

stellen aus Sicht des Autors sowohl aus personenzentrierter als auch aus der Perspektive dieses Theatermodells sinnvolle therapeutische Konzepte dar.

Wie stark unser Gehirn und der Rest unseres Körpers miteinander interagieren und sich gegenseitig beeinflussen, ist erst seit dem Einsatz moderner bildgebender Verfahren so deutlich sichtbar geworden und ist Thema im fünften Kapitel. Die Regulation unterschiedlichster Prozesse verläuft ohne unser bewusstes Zutun und ermöglicht so unser Überleben. Dies gilt jedoch nicht nur für die Aufrechterhaltung rein körperlicher Funktionen, sondern auch für unser soziales Interagieren. Hier spielen Emotionen und Gefühle – die Definition dieser Begriffe übernimmt Michael Lux von Antonio Damasio und Joseph LeDoux – eine große Rolle. Antonio Damasio bezeichnet das „Bauchgefühl“, das in uns in bestimmten Situationen spürbar wird, als den so genannten somatischen Marker. Ohne diese emotionalen Bewertungen sind Menschen in ihrer individuellen Lebensgestaltung stark eingeschränkt. Michael Lux sieht die Grundannahmen der Personenzentrierten Psychotherapie hier in großer Übereinstimmung mit Antonio Damasios Interpretationen seiner Forschungen.

Auf den Bereich der Bewusstseinsforschung geht Michael Lux im sechsten Kapitel ein. Zunächst stellt er die diesbezügliche Theorie Antonio Damasios gekonnt dar und setzt diese dann mit Konzepten des Personenzentrierten Ansatzes in Beziehung: Selbst und Symbolisierungsprozesse, „fully functioning person“, Intensionalität, organismische Erfahrung und organismischer Bewertungsprozess, exakte Symbolisierung und Inkongruenz. Aus dem Blickwinkel einer psychotherapeutischen Fachrichtung gibt er hier einen sehr interessanten Überblick, der zum Nachlesen einlädt.

Im nächsten Kapitel steht die Grundlagenforschung im Mittelpunkt der Auseinandersetzung und hier vor allem die Kongruenztheorie. Michael Lux zeigt neuere Untersuchungen auf, die diese

Theorie untermauern, und stellt sie dann anderen Konzepten wie der „Neuropsychotherapie“ von Klaus Grawe und dem „Zürcher Ressourcenmodell“ von Maja Storch und Frank Krause gegenüber.

Beide Modelle versuchen, die wissenschaftlichen Befunde der letzten Jahrzehnte in ihr Konzept zu integrieren. Aus der Perspektive des Autors erfüllt das „Zürcher Ressourcenmodell“ mehr diese Ansprüche, vor allem, weil Antonio Damasios Konzept des somatischen Markers eine größere Bedeutung beigemessen wird und somit dieses Modell dem Personenzentrierten Ansatz näher steht.

In den letzten beiden Kapiteln des Buches befasst sich der Autor mit der praktischen Anwendung der vorher erläuterten neurowissenschaftlichen Erkenntnisse. Zunächst verdeutlicht er die neurobiologischen Grundlagen der personenzentrierten Grundhaltung und sieht diese vor allem durch die Entdeckung der Spiegelneuronennetzwerke bestätigt. Die Annahmen und Interpretationen von Joachim Bauer werden hier von ihm, vor allem im achten Kapitel, zur Unterstützung herangezogen.

Im letzten Kapitel fasst Michael Lux seine Ausführungen noch einmal zusammen und stellt sie auf theoretischer Ebene unter den Blickwinkel einer „Neurowissenschaftlich fundierten Personenzentrierten Psychotherapie“. Auf praktischer Ebene zeigt er drei Zugangswege, die das Umsetzen in die Praxis ermöglichen können: „Das ‚wahre Selbst‘ werden“, „die Annahme des ‚inneren Kindes‘“ und „Dem Grauen entgegen treten“.

Michael Lux sind mit seinem Buch zwei Überblicke und deren sinnvolle Verbindung gut gelungen. Das Niveau der Ausführungen ist vor allem auf neurowissenschaftlicher Ebene hoch. Die betreffenden Bücher schon vorher gelesen zu haben, erleichtert das Verständnis der komplexen neurobiologischen Zusammenhänge, steigert aber auch die Neugier, jene Werke nachzulesen, die noch unbekannt sind.

Gerhard Stumm

Pete Sanders (Ed.): The tribes of the person-centred nation. An introduction to the schools of therapy related to the Person-centred Approach.

PCCS Books, Ross-on-Wye, 2004, ISBN 9781898059608, 169 pages, € 20,- / SFr. 36.80

Wie der Herausgeber eingangs schreibt, ist der Band geografisch betrachtet aus einer United-Kingdom-Perspektive verfasst und will Personen „aufklären“, welche an einer Psychotherapieausbildung personenzentrierter Orientierung interessiert sind. Hinter dieser „Mission“ (p. vii) steht die Idee, die verschiedenen psychotherapeutischen Ansätze, die sich als personenzentriert verstehen oder expliziten Bezug auf den Personenzentrierten Ansatz nehmen, zu vernetzen und in einen Austausch miteinander zu bringen.

Pete Sanders hat folgende Vertreter von fünf unterschiedlichen „tribes“ der „personenzentrierten Nation“ versammelt, die in einem aufeinander abgestimmten Diskurs sukzessive (Kap. 2–6) ihre Ansätze darstellen:

- Klassische Klientenzentrierte Psychotherapie (Barbara T. Brodley)
- Focusing-orientierte Psychotherapie (Campbell Purton)
- Experienzielle Psychotherapie als Mischung von Rogers, Gendlin,

Gestalttherapie und kognitiver Psychologie (Nick Baker)

- Existenzielle Psychotherapie auf der Basis existenzphilosophischer Auffassungen (Mick Cooper)
- Integrativer personenzentrierter Ansatz auf der Grundlage von jeweils personenzentrierten Werthaltungen, philosophischen Positionen und theoretischen Konzeptionen (Richard Worsley).

