

Diether Höger

## Aktualisierungstendenz: Fragen – Antworten – mehr Fragen

Auf den Punkt gebracht: Für mich ist das Konzept der Aktualisierungstendenz eine ständige Herausforderung: Einerseits eine Selbstverständlichkeit, wirft es andererseits für die Theorie wie für die Praxis mehr Fragen auf, als es beantwortet.

Während meiner Ausbildung und ersten Tätigkeit als Gesprächspsychotherapeut ab dem Jahre 1971 (damals orientiert an dem Konzept von Tausch, 1970) war ich dem Begriff „Aktualisierungstendenz“ nicht begegnet. Aber vom ersten Klienten an ist mir aufgefallen, wie Menschen in der therapeutischen Situation, wenn man sie nur verstehend begleitete, von sich aus ihr Erleben erforschten und dabei konstruktive Wege der Veränderung fanden. Vor allem „passen“ diese Wege zumeist wesentlich besser zu ihnen als Person und zu ihrer Situation als das, was ich aus meiner Sicht für angebracht gehalten hätte. Das war überzeugend und gab mir Sicherheit.

Eine Erklärung dafür fand ich, als ich die Lektüre von Tausch um die von Rogers ergänzte, in der Aktualisierungstendenz, stieß aber dabei auf recht widersprüchliche Aussagen. Bei Rogers und Wood (1974/1977b, S. 136) las ich, dass sie sich in jedem Falle Bahn breche, auch bei ungünstigen Umweltbedingungen, ebenso könne man sich, so Rogers (1963a, p. 3), darauf verlassen, „dass die Verhaltensweisen eines Organismus in die Richtung gehen, sich selbst zu erhalten, zu erhöhen („enhance“) und zu reproduzieren“, dann aber an anderer Stelle, dass die Aktualisierungstendenz erst dann Wachstum, Reife und Bereicherung des Lebens bewirke, „wenn sie nicht behindert wird“ (Rogers, 1951a/1973, S. 424) – also bricht sie sich doch nicht „in jedem Falle“ Bahn? Auch fand ich bei Rogers (1980b/1991, S. 212), dass es „eine Unzahl von Umständen in der Umwelt gibt, die den menschlichen Organismus davon abhalten, sich in Richtung auf Aktualisierung hin zu bewegen“ und dass sie „den menschlichen Organismus davon abhalten, sich in Richtung auf Aktualisierung hin zu bewegen“, dass es sein könne, „dass die Aktualisierungstendenz im Wachstum behindert oder gänzlich zum Stillstand gebracht wird; dass sie eher sozial destruktive als konstruktive Wege einschlägt“.

Der letzte Halbsatz hat es in sich, denn demnach wäre auch sozial destruktives Verhalten eine Manifestation der Aktualisierungstendenz, und zwar dann, wenn ungünstige Umstände sozial konstruktives Wachstum verhindern. Es scheint so, als habe Rogers Probleme gehabt, sich von seiner ursprünglich rundum optimistischen Sicht der Aktualisierungstendenz zu verabschieden. Es erinnert ein wenig an den Kinderglauben an einen lieben Gott, der dafür sorgt, dass nichts Schlimmes passiert – aber dann stirbt das geliebte Meerschweinchen doch. Analog musste Rogers offenbar

damit zurechtkommen, dass Menschen erfahrungsgemäß einander auch brutalste Gemeinheiten zufügen können bis hin zum (Massen-) Mord. Die verführerische Vorstellung einer in jedem Falle heilsamen Aktualisierungstendenz erweist sich als trügerisch.

Einen Ausweg mag die Unterscheidung zwischen einem erhaltenden (sichernden) und einem entfaltenden (kreativen) Aspekt der Aktualisierungstendenz bieten, wobei der entfaltende Aspekt dann wirksam werden kann, wenn der Organismus seine Existenz in für ihn wesentlichen Aspekten als hinreichend gesichert erfährt. Wobei immer noch fraglich bleibt, ob die kreativ-entfaltende Komponente stets mit prosozialem Denken, Fühlen und Verhalten einhergeht. Gegenbeispiele lassen sich leicht finden, denn Kreativität wird durchaus auch eingesetzt, um anderen zu schaden oder sie gar zu vernichten. Und was bedeutet eigentlich „prosozial“? Wenn es die Übernahme der in der jeweiligen (Sub-)Kultur gültigen Regeln bedeutet, würde auch der (Selbstmord-)Attentäter aus seiner Sicht „prosozial“ handeln.

Dass sich Menschen u. a. in der Personzentrierten Psychotherapie in der Regel im Sinne größerer persönlicher Reife verändern, kann als empirisch nachgewiesen gelten. Aber selbst dann bleiben einige übrig, die auf dieses therapeutische Beziehungsangebot nicht ansprechen, bei denen Personzentrierte Psychotherapie als nicht indiziert gelten dürfte.

Was bleibt, ist, dass wir noch viel zu wenig über die Aktualisierungstendenz wissen. Zwar können wir annehmen, dass sie sich in epigenetischen Prozessen entfaltet, d. h. interaktiv zwischen einem sich selbst organisierenden Organismus und dessen Umwelt, die beide in den ihnen eigenen Weisen aufeinander reagieren und sich dabei sowohl selbst als auch gegenseitig verändern. Auch wenn die Bindungstheorie (vgl. Höger, 2007) hier wertvolle Hinweise geben mag, wissen wir noch viel zu wenig über die in diesem Prozess bedeutsamen *konkreten* Einflussgrößen und ihr Zusammenwirken. Ein Forschungsfeld, dem sich kaum jemand widmet.

