

Sylvia Keil

Das Vertrauen in die Aktualisierungstendenz

Wer schon einmal einen Samen eingesetzt, dann ungeduldig auf das Keimen gewartet, sich dann an den ersten Keimspitzen erfreut und schließlich das Werden der ganzen Pflanze beobachtet hat, dem oder der fällt es nicht schwer, so ein Denkmodell wie die Aktualisierungstendenz als realitätsgerechtes und nützliches Konzept zu betrachten. Verglichen mit dem Wunder, das schon die Entwicklung nur eines Samenkorns bedeutet, sind die kritischen Einwände lächerlich. Ja, ich weiß: Menschen sind nicht Pflanzen, Menschen sind nicht Tiere. Menschen sind als Personen nicht biologisch determiniert – so what! Menschen sind genauso biologisch determiniert, sie sind festgelegt, eine Person zu werden, d. h. sich als bio-psycho-soziales Wesen zu behaupten. Nicht festgelegt ist nur die Form, in der sie sich behaupten bzw. in der es ihnen gelingt.

Wenn eine Pflanze trotz guter Pflege abstirbt, wenn ein Baum, der normalerweise guten Boden braucht, aus einer Mauerritze herauswächst, wird deutlich, wie Leben von der Umwelt abhängig ist, aber auch wie eigensinnig oder wie zufällig es sich entwickeln kann. Evident ist, dass die Wahrscheinlichkeit für gesundes und kräftiges Wachstum zunimmt, wenn die Umweltbedingungen angemessen sind, evident ist aber auch, dass jedes Leben früher oder später endet. Nichts anderes wird mit dem Konzept der Aktualisierungstendenz beschrieben.

Im Klientenzentrierten Ansatz kommt der Aktualisierungstendenz der Stellenwert zu, zu erklären, warum unter den in der Therapietheorie beschriebenen, günstigen Beziehungsbedingungen Menschen sich „wie von selbst“ weiterentwickeln und warum umgekehrt sogenannte psychische Störungen als Antwort auf und Anpassung an ungünstige Beziehungsverhältnisse zu verstehen sind.

Das Konzept weist außerdem auf die Prozesshaftigkeit von Beziehungen, Personen, psychischen Störungen/Symptomen und Entwicklungen hin und erinnert uns als Therapeutinnen immer wieder daran, dass wir nur eines tun können, um hilfreich zu sein: uns empathisch auf den Beziehungsprozess einzulassen, indem wir bereit sind, uns selbst verändern und überraschen zu lassen. Bei diesem oft zittrigen Unternehmen hilft mir der *Glaube* an die Aktualisierungstendenz – auch wenn ich weiß, wie sehr mein Bemühen um empathisches Verstehen fehlschlagen kann, und es keine Sicherheiten gibt, dass sich tatsächlich das günstige Beziehungsklima entwickelt. Denn der Begriff *Aktualisierungstendenz* besagt eben, dass es sich dabei lediglich um eine Tendenz handelt, und eben nicht um ein fixes Programm.

Auch wenn ich daran glaube, dass sich Menschen unter den günstigen therapeutischen Bedingungen zum Positiven entwickeln,

heißt das keineswegs, dass dies für Therapeutinnen und Klientinnen ein leichter oder ungefährlicher Weg ist. Er kann es nicht sein, wenn wir davon ausgehen, dass psychische Störungen immer auch mit traumatisierenden Beziehungserfahrungen einhergehen. Gerade dann, wenn Klientinnen Vertrauen fassen, ist es möglich, dass „verborgene“ Symptome spürbarer, deutlicher werden und sich oftmals als Krisen in der Therapie zeigen, die in der therapeutischen Beziehung bewältigt werden wollen.

Aber auch in weniger dramatischen Momenten der Therapie hilft mir der Glaube an die Aktualisierungstendenz. Es sind diese Szenen, in denen eine schwere Problematik verstanden wurde und das Gefühl „ja – so ist es“ dennoch kein „*carrying forward*“ hervorzubringen scheint. In diesen Augenblicken der Hilflosigkeit, die Aussichtslosigkeit zuzulassen und die Gefühle der Ausweglosigkeit zu teilen, ist mit der Hoffnung auf die Kreativität der Aktualisierungstendenz leichter zu ertragen. Manchmal stoße ich in solchen Situationen an meine therapeutischen Grenzen und ich beginne zu glauben, dass mir Handwerkszeug fehlt oder ich erfinde neue Therapiepläne. Diese werden selten gebraucht, denn in der nächsten Sitzung scheinen die Klientinnen schon ein Stück weiter zu sein und zeigen mir den Weg, der aus dem Dilemma führt.

Mein Glaube an die Aktualisierungstendenz wird in den Therapien kontinuierlich bestätigt, weil die nachhaltigen Veränderungen durch Therapie niemals in der Form erfolgen, wie ich mir mögliche Entwicklungen vorstelle, sondern regelmäßig überraschend verlaufen und immer individuell sind, d. h. sich niemals wiederholen. Ohne ein therapeutisches Verständnis, das vom Glauben an die Aktualisierungstendenz bestimmt ist, könnte ich solche Entwicklungen wohl nicht verstehen und würde sie vermutlich behindern.

