washington DC: American Psychological Association (APA), *Theories of Psychotherapy Series*. 2010. 192 Seiten, ISBN: 978-1-4338-0721-3. € 19,99 / CHF 28,90

In den USA ist schon seit längerer Zeit ein ziemlich einlinig-mechanistisches Verständnis von Psychotherapie als empirisch-wissenschaftlich basierte („evidence-based“) Intervention bei spezifischen psychischen Störungen vorherrschend geworden. Die Evidenz wird dabei gewonnen aus Untersuchungen nach dem Modell der Pharma-Forschung, bei welchen heraus zu finden ist, welche manualisierten therapeutischen Techniken bei welchen exakt umschriebenen Störungen wirksam sind bzw. die größere Wirksamkeit erzielen. Einem solchen Verständnis von Psychotherapie ist entgegen zu halten, dass man zwar Symptome durchaus ohne leitende Theorie und nur mittels manualisierter Techniken erfolgreich behandeln kann, aber es wird dabei vielleicht doch das Verständnis der leidenden Person auf der Strecke bleiben. Außerdem orientieren sich PsychotherapeutInnen ja auch dann, wenn sie Manuale verwenden, an übergreifenderen Menschenbildern, psychologischen Konzepten und therapeutischen Theorien. Offenbar um die Bedeutung dieser „Theorien“ nicht in Vergessenheit geraten zu lassen, hat sich die American Psychological Association entschlossen, eine auf 24 Titel geplante Buchreihe über die verschiedenen psychotherapeutischen Schulen („Theorien“) heraus zu geben. Die Serie wird ergänzt durch DVDs, die den jeweiligen Ansatz in der Praxis, etwa in einem sechs Stunden umfassenden Therapieverlauf, demonstrieren sollen. Da in Amerika Carl Rogers als der einflussreichste Psychotherapeut des 20. Jahrhunderts gilt<sup>1</sup> und da die Personzentrierte Psychotherapie „the first truly American theory of psychotherapy“ (S. ix) darstellt, ist der erste Band dieser Serie unserem Ansatz gewidmet.<sup>2</sup> Als Autor dieses Bandes wurde David Cain gewonnen, der als früherer Mitarbeiter von Rogers und als versierter Herausgeber vieler einschlägiger Publikationen (*Person-Centered Review*, 1990–1996; *Humanistic Psychotherapy: Handbook of Research and Practice*, 2002, u. v. a. m.) dafür bestens prädestiniert ist.

Cain versucht in diesem Buch eine umfassende und auch kritische Darstellung der gesamten Entwicklung der Personzentrierten Psychotherapie, wobei der Schwerpunkt auf der

Entwicklung der Theorien und Konzepte liegt. Das Buch gliedert sich in 6 Kapitel; nach einer Einleitung und einer kurzen Historie von Rogers' Tätigkeit und Werk wird die Entwicklung der Theorien bis heute skizziert, gefolgt von einer Darstellung des therapeutischen Prozesses an Hand der „Rollen“ von TherapeutIn und KlientIn sowie an Hand eines konkreten dreijährigen Therapieverlaufs. Abgerundet wird das Werk durch eine konzise Zusammenfassung der Ergebnisse der empirischen Forschung zu unserem Ansatz sowie durch einen (auch) von den Forschungsergebnissen inspirierten Entwurf für die künftige Entwicklung in Form einer Kritik und einer Neufassung der Rogers'schen notwendigen und hinreichen Bedingungen für Persönlichkeitsveränderung durch Psychotherapie.

