

Dora Iseli Schudel

Dave Mearns & Brian Thorne: Person-Centred Counselling in Action. Third Edition.

London: Sage Publications, 2007, 264 Seiten, ISBN 9781412928557, £ 19,99 / € 33,25 / SFr 55,00

Das in England seit Ende der Achtziger Jahre weit verbreitete Lehrbuch von Mearns und Thorne liegt in dritter, überarbeiteter, überschaubar konzentrierter Fassung vor: die beiden Autoren, an britischen Universitäten tätig, haben den Entwicklungen insbesondere der letzten beiden Dekaden Rechnung getragen und eigene theoretische Weiterentwicklungen eingearbeitet. Deutschsprachige Publikationen blieben weitgehend unberücksichtigt. Zum Verständnis wichtig ist, dass die hierzulande gängige Abgrenzung von „Beratung“ und „Psychotherapie“ nicht getroffen wird, sondern Kurzzeittherapien von maximal einjähriger Dauer als ‚Counselling‘-Prozesse bezeichnet werden.

Als Einführungslektüre in den Personzentrierten Ansatz sowohl für Beraterinnen als auch Psychotherapeutinnen geeignet, ist das Buch flüssig und leicht lesbar, in oft narrativem und nahezu poetischem Stil geschrieben, grafisch gut gegliedert und wiederholt mit einer Prise britischen Humors gewürzt. Wohltuend ist dabei die hohe Selbstakzeptanz und manchmal leichte Selbstironie der Autoren, – etwa wenn einer von ihnen gesteht, bei einer ausführlich kommentierten (katamnestic als erfolgreich bestätigten!) Kurztherapie einer schwer traumatisierten Frau über mehrere Therapiesitzungen keine Protokolle verfasst zu haben.

Was das Buch jedoch nicht nur informativ, sondern berührend macht, ist die unerschöpfliche Begeisterung der Autoren für ihr in jahrzehntelanger Berufspraxis als Therapeuten und Hochschullehrer erworbenes PCA-Verständnis. Die beiden – in ihrer Selbstcharakterisierung ein humanistischer Atheist und ein anglikanischer Christ – halten den Anspruch auf Wissenschaftlichkeit hoch, stellen ihm jedoch die eigene konkrete Therapie- und Lebenserfahrung, das eigene Menschsein gleichwertig zur Seite. Den hohen Stellenwert des PCA in der aktuellen Psychotherapielandschaft betonen, ja beschwören sie wiederholt und mit Nachdruck.

Als zentral für die *Therapieausbildung* wird die Persönlichkeitsentwicklung, der Gebrauch des Selbst des Beraters/Therapeuten gesehen, dem ein längeres Kapitel gewidmet ist. Nebst der Verinnerlichung der Grundhaltungen und deren situationsadäquatem Ausdruck wird insbesondere Wert gelegt auf die bewusste Förderung von Selbstakzeptanz und Angstabbau. Die Autoren gründen darauf das – von der klassisch-Rogerianischen und kontinental-europäischen Usanz abweichende – *Hauptpostulat des Buchs*, die Beraterin/Therapeutin möge sich bemühen, mit jeder Klientin eine sog. „Tiefenbeziehung“ (‘relationship at depth’) einzugehen, um ihr womöglich auf existenzieller Ebene zu begegnen. Ob diese existenzielle Begegnung gelinge, bestimme letztlich die nachhaltige Effektivität der Therapie. Dabei verstehen die Autoren unter

„Tiefenbeziehung“, dass die Therapeutin nach Möglichkeit volle Präsenz (i. S. der ‚presence‘ des späten Rogers) in der therapeutischen Begegnung verkörpert. Mit „Präsenz“ ist dabei ein innerer Zustand der aufnahmebereiten Leere und Stille, der vorurteilsfreien Offenheit und Gegenwärtigkeit der Therapeutin gemeint. Alles, was deren eigene Unbewegtheit (‘stillness’) störe, werde die Entfaltung ihrer empathischen Sensitivität behindern (S. 87) und könne damit Gegenstand von Reflexion und Supervision werden. Präsenz, – auch als Integral der Grundhaltungen verstehbar – sei somit kein einmalig von der Therapeutin zu erwerbendes Handwerkszeug. Vielmehr sei sie eine Da-Seinsweise, der es sich immer wieder vor- und nachbereitend und unter Einbezug der ganzen persönlichen Lebenspraxis anzunähern gilt.