So verblüffte mich ein Klient mit folgender Entwicklung: Er wirkte auf mich zu Beginn der Therapie „zu weich“, „zu wenig aggressiv“ und ich hatte die Vorstellung, dass dieser am Ende „eckiger und kantiger“ erscheinen würde. Tatsächlich gestaltete sich der Therapieprozess selbst als sehr konfliktreich, doch am Ende erlebte ich einen Klienten, der noch immer weich war, nun aber „liebervoll weich“. Die mir fehlende Aggression war offenbar im „Zu-Weichen“, als einer Form von verborgener Machtausübung, mehr als genug vorhanden gewesen. Diese unterschwellige Aggression wurde in der Therapie ausgetragen, sodass der Klient beginnen konnte, seine Beziehungen liebevoll zu gestalten.

Selbst wenn sich das Konzept der Aktualisierungstendenz als ein wissenschaftlich nicht haltbares Modell herausstellte, handelt

es sich um ein sehr nützliches Konzept. Es hilft in der Therapie, die notwendige Hoffnung und den Glauben an eine positive Entwicklung aufrechtzuerhalten, und unterstützt das Offen-Sein für das Potenzial der Klientinnen, selbst den Weg ihrer Veränderung zu suchen und zu entdecken.

Autorin:

Sylvia Keil, MSc, Klientenzentrierte Psychotherapeutin, Ausbilderin und Lehrtherapeutin der ÖGWG, Lektorin der FH Campus Wien, Fachbereich Soziale Arbeit.

Korrespondenzadresse:

Sylvia Keil
1080 Wien, Albertgasse 39/6
E-Mail: sylvia@keil.or.at

Brian E. Levitt

Für und wider Theorie: Das Konzept der Aktualisierungstendenz dekonstruieren ¹

Ich neige zur Skepsis gegenüber theoretischen Konzepten, besonders wenn sie auf Menschen angewandt werden, sei es als eine Beschreibung des Anderen oder als Begründung für das Verordnen einer Technik. In diesem Sinn bin ich gegen Theorien. Das große Zeitalter der Persönlichkeitstheorien wird von Theorien gekennzeichnet, die den Klienten auf Distanz halten, ihn oder sie objektivieren und verwirren und den Psychotherapeuten auf bestürzende Weise frei von letzter Verantwortung und Selbstprüfung in der Beziehung zum Anderen halten. In der gegenwärtigen Praxis schleppen viele von uns diese Ketten mit hinein in die Therapiebeziehung.

Meiner Ansicht nach ist Theorie nur dann respektvoll, wenn sie der Begegnung mit der einzigartigen Erfahrung einer Person und ihrer Art und Weise, in der Welt zu sein, nicht im Weg steht. Wenn eine Theorie dem Anderen und der Begegnung mit ihm übergestülpt wird, verändert sie notwendigerweise die Fähigkeit des Psychotherapeuten, die Klientin mit Klarheit zu sehen.

Für mich wird eine menschliche Begegnung im therapeutischen Kontext am besten von einer ethischen Grundlage geleitet, weder von einer theoretischen Formulierung des Anderen noch von einem empirisch gestützten Set von Techniken, die dem Anderen aufgedrängt werden. Theorie kann jedoch förderlich sein, wenn sie im Dienst der eigenen Selbst-Bewusstheit des Psychotherapeuten und seinen Bemühungen steht, nicht urteilend und allen Aspekten des Anderen gegenüber offen zu bleiben. Im An-erkennen des Anderen, besonders im Wertschätzen des Anderen und im Bestreben,

vor allem keinen Schaden zuzufügen, ist eine ethische Basis unabdingbar.

Rogorianische (nicht-direktive) Theorie ist eine wichtige Revolution, indem sie dem Psychotherapeuten als Leitlinie dient beim Explorieren dessen, was ihn davon abhält, in der Beziehung mit einem Klienten ganz präsent zu sein – bezogen auf Urteile oder auf die Distanz vom Selbst des Psychotherapeuten. Rogorianische Theorie ist insofern einzigartig, als sie die Klienten nicht definiert, sondern den Psychotherapeuten daran erinnert, so offen wie möglich dafür zu sein, wie der Klient sich von Moment zu Moment selbst definiert. Sie ist auch radikal in ihrer Annahme, dass Heilung am besten vom Klienten gesteuert wird, und dass Klienten von Natur aus dazu fähig sind. Für Rogers gründete sich diese Annahme auf Beobachtungen und wurde beschreibbar mit Blick auf das theoretische Konstrukt der Aktualisierungstendenz.

Für mich ist die Aktualisierungstendenz nicht mehr und nicht weniger als eine Idee; ein Mythos, wie ich das an anderer Stelle ausgeführt habe (Levitt, 2008), eine leitende Geschichte oder ein theoretisches Konstrukt, das mit meiner Sicht auf die Welt und meinen Beobachtungen der unermesslichen Ressourcen, die wir alle in uns haben, konsistent ist. Sie ist konsistent mit meiner Ansicht, dass sogar die schockierendsten, beängstigendsten, holprigen oder anscheinend befremdlichen Äußerungen von Klienten Ausdruck eines tieferen, positiven Strebens sind. Sie erinnert mich an das Potenzial zur Heilung, die oft spontan und ohne Bedarf an Therapie geschieht. Diese selbstgesteuerte Heilung kann auch im Zusammenhang mit einer wirklichen (echten) Begegnung in der Therapie

¹ Übersetzung Irmgard Fennes