Ich möchte hier nun vorzugsweise auf das Kapitel zur Entwicklung der Theorie und auf das letzte Kapitel mit der Kritik und möglichen Neufassung des Rogers'schen Therapiekonzepts näher eingehen. Cain beginnt die Darstellung der wesentlichen Konzepte, indem er, ausgehend von Rogers' wiederholt formulierter „zentralen Hypothese“, das Schaffen einer optimalen therapeutischen Beziehung für die KlientInnen als das fundamentale (Prozess-) Ziel der Personzentrierten Therapie definiert. Danach werden Punkt für Punkt Rogers' „key concepts“ dargestellt, wobei ich auf die Auswahl, die Cain hier trifft, aufmerksam machen möchte: actualizing tendency; self, ideal self and self actualization; congruence and incongruence; psychological adjustment and maladjustment; experience and openness to experience; positive regard and unconditional positive regard; conditions of worth; locus of evaluation; organismic valuing process; internal and external frame of reference; empathy.

In der Folge werden dann die Entwicklungsstufen der Personzentrierten Psychotherapie beschrieben, die von Cain ebenfalls in einer interessanten Art eingeteilt werden: jeweils ungefähr Dekaden im Werk von Rogers und dann die Phase nach dessen Tod bis heute. Die ersten drei Dekaden (von den 40er Jahren an) werden als „nondirective psychotherapy“, „client-centered therapy“ und „on becoming a person“ charakterisiert, wobei für letztere neben Rogers' Konzept der „fully functioning person“ und seiner „process equation of therapy“ auch Gendlin's Experiencing-Konzept als wesentlich erscheinen. Besonders aufgefallen ist mir die 4. Periode (1970–1977), die Cain als „a period of expansion in practice“ bezeichnet und die er

1 Umfrage des *American Psychologist*, 1982 sowie *The Psychotherapy Networker*, 2007

2 Die sehr informative Darstellung der Emotionsfokussierten Therapie in dieser Buchreihe ist bereits auch in deutscher Übersetzung verfügbar: Leslie S. Greenberg: *Emotionsfokussierte Therapie*. München: Reinhardt, 2011.

mit dem Erscheinen des zweiten großen amerikanischen Sammelbandes zu unserem Ansatz (Wexler & Rice, *Innovations in Client-Centered Therapy*, 1974) datiert. Cain weist darauf hin, dass Rogers diese „provokativen Texte“ nicht in sein eigenes Weiter-Denken inkorporiert habe, und dass daher auch viele dieser kreativen Ideen nicht wirklich in das Gewebe des klientenzentrierten Denkens integriert worden sind!

In der folgenden Periode, „Rogers' last years (1977–1987)“, war Rogers vor allem in politischen und sozialen Bereichen und nur mehr wenig an der theoretischen und praktischen Entwicklung der Psychotherapie engagiert. Charakteristisch findet Cain hier jedoch die Ausdifferenzierung einzelner Konzepte der Personzentrierten Psychotherapie, wie sie etwa im dritten großen amerikanischen Sammelband (Levant & Shlien, *Client-Centered Therapy and the Person-Centered Approach*, 1984) zu finden sind. Lietaer's Erwägung der Paradoxien der Unbedingten Wertschätzung, Bozarth's Differenzierung der Empathie, Gendlin's Focusing, Shlien's provokanter Widerspruch zur Übertragung und etliches mehr werden hier angeführt. Cain hebt auch hervor, dass in einem der Beiträge dort Neil Watson dargelegt hat, dass Rogers' sechs Bedingungen nicht als empirisch überprüft gelten können. Dies u. a. deshalb, weil die Items psychologischer Kontakt und Inkongruenz des Klienten überhaupt nicht in die Untersuchungen mit einbezogen wurden.

Für die Periode nach Rogers konstatiert Cain, dass die Mehrzahl der Klientenzentrierten TherapeutInnen sich wohl ähnlich wie Rogers verhalten, der, obwohl er immer vor Dogmatisierung und Stagnation des Denkens gewarnt hat, in seiner therapeutischen Praxis doch bis zuletzt konstant geblieben ist und sich nur mehr wenig verändert hat. Unter Verweis auf Margaret Warner's Beitrag „Person-Centered Therapy: One Nation, Many Tribes“<sup>3</sup> schildert Cain diese Periode daher durch sehr kursorische Darstellungen der klassischen Klientenzentrierten, der Focusing-orientierten, der Emotionsfokussierten Therapie und der Prä-Therapie, jeweils mit kurzen Transkripten zur Illustration. Daran schliessen sich einige Überlegungen zu existenziellen und zu integrativen Strömungen sowie zur theoretischen wie praktischen Verbreiterung der Personzentrierten Psychotherapie an. Letzteres wird vor allem im europäischen Bereich, etwa im Konzept der „relational depth“ von Mearns & Cooper, in der „pluralistic selves perspective“ von Cooper oder auch in der von Reinhard Tausch (m. E. völlig fälschlich) geforderten Notwendigkeit vielfacher Ergänzungen der Gesprächspsychotherapie gesehen. Cain folgert an späterer Stelle in ähnlicher Weise aus den Ergebnissen der empirischen Forschung,

