

Jürgen Kriz

Personzentrierte Systemtheorie

Zusammenfassung: Gegenstand dieses Beitrags ist eine Darstellung der „Personzentrierten Systemtheorie“, wobei der Fokus weniger auf die Korrespondenz zu Modellen der interdisziplinären Systemtheorie gelegt wird, sondern eine an Erfahrungen orientierte Perspektive auf zentrale Prinzipien zum Verständnis klinischer und therapeutischer Prozesse gewählt wird. Das Interesse richtet sich dabei insbesondere auf Prozesse der Generierung und Veränderung von Sinn und Bedeutung sowie deren Verflechtung auf unterschiedlichen Systemebenen – Interdependenzen zwischen körperlichen, psychischen, interaktiven und gesellschaftlich-kulturellen Prozessen. Sinn ist eine Reduktion kognitiver Komplexität, wie auch Interaktionsmuster chaotisch große Handlungsräume ordnen. Die Selbstorganisation solcher dynamischer Ordnungen ergibt sich aus der Unterstützung bei der Realisation inhärenter Möglichkeiten. Dies steht im Gegensatz zur typischen Alltagsvorstellung, dass Ordnung stets fremd-organisiert von außen geschaffen werden muss. Sie entspricht aber genau dem, was im Personzentrierten Ansatz von Rogers als Aktualisierung bzw. Selbst-Aktualisierung thematisiert wird. Es wird gezeigt, dass die Aktualisierungstendenz keine Frage des Glaubens ist oder es sich um eine Annahme in Rogers Theorie handelt, sondern schlicht um eine Beschreibung der Konsequenzen die sich ergeben, wenn man Vernetzung und Beziehung in Prozessen ernst nimmt.

Schlüsselwörter: Personzentrierte Systemtheorie, Aktualisierungstendenz, Sinn, Bedeutung, Organismus, Selbst, Interaktion, Kultur

Abstract: Person-Centered Systems-Theory. The objective of this paper is to detail the “Person-Centered Systems-Theory” without using a focus on models of interdisciplinary systems theory, instead it takes an experience oriented perspective with a focus on core principles that enables an understanding of clinical and psychotherapeutic processes. Particular interest is paid to the emergence and transition of sense and meaning and to the interactions between different system levels – namely, bodily, psychic, interactive, and societal-cultural processes. Meaning reduces cognitive complexity just as patterns of interaction order the huge, chaotic space of possible actions. Such self-organized dynamic order emerges by facilitating the realization of inherent possibilities. This contrasts everyday understanding of order, imposed only by external organization. But this corresponds well with the concept of actualization or self-actualization in Rogers’ Person-centered Approach. It is argued, that the actualizing tendency is neither a belief nor an assumption in Rogers’ theory, but a simple description of the consequences of seriously taking interconnectedness and relationships in processes into account.

Key words: Person-centered Systems Theory, actualizing tendency, sense, meaning, organism, self, interaction, culture

1. Vorbemerkungen

Grundzüge und aufgabenspezifische Ausformulierungen der „Personzentrierten Systemtheorie“ (PZS) wurden bereits an vielen anderen Stellen publiziert (u. a. Kriz, 2004a; bzw. 1985; 1991; 1997; 1999; 2008a; 2008b), auch wenn bisher leider noch keine Gesamtdarstellung vorgelegt wurde. Meist wurden dort – zur Förderung einer präziseren Begrifflichkeit und Argumentation – einige für die PZS zentrale Prinzipien zunächst vorgestellt und erläutert. Es sind Prinzipien, die gerade humanistischen Psychotherapeuten¹ vertraut sind und eine wesentliche (wenn auch keineswegs die

einzige) Grundlage ihres Handelns darstellen – allerdings meist in impliziter Weise. In den expliziten Beschreibungen hingegen lassen sich die Gemeinsamkeiten mit Konzepten nicht übersehen, wie sie inzwischen auch im Rahmen interdisziplinärer Systemtheorie diskutiert werden und sogar für viele naturwissenschaftliche Phänomene gelten. Diese eher unerwartete Korrespondenz zwischen ganz unterschiedlichen Gegenstandsbereichen beeindruckte auch Rogers: Schon kurz nachdem Ilya Prigogine 1977 für seine Konzeption von Selbstorganisation (sog. *Dissipative Strukturen*) den Chemie Nobelpreis erhalten hatte, betonte Rogers in dem zentralen Beitrag „The Foundations of a Person-Centered Approach“:

„Daher kommen aus der theoretischen Physik und der Chemie Bestätigungen für die Gültigkeit von Erfahrungen, welche unbeschreiblich und unerwartet sind sowie transzendente und transformatorische

¹ Zur besseren Lesbarkeit wird auf eine geschlechtsneutrale oder für beide Geschlechter explizite Formulierung verzichtet

Wirkungen haben – eben jene Art von Phänomenen, die ich und meine Kollegen beobachtet haben und als zentrale Begleiterscheinungen des Personenzentrierten Ansatzes betrachten.“ (Rogers, 1980, p. 132, übers. J. K.).

Trotzdem handelt es sich natürlich nicht um „physikalische“ oder „chemische“ Prinzipien (oder allgemeiner: um „naturwissenschaftliche“) – zumal wesentliche Aspekte davon wiederum bereits mindestens 50 Jahre zuvor im Rahmen der Gestaltpsychologie der Berliner Schule (Wertheimer, Koffka, Köhler) thematisiert und untersucht wurden. Auch folgt aus einer vergleichenden Analyse von *Verstehensprinzipien* therapeutischer Prozesse mit systemwissenschaftlichen *Verstehensprinzipien* von Naturvorgängen keineswegs, dass die zu beschreibenden *Gegenstandsbereiche* als „gleich“ angesehen werden.

Auf Missverständnisse solcher Gleichsetzung wird im letzten Abschnitt noch eingegangen werden. Um aber zu vermeiden, dass systemtheoretische Beschreibungen vorschnell als „aus den Naturwissenschaften stammende Konzepte“ missverstanden werden, welche für den Bereich der Psychotherapie einfach „übernommen“ werden, wird im Kontext dieses Heftes von PERSON ein anderer Weg gegangen: Wichtige Aspekte der PZS werden möglichst lange, vor allem in den Abschnitten 3–5, weitgehend anhand von unmittelbaren Erfahrungen, Erste-Person-Perspektive und Phänomenen im Bereich menschlicher Begegnungen herausgearbeitet (wobei dann, konsequenterweise, auch ungewöhnlich oft im Text das Wort „ich“ auftaucht).

2. Zum Kontext der PZS: Warum eigentlich Systemtheorie?

Ursprung und Anliegen der PZS lassen sich einfach beschreiben: Ich bin als Mensch zutiefst von der Begegnungshaltung überzeugt, die Carl Rogers' Personenzentriertem Ansatz (PZA) zugrunde liegt. Als Psychotherapeut und Ausbilder in Personenzentrierter Psychotherapie (bzw. „Gesprächspsychotherapie“, wie es in der BRD leider heißt) bin ich durch eigene Erfahrungen und wissenschaftlich erbrachte Befunde beeindruckt von der Wirksamkeit dieses Ansatzes sowohl in Psychotherapie als auch in Beratung. Und als Wissenschaftler bin ich befriedigt durch die umfangreiche Forschung, die bestätigt, was Rogers schon vor 50 Jahren auf den Punkt brachte: „The facts are friendly“ (Rogers, 1961, p. 25).

Allerdings waren die „Kollegen“ – universitär und therapeutisch – deutlich weniger „friendly“: Es war nicht nur praktisch, angesichts schon immer knapper Ressourcen im Gesundheitsbereich wie auch an akademischen Stellen, den PZA einfach als „unwissenschaftlich“ zu erklären und damit Konkurrenz auszuschalten. Sondern viele glaubten dies auch wirklich, weil ihnen die Wirkungsweise des PZA höchst suspekt erscheinen musste: Entsprechend den bekannten Annahmen über Wirkprinzipien, konnte die

Wirkungsweise von operanter und klassischer Konditionierung im Rahmen der Lerntheorien fraglos als wissenschaftlich fundiert angesehen werden. Ebenso stimmte die Ersetzung „irrationaler Glaubenssätze“ durch rationalere Sichtweisen in einen sokratischen Dialog im Rahmen der „Rational Emotiven Therapie“ (RET) (Ellis, 1977) mit den Vorstellungen von „Veränderung“ plausibel überein. Der PZA aber hatte nur so etwas wie die „Aktualisierungstendenz“ zu bieten. Sofern nicht ohnedies schamhaft verschwiegen, wurde darüber in deutschsprachigen Lehrbüchern meist mit dem Hinweis referiert: Rogers *glaube* daran. Keine sehr gute Basis für einen wissenschaftlichen oder akademischen Diskurs!

Zum Glück konnte der PZA allerdings auf zahlreiche, für damalige (50er bis 70er Jahre) Verhältnisse qualitativ hochwertige Wirksamkeitsstudien verweisen. Entsprechend wurden auch die „Basisvariablen“ mit Skalen vermessen und mit dem Outcome korreliert, was deren *Wirksamkeit* belegte. Doch die *Wirkungsweise* blieb in den Lehrbüchern, Darstellungen und Diskursen weiter obskur. In Rogers' Schriften selbst gewann zwar das Konzept der Aktualisierungstendenz ab den 60er Jahren zunehmend an Bedeutung. Etliche seiner Adepten aber reagierten in zwei Extremen: Die einen gaben dem Konzept eine fast mystisch-esoterische Deutung, indem alles zum Guten gewendet werde, die anderen verschwiegen dessen Erwähnung besser. Noch Ende der 80er Jahre schrieb mir der Nestor der „Gesprächspsychotherapie“ in Deutschland in einem Brief, er könne mit etwas so „Unwissenschaftlichem“ wie der Aktualisierungstendenz nichts anfangen – und für die „Gesprächspsychotherapie“ sei dieses Konzept zudem irrelevant. Dies geschah rund ein Jahrzehnt, nachdem Ilya Prigogine für eine ähnliche Konzeption von Selbstorganisation 1977 den Chemie Nobelpreis erhalten hatte.

Doch wird weder Verherrlichung noch Ausblendung der Aktualisierungstendenz der fundamentalen Bedeutung gerecht, die durch dieses Konzept als Erklärungsprinzip im Kontrast zu dem klassischen und alltäglichen Verständnis von Entwicklungs- und Veränderungsprinzipien eröffnet wird. Es sind Prinzipien, die bereits vor 8-9 Jahrzehnten in der Gestalttheorie der Berliner Schule entwickelt wurden und mit dem Gestaltkonzept sowie der „Selbstaktualisierung“ (K. Goldstein) einen begrifflichen Fokus fanden, die auch Rogers konzeptionelle Entwicklung des PZA stark beeinflussten. Seit rund vier Jahrzehnten spielen diese Konzepte nun auch im Rahmen interdisziplinärer Systemtheorie eine zunehmende Rolle.

Allerdings wird mit der Beachtung eines so übergreifendes Konzepts das Hauptanliegen von Rogers noch deutlicher: Es ging ihm nämlich nicht so sehr darum, eine eigene Therapieschule zu gründen – gar noch in Abgrenzung zu anderen – sondern schlicht darum, Lebens- und Entwicklungsprozesse des Menschen sowie deren Förderungsmöglichkeiten im Rahmen von Counseling und Therapie zu verstehen. Entsprechend sieht sich die PZS ebenfalls keiner „Schulrichtung“ verpflichtet, sondern es geht um das Verständnis eben dieser Prozesse – unter Einbeziehung von Erkenntnissen und Diskursen, die dann nach Rogers' Tod besonders im

Bereich der systemischen Psychotherapie diese Sicht weiter ausdifferenziert haben.

