

Eva-Maria Biermann-Ratjen

Das Konzept der Aktualisierungstendenz bestimmt mein non-direktives Beziehungsangebot an den Klienten

Nach jahrelangen sorgfältigen Beobachtungen und Analysen von psychotherapeutischen Prozessen ist Rogers dazu gekommen, anzunehmen, dass eine konstruktive Aktualisierungstendenz des menschlichen Organismus der Motor – die „motivierende Kraft“ – der Psychotherapie sei. Sie ist das einzige Axiom im Klientenzentrierten Konzept: die einzige theoretische Aussage, die im engeren Sinne nicht bewiesen werden kann, und definiert als eine dem menschlichen Organismus innewohnende Tendenz, alle seine Kapazitäten so zu entwickeln, dass sie ihn erhalten und fördern im Sinne von Wachsen, Verbessern, Optimieren etc.

Was bedeutet mir das Konzept der Aktualisierungstendenz theoretisch?

Das Konstrukt Aktualisierungstendenz ist sehr komplex, bzw. in der Annahme der Aktualisierungstendenz sind viele verschiedene theoretische Überlegungen zusammengefasst. Ich werde im Folgenden zunächst diejenigen ausführen, die mir theoretisch wichtig sind.

1. Das Konzept der Aktualisierungstendenz beinhaltet die Annahme, dass die menschlichen Entwicklungen selbstbestimmt erfolgen.

Rogers hat den Begriff Aktualisierungstendenz von dem Neurologen und Gestalttheoretiker Goldstein übernommen, der von „Selbstaktualisierung“ in Zusammenhängen sprach, in denen wir heute von Selbstorganisation sprechen. Mit der Übernahme dieses Begriffes betont Rogers: Die Entwicklungen des Menschen – auch die, die wir im Psychotherapieprozess beobachten können – erfolgen aus ihm selbst heraus und auch nach Regeln, die ihm selbst eigen sind. Sie sind nicht das Produkt von Einwirkungen von außen. Auch wie die Entwicklungen erfolgen, wird nicht von außen bestimmt. Der Organismus bewirkt seine Erhaltung und Entfaltung selbst und selbstgesteuert.

2. Die Aktualisierung ist aber zugleich als ein Prozess gemeint, der sich nicht im Organismus, sondern zwischen dem Organismus und der Umwelt abspielt.

Im Rahmen der Beschreibung der Aktualisierungstendenz weist Rogers nicht nur darauf hin, dass menschliche Lebensprozesse

selbstorganisiert und selbstbestimmt – „autonom“ – verlaufen. Er bezieht sich z. B. auch auf Angyal, der formuliert habe, dass das menschliche Leben ein Prozess zwischen dem Organismus und seiner Umwelt sei. Jeder einzelne organismische Teilprozess, aber auch der Lebensprozess als solcher, sei immer das Ergebnis von zwei Komponenten: Selbstbestimmtheit und Fremdbestimmtheit. In der Aktualisierung geht es ganz wesentlich um Erfahrungen im Kontakt mit der Umwelt, um die Verarbeitung von Einwirkungen der Umwelt auf den Organismus, auf seine Entwicklung und um die Repräsentanz dieser Vorgänge usw.

3. Zur Aktualisierungstendenz gehört eine Beurteilungstendenz.

In der Definition der Aktualisierungstendenz als Tendenz, alle seine Kapazitäten so zu entwickeln, dass sie den Organismus erhalten und fördern im Sinne von Wachsen, Verbessern, Optimieren etc. ist eingeschlossen, dass mit ihr auch eine Tendenz bzw. Kompetenz zur Beurteilung von Erfahrungen gemeint ist.

Das Konzept der Aktualisierung impliziert „gesunde“ Beurteilungen von Erfahrungen im Hinblick darauf, welche Bedeutungen die Erfahrungen für den Erfahrenden haben,

Erfahrungen der Entwicklung und Förderung von Erfahrungen der Behinderung und Bedrohung zu unterscheiden. Auch diese Beurteilungen von Erfahrungen – viele von ihnen sind das Ergebnis von Kontakten mit der Außenwelt – bzw. das Erleben dieser Beurteilungsprozesse erfolgt aus sich selbst heraus und selbstgesteuert.

4. Zur Aktualisierung gehört die Selbstaktualisierung.

Die Selbstaktualisierung ist im Klientenzentrierten Konzept etwas anderes als bei Goldstein.

Sie ist ein wichtiger Teil der Aktualisierungstendenz, und zwar die Tendenz, ein Bewusstsein vom eigenen Sein und Funktionieren zu entwickeln (das ist dasselbe wie Erfahrungen zu symbolisieren), in Erfahrungen Selbsterfahrungen zu machen und vor allem: diese in eine Gestalt zu integrieren: das Selbst oder Selbstkonzept. Mit dem Entstehen der Möglichkeit, sich seines Selbstkonzepts bewusst zu werden und es im Fokus seiner Aufmerksamkeit zu halten, entsteht auch die Tendenz, Erfahrungen im Hinblick auf ihre Kompatibilität mit dem Selbstkonzept zu beurteilen.