### Literatur

- Höger, D. (2007). Der personzentrierte Ansatz und die Bindungstheorie. In J. Kriz & T. Slunecko (Hrsg.), *Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt des personzentrierten Ansatzes* (S. 64–78). Wien: Facultas.
- Rogers, C. R. (1963a). The actualizing tendency in relation to 'motives' and to consciousness. In M. R. Jones (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (pp. 1–24). Lincoln: University of Nebraska Press.

- Rogers, C. R. (1951a/1973). *Die klient-bezogene Gesprächstherapie*. München: Kindler (Original erschienen 1951: Client-centered therapy).
- Rogers, C. R. (1980b/1991). Klientenzentrierte Psychotherapie. In: C. R. Rogers & P. F. Schmid, *Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis* (S. 185–237). Mainz: Matthias-Grünewald (Original erschienen 1980: Client-centered psychotherapy).
- Rogers, C. R. & Wood, J. K. (1974/1977b). Klientenzentrierte Theorie. In C. R. Rogers, *Therapeut und Klient, Grundlagen der Gesprächspsychotherapie* (S. 131–165). Frankfurt/M.: Fischer (Original erschienen 1974: Operational theories of personality).
- Tausch R. (1970). *Gesprächspsychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.

**Autor:**

**Diether Höger**, geb. 1936, Dr., Univ.-Prof. (emer.) für Psychologie an der Fakultät für Psychologie und Sportwissenschaft der Universität Bielefeld, Klinischer Psychologe, Ausbilder in Gesprächspsychotherapie; *Schwerpunkte: Psychotherapieforschung (insbesondere therapeutische Beziehung) und Bindungstheorie.*

**Korrespondenzadresse:**

Prof. Dr. Diether Höger  
D-33613 Bielefeld, Barlachstraße 36  
E-Mail: diether.hoeger@uni-bielefeld.de

**Michael Gutberlet****Zum Erfahren der Aktualisierungstendenz**

Dieser Beitrag beschäftigt sich weniger mit dem *Konzept* der Aktualisierungstendenz (Rogers, 1959/1987), sondern mehr mit dem, was man – gewagt ausgedrückt – das unmittelbare *Erfahren* von Aktualisierungstendenz nennen könnte. In der Praxis kann ich die Tendenz zur Entfaltung und Erhaltung im Klienten nur dann unterstützen, wenn dieses „Feuer“ in mir als Therapeut spürbar brennt und stetig genährt wird. Wie ich solche Nahrung für mich gewinne und wie andere sie erleben, steht im Zentrum dieses Artikels.

Eine der Nahrungsquellen: der Blick auf die Farne in unserem Garten, die sich im Frühling aus einem grünen Klumpen bis zu ihrer reifen Gestalt buchstäblich ent-falten. Obwohl sie dicht beieinander stehen, wird aus jeder Pflanze ein prachtvolles Exemplar. Offenbar haben sie gute Wachstumsbedingungen und werden wenig eingeschränkt. Sie erdrücken sich auch nicht gegenseitig.

Ein paar Meter weiter wächst ein einzelner Farn aus einem Mauerriss. Verglichen mit seinen Kollegen kommt der fast kümmerlich daher. Aber das „kümmert“ die Pflanze vermutlich kaum – auch unter den ungünstigen Wachstumsbedingungen versucht sie, ihre Potenziale als Farn so gut wie möglich zu leben und sie in ihrer individuellen Art auszugestalten: zwar kleiner und weniger kräftig-grün als ihre Kollegen nebenan – aber unverkennbar ein Mitglied ihrer Art.

Der *erhaltende* Aspekt der Aktualisierungstendenz manifestiert sich besonders anschaulich in der Fichte neben unserem Haus, die vor zehn Jahren aus Sicherheitsgründen buchstäblich geköpft wurde, dabei ein Viertel ihrer Höhe einbüßte und ziemlich deprimierend

aussah. Die Pflanze hat ein schweres Trauma erlitten – und sie war ohne Chance, jemals wieder zur üblichen Fichten-Form zurückzufinden. Aber diese unzerstörbare Kraft im Organismus, sich zu erhalten und vorhandene Potenziale zu entfalten, tat auch hier ihre Wirkung. Der Baum starb nicht ab, sondern aus dem glatt abgeschnittenen Stamm begannen Äste in Richtung Himmel zu sprießen. Auch wenn er keine „normale“ Fichte mehr ist, scheint er trotz einer atypischen Krone ein zufriedenes Baumdasein zu leben.

Haben wir solche Beispiele nicht schon oft genug gelesen und könnten sie daher endlich mal abhaken? Wir erinnern uns doch hinlänglich an die Kartoffeltriebe im Keller der Familie Rogers, die blass und dünn, aber unverdrossen Richtung Licht streben (Rogers, 1980/1983, S. 70). Oder an das wackere, palmenähnliche Seegras, das von den Brechern des Pazifik hin- und hergerissen wird und dennoch sich erhalten und wachsen kann (Rogers, 1977/1985, S. 265f.).

Ja, das liest man immer wieder, und nicht nur bei Carl Rogers. Aber auch beim x-ten Lesen oder Wachrufen solcher Beispiele wird in mir etwas berührt, das viel „tiefer“ liegt als das kognitive Registrieren und Einordnen. Ich nenne dieses Etwas ein – oft vages, wenig klar symbolisiertes – *Erfahren* von dem, aus dem das Konzept Aktualisierungstendenz einmal hervorgegangen ist. Indem ich Wachstums- und Erhaltungsprozesse der Pflanzen dieserart „*wahrnehme*“, wird die gleiche aktualisierende Tendenz in meinem Organismus immer wieder neu ins *Gewahrsein* gerufen und kann auf diese Weise mehr und mehr zum ständigen Gast werden.