Schon das Ernstnehmen von Phänomenen, die wir mit Begriffen wie „Entwicklung“, „(zwischen-) menschliche Beziehung“, „Persönlichkeit“, „Therapie“ etc. zu fassen versuchen, führt radikal weg von einem Verständnis der Welt, wie es durch vier Jahrhunderte mechanistischer Anschauung in unserer Kultur (17.–20. Jhdt.) entstand und tief in das Alltagsverständnis eingedrungen ist. Wie anderswo detailliert ausgeführt (u. a. Kriz, 2004b; 2008a; 2008b), sind einfache Ursache-Wirkung-Prinzipien von Veränderung dann brauchbar, wenn man einen Stuhl im Zimmer verrückt, eine Maschine repariert oder eine Blechbüchse ausbeult: Man wirkt „ursächlich“ so ein, dass genau das als Wirkung herauskommt, was man designhaft geplant hat: Aus dem Wachs eines Kerzenstummels kann man einen Osterhasen oder anderes formen. Und auch die oben erwähnte klassische oder operante Konditionierung, Drill, Dressur usw. folgen im Wesentlichen diesem Wirkmodell. Auch die Technikentwicklung ist stets bemüht, Benutzeroberflächen so zu konstruieren, dass diese Prinzipien selbst dann „passen“, wenn die dahinterliegenden Systeme deutlich komplexer sind und eigentlich anders funktionieren: Die Verbrennungsvorgänge in einem Automotor sind komplex und nicht-linear. Doch „schneller fahren“ bedeutet, grob gesagt, „mehr Gas geben.“ Man betätigt Hebel, Einschaltknöpfe, Regler etc., die uns suggerieren, einfache Ursache-Wirkung-Beziehungen für allgemein gültige Wirkprinzipien zu halten. Ein gutes Beispiel liefert das gegenwärtige Kult-Gerät „iPad“ (ähnlich iPod und iPhone) von Apple: Am „Touchpad“ werden Dateien mit dem Finger „verschoben“, man „blättert“ und in der „richtigen“ Geschwindigkeit laufen die Anzeigen mit. Man kann diese Bewegungen sogar wie ein Schwungrad beschleunigen, wonach sie dann „abbremsen“. All dies entspricht intuitiv den mechanistischen Alltagsprinzipien – in Wirklichkeit aber sind es komplizierte Programme, die dem Benutzer solche Ursache-Wirkung-Zusammenhänge lediglich vorgaukeln.

Obwohl ich öfter den Einwand höre, dass heute kaum noch jemand solche mechanistischen Ursache-Wirkungs-Prinzipien unterstellt, bin ich gerade in den letzten Jahren² zunehmend überzeugt davon, dass wir die Macht dieses klassischen Modells von Wirkung mit den entsprechenden Metaphern und Prinzipien im Alltag und auch im Bereich von Psychotherapie eher noch unterschätzen. Zwar ist explizit jedem klar, dass der Umgang mit nicht technisch regulierten Prozessen oft andere Prinzipien erfordert, als mechanistische: Eine Kerzenflamme reagiert zwar auf leichtes Blasen, aber zu einem Osterhasen lässt sie sich kaum formen. Und niemand würde versuchen, die quirlige Struktur der Wasserkaskaden eines Wasserfalls analog zur Blechbüchse mit dem Hammer auszubeulen. Doch selbst etliche „humanistische“ Therapeuten, welche die Aktualisierungstendenz nicht angemessen rezipiert haben, greifen

mangels besserer Erklärungsprinzipien ungewollt zu der Metaphorik dieser mechanistischen Denkweise – etwa wenn sie davon sprechen (und schreiben), dass die Entwicklung des Patienten „blockiert“ oder „stecken geblieben“ sei, obwohl sie sehr wohl wissen, dass sie weder über eine Autobremse oder einen Damm reden wollen, noch über einen Schlüssel, der im Schloss steckt. Dies belegt aber, dass wir kaum etwas erklären können, ohne auf Modelle, Metaphern und Prinzipien zurückzugreifen und dass in unserer Kultur eben mechanistische Modelle „naheliegend“ sind.

Wenn man darauf verzichtet, den Menschen mit klassisch-mechanistischen Modellen und Prinzipien zu (er-)fassen – und die dabei zwangsläufig ins Auge springenden Abweichungen als „Sonderheiten“, „Fehler“ oder noch zu beseitigende „Schwächen“ zu erklären – bedarf es anderer Beschreibungs- und Erklärungs-Prinzipien. Diese müssen der Tatsache Rechnung tragen, dass Entwicklungsverläufe im Bereich lebender Systeme – und stärker noch beim Menschen – oft durch nicht-lineare, qualitative Sprünge gekennzeichnet sind. So ist beim Menschen typisch, dass auf Einflussnahmen durchaus lange Zeit fast nichts geschieht, dann aber, im weiteren Verlauf, plötzlich eine sprunghafte Veränderung oder Entwicklung einsetzt. Beispielsweise wird eine bestimmte Bewegung geübt und gelingt lange nur mäßig – doch plötzlich, mit wenigen weiteren Übungen, kann diese Bewegung weitgehend richtig und wiederholbar ausgeführt werden. Oder – im mentalen Bereich – wird ein komplexer Sachverhalt lange und mit immer weiteren Beispielen erläutert – man versteht fast nichts; doch plötzlich, als „Aha-Erlebnis“, ordnet sich das Chaos im Kopf und man durchschaut den Zusammenhang. Zudem zeigen solche Entwicklungen oft eine Eigendynamik, die nicht beliebig plan- und steuerbar ist, sondern nur – relativ unspezifisch – gefördert oder behindert werden kann.

Diese Phänomene, Vorgänge und Aspekte in einen Zusammenhang zu bringen, der ein ganzheitliches Verstehen des Zusammenwirkens unterschiedlicher Einflüsse ermöglicht, ist das Anliegen der PZS. Ich wüsste keinen anderen Weg, die (Er-)Lebensprozesse auch nur annähernd in einem solchen Zusammenhang erfassen zu können, wenn dabei nicht auf die *Prozesshaftigkeit* allen relevanten Geschehens fokussiert wird. Damit stellt sich aber notwendig die Frage, wie denn in einem solchen Prozessgeschehen so etwas Adaptiv-Plastisches, aber gleichzeitig durchaus hinreichend Stabiles, wie „Selbst“, Persönlichkeit“, „Plan“, „Handlungsmuster“, „Partnerbeziehung“ usw. (um nur wenige recht unterschiedliche Betrachtungsgegenstände zu nennen), verortet und beschrieben werden kann; ebenso die Frage danach, wie die mit diesen Wörtern bezeichneten Erfahrungsentitäten miteinander zusammenhängen, sich stabilisieren und verändern können. Und dies wiederum ist mir ohne das Konzept „System“ nicht möglich – weil damit, wie schon in der Gestalttheorie, genau die Beziehung zwischen Teilaspekten und Ganzheiten („Gestalten“) und deren wechselseitige Beziehungen etc. thematisierbar werden.

2 Hierzu gehört u. a. die Analyse von Ursachen für Forschungsartefakte (Kriz, 2003) oder die Mitarbeit im „Wissenschaftlichen Beirat Psychotherapie“ in der BRD.

Es geht also letztlich um die Frage: Wie können wir die sinnhaft strukturierte Ordnung unserer Lebenswelt, die Veränderbarkeit, aber auch Stabilität und Überstabilität (Symptome, Probleme) im chaotischen Meer von Einzelmomenten (und einer noch chaotischeren Komplexität von physikalisch beschreibbaren Stimuli) verstehen? Dazu werden – entsprechend den Vorbemerkungen – zunächst in den folgenden drei Abschnitten (3–5), eng an reinen Phänomenen und Erfahrungen orientiert, einige wichtige systemische Aspekte erörtert, die für die Grundlage der PZS zentral sind.³

Wie bereits betont unterbleiben viele Hinweise auf gleichartige (aber natürlich nicht die *gleichen!*) Phänomene in den Naturwissenschaften. Aber es wird jeweils ein Beispiel für einfaches Hör-Erleben – markiert mit (a) – dem psychotherapeutischen Erleben – markiert mit (b) – vorangestellt. „Hören“ lässt sich nämlich zunächst reduzierter beschreiben und diskutieren als die Vorgänge im Rahmen einer Psychotherapie.

3. Ganzheitlichkeit, Gestalt, System

3a) Ich spiele auf einer billigen Kinderorgel einige Töne – z. B.: c–c–d–h–c–d e–e–f–e–d–c – und *höre* eine „Melodie“. Wie bei jeder anderen einfachen Melodie, etwa einer, die ein Kind vor sich hinsummt, ist dies für mich nicht nur einfach eine Abfolge von Tönen, sondern ich höre musikalisch-sinnvolle Zusammenhänge. Ich erinnere mich ggf., diese Melodie schon mal gehört zu haben. Selbst dann, wenn jeder Ton ein anderer war – z. B. auf der Orgel g–g–a–fis–g–a h–h–c–h–a–g. Es geht hier eben nicht um die physikalische Beschaffenheit der einzelnen Töne (c=264 Hertz, d=297 Hertz, h=248 Hertz usw.). Vielmehr geht es um etwas sinnhaft ganzheitlich Wahrgenommenes. Dies ist typisch für das, was Gestaltpsychologen „Gestalt“ nennen (ein Konzept, das auch für Rogers' PZA zentral ist). Eine Melodie behält ihre Gestalt, auch wenn die Töne transponiert werden (wie im 2. Beispiel); und auch, wenn sie statt auf der Kinderorgel von einer Violine, Oboe oder Trompete gespielt werden.

3b) Ich sitze einem Klienten gegenüber, der einige Wörter äußert – z. B. „gestern“ – „Abend“ – „kamen“ – „mir“ – „im“ – „Konzert“ – „plötzlich“ – „Tränen“. Wie bei fast allen geäußerten Worten meiner Mitmenschen höre ich nicht einfach Worte, sondern sinnvolle Sätze. Ich erinnere mich ggf., die „gleiche“ Aussage schon mal gehört zu haben. Selbst dann, wenn jedes Wort ein anderes war – z. B. „Freitag“ – „machte“ – mich“ – „ein“ – „Stück“ – „im“ – „Radio“ – „ganz“ – traurig“. Es geht weder um die physikalischen Schwingungen der

Luft, noch um die im Thesaurus nachschlagbare Hauptbedeutung der je einzelnen Wörter. Vielmehr geht es um eine ganzheitlich, sinnvoll wahrgenommene Äußerung. Obwohl unüblich, könnte man hier von einer (Sinn-)Gestalt sprechen. Das Wesentliche, der Sinn einer Äußerung, lässt sich auf vielerlei Weise mit unterschiedlichen Wörtern ausdrücken (allerdings kommen hier Mimik, Gestik, Tonfall, Körperhaltung etc. hinzu – und es gibt, wie noch diskutiert wird, erhebliche Probleme und Einschränkungen).

Um diese Beziehung zwischen Einzelphänomenen thematisieren zu können, welche eine ganzheitliche, aber strukturierte Ordnung bilden, wird interdisziplinär nicht der Begriff „Gestalt“ sondern „System“ verwendet.⁴

4. Bottom-up und Top-down

4a) Im Gegensatz zu der Vorstellung, dass die Töne einfach irgendwie in der Gestalt „Melodie“ aufgehen (wie Tropfen im Teich), betonte schon die klassische Gestaltpsychologie eine sehr komplexe Bottom-up- und Top-down-Dynamik: Die Töne bilden zwar, wie in (3a) ausgeführt eine Melodie; gleichzeitig erhalten die Töne aber *durch die Melodie* Eigenschaften, die sie ohne diese nicht hätten: Das „h“ im ersten Beispiel ist zwar *physikalisch* identisch mit dem „h“ im zweiten Beispiel, nämlich 248 Hertz. Mein *Hörerlebnis* ist aber völlig unterschiedlich: Im ersten Beispiel wirkt das „h“ als „Dominante“ (oder „Leitton“) – erlebensemäßig „drängt es auf das c“; im zweiten Beispiel ist „h“ die Terz der Tonika – der Ton wird ruhend erlebt. (Musikalisch unbedarfte Leser sollten dies auf der Blockflöte oder einem Tasteninstrument spielen (lassen): Das Erleben beider „h = 248 Hertz“ ist gravierend unterschiedlich). Eine Melodie setzt sich somit aus Tönen zusammen (bottom-up), doch die Töne erhalten durch die Melodie, in die sie eingebettet sind, erst bestimmte Eigenschaften und Charakteristika (top-down). Der Kontext der Töne spielt somit eine erhebliche Rolle.