5. Vor allem die Selbstaktualisierung vollzieht sich in Abhängigkeit von der Realität, d. h. von der Erfahrung bestimmter sozialer Beziehungen.

Selbstaktualisierungserfahrungen sind auch dadurch gekennzeichnet, dass die eine Person spüren kann, dass die andere Person sie in ihren Erfahrungen und deren Bewertung im Hinblick auf ihre Aktualisierung empathisch und unbedingt positiv beachten und zugleich ganz sie selbst sein kann.

Dass die Selbstaktualisierung von der Bedingung solcher Beziehungserfahrungen abhängig ist, lässt sich sowohl in der Psychotherapieforschung als auch in der Kleinkindforschung nachweisen.

Was bedeutet mir das Konzept der Aktualisierungstendenz praktisch?

1. Meine Überzeugung, dass menschliche Entwicklungen selbstorganisiert bzw. nach eigenen dem Organismus innewohnenden Regeln ablaufen, führt dazu, dass ich klientenzentriert bzw. in diesem Sinne non-direktiv in meinem therapeutischen Vorgehen bin.

2. Von Rogers' Definition der Aktualisierungstendenz ausgehend, versuche ich den Klienten in seinen Erfahrungen mit seinen Augen zu sehen, in seinem Inneren Bezugsrahmen. Ich versuche mich in die Prozesse seiner Beurteilung seiner Erfahrungen im Hinblick darauf einzufühlen, ob sie solche des Wachsens oder solche der Behinderung und Bedrohung sind. D. h. ich versuche mich in sein Erleben einzufühlen und bei diesen Versuchen möglichst wenig von meinen

eigenen – vor allem den mir nicht bewussten und auch den sich aus dem Mitfühlen ergebenden – Gefühlen behindert zu werden.

3. Meiner Annahme einer Selbstaktualisierungstendenz entsprechend behalte ich vor allem die Beurteilungen ihrer Selbsterfahrungen durch meine Klientinnen im Fokus meiner Aufmerksamkeit. Werden die Selbsterfahrungen erkannt, zugelassen, vollständig symbolisiert, mit dem Selbstkonzept verglichen? Welche Gefühle bzw. Symptome lösen diese Vergleiche aus? Und wie wird mit diesen umgegangen?

4. Von besonderer Bedeutung ist dabei immer wieder die Frage: Spürt mein(e) Klient/in die Angst und kann sie diese symbolisieren, in ihrer Selbsterfahrung nicht verstehbar und annehmbar zu sein? Und wie zeigt sich diese oder wie verbirgt sich diese Angst bzw. die Bedrohung des Selbstkonzepts durch Erfahrung?

Autorin:

Eva-Maria Biermann-Ratjen, *Dipl. Psych., geb. 1939, Klinische Psychologin, Gesprächspsychotherapeutin, Ausbilderin in der GwG, Hamburg.*

Korrespondenzadresse:

*Dipl. Psych. Eva-Maria Biermann-Ratjen
20249 Hamburg, Loehrsweg 1
E-Mail: biermann-ratjen@web.de*

Jeffrey H. D. Cornelius White¹

Die Aktualisierungstendenz – welche Bedeutung hat sie für mich in Theorie und Praxis?

Theoretisch liefert das Konzept eine Begründung dafür, wie Menschen ihre Umgebung nutzen, um innerlich zu wachsen. Es ist eine aus den Befunden in Therapie, Erziehung, Elternschaft und Management abgeleitete Begründung dafür, warum Menschen sich verändern und lernen, wenn ein durch Empathie, unbedingte positive Wertschätzung und Echtheit geprägtes förderliches Beziehungsklima geboten werden kann.

Die Aktualisierungstendenz schlägt gemeinsam mit der in Rogers' letztem Lebensjahrzehnt eingeführten formativen Tendenz eine Brücke zur interdisziplinären Systemtheorie, nämlich zur Frage, wie zahlreiche nichtmechanistische Prozesse in sozialen, Wahrnehmungs- und anderen wissenschaftlichen Feldern funktionieren (Kriz, 2008). Sie stellt eine Verbindung her zum „Nicht-Nullsummenspiel“ der Spieltheorie, die ein umfassendes Potenzial für eine kooperative, zunehmend komplexe und dennoch manchmal sparsame evolutionäre Tendenz bietet (Wright, 2000). Sie liefert eine Erklärung, warum Ordnung und Schönheit aus Chaos entstehen.

1 Übersetzung Christl Weixler