Dies macht den Hauptteil des Buches aus.

Im *Vorwort* stellen sich der Herausgeber und die 5 Autoren in ihrer persönlichen Entwicklung gerade auch in Hinblick auf den Personenzentrierten Ansatz vor. Darin gibt sich auch Pete Sanders als Vertreter einer klassischen klientenzentrierten Position zu erkennen.

Die *Einleitung* ist der Lesart des Buches, zugrundeliegenden Definitionen und Kriterien gewidmet. Damit ein Ansatz Aufnahme in die Darstellung finden konnte, musste er folgende vier von Sanders formulierten Kriterien erfüllen:

- 1.) Es muss sich um einen grundlegend eigenständigen therapeutischen Ansatz handeln;
- 2.) die theoretische Basis muss einerseits einen Bezug zur klassischen Klientenzentrierten Psychotherapie haben, andererseits muss sie sich davon abheben;
- 3.) es müssen Ausbildungsmöglichkeiten in United Kingdom vorhanden sein und
- 4.) es muss Literatur verfügbar sein, die die Grundsätze des Ansatzes ausweist.

Sanders räumt aber ein, dass nicht alle fünf Ansätze all diese Voraussetzungen (z.B. Ausbildungsgänge) zur Gänze erfüllen. An dieser Stelle argumentiert er auch, warum er Garry Proutys *Pre-Therapy* und „*Expressive Therapy*“ nach Natalie Rogers oder auch „*Arts Therapy*“ nach Liesl Silverstone nicht als „tribe“ in dem von ihm definierten Sinn ansieht. Die kreative Arbeit sieht er nicht als grundlegend eigenständigen Ansatz, sondern als einen speziellen Ausdrucks- und Kommunikationsmodus auf der theoretischen Basis des Personenzentrierten Ansatzes. *Pre-Therapy* ist aus der Sicht von Pete Sanders deswegen kein eigener „tribe“, weil ein in sich geschlossener Ausbildungsgang fehle und es ja in erster Linie um prätherapeutische Zielsetzungen gehe. In der *Einleitung* selbst stellt Sanders übrigens diese drei Konzeptionen kurz vor.

Im Kapitel 1 gibt Sanders auf 19 Seiten einen *historischen Überblick* über die Entwicklung der Klientenzentrierten Psychotherapie und des Personenzentrierten Ansatzes. Hier werden die Phasen in seinem weiteren Verlauf und der Wandel in der Begrifflichkeit im Zuge der Entfaltung des Ansatzes erörtert: nicht-direktiv, client-centered, experiential und person-centered. Der letztgenannte Terminus wurde von Rogers übrigens ab Ende der 70er Jahre im Zusammenhang mit „Person-centered Approach“, also der Anwendung der

klientenzentrierten Prinzipien über den psychotherapeutischen Bereich hinaus, gebraucht. Mit Gendlins „experiential theory“ und Focusing als Methode (ca. 1958–1964) erfolgt die erste Aufspaltung in zwei „Stämme“ (nicht-direktive Klientenzentrierte Psychotherapie und Focusing), die auch schon den Keim für die Bildung eines dritten Zweiges in sich trägt, den der „experientiellen Richtung“, die auf Interventionen abstellt, die den experientiellen Prozess des Klienten aktiv unterstützen. Schließlich stellt Sanders einige neuere Konzeptbildungen vor, die er aber nicht als neue Ansätze verstanden wissen möchte: noch einmal *Pre-Therapy*, weiters das Konzept des „pluralistic-self (vor allem Mearns’ „configurations of self“), „fragile and dissociated processes“ (Warner), dialogisches und ethisches Verständnis (Schmid), Spiritualität (Thorne).

Im Nachspann des Buches, den Sanders als eine Art politische und handlungsorientierte Deklaration zur Identitätsklärung der „Personenzentrierten Psychotherapie“ angelegt hat, greift er u.a. erneut Art Boharts Beitrag aus 1995 auf, in welchem dieser bereits von „Person-centered therapies“ schreibt (p. 150; siehe auch p. IX). Obwohl Rogers selbst keinen Unterschied zwischen „klientenzentriert“ und „personenzentriert“ machte, geht Sanders von einem Begriffsverständnis aus, das „personenzentriert“ als eine spezifische Ausprägung im Sinne des späteren Rogers ansieht (p. 157, p. 160). Die klassische Position ist mit dem Begriff „klientenzentriert“ und Rogers’ Publikationen aus 1951, 1957 und 1959 bzw. einem eingegrenzten Verhaltensspektrum, das der Umsetzung der Grundhaltungen dient, assoziiert. Obwohl von ihnen der Begriff „personenzentriert“ verwendet wird, stehen z. B. Brodley und Bozarth – neben u. a. Merry und Raskin – für die klassische „klientenzentrierte“ Richtung. Der spätere Rogers mit einer stärkeren Akzentuierung auf Begegnung bzw. Kongruenz und Selbsteinbringung des Psychotherapeuten „erlaubt“ gleichsam mehr Verhaltensspielräume auf Seite des Psychotherapeuten. Heute wird der Begriff „personenzentriert“ auch deswegen gerne verwendet, um sich von „klientenzentriert“ als trade-mark für fundamentalistische und orthodoxe Positionen abzugrenzen