Eine allgemeine systemtheoretische Formulierung ist: Die Teile eines Systems bilden die Gesamtstruktur (bottom-up); doch wird die Dynamik der Teile durch diese Struktur bestimmt (top-down). (Das Wissen darum bzw. der Hinweis darauf, dass dies für sehr viele Systeme *auch* in den Naturwissenschaften typisch ist, „entmenschlicht“ m. E. nicht meine Erfahrung beim Hören einer Melodie).

Der „Kontext“ lässt sich natürlich auch weiter fassen – und gilt dann etwa auch für das Hörerlebnis der Melodie in Bezug auf andere Hörfahrungen und -gewohnheiten: So ist die Abfolge der Töne in

3 Es sei darauf hingewiesen, dass es mehrere unterschiedliche Systemtheorien gibt (siehe den Beitrag von Levold in diesem Heft). Die PZS steht, wie anderswo ausführlich dargestellt (Kriz, 1999; 2004a), in deutlichem Kontrast zur Autopoiese-Konzeption und in enger Korrespondenz zum interdisziplinären Programm der Synergetik von H. Haken (1984).

4 Dies entspricht allerdings auch der typisch unterschiedlichen Perspektive der Naturwissenschaften: „Gestalt“ bezieht sich genau genommen nur auf die Organisation der Phänomene im menschlichen Wahrnehmungsprozess (auch wenn Wolfgang Köhler die Frage aufwarf: „Gibt es physische Gestalten?“). Während die Naturwissenschaften eben auch (oder gar primär) solche „physischen Gestalten“, also Systeme, im Blick haben, bei der sich physische Entitäten objektiv ordnen (und nicht nur subjektiv geordnet wahrgenommen werden).

beiden Beispielen oben zwar, erlebensmäßig, „dieselbe Melodie“ – egal auf welchem Instrument man sie spielt. Aber für die Wirkung dieser Melodie auf mich bzw. für die Bedeutung der Melodie, welche die Melodie für mich bekommt, keineswegs gleich, ob sie auf einer Violine, Oboe oder Trompete erklingt, ob ich sie an einem Sommerabend mit Partner im Arm, als Hintergrund im Supermarkt oder als Analysebeispiel in einer Musikprüfung höre. Eine Situation – und damit der Gesamtkontext – ist also viel umfassender, d. h. weit mehr Einzelphänomene tragen bottom-up zu einer Gesamtsituation bei, die dann top-down meinen Höreindruck bestimmt).

4b) Jedes Wort, das mein Klient in (3b) sagt, trägt zum Sinn bei, die ich dem gehörten Satz gebe (bottom-up). Gleichzeitig bekommt jedes Wort in meinem sinnvollen Verstehensprozess dieses Satzes eine spezifische Bedeutung (top-down). Die Vielfalt möglicher Bedeutungen jedes einzelnen Wortes wird dabei erheblich reduziert. D. h. die Polysemantik (jedes Wortes, besonders der Alltagssprache) wird dabei begrenzt. Der Kontext, in dem die Wörter eines Satzes stehen, spielt für deren Verständnis somit eine bedeutsame Rolle. Das gilt auch für den Kontext des ganzen Satzes: Es ist nicht gleich, mit welchem Tonfall, welcher Mimik und Gestik etc. er geäußert wird. Und es ist nicht gleich, in welchen weiteren Sinnbezügen er steht. Das Wort „frisch“ erhält eine andere Bedeutung, je nachdem ob es eine innere Befindlichkeit, den Zustand von Obst oder den Wind beschreibt. Und der Satz „Frischer Wind aus dem Osten“ bedeutet im Wetterbericht etwas anderes als in einem politischen Kommentar.

Natürlich ist auch der Begegnungskontext, in dem ein Satz gesagt und gehört (und verstanden) wird, sehr viel umfassender: Im PZA spielt sogar mein Menschenbild und mein PZA-Verständnis von einer hilfreichen therapeutischen Beziehung neben den bisherigen Sitzungen mit dem Klienten eine Rolle. Ich konzentriere daher meinen Verstehensprozess nicht so sehr auf Wörter („ach, gestern war das“); auch nicht auf den Sachinhalt („müssen Sie öfter in Konzerten weinen?“); nicht auf das, was man „tun“ könnte („hatten Sie wenigstens ein Taschentuch dabei?“ oder: „gut durchatmen hilft da manchmal“); auch nicht, wie in Anfänger-Übungen, auf das „Verbalisieren von emotionalen Erlebnisinhalten“, die *gestern* (!) da waren („Sie wurden da von Traurigkeit schier überwältigt“). Sondern der Kontext-Fokus ist der innere Bezugsrahmen des Klienten im Hier-und-Jetzt – unter Einbeziehung des Gesamtausdrucks. Das könnte (z. B. !) zu dem Verständnis führen, dass sich der Klient *jetzt* gerade dafür schämt, zu bekennen, öffentlich so emotional reagiert zu haben („Ist es Ihnen [jetzt, mir gegenüber] peinlich, wenn Sie daran denken, Ihre Gefühle so deutlich in der Öffentlichkeit gezeigt zu haben [?]“ – wäre dann eine angemessene therapeutische Äußerung – vgl. Eckert & Kriz, 2005, S. 337).

5. Komplettdynamik

5a) Mit dem Begriff „Erkennen“ der Töne als Melodie im Sinne von (3a) und (3b) ist gemeint, dass ich nach einigen Tönen mehr oder weniger weiß, „wie es weiter geht“. Bricht die Melodie irgendwo ab, so würde ich nach allerspätestens 9 der 12 Töne die nächsten 3 innerlich weiter singen. Da ich diese Melodie sogar als „Anfang der britischen Nationalhymne“ erkenne (selbst übrigens, wenn die Töne „unrichtig“ alle mit derselben Zeitdauer erklingen), ergänze ich noch weitere Teile dieser Melodie. Das wird anderen, die diese Melodie nicht kennen oder nicht erkennen, nicht genau so gehen. Aber: Der Möglichkeitsraum an weiteren Tönen ist auch dann extrem eingeschränkt. Das kann jeder mit Kindern oder anderen Personen, die diese Melodie nicht kennen, selbst erfahren. Bittet man, einige Töne, die einem gerade in den Sinn kommen, weiter zu singen, so werden dies z. B. keine Töne einer anderen Tonart sein – z. B. dis-b-cis wird kaum auftauchen. Stattdessen wird die Melodie „sinngemäß“ fortgesetzt (in der Regel in derselben Tonart, mit weiteren typischen Charakteristika der Anfangsmelodie usw.).

Es sei beachtet, dass „Erkennen“ etwas sehr Praktisches ist, denn ich kann meine Aufmerksamkeit nun verringern, da ich ja weiß, wie es weitergeht. Meist wird dies sogar leicht entspannend erlebt: „Ach ja – das ist es!“ Aber dieses „Wissen“ ist andererseits auch gefährlich: Vielleicht wollte mir jemand eine Melodie vorspielen, die nur zufällig so anfängt wie die „britische Nationalhymne“, aber ganz anders und neu weiter geht. Doch ich merke den Unterschied vielleicht nicht mehr, weil ich gar nicht mehr so genau hinhöre.

Die allgemeine systemtheoretische Formulierung dazu lautet: Weist ein Teil eines Systems bottom-up eine bestimmte Ordnung auf, so wird diese top-down den weiteren Verlauf im Sinne dieser Ordnung beeinflussen. Es sei aber nochmals darauf hingewiesen, dass die Tatsache, dass diese Formulierung z. B. auch für physikalische und chemische Systeme gilt, weder aus meiner Musik-Erfahrung noch aus der oben gegebenen Beschreibung dieser Erfahrung etwas „Physikalisches“ macht.

5b) „Verstehen“, was mein Klient sagt, oder „Erkennen“, was er meint – gar aus dem inneren Bezugsrahmen heraus – bedeutet, die Wörter (und Gesten etc.) nicht nur in einen sinnvollen Satz bzw. Kontext zu stellen, sondern vieles zu „kompletieren“. Das ist bei Informationsaustausch, oder im typischen Alltagsgespräch, praktisch und entlastend: „Ach ja, ich weiß, was er sagen will“, „ich kenne das“, „ich weiß, wie es – in etwa – weiter geht“ sind typische (explizit oder implizit begleitende Gedanken). Es wäre auch sehr aufwendig und unpraktisch, müsste mein Gegenüber bei jedem Wort, bei jedem Satz, die gesamten unausgesprochenen Kontexte mit erläutern.

Noch mehr als beim „Erkennen von Melodien“ (5a) führen Komplettdynamiken beim gegenseitigen Verstehen allerdings häufig zu Problemen: „Du hörst mir ja gar nicht richtig zu!“ sagt

nicht nur *meine* Partnerin in Situationen, wo ich tatsächlich mit meinen Gedanken abschweife, weil ich glaube, eh zu wissen, was sie sagen will – oder gar, was scheinbar (wieder) „angesagt“ ist. Wohl jeder kennt das. Für Paartherapien ist dies sogar fast die Standard-Situation: Der Therapeut fragt den einen: „Haben Sie gehört, was Ihr Partner gerade gesagt hat?“ und hört allzu oft: „äh, nein, ... nicht so genau, aber wie er anfang / mich ansah / wusste ich schon, was er sagen wollte“. Das Vertraute und Bekannte, das solche Komplettierungsdynamik schafft, ist hier zur Rigidität, zum nicht-mehr-wirklich Hinsehen und Hinhören gesteigert. Äußerungen des anderen werden quasi als Trigger für die „inneren Filme“ genommen. Es findet eine Komplettierung zunehmend ohne Realitätscheck statt (Kriz, 2004a; 2008a).

Es sei hier schon darauf hingewiesen, dass solche komplettierende Ordnungsbildung vor allem über eine symbolisierende und kategorisierende Abstraktion von unmittelbarer Erfahrung läuft. Das ist „mein Partner“, der in „solchen Situationen“ „immer wieder“ „dies und jenes“ tut/sagt/meint. Eine Hilfe, aus der Rigidität einer Beziehung zu kommen, wäre daher, darauf zu achten, dass sich die Partner gegenseitig *sinnlich erfahren* statt einander in (inneren, allgemeinen) *Kategorien* zu *beschreiben*. Dies kann z. B. durch wortloses längeres Ansehen der Partner, kleinmaschiges Hinhören und Rückmelden des Gehörten etc. gefördert werden.

Allerdings wird damit auch die Gratwanderung deutlich, der ich mich mit meinem therapeutischen Verstehen ausgesetzt sehe: Ich will nicht nur isolierte Wörter hören oder einzelne Sätze, sondern deren Bedeutung für die Erlebenswelt des Klienten verstehen. Das aber bedeutet, Kontexte über das unmittelbar Geäußerte hinaus zu komplettieren. Tue ich das aber zu sehr und zu weitgehend, so laufe ich Gefahr, auch hier zu sehr meinen eigenen inneren Filmen zu folgen, zu glauben, ich wüsste schon, „wie es weiter geht“ oder „was wieder gemeint“ ist. Dies wird durch Kategorien aller Art (z. B. diagnostische) eher verstärkt. Dieser Gefahr entgegenwirkend bedarf es eben, von der „Sinnlichkeit“ im Hier-und-Jetzt Gebrauch zu machen: genau hinsehen, genau hinhören, sorgfältig fühlen, „engmaschige“ Rückkoppelung als Realitätscheck des Geäußerten usw.