dass (klassische?) Personzentrierte Psychotherapie bei spezifischen Klienten („divers clients“) bzw. spezifischen Problemen oft nicht wirksam sei.

Auf der Linie dieser Argumentation liegt denn auch das letzte Kapitel des Buches, die Erörterung der zukünftigen Weiterentwicklung. Cain referiert hier zunächst prägnant die Kritik an sämtlichen Rogers'schen notwendigen und hinreichenden Bedingungen, die 2007 in einer der Würdigung des 1957 erschienenen Artikels von Rogers gewidmeten Ausgabe der Zeitschrift *Psychotherapy: Theory, Research, Practise, Training* zu finden ist. Die Mehrheit der dort vertretenen AutorInnen hält die Bedingungen als für viele KlientInnen brauchbar, jedoch als nicht hinreichend für die meisten, und sämtliche AutorInnen verneinen die Position, dass diese Bedingungen für alle KlientInnen notwendig und hinreichend seien. Davon ausgehend und unter Berufung auf Rogers' wiederholte Forderung nach Weiterentwicklung seiner Konzepte versucht Cain nun eine Neuformulierung von 12 optimalen Bedingungen für therapeutische Veränderung durch eine „kollaborative“ Personzentrierte Psychotherapie. Die Unterschiede zu den ursprünglichen Rogers'schen Bedingungen können dabei u. a. darin gesehen werden, dass die Rolle der KlientInnen viel aktiver gesehen wird („actively involved“, „seen as resourceful“) und dass diese die relevanten Beziehungsqualitäten, Verhaltensweisen und Intentionen ihrer TherapeutInnen wahrnehmen, sowie dass TherapeutIn und KlientIn einander wechselseitig wertschätzen und bestärken und bei der Definition der Probleme, Ziele und Mittel der Therapie „kollaborieren“ sollen. Die Bedingungen auf Seiten der TherapeutInnen werden gegenüber Rogers' Bedingungen viel detaillierter formuliert. Die TherapeutInnen sollen konstant präsent sein, die subjektive Realität der KlientInnen verstehen und empathisch kommunizieren, „engage relevant aspects of his or her self“ und „bring forth for the client's consideration any and all personal and professional resources“. Die TherapeutInnen sollen weiters die KlientInnen ermutigen, „to attend and process potent emotional experiences with an intent to facilitate adaptive client learning and more effective behavior“ und schließlich sollen die TherapeutInnen kontinuierlich die Qualität der therapeutischen Beziehung evaluieren.

Handelt es sich bei diesen Formulierungen um ein neues Konzept, das zwar aus dem Rogers'schen Konzept heraus entwickelt wurde, nun aber diesem gegenüber gestellt werden könnte? Ich fasse es eher so auf, dass Cain uns damit dankenswerter Weise viele brauchbare und wichtige Konkretisierungen der Therapiekonzepte von Rogers und Gendlin bietet. In einem ähnlichen Sinn schätze ich das gesamte Buch und kann es allen FachkollegInnen empfehlen als interessante und immer wieder im Detail erhellende Darstellung der gesamten Entwicklung der Personzentrierten Psychotherapie.

3 Warner Margaret (2000). *Person-Centered Therapy: One Nation, Many Tribes*. *Person-Centered Journal*, 7 (1), 28–39.