Im *Theorieteil* präsentieren Mearns und Thorne eine interessante Neufassung, welche den Aktualisierungsprozess als zentrales Konzept annimmt. Dieser stelle das Ergebnis dar eines homöostatischen Ausgleichs zwischen Strebungen der Aktualisierungstendenz einerseits und (von mir nicht nachvollziehbar: als ausschließlich hemmend beschriebenen) Einflüssen des sozialen Lebenskontexts der Person andererseits. Diese Einflüsse werden konzeptualisiert als ‚social mediation‘ (soziale Vermittlung). „Unordnung“ im Aktualisierungsprozess – exemplifiziert an Margaret Warners Beschreibung von fragilen und dissoziierten Prozessen – kann dann als chronischer Fluiditätsverlust respektive Fixiertheit verstanden werden, sodass sich der Störungsbegriff vermeiden lässt.

Als Organisationsprinzipien des Aktualisierungsprozesses gelten in der vorliegenden Theoriefassung die von Mearns auch in andern Publikationen ausführlich dargestellten *Konfigurationen des Selbst* (‘configurations of self‘), (u. U. widersprüchliche) Selbstanteile, die untereinander interagieren und sich unter veränderten Bedingungen neu konstellieren können. Ihnen ist im Therapieprozess ausführlich Gehör zu verschaffen, um stimmige Problemlösungen und Entscheidungen zu ermöglichen.

In der allgemein erfrischend spontanen, unverbrauchten *Darstellung der Grundhaltungen* für besonders gelungen halte ich die äußerst differenzierten Ausführungen zur Kongruenz, einschließlich der Leitlinien zu deren Verständnis im Therapiekontext, die gerade auch für AnfängerInnen verdeutlichen, was Echtheit *nicht* ist.

Mit vielen Praxisbeispielen illustriert wird die Schilderung des in Therapiebeginn, Therapie-Mittelteil und Therapieende aufgeteilten *Therapieprozesses*, immer bezogen auf Counsellor/Klient-Beziehungen von ca. 1-jähriger Dauer.

Schließlich folgt ein *Anhang*, in dem gängige Fragen – von der Kombinierbarkeit des PCA mit andern Therapiemethoden bis zu

derjenigen nach der Zukunft des Ansatzes – sorgfältig und klar beantwortet werden.

Durchgängig ist das Anliegen der Autoren spürbar, den PCA weiterhin als entwicklungsfähigen, in seinem Grundanliegen aber unverändert zutiefst humanistischen Ansatz in der vielfältigen Psychotherapielandschaft zu positionieren, der von der Therapeutin selbst die unabschließbare Entwicklung ihrer eigenen Menschlichkeit fordert.

Ohne Zweifel hat der britische ‚updated bestseller‘ (wie das Titelblatt vermerkt) auch in kontinentaleuropäischen PCA-Kreisen, speziell in der Ausbildung viel positive Beachtung verdient: diese braucht ja keineswegs bedingungslos zu sein, im Gegenteil! Die neue Darstellung unseres nun schon in die Jahre gekommenen

Ansatzes ist sehr anregend und, insbesondere was den Theorieteil betrifft, zur Diskussion herausfordernd.

Bei der Rezensentin hat sich während der Lektüre ein Wunschbild eingestellt: ein lange dauerndes interkulturelles Fach-Encounter, an dem Mearns und Thorne mit Kriz, Eckert, Biermann-Ratjen, Höger, Swildens, Finke, Stumm und Keil etc. zusammensitzen würden, falls nötig mit Simultanübersetzung! Gespannt wäre ich, wie sich der gewiss für die Autoren beidseits des Ärmelkanals fruchtbare und klärende Austausch in ihren Publikationen niederschlagen würde. Und ich könnte mich schon auf die vierte, überarbeitete Auflage von ‚Person-Centred Counselling‘ freuen, das ja ‚in action‘ ist – und es noch lange bleiben möge.