6. Komplexitätsreduktion, Konstruktion, Sinnattraktor

Bereits aus den Abschnitten 3–5 sollte deutlich geworden sein, dass unser Alltagsbewusstsein davon, in einer hinreichend geordneten, sinnvollen, von Regeln durchzogenen Welt zu leben, eine beachtliche Konstruktionsleistung ist. Wie anderswo detailliert ausgeführt (Kriz, 1998), können Sinn und Bedeutung nur dadurch erkaufte werden, dass die ungeheure Komplexität der Weltvorgänge extrem selektiert, reduziert und geordnet wird. Denn unsere Lebenswelt ist eben nicht die von Physikern thematisierbare Welt ungeheurer „Reizströme“, sondern eine Welt, die in Figur(en) und Grund

geordnet ist. Unsere Lebenswelt besteht auch nicht aus Myriaden fragmentierter Einzelmomente, sondern aus vergleichsweise wenigen, zusammenhängenden Geschichten. Meine Sinne erfahren nur Tropfen und kühles Strömen auf der Haut, Rauschen und Tosen, Helligkeits- und Farbunterschiede etc. – aber in meiner Lebenswelt ist dies ein „Fluss“, dessen gehörten Namen ich zudem ggf. erinnere und in den ich mehrfach steigen kann. Auch wenn mir der schöne und wichtige Satz von Heraklit „man kann nicht zweimal in denselben Fluss steigen“ in den Sinn kommen mag. Die wirkliche und wörtliche Einmaligkeit von Erfahrung ist höchst selten und untypisch Bestandteil der Lebenswelt.

Nehmen wir beispielsweise das „Sehen“ in Relation zur „visuellen Reizaufnahme“. Letztere besteht bekanntlich (aus der objektiven Außenperspektive beschrieben) in einer sprunghaften Folge diskreter Fixationen von 0,1–0,3 sec. Dauer – unterbrochen von diversen Augenbewegungen (u. a. den Macrosaccaden). Was wir aber *sehen* – und mehr noch: unser *inneres Bild* vom Nachbar, den wir jeden Morgen für, sagen wir, zehn Minuten auf einen kleinen Plausch beim Gang zum Bus treffen – „besteht“ für uns keineswegs aus einer sequenziellen Abfolge von ca. $4 \times 60 = 240$ Fixationsbildern pro Minute bzw. 2400 Bildern pro Morgen oder 876 000 Bildern pro Jahr, sondern aus einer stabilen, schematischen Figur. Diese ist im Sommer vielleicht „braungebrannt“, im Winter „eher bleich“, manchmal „salopp“, manchmal „elegant“ gekleidet. Über deren Erscheinungen während des letzten Jahres könnten wir noch einiges mehr sagen. Aber dies ist ganz sicher nicht einfach eine Sequenz von Detailsindrücken, die den 876 000 Einzelbildern auf der Netzhaut entspricht. Ebenso ergibt sich für uns aus den – „objektiv“ betrachtet – Myriaden von Einzeläußerungen des Nachbarn, von denen jede wieder aus vielen Wörtern bzw. Phonemen besteht und diese wiederum aus komplexen und vielfältigen Frequenzverläufen, so etwas wie ein Teil seiner Lebensgeschichte. Und darin wiederum mag ein vages, aber zusammenhängendes Bild über seinen Sohn, der in Amerika lebt, oder über seinen ehemaligen Beruf in einer anderen Stadt, seinen Ärger über seine unzuverlässigen Freunde etc. bedeutsam sein.

Die auf uns objektiv einströmende Welt der Reize wird also „bottom-up“ zu Sinnvollem strukturiert, das sich um (vergleichsweise wenige) Sinnkerne herum ordnet. Und dieses sortiert und formiert quasi wiederum „top-down“ die Reizaufnahme („Ach, jetzt erzählt der Nachbar grad' von seinem Sohn“). Solche Sinnkerne werden in der PZS „Sinnattraktoren“ genannt. (Attraktoren sind in der Systemtheorie Ordnungen, auf die ein Prozess selbstorganisiert zustrebt und die ihn ihrerseits ordnen).

Nun leben zwar auch Tiere, selbst einfache Organismen, nicht in einer Welt chaotisch komplexer Reizströme. Sondern auch sie reduzieren diese Komplexität ebenfalls durch Strukturierungsvorgänge. Doch deren Prinzipien sind weitestgehend im Laufe der Evolution erworben (man könnte von evolutionären Attraktoren sprechen). Vom Vogelweibchen wird der „Gesang“ eines Vogelmännchen

derselben Art „erkannt“ und mit ebenfalls strukturiertem Verhalten „beantwortet“; „Wurm“ und „Zweig“ werden unterschieden und der kunstvolle Bau eines Nestes ist ebenfalls ein Ordnungsprozess. Und auch der Mensch ist zunächst einmal ein biologisches Wesen, das evolutionär Strukturierungsprinzipien erworben hat: Figur-Grund-Unterscheidung, die Zerlegung von Sprachlauten in Phoneme zum Aufbau einer Grammatik oder die Herausbildung von inneren Erwartungsstrukturen als „working models“ im Rahmen von Bindungserfahrung (Bowlby, 1988).

Wesentlich (im Sinne der Existenzphilosophie) für den Menschen ist allerdings, dass seine organismische Aktualisierung die biologisch-neuronale Grundlage dafür legt, ein Bewusstsein von sich selbst entwickeln zu können (und unter üblichen biologischen und sozialen Gegebenheiten: auch zu müssen). Wie immer Theoretiker die Details genau beschreiben mögen: Bedeutsam ist, von den zunächst angeborenen Affektäußerungen und Gesten im Laufe der ersten Lebensjahre zunehmend eine Vorstellung derart zu entwickeln, dass der Mensch auf sich selbst aus der Position eines anderen zurückblicken kann (Mead, 1968). Das Kleinkind, das mit dem Teddy „Mutter und Kind“ spielt, dabei selbst die Rolle der Mutter übernimmt und dem Teddy die Rolle des Kindes (also: *seine*) zuweist, hat eine Vorstellung davon entwickelt, was sein „Jammern“ für andere bedeutet (bzw. bedeuten kann), wenn es auf das „Jammern des Teddys“ tröstend reagiert – das sogenannte *role-taking*.

Zu diesem Wesentlichen des Menschen gehört auch, sich vor dem Hintergrund einer als sinnhaft verstandenen Biographie hier und jetzt auf eine sinnhaft konstruierte Zukunft hin zu entwerfen und auszurichten. Auch wenn jemand von „Sinnlosigkeit“ in Vergangenheit und/oder Zukunft spricht, zeigt allein deren Thematisierung das Ringen um Sinn (ggf. die Verzweiflung am (noch) nicht Gelingen). Neben Carl Rogers oder Viktor Frankl gibt es kaum einen Therapeuten, der sich mit diesem Ringen nicht auseinandergesetzt hätte. Denn es ist notwendig für den Menschen, seine Lebenswelt sinnhaft zu strukturieren.

Diese sinnhafte Ordnung ist allerdings nicht individuell beliebig. Vielmehr betritt der Mensch immer schon eine Lebensbühne, auf der seit zahllosen Generationen soziale Rollen (siehe oben: *role-taking*) gespielt werden und materielle und kulturelle Symbolsysteme als Kulissen längst formiert sind. Sozialisation bedeutet, vom allerersten Tag an in diese Rollen und deren Sinnstrukturen eingeführt und an sie angepasst zu werden. Sinnattraktoren entstehen also nicht losgelöst von den Sinnstrukturen der Sozialgemeinschaft, sondern, umgekehrt, werden durch diese angeregt oder gar stark beeinflusst bis kontrolliert. Dennoch sind sie nicht einfach „implantierbar“: Denn so sehr das soziale Umfeld eines Menschen auch vermittelt, was sinnvoll ist und was nicht: Ob etwas für ihn *Sinn hat*, muss *erfahren* werden – ist also wesentlich ein Aspekt der *Erste-Person-Perspektive*. Das „hier stehe ich, ich kann nicht anders!“ eines Martin Luther finden wir durchaus in vielen Zusammenhängen, wo der Mensch eben *nicht* den Sinn der Sozialgemeinschaft

teilt. Andersherum ist es meist sehr entlastend, wenn Symptome beispielsweise im Laufe einer Psychotherapie eine sinnhafte Deutung bekommen und der Mensch erfährt, dass er selbst und (manch) andere dieses Geschehen verstehen können.

Der überaus zentrale Aspekt des „positive regard“ im PZA sowohl für die Entwicklungstheorie und Störungslehre (Biermann-Ratjen, 2007) als auch für die Therapie (Rogers, 1961) steht ebenfalls in diesem Zusammenhang: Der Mensch kann nur zu jenen Aspekten und Anteilen seines (organismischen) Erlebens und Ausdrucks eine Beziehung „aus der Position eines anderen“ – also als Momente der Selbststruktur – angemessen aufnehmen, welche ihm in der Entwicklung (oder in der Therapie) als sinnvoll verstehbar zurückgemeldet werden. Werden Äußerungen nicht verstanden, so werden diese meist eingestellt. Denn scheinbar Unverstehbares, Sinnloses zu äußern ist – zumindest für den jungen, sich entwickelnden Menschen – überaus furchtbar und frustrierend. Die Erfahrungen, die diesem „Sinnlosen“ zugrunde liegen, werden ausgeblendet oder umgedeutet – oder es werden Situationen, in denen solche Erfahrungen auftreten könnten, ganz gemieden.

7. Weisen in der Welt zu sein – oder: relevante Systemebenen menschlicher Beziehungen zur Welt

In den vorangegangenen Abschnitten ging es darum, wie die unfassbar hyperkomplexen Reizströme zu fassbaren Sinnattraktoren reduziert werden. In diesem Abschnitt werden Teilprozesse charakterisiert, welche in ihrer gegenseitigen Wechselwirkung diese Ordnung der Lebenswelt gestalten. Diese Differenzierung in einzelne Aspekte ist ebenfalls eine Reduktion (des Autors), um Ordnung und Sinn in die Betrachtung und Erklärung der Phänomene zu bringen. Die eine, ganzheitliche, Weise eines Menschen, in der Welt zu sein, wird also künstlich in „Weisen“ aufgebrochen und die folgenden Systemebenen „gibt“ es somit nicht einfach. Sondern es sind Konstruktionen, um ein sinnvolles Verstehen dafür zu fördern, welche Ordnungsprozesse für den Menschen in seiner Beziehung zur Welt, zu anderen Menschen und zu sich selbst relevant sind.

Unter diesen Vorbehalten macht es aus Sicht der PZS Sinn (!), zwischen folgenden Systemebenen der „Weise in der Welt zu sein“ zu unterscheiden:

a) *Beziehung: Organismus – Welt*: Hiermit sind jene Prozesse gemeint, welche den Organismus als biologische Entität in seiner Umwelt entfalten, aufrecht erhalten oder an deren Veränderungen adaptieren. Im PZA ist der Organismus die Basis der Erfahrungen (allerdings auch für Handlungen). Relevant sind natürlich die Sinnesorgane – aber besonders Gendlin hat darauf hingewiesen, dass auch jenseits der Sinnesorgane der Körper einfach durch seine Aktualisierung in der Welt Aspekte dieser Beziehung repräsentiert. Das ist leicht bei einem Baum zu verstehen: Dieser verfügt ja

nicht über menschliche Sinnesorgane; aber in der Art, wie er in die Landschaft und die Ereignisse hineingewachsen ist (viel Sonne von Süden, Stürme von Osten, einige zu trockene Jahre, ein Blitzeinschlag etc.), „verkörpert“ er diese „Erfahrungen“. Und ein Baumkenner könnte an der Art und Form der Jahresringe einiges über die Erfahrungen des Baumes und die vermutlichen Ereignisse aussagen. Es ist dies ein Aspekt, der z. B. für das Focusing (Wiltschko, 2008; siehe auch Punkt (d)) bedeutsam ist, in vielen Therapien aber kaum beachtet wird.

Es sei darauf hingewiesen, dass man noch eine Systemebene „tiefer“ gehen kann, auf der dann auch die innerorganismischen Beziehungen zwischen Teilen des Körpers expliziter Betrachtungsgegenstand werden – etwa zwischen Muskelverhärtungen und Atmung. Solche wichtigen Beziehungsgeflechte zwischen innerorganismischen Prozessen werden in der PZS (bisher) aber nur mit dem Fokus auf die Verarbeitungsstrukturen von Erfahrungen thematisiert und in diesem Beitrag ganz zurückgestellt.

b) *Beziehung: kognitiv-emotive Bewertungen – Welt:* Obwohl es sich hier um einen Teilaspekt von (a) handelt, macht es Sinn (!) ihn gesondert hervorzuheben, weil es hier um jene Prozesse geht, die sowohl im Alltagsverständnis als auch in der psychologischen Forschung besonders beachtet werden. Es geht um Denken und Fühlen (die „Bewertungsfunktionen“ nach C. G. Jung), inklusive Phänomene wie Erkennen, Lernen, Erinnern, Verhaltenssteuerung etc. Wobei die jahrzehntelang primär auf reine Denkvorgänge ausgerichteten Diskurse inzwischen zumindest die große Bedeutung auch von Gefühlen bei Lernvorgängen beachten. Es sei aber betont, dass wir diese Prozesse (auf Ebene (b) noch in hohem Ausmaß mit den Tieren teilen: Auch eine Taube unterscheidet Körner vom Untergrund, lernt eher schmackhaftes Futter statt unschmackhaftem zu wählen und sich entsprechend zu erinnern, kann klassisch und operant konditioniert werden etc.

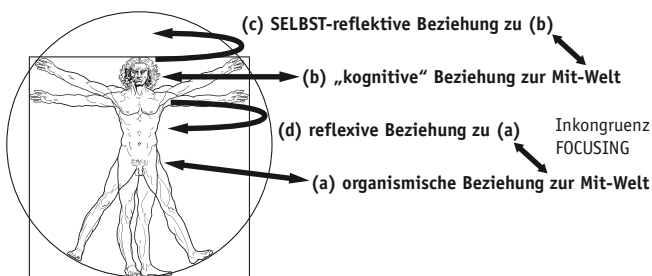


Abb. 1.: Weisen in der Welt zu sein

c) *Beziehung: Bewusstsein – (b):* Wesentlich für den Menschen ist, wie bereits betont wurde, die Prozesse von (b) selbst zum Gegenstand seiner Denk- und Fühlvorgänge machen zu können. Ebene (c) fokussiert also auf jene Prozesse, die wir (reflexives) Bewusstsein nennen und deren Struktur das „Selbst“ im PZA ist. Mit Prozessen auf Ebene (c) verbunden sind also: sich seiner Erfahrungen

(einschließlich des Verhaltens) bewusst zu werden, ihnen und der eigenen Existenz einen Sinn zu geben (s. Abschn. 4), vom reinen Verhalten (a + b) zum intentionalen Handeln zu kommen, ein Selbstbild zu entwickeln etc. So wichtig (c) auch ist: es sollte nicht überschätzt werden, da sich der Mensch auch mit (b) ins Alltagsgeschehen „einklinkt“. Jedenfalls hat Julian Jaynes (1993) sehr detailliert argumentiert und gezeigt, dass Menschen durchaus zu beachtlichen Kulturleistungen auch ohne reflexives Bewusstsein fähig sind.

Mit dem Konzept der *Inkongruenz* weist der PZA darauf hin, dass die organismischen Erfahrungen von (a) und (b) keineswegs adäquat im Selbst repräsentierbar bzw. symbolisierbar sein müssen – das wäre nur bei der „fully functioning person“ der Fall, die es aber real nicht gibt. Da aber Sinn, Symbolisierung, Zuwendung von anderen („positive regard“) in hohem Maße von den sozialen Prozessen in der Umgebung des Menschen mitbestimmt werden (wenn auch keineswegs determiniert – siehe Abschnitt 6 und 8), können sich die Selbstorganisationsprozesse (*Selbstaktualisierung* – siehe unten) ggf. eher an *diese* Bedingungen anpassen (also an das „conditional regard“) als an die Bedingungen und Bedürfnisse des Organismus. Diese Aspekte sind von Rogers und anderen im Rahmen des PZA an vielen Stellen detailliert ausgeführt. Sie sind zentral für das Verständnis von „Störungen“ – d. h. für die Gründe, warum Menschen überhaupt therapeutische Hilfe aufsuchen.

d) *Beziehung: Bewusstsein – (a):* Es ist einer der zentralen Beiträge Gendlins, mit dem Focusing auf ein spezifisches In-Beziehung-Treten hingewiesen zu haben: Der Mensch kann nämlich nicht nur zu seinen Gedanken, Gefühlen und Handlungen reflexiv in Beziehung treten (c), sondern auch zu Bereichen der im Körper repräsentierten Erfahrung, die zu (a) gehört. Der Unterschied zwischen (d) zu (c) (und auch zwischen (b) zu (a)) wird beispielsweise daran deutlich, dass man zwar in bewusster Reflexion über die Gedanken und den Sinn einer bestimmten Situation oder Entscheidung zu einem Urteil kommen kann, das logisch einwandfrei und rational begründbar ist und sogar mit expliziten Überzeugungen und Werten sinnvoll übereinstimmt – und dennoch ggf. *spüren* kann, dass dies nicht „stimmig“ ist. Oder der typische Fall sog. „neurotischer Symptome“, wo sich der Mensch zwar selbst (reflexiv) über sein Verhalten in bestimmten Situationen wundert, aber die eigentlichen inneren Zusammenhänge nicht versteht und (noch) keinen Zugang dazu hat, was ihn sich so verhalten lässt. Prozesse auf Ebene (d) richten sich somit nicht so sehr nach dem *social sense* – dem in die Sozialgemeinschaft eingewobenen Sinn, der ggf. über ein *conditional regard* im Selbst stabilisiert wurde – sondern nach dem *felt sense*, der vor-sprachlichen und vor-symbolisierten Erfahrungs- und Bedürfnisstruktur des Organismus. Therapie allgemein und Focusing im Besonderen zeigen, wie untypisch und schwierig es für den Alltagsmenschen ist, mit diesen Aspekten seines (Er-)Lebens in Beziehung zu treten. Dies wird nicht gelernt und kaum unterstützt, denn für

die Gesellschaft ist wichtiger, dass sich die Menschen angesichts der Reiz- und Aktionsflut unserer Kultur vor allem möglichst reibungslos in die Prozesse des *social sense* einzuklinken vermögen (*positive regard* wird daher auch selten *unconditional*, sondern häufig nur *conditional* gegeben: Zuwendung hat eben allzu oft ihren Preis).

8. Selbstorganisation und Aktualisierung: Erklärungsprinzipien für die Ordnung der Lebensprozesse

Die in Abschnitt 7 (zunächst) benannten Prozesse, mit denen der Mensch „in der Welt ist“, schaffen jene Ordnung, mit der wir uns in der Welt zurechtfinden, d. h. sie laufen nicht willkürlich, chaotisch oder rhapsodisch ab. Besonders für die Prozesse auf Ebene (b) und (c), die für das soziale Miteinander, gemeinsame Weltgestaltung, Kultur etc. hoch relevant sind, steht deren Ordnung im Zentrum der Betrachtung und ist Gegenstand ständiger Beobachtung und Interventionen. Sozialisation und ihre Institutionen (z. B. Elternhaus, Schulen) stellen sicher, dass die Sinnstrukturen hinreichend weitergegeben werden. Dort, wo die Ordnung in Wahrnehmung, Denken, Fühlen und Verhalten, beim Individuum, bei Paaren, in Familien oder Organisationen deutlich jenseits von Toleranzgrenzen „verrückt“ ist, setzen Therapie, Beratung, Coaching, Justizvollzug und dgl. ein. Damit stellt sich noch einmal die Frage (siehe Abschnitt 2), wie diese Ordnung entsteht, wie sie aufrecht erhalten werden kann und – etwa in den letztgenannten Fällen – aus leidvoller „Verrücktheit“ wieder befriedigend hergestellt werden kann.

Die immer noch vorherrschende ideologische Antwort in unserer (!) Kultur lautet: *Ordnung ergibt sich nur dadurch, dass jemand ordnet. Dies muss kontrolliert werden, sonst droht die Ordnung in Chaos bzw. Anarchie zu zerfallen.* Die damit verbundenen Vorstellungen von Veränderung durch einfache Ursache-Wirkung-Beziehungen und entsprechende Interventionen wurde oben schon erörtert. Für den Umgang mit toter Materie ist dies auch hinreichend angemessen, denn mein Schreibtisch räumt sich in der Tat nicht von selbst auf – ich muss Ordnung schaffen. Der Sinn ordnender Interventionen ist daher täglich erfahrbar und somit fast selbstverständlich.

Allzu oft und allzu sehr werden daher diese Prinzipien auch auf den Bereich des Menschen übertragen: Polizei und Militär schaffen Ordnung im Inland wie im Ausland; Erziehung und Ausbildung wurden lange primär als einfügende Anpassung in bestehende Ordnung (z. B. Werte und Normen) verstanden; auf der Ebene des Organismus (a + b) funktioniert nicht nur bei Tieren Dressur, Drill, klassische und operante Konditionierung beachtenswert gut. Und nicht selten kommen Klienten in die Therapie oder Beratung mit dem indirekten Erwartungsbild, Veränderung funktioniere genau so: Jemand gibt gute Ratschläge (auch wenn sie deren Erfolglosigkeit längst erlebt haben, sonst kämen sie nicht in Therapie), oder macht mit ihnen etwas in dem Sinne, dass auf der Basis einer „Fehleranalyse“ im

Wahrnehmen, Denken, Fühlen oder Handeln etwas vom Therapeuten „repariert“ wird.

Systemische und humanistische Therapeuten – also auch der PZA – betonen aber gemeinsam mit moderner naturwissenschaftlicher Systemtheorie (sowie diversen Weisheitslehren und manch anderen Ansätzen) die Erkenntnis, dass es auch ganz andere Prinzipien und Wege gibt, um zu Ordnung zu gelangen, als zu ordnen. Es lässt sich zeigen, dass dann, wenn die Prozesse in einem System nicht künstlich isoliert werden – also insbesondere den Rückkoppelungen und der Beziehung zur Umwelt Rechnung getragen wird – *selbstorganisiert* Ordnung entsteht. Der Fachbegriff hierfür ist *Emergenz*. Statt ordnend von außen einzugreifen (z. B. Vorschriften zu machen oder Ratschläge zu geben) genügt es, Selbstorganisation zu ermöglichen und ggf. zu fördern – allerdings muss man dann in Kauf nehmen, dass diese Ordnung vielleicht nicht genau dem entspricht, was der Ordner will und sich als *sein* Ziel vorstellte. Aber zumindest in Psychotherapie und Erziehung ist man sich heute weitgehend darin einig, dass es nicht darauf ankommt, dass Ratschläge genau befolgt werden, sondern dass eigene Lösungsmöglichkeiten gefunden werden.

Schon die in den Abschnitten 3–6 erörterten Phänomene und Beispiele belegen, dass nicht „von außen geordnet wird“. Niemand schreibt vor oder gibt auch nur den Rat: „Sie sollten die folgenden Töne zu einer Melodie verbinden“ (ergänzt um: „indem Sie ... machen“); oder: „die folgenden akustischen Reize, die Ihre Ohren erreichen, sind Wörter – diese beziehen sich auf den Sohn Ihres Nachbarn, bitte speichern Sie das Gehörte an der entsprechenden Stelle Ihres Gehirns ab“. Dies wäre nicht nur absurd, sondern würde so auch gar nicht funktionieren – denn es werden (wie sich zeigen lässt) gerade nicht Wörter in der entsprechenden Reihenfolge abgespeichert (wie ggf. auf einer Computer-Festplatte), sondern es werden selbstorganisiert bottom-up Ordnungs- und Strukturierungsprinzipien gebildet, welche top-down das Gehörte strukturieren, d. h. die komplexen, polysemantischen akustischen Reizströme zu einem sinnvollen inneren Bild vom Sohn des Nachbarn reduzierend ordnen.

Allerdings geht es in Psychotherapie und Beratung (und Coaching etc.) fast nie um Emergenz, d. h. um das selbstorganisierte Entstehen von Ordnung. Vielmehr suchen Menschen gerade deswegen professionelle Hilfe, weil sie unter (einigen Aspekten) der bereits *vorhandenen* Ordnung ihrer Lebenswelt leiden: Das, was „Symptome“, „Probleme“ „Störungen“ etc. genannt wird, sind ja bestimmte Ordnungen in den Prozessen ihres Lebens, d. h. wie sie „in der Welt sind“. Und Therapeuten sind sich weitgehend schulübergreifend darin einig, dass diese Ordnungen meist irgendeinmal recht sinnvoll waren: nämlich um unter ungünstigen Bedingungen das psychische oder gar das physische Überleben irgendwie zu sichern. Oder, etwas weniger dramatisch, den Selbstwert zu erhalten, Bedrohungen abzuwehren etc. Was Menschen also bei professioneller Hilfe somit suchen, ist die Ermöglichung eines Übergangs

von einer Ordnung (= Symptome, Probleme) in eine andere, weniger leidvolle, Ordnung. Ein solcher Ordnungs-Ordnungs-Übergang heißt in der Systemtheorie *Phasenübergang*.

Phasenübergänge sind in der Alltagswelt des Menschen ebenso typische wie normale Entwicklungsvorgänge und laufen meist recht undramatisch ab. Dabei geht es nicht um genetisch weitgehend determinierte Umordnungen – wie etwa die Metamorphose: Ei-Raupe-Puppe-Schmetterling –, sondern es geht um selbstorganisierte Umordnungen von Prozessstrukturen in Adaptation an Veränderungen in der Systemumwelt. Die sich ständig ändernden Anforderungen aus der Umwelt stellen quasi *Entwicklungsaufgaben* bereit, an welche sich ein System adaptiert, indem zunächst stabile Attraktoren instabil werden und in einem Phasenübergang einen neuen Attraktor aktualisieren. Beispielsweise markieren die Übergänge Kleinkind-Schulkind-Jugendlicher-Berufstätiger-Partner-Eltern-Rentner solche Anforderungsveränderungen, die typische Entwicklungsaufgaben konstellieren. An diese muss sich der Mensch in unserer Kultur mit seinen Prozessstrukturen (besonders (b) und (c) in Abb.1) adaptieren: Sein Verhalten, seine Kompetenzen, seine Wahrnehmung von „Wichtigem“ und von „Unwichtigem“, sein Bild von sich selbst etc. wird dabei jeweils deutlich andere Strukturen annehmen. Manche kulturell besonders wichtige Übergänge werden sogar mit Initiationsriten versehen, um die neuen Entwicklungsaufgaben und Anforderungsprofile „feierlich“ hervorzuheben – etwa die Einschulung, das Schulende, Konfirmation/Kommunion, Examen, Pensionierung etc.

Genau diese selbstorganisierte Herausbildung und Adaption von Prozessstrukturen bringt Rogers Konzept der „Aktualisierungstendenz“ (übernommen von Goldstein) auf den Begriff. Wobei Rogers besonders die Wichtigkeit einer angemessen symbolisierenden Korrespondenz zwischen Prozessen auf Ebene (a) und (b) einerseits und (c) und (d) andererseits (vgl. Abb. 1) für psychische Gesundheit bzw. „Störungen“ herausgearbeitet hat. So wie „Gravitation“ im Newtonschen Weltbild schlicht die Phänomene in einen Zusammenhang bringt, dass Äpfel in Erdnähe zu Boden fallen der Mond aber nicht (sondern um die Erde „kreist“), bringt „Aktualisierung“ schlicht die Phänomene in einen Zusammenhang, dass rückgekoppelte, vernetzte Prozesse selbstorganisiert Strukturen bilden.⁵ Diese Strukturen (oder: Muster, Ordnungen) sind den Systemen einerseits inhärent – es wird also keine Struktur von außen einfach aufgezwungen – sind aber andererseits stets als Adaptation an die Gesamtheit der Bedingungen zu verstehen. Eben das meint „Aktualisierung“.

„Aktualisierung“ ist also so wenig wie „Gravitation“ eine Frage des *Glaubens*, sondern eine bestimmte Art, Phänomene in einen Erklärungszusammenhang zu bringen (so gibt es für die Phänomene, die mit Gravitation beschrieben werden, seit Einstein auch andere

Beschreibungsmöglichkeiten). Dies wird allerdings im PZA keineswegs allgemein so verstanden, wie z. B. folgendes (eher typische) Zitat belegt:

Für einige ist z. B. der Glaube an die Kraft Aktualisierungstendenz (vgl. Kriz, in diesem Buch) der Eckpfeiler ihrer Vorstellung von Therapie, die daher die Annahme einschließt, dass Nicht-Direktivität den Kern ihrer Arbeitsmodelle darstellt. Im Gegensatz dazu wird von anderen ... stärker betont, dass die Aktualisierungstendenz ernsthaft beschädigt werden kann, dass solche Schädigungen manchmal irreparabel sind... Manchmal (sind) direktivere oder prozessleitendere Interventionsformen nötig (...), um den Prozess der Aktualisierung wieder in Gang zu setzen.“ (Lietaer, 2008, S. 29).

Aus Sicht der PZS muss dazu gesagt werden, dass eine *Tendenz* nicht „beschädigt“ werden kann; aber auch die Aktualisierung kann weder beschädigt noch wieder in Gang gesetzt werden – wie alle Erklärungsprinzipien, einschließlich Gravitation. Wenn gasgefüllte Ballons steigen, ist nicht die Gravitation beschädigt, sondern es muss bei diesem Phänomen auch die Schwere der Luft berücksichtigt werden, die bei fallenden Äpfeln, Gläsern etc. vernachlässigbar ist. Zu den Bedingungen, an die sich lebende Organismen adaptieren, gehört *auch* ihre Vergangenheit. Und daraus folgt, dass Aktualisierung *niemals* so stattfindet, als hätte es diese Vergangenheit nicht gegeben. Manchmal ist und bleibt diese für einen Menschen so bedeutsam, dass die Aktualisierung *darin* deutlich anders ist, als man es bei Menschen mit günstigeren Entwicklungsbedingungen beobachten kann (deshalb ist sie aber nicht „beschädigt“).

Dieser Aspekt einer stets *bedingten* Aktualisierung – die damit im Ergebnis oft recht begrenzt erscheint – soll durch folgendes (fiktive) Gleichnis für die „Aktualisierung“ auf der anschaulichen organismischen Ebene weiter erhellt werden: Ein 20-jähriger Mann, den man als 3-Jährigen in eine Holzkiste von 70 × 70 × 70 cm eingesperrt (aber regelmäßig mit Nahrung versorgt) hatte, wird entdeckt und befreit. Da dieser Mann überlebt hat, wird er seine menschliche Gestalt entsprechend den sehr einschränkenden Bedingungen aktualisiert haben. Dabei werden z. B. seine Arme und Beine wegen der extremen Enge eine ungewöhnliche Form entwickelt haben und deren Muskeln und Sehnen werden nahezu ungeübt sein. Der nun befreite Mensch wird daher zunächst nicht gehen können, sondern merkwürdig zusammengekauert, mit verbogenen Gliedmaßen, am Boden sitzen.

Was dürfen wir nun von der weiteren Entwicklung dieses Menschen erwarten? Selbst wenn dieser Mensch keine spezifische Therapie erhält, wird er seinen neu gewonnenen Freiraum zur weiteren Aktualisierung nutzen. So wird er zunehmend von seiner Fähigkeit als Mensch – im Gegensatz zu einem Baum – Gebrauch machen, sich räumlich fortzubewegen und Dinge seiner engeren und weiteren Umgebung zu „ergreifen“. Er wird dies zunächst irgendwie kriechend und un gelenk tun, aber er wird nach und nach eine gewisse Fertigkeit darin entwickeln. Besonders wenn er in seiner weiteren Entwicklung nun durch andere Menschen unterstützt wird, wird er

⁵ Dazu bedarf es, genaugenommen, noch einiger Randbedingungen – diese sind aber für lebende Systeme aufgrund ihrer Evolution meist erfüllt (vgl. Kriz, 1999).

vielleicht sogar einen Gang auf zwei Beinen und einen hinreichend effizienten Gebrauch seiner Arme entwickeln. Andererseits können wir kaum erwarten, dass selbst bei bester und jahrelanger Therapie die körperlichen Entwicklungsschäden voll reversibel verschwinden. Dieser Mensch wird sich z. B. als 40-Jähriger nicht so bewegen können, als sei er nie in einer Kiste eingesperrt gewesen: Einiges an seinem Gang und an seinen Bewegungen wird im Vergleich zu seinen Mitmenschen, die eine weitgehend unbehinderte Entwicklung durchlaufen konnten, „merkwürdig“ und „fremdartig“ bleiben. Jemand, der viel Erfahrung mit Menschen „aus Kisten“ hat, wird daher auch Jahrzehnte später sagen können: „Ach, das wird vermutlich jemand sein, den man in eine Kiste eingesperrt hat“ – und sich mit einer solchen Diagnose die Fremdartigkeit der Bewegungen erklären.

Dieses drastische Beispiel sollte einerseits die Möglichkeiten, andererseits die Grenzen dessen verdeutlichen, was wir mit Aktualisierungstendenz meinen. Die menschliche Anlage, Arme und Beine mit bestimmter Form und Länge zu entwickeln, wird zunächst selbst an die extrem beschränkenden Bedingungen der Holzkiste adaptiv aktualisiert. Verändern sich diese Bedingungen wesentlich, so adaptiert sich der Organismus entsprechend seiner Möglichkeiten an diese neuen Bedingungen – z. B. wird er sich, wenn möglich, mit Hilfe der Arme und Beine fortbewegen. Diese Neuadaptation geschieht allerdings nicht einfach plötzlich – so wie ein unter Druck verformter Gummiball ggf. in seine runde Form zurückspringt. Sondern dies geschieht ebenfalls im Rahmen der angelegten Entwicklungsmöglichkeiten: Knochen, Sehnen und Muskeln brauchen ihre Zeit, um sich umgestalten zu können. Und die Adaptation wird auch nicht so geschehen, als hätte es keine vergangene Entwicklung gegeben. Sondern die adaptive Weiterentwicklung geschieht natürlich immer vom Ausgangspunkt der jeweils veränderten Bedingungen.

Aktualisierung meint somit immer eine Adaptation an die Bedingungen im Rahmen der Möglichkeiten, und dazu gehört eben auch die bisherige Entwicklung. Verglichen mit einer Entwicklung unter guten Bedingungen wird somit eine „Schädigung“, als Adaptation an schlechte Bedingungen, oft nicht einfach völlig „reversibel“ sein – d. h. weitere Adaptationen so vornehmen, als hätte es diese nie gegeben. Schon die Anführungszeichen bei „reversibel“ machen aber deutlich, dass auch dies ein inadäquater Begriff ist. Denn es wird *niemals* eine „Fehlentwicklung“ wieder „rückgängig“ gemacht. Sondern eine bestimmte Entwicklung, die wir von außen und verglichen mit anderen Entwicklungen als „Fehlentwicklung“ bezeichnen, schreitet weiter voran. Und entsprechend den dann günstigeren Bedingungen beschreiben wir diese neue Entwicklungsrichtung als weniger „fehlgehend“. Ggf. bemerken wir sogar keinen Unterschied mehr zu einer „normalen“ Entwicklung – dann *sieht es so aus*, als sei dies „reversibel“.