Brigitte Macke-Bruck

GwG Akademie (Hrsg.): Personzentrierte Psychotherapie und Beratung für traumatisierte Klientinnen und Klienten.

Köln: GwG, 2007. 240 Seiten, ISBN 978-3-926842-40-4, € 21,90 (für GwG-Mitglieder € 17,50)/SFr 33,90

Im Personzentrierten Ansatz (PCA) wendet man sich, zwar nicht oft, aber in gewisser Regelmäßigkeit, dem Thema „Trauma“ zu. So auch in diesem wichtigen Buch. Es dokumentiert eine Fachtagung, die 2007 in Bonn abgehalten wurde. Geboten wird in dieser Sammlung von Aufsätzen ein vielfältiger Einblick in den aktuellen Stand der Psychotraumatologie und ihre mögliche Übersetzung in eine personzentrierte Sprache bzw. in eigenständige personzentrierte, prozessorientierte Konzeptionen.

Carl R. Rogers hat uns wissenschaftlich fundierte Kenntnis über eine förderliche und Sicherheit vermittelnde therapeutische Beziehungsgestaltung, aber keine explizite Ausarbeitung einer *Traumatheorie* hinterlassen. Das erscheint nicht weiter verwunderlich, bedenkt man, dass er sich immer stärker für *invariante* Merkmale von psychotherapeutischen Prozessen als für spezifische Störungstheorien interessiert hatte. Daraus ergibt sich in logischer Folge, dass die Autoren dieses Bandes auf eben diesem Fundament sowohl aus theoretischer als auch praktischer Sicht aufzeigen, wie sie in beeindruckender Weise mit den Betroffenen zu arbeiten verstehen. Der Tenor ihrer Beiträge lautet: „Wir brauchen keine Traumatherapie, sondern eine Personzentrierte Psychotherapie für traumatisierte Klientinnen und Klienten.“

Personzentrierte Psychotherapie dürfte im Gegensatz zur herkömmlichen Traumatherapie andere innere Verarbeitungsprozesse unterstützen. Deshalb, so verstehe ich *Petra Claas*, dringt sie darauf, dass bei Menschen, die an schweren posttraumatischen und dissoziativen Störungen leiden, nur eine radikal personzentrierte

Haltung des Therapeuten zu einer tiefen Selbst-Reorganisation führen könne. Der Unterschied zwischen dem Konzept der „Synthese“ in ihrem eigenen phasenspezifischen Modell und der „Desensibilisierung“ in der modernen Traumatherapie sei zwar nur subtil, aber dennoch wesentlich, weil ersteres auf dem Vertrauen in den therapeutischen Prozess, in die Entwicklung des Klienten und seine Fähigkeit zur „Selbstorganisation“ basiere.

Auch einem inflationären Gebrauch des Begriffs der „Traumatisierung“ wird sehr entschieden entgegengetreten: Das Trauma ist strikt von einem „belastenden Lebensereignis“ zu differenzieren. *Jobst Finke* und *Ludwig Teusch* sowie *Klaus Heinerth* beleuchten diesen Umstand sowie das Entstehen von Traumatisierungen und möglicher weiterer Traumafolge/störung/e/n jeweils aus therapeutischer Perspektive.

Alle Verfasserinnen und Verfasser sind nicht nur im Theoriegebäude des PCA und in der Traumalogie zu Hause, sondern auch bindungstheoretisch, entwicklungspsychologisch und neurowissenschaftlich informiert. Vor diesem Hintergrund verknüpft auch *Ernst Kern* seine reiche körperpsychotherapeutische Erfahrung mit theoretischen Überlegungen zur Förderung von Selbstkohärenz, Selbstwirksamkeit und Kontaktfähigkeit.

Sybille Jatzko widmet sich dem Bereich der Notfallpsychologie und der personzentrierten Katastrophenhilfe. Bewegend illustriert sie die Bedeutung der Bildung von Schicksalsgemeinschaften und eines stützenden Beziehungsaufbaus für Überlebende und Miterlebende, z. B. hinterbliebene Angehörige.