In dieser Weise beschrieben, verliert die Aktualisierungstendenz jeden mystischen oder magischen Anstrich von einer „innewohnenden“ Kraft, welche aus sich heraus die Entwicklung von

Lebewesen zur Vervollkommnung treibt. Sie ist, nochmals, eine schlichte Beschreibung der Adaptation von Prozessstrukturen an die Gesamtheit der Bedingungen. Zur menschlichen Aktualisierung gehört aber nicht nur die physische Entwicklung sondern insbesondere auch die psychische Entwicklung hin zu einem Bewusstsein des Menschen von sich selbst. Und auch hier gibt es analog zu der Holzkiste beschränkende Bedingungen für eine Entwicklung, die wir bei anderen Personen als normal und üblich bezeichnen würden. Wobei mit den oben diskutierten Prozessebenen deutlich wurde, dass Teilprozesse trotz gegenseitiger Wechselwirkung dennoch unterschiedliche Eigendynamiken entfalten und sich an sich an unterschiedliche Teilbedingungen adaptieren können – wobei Teilprozesse auf einer bestimmten Ebene sowohl restringierende als auch fördernde Bedingungen für eine andere Prozessebene darstellen können. Beispielsweise könnte der Mann aus der Kiste nach dem Entfernen dieser Beschränkungen auch dann nicht von seinen Bewegungsmöglichkeiten Gebrauch machen, wenn seine psychischen Prozesse quasi neue Barrieren aufbauen – etwa indem er sich sagt: „Es hat sowieso alles keinen Zweck“, oder indem er fürchtet, für Fortbewegungsversuche bestraft zu werden. Hingegen könnte eine psychische Verfassung, die sich in dem Willen äußert, sich auf keinen Fall unterkriegen zu lassen, das Ausmaß des Übens der nun befreiten Glieder steigern und so die körperlichen Adaptationsprozesse fördern.

Wichtig ist allerdings auch, dass die (Er-)Lebensprozesse auf den in Kap. 7 charakterisierten Systemebenen keineswegs von einem *isolierten* Individuum (bzw. Organismus) vorgenommen werden – wie schon am Ende von Abschnitt 6 betont wurde. Die eben charakterisierten Eigendynamiken auf unterschiedliche Prozessebenen können z. B. auch auf (b) und (c) (siehe Abb.1) wirksam werden: So kann jemand in einer Situation körperlich mitbekommen, dass er angegriffen und entwertet wurde – er strukturiert auf Ebene (b) also die komplexen visuellen und akustischen Reize durchaus in einer Weise, dass sogar Außenstehende wahrnehmen können, wie erregt und ärgerlich er ist. Allerdings kann es in der Selbstwahrnehmung (Ebene (c)) seiner inneren Vorgänge durchaus so sein, dass dieser Ärger gar nicht bewusst als solcher symbolisiert wird, weil es dafür keine Prozessqualität in der Selbststruktur gibt: Sein Ärger wurde schon in der frühen Biographie nicht verstanden und angemessen beachtet (*positive regard*), sondern einfach ignoriert, lächerlich gemacht, oder negativ sanktioniert. Das Selbst, dem ja wesentlich die Sicht aus der Position von anderen zugrunde liegt, hat die aggressiven körperlichen Empfindungen nicht oder nur in umgedeuteter Form (z. B. als „Hungergefühl“) integrieren können. Und damit kommt in seiner Selbststruktur gar nicht als eine inhärente Möglichkeit vor, dass er auch aggressiv sein könnte. Dies wäre ein recht verkürztes, aber nicht untypisches Beispiel für „Inkongruenz“ gemäß PZA.

Damit wird nun deutlich, dass die „Weisen in der Welt zu sein“ – d. h. die relevanten Systemebenen menschlicher Beziehungen zur

Welt aus Abschnitt 7 – um die andere Seite der Begegnung ergänzt werden muss, wie im folgenden Kapitel gezeigt werden soll:

9. Wie die Welt uns begegnet – oder: relevante Systemebenen menschlicher Mitwelt

Entwicklungspsychologisch gesehen hat die Welt, der das Neugeborene begegnet, zunächst einmal die Erfüllung der basalen Bedürfnisse zu gewährleisten: Nahrung, Schutz, Nähe, Zuwendung, Verständnis für die Affekte, *positive regard* etc. Wenn dies hinreichend gelingt, können die grundlegenden Strukturierungsprinzipien seiner Lebenswelt eine Basis für weitere Entwicklung bieten – etwa Arbeitsmodelle (*working models*) über das, was von der Welt und anderen Menschen zu erwarten ist, wie sie im Rahmen der Bindungstheorie (Bowlby, 1988) in die Diskussion eingebracht wurden. Schemata, als ein anderer Aspekt von Strukturierungsprinzipien, im Sinne von Piaget (1976) können entstehen und die Welterfahrung assimilierend an diese anpassen oder (was als Phasenübergang zu verstehen ist) sich selbst akkommodierend adaptiv an die Welt anpassen, wo sie inadäquat werden (man sieht, wie stark Piagets Konzepte ebenfalls aus der Systemperspektive der Gestalttheorie stammen – einschließlich des Schema-Konzeptes, das er von Bartlett (1932) übernahm).

Auf der anderen Seite lassen Vernachlässigung, Schädigung durch Missbrauch oder Inkompetenz, oder auch nur Ignoranz oder Missverstehen der Affektäußerungen, nur noch „Notfall-Ordnungen“ aktualisieren, die dem Kind meist keine feste Grundlage bieten, weitere Strukturen seiner Lebenswelt in adaptiver Flexibilität auszudifferenzieren. Beispiele sind u. a. ungünstige Bindungsstile, oder das Borderline-Konzept von Rohde-Dachser, wonach die Spaltung der Objektbeziehungen in „gut“ und „böse“ als „urtümlicher Versuch des Menschen, seine widersprüchlichen Erfahrungen innerlich abzubilden und gleichzeitig zu ordnen, dem Chaos eine Struktur zu geben“, verstanden wird (Rohde-Dachser, 1986, S. 136).

Die Literatur in Klinischer und Entwicklungs-Psychologie sowie in Psychotherapie ist voll mit Konzepten und Beispielen für die notwendigen Förder- aber eben leider auch Schädigungsmöglichkeiten der Aktualisierung dieser grundlegenden Ordnungsprinzipien in früher Kindheit. Auch Rogers und der PZA haben sich sehr intensiv den notwendigen und hinreichenden Bedingungen gewidmet, die sowohl in der Beziehung Klient-Therapeut als auch in der frühen Entwicklung (besonders Kind-Mutter/Eltern) förderlich sind. Dies muss hier nicht weiter referiert werden. Jeder Personzentrierte Therapeut hat erlebt, wie mühsam, schmerzhaft, aber letztlich auch befreiend es sein kann, wenn unbekannte, abgelehnte oder entwertete Prozessanteile des Erlebens endlich dem Bewusstsein zugänglich und integraler Teil der Selbststruktur werden können. Da ein Phasenübergang stets zunächst die Destabilisierung von Strukturen voraussetzt – natürlich nur in manchen Aspekten, nämlich

den „symptomatischen“ bzw. „problematischen“, während andere stabil bleiben – entspricht dies dem „stirb und werde!“ aller großen Veränderungsprozesse, und entspricht auch dem „Wachstum“ in der Humanistischen Psychologie (die ja nicht ein „immer mehr“ meint, sondern, der Metapher des Laubbaumes folgend, das „Stirb“ der Blätter im Herbst, damit das „Werde“ im Frühjahr möglich wird).

Im Gegensatz zu diesen von Rogers und im PZA sehr detailliert und umfangreich dargestellten Prozessen in der Beziehung zwischen Klient und Therapeut bzw. zwischen Kind und Eltern sind andere Systemebenen in der Mitwelt⁶ des Menschen, welche die Prozesse (a)–(d) in Abb. 1 stabilisieren bzw. auch Phasenübergänge ermöglichen, überaus „unterbelichtet“. Denn die wenigen Ansätze zur Paar- und Familientherapie im PZA erscheinen als eine Verlängerung der dyadischen Beziehungsgestaltung in einen etwas größeren Personenkreis hinein. Selbst im „Encounter“, für den PZA fraglos bedeutsamer und viel diskutiert, kommen die folgenden Aspekte deutlich zu kurz:

Die Prozesse (b) und (c) Abb. 1 werden nämlich auch erheblich durch interpersonelle und kulturelle Strukturen stabilisiert. Dies ist vor allem von der systemischen Therapie herausgearbeitet worden – angefangen vom Konzept des Ko-Alkoholikers, über die malignen selbstorganisierten Interaktionsstrukturen in Paaren und Familien, wie sie bereits etwa von Watzlawick et al. (1967) beschrieben wurden, bis hin zu den Metaphern und Narrationen, die in einer Familie – oft über Generationen – Sinn und Verstehensprozesse bedeutsam beeinflussen. Diese wiederum sind eingebettet in die Metaphern und Narrationen größerer kultureller Einheiten, wobei noch die historische Situation hinzukommt: So ist kaum ein Mensch in Mitteleuropa zu finden, dessen Bilder und Geschichten, die er im Kreise seiner Eltern und Großeltern gehört, erinnert und als bedeutsame Anteile von Verstehensprinzipien aktualisiert hat, nicht in die historischen Abläufe von zwei Weltkriegen, Vertreibung, Täter-Opfer-Dynamiken des „Dritten Reiches“ etc. eingewoben sind. Eine „Zwangssymptomatik“ erhält beispielsweise eine ganz andere Bedeutung, wenn man erfährt, dass die Eltern und Großeltern dieses Menschen nicht nur aus der Heimat vertrieben wurden, sondern dabei miterlebt haben, wie viele ihrer Familienangehörigen umgekommen sind (vgl. Kriz, 2004b). Zwang und Kontrolle, um ein solches Chaos zu bannen, sind da fast natürliche Notfallreaktionen. Und selbst (oder gerade) wenn dies nicht explizit ständig zur Sprache kommt, reicht ein so unfassbar, bedrohliches, Gefährdungen aller Art vermeidendes Klima aus, dass sich die entwickelnden Sinnstrukturen des in die Welt hinein sich aktualisierenden jungen Menschen davon nicht unbeeinflusst bleiben. Auch aus der Arbeit mit Nachkommen von Holocaust-Überlebenden ist

⁶ Es wird bevorzugt, statt von „Umwelt“ von „Mitwelt“ zu sprechen, um die künstlich-analytische Trennung des Menschen von der Welt, die ihn umgibt und trägt und deren Teil er ist, zumindest begrifflich nicht einfach als Selbstverständlichkeit hinzustellen. Diese Sicht verdanke ich Meyer-Abich (1990).

bekannt, dass spezifische Symptomatiken überhaupt erst jetzt, in der dritten Generation, auftauchen und etwas „äußern“, was vorher unaussprechlich war.

So wichtig also auch die von Rogers zunächst herausgearbeiteten Aspekte einer förderlichen menschlichen Beziehung für die Entwicklung (einschließlich der Aktualisierung von „Symptomen“ als leidvolle Strukturierungen) und psychotherapeutische bzw. beraterische Veränderungsmöglichkeiten sind: Das „Selbst“ und andere Strukturen der (Er-)Lebensprozesse sind eben auch in die interpersonellen, kommunikativen und kulturellen Prozessstrukturen der Gesellschaft eingewoben. Diese tragen sowohl zur Stabilisierung personaler (Er-)Lebensprozesse bei als auch zu deren Veränderung – allein schon durch die o.a. thematisierten „Entwicklungsaufgaben“. Die PZS hat sich von Anfang an gegen eine Auflösung der „Person“ in einem Netz von Kommunikationsstrukturen gewendet, als eine solch einseitige Sicht in der Systemischen- und Familientherapie der 80er und 90 Jahre noch typisch war. Gegen die Fokussierung auf Kommunikationsstrukturen wurde argumentiert, dass jede Abfolge von Kommunikationen stets durch das Nadelöhr persönlicher Sinndeutungen gehen muss (Kriz, 1990). Genauso greift allerdings die zu starke Fokussierung im PZA allein auf Erlebens- und dyadische Eltern-Kind- oder Therapeut-Klient-Prozesse zu kurz, wenn die Sinn generierenden, stabilisierenden und verändernden sozialen, semiotischen und kulturellen Prozessstrukturen übersehen werden.

Die Lebensbühne, die der Mensch betritt, ist eben nicht leer oder durch einige persönliche Begleiter bestimmt. Vielmehr sind die Kulissen als Repräsentanten Jahrhunderte langer Arbeit an materiellen Sinnstrukturen (Werkzeuge, Gegenstände, Apparate) zu verstehen; die Rollen der zahlreichen Akteure sind über viele Generationen vorgefasst; und selbst die verwendete Sprache unterliegt mit ihren Verdinglichungen und anderen kulturellen Sinnattraktoren (Kriz, 2004b) erheblichen Prästrukturierungen. In den letzten Jahrzehnten spielen zudem mediale Prozesse bei diesen Strukturierungsprozessen von „Realität“ eine zunehmende Rolle.

Wenn Psychotherapie als Förderung von Ordnungs-Ordnungs-Übergängen verstanden wird, sollten *alle* Prozessebenen der Stabilisierung und Veränderung von Sinnstrukturen der Lebenswelt in Betracht gezogen werden. Auch PZA-Therapeuten sollten daher neben der Förderung von Erlebensprozessen, die eine Integration nicht symbolisierbarer Erfahrungen ins Selbst ermöglichen, auch die sozialen, semiotischen und kulturellen Prozesse beachten, die Symbolisierungsstrukturen überhaupt erst ermöglichen, stabilisieren oder verändern. Obwohl dies hier, in einem vergleichsweise kurzen Beitrag, nicht weiter entfaltet werden kann, ist vielleicht deutlich geworden, dass gerade die Betonung einer systemtheoretischen Perspektive die Vernetzung personaler und sozial-kultureller Prozesse konzeptionell gut beschreiben kann. Dies ist ein weiterer Grund, warum mithilfe der PZS fällige „Hausaufgaben“ des PZA – nämlich die bessere Berücksichtigung externer Systemstrukturen für den therapeutischen Prozess – angegangen werden können.

10. Nachwort: Zu Spielhofers Kritik an der Autopoiese

Da in diesem Heft auf Einladung der Herausgeber Hermann Spielhofer eine kritische Diskussion „der“ Systemtheorie veröffentlicht, in der er sich öfters auch auf die „Personenzentrierte Systemtheorie“ bezieht, bedarf es einiger Anmerkungen. Spielhofer hat nämlich in zwei zentralen Aspekten Recht: Der eine ist, dass es nicht „die“ Systemtheorie gibt, sondern mehrere Konzeptionen (siehe auch den Beitrag von Levold in diesem Heft). Der andere betrifft die Kritik an der *Autopoiese*-Konzeption sensu Maturana, Varela und Luhmann und ihrer Fragwürdigkeit für die Erhellung therapeutischer Prozesse.

In der Tat habe auch ich einmal für kurze Zeit in den 80er Jahren dem Autopoiese-Ansatz recht nahe gestanden. Wie es wohl vielen ging, empfand ich diese Konzeption als eine bedeutsame Alternative zu den mir bis dahin nur bekannten und vorherrschenden mechanistischen Auffassungen in den akademischen Diskursen – auch in der Klinischen Psychologie und Psychotherapie. Da war (und ist!) in der Tat die Autopoiese-Konzeption allemal besser, weil sie zumindest selbstorganisierte statt fremd-kontrollierte, nicht-lineare statt varianzanalytisch-lineare, selbstbestimmte statt fremdbestimmte Vorgänge zum Gegenstand hat. Man wird daher auch in den 80ern einige Beiträge von mir finden, wo ich zunächst in Ermangelung der Kenntnis besserer systemischer Ansätze mit der Autopoiese geliebäugelt habe.

Seit den 90er Jahren habe ich allerdings in mindestens einem Dutzend veröffentlichter Beiträge argumentiert, dass die Autopoiese-Konzeption für klinisch-therapeutische Fragen nicht geeignet ist – ungeachtet ihrer Bedeutung für erkenntnistheoretische Diskurse, für die Beschreibung der Abgrenzung lebender Zellen (Maturana & Varela) oder für die soziologische Theorie (Luhmann). Insbesondere die operationale Abgeschlossenheit, die Betonung von Stabilität und die Unklarheit dessen, was genau „strukturelle Koppelung“ bedeuten soll, sind zum Verständnis therapeutischer Prozesse problematisch. Stattdessen wären gerade Fragen nach den Verbindungen und Überlagerungen von unterschiedlichen Prozessebenen, nach der Veränderung (neben der Stabilität) sowie nach einer präzisen Beschreibung der fördernden (und behindernden) Einflussmöglichkeiten trotz selbstorganisierter Prozesse wichtig. Entsprechend stehen diese Fragen übrigens in der PZS im Zentrum.

Kurz: Ich kann Spielhofer in seinen zentralen Kritikpunkten nur zustimmen – gerade aus diesem Grunde aber wurde die PZS entwickelt und nicht das Autopoiese-Konzept verwendet, um therapeutische Prozesse in ihrer Verflochtenheit zwischen somatischen, psychischen, interpersonellen und kulturellen Prozessen zu verstehen. Und gerade deswegen spielt die Person in der PZS als Zentrum individueller Sinn-Erfahrung in „Erster-Person-Perspektive“ in einer Umgebung von kulturellen sozialen und semiotischen Sinnprozessen in der „Dritten-Person-Perspektive“ eine so zentrale Rolle.

Wenn Spielhofer betont: „Kernstück der Systemtheorie ist die Autopoiese“ und seine Kritik an der operationalen Geschlossenheit entfaltet, bezieht sich dies nicht auf die PZS. Oder andersherum: ich hoffe, der vorliegende Beitrag hat deutlich machen können, wie die auch von Spielhofer zu Recht eingeforderten Aspekte von Sinn und Bedeutung und deren Stabilisierung bzw. Veränderung im zwischenmenschlichen Prozess gerade von der PZS gut und fruchtbar thematisiert werden können.

Literatur

- Bartlett, F. C. (1932). *Remembering*. Cambridge: Cambridge Univ. Press
- Biermann-Ratjen, E.-M. (2007). Die Störungslehre des klientenzentrierten Konzepts. In J. Kriz, & T. Sluneko (Hrsg.), *Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt des personenzentrierten Ansatzes* (S. 49–63). Wien: Facultas WUV/UTB.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base. Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.
- Eckert, J. & Kriz, J. (2005). Humanistische Psychotherapieverfahren. In W. Senf & M. Broda (Hrsg.), *Praxis der Psychotherapie*. 3. Aufl. (S. 315–336). Stuttgart: Thieme.
- Ellis, A. (1977). *Die Rational-Emotive Therapie*. München: Pfeiffer.
- Haken, H. (1984). *Erfolgsgeheimnisse der Natur. Synergetik: Die Lehre vom Zusammenwirken*. Frankfurt/M.: Ullstein.
- Jaynes, J. (1993). *Der Ursprung des Bewusstseins*. Reinbek: rororo.
- Kriz, J. (1985). Epilog: Prolegomena zu einem Mehr-Ebenen-Konzept von Therapie. In J. Kriz, *Grundkonzepte der Psychotherapie* (S. 298–309). München: Urban & Schwarzenberg.
- Kriz, J. (1990). Pragmatik systemischer Therapie-Theorie. Teil II: Der Mensch als Bezugspunkt systemischer Perspektiven. *System Familie*, 3, 97–107.
- Kriz, J. (1991). **Mental Health: Its conception in Systems Theory. An outline of the Person-Centered System Approach**. In M. J. Pelaez (Ed.), *Comparative Sociology of Family, Health & Education*, XX, 6061–6083. Malaga, Espana.
- Kriz, J. (1997). *Chaos, Angst und Ordnung. Wie wir unsere Lebenswelt gestalten*. Göttingen/Zürich: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Kriz, J. (1998). Die Effektivität des Menschlichen. Argumente aus einer systemischen Perspektive. *Gestalt Theory*, 20, 131–142.
- Kriz, J. (1999). *Systemtheorie für Psychotherapeuten, Psychologen und Mediziner. Eine Einführung*. 3. Aufl. Wien: UTB/Facultas.
- Kriz, J. (2003). Artefaktprobleme experimenteller Ökonomik. In M. Held, G. Kubon-Gilke & R. Sturn (Hrsg.), *Jahrbuch Ökonomik* (S. 269–292). Marburg: Metropolis.
- Kriz, J. (2004a). Personenzentrierte Systemtheorie. Grundfragen und Kernaspekte. In A. v. Schlippe & W. C. Kriz (Hrsg.), *Personenzentrierung und Systemtheorie. Perspektiven für psychotherapeutisches Handeln* (S. 13–67). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Kriz, J. (2004b). *Lebenswelten im Umbruch. Zwischen Chaos und Ordnung*. Wien: Picus.
- Kriz, J. (2008a). *Self-Actualization. Person-Centred Approach and Systems Theory*. Ross-on-Wye, UK: PCCS-Books.
- Kriz, J. (2008b). Aktualisierungstendenz – die notwendige systemische Grundlage des personenzentrierten Ansatzes. In M. Tuczai, G. Stumm, D. Kimbacher & N. Nemeskeri (Hrsg.), *Offenheit und Vielfalt. Personenzentrierte Psychotherapie. Grundlagen, Ansätze und Anwendungen* (S. 135–154). Wien: Krammer.
- Kriz, J. (2010). Systemtheorie als eine Metatheorie zur Integration psychotherapeutischer Ansätze. *Psychotherapie im Dialog*, 11, 1, 28–34.
- Lietaer, G. (2008). Das klientenzentrierte/experienzielle Paradigma der Psychotherapie im 21. Jahrhundert: Offenheit, Vielfalt, Identität. In M. Tuczai, G. Stumm, D. Kimbacher & N. Nemeskeri (Hrsg.), *Offenheit und Vielfalt. Personenzentrierte Psychotherapie. Grundlagen, Ansätze und Anwendungen* (S. 17–43). Wien: Krammer.
- Mead, G. H. (1968). *Geist, Identität und Gesellschaft*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Meyer-Abich, K. (1990). *Aufstand für die Natur. Von der Umwelt zur Mitwelt*. München: Carl Hanser.
- Piaget, J. (1976). *Die Äquilibration der kognitiven Strukturen*. Stuttgart: Klett.
- Rohde-Dachser, C. (1986). *Das Borderline-Syndrom*. Bern-Stuttgart: Huber.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person. A therapist's view of psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin [dt.: (1973). *Entwicklung der Persönlichkeit. Psychotherapie aus der Sicht eines Therapeuten*. Stuttgart: Klett].
- Rogers, C. R. (1980). *A way of being. A therapist's view of psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin [dt.: (1981). *Der neue Mensch*. Stuttgart: Klett].
- Watzlawick, P., Beavin, J. H. & Jackson, D. D. (1967). *Pragmatics of human communication*. New York: Norton [dt.: (1969). *Menschliche Kommunikation*. Bern: Huber].
- Wiltshchko, J. (Hrsg.) (2008). *Focusing. Eugene T. Gendlin über die Praxis körperbezogenen Philosophierens*. Wien: Facultas

Autor:

Jürgen Kriz (*1944), Univ.-Prof. em. Dr. phil., Psychologischer Psychotherapeut und Ausbilder (GwG), Ehrenmitglied mehrerer psychotherapeutischer Fachgesellschaften, umfangreiche Lehr- und Seminar-tätigkeit in D, A, CH und anderen Ländern. 2004 „Viktor-Frankl-Preis“ der Stadt Wien für sein Lebenswerk in Humanistischer Psychotherapie.

Korrespondenzadresse:

Univ.-Prof. em. Dr. Jürgen KRIZ
 Universität Osnabrück * FB 8, Humanwissenschaften
 Institut für Psychologie
 Fach: Psychotherapie und Klinische Psychologie
 D – 49069 Osnabrück
 E-Mail: kriz@uos.de
 Homepage: www.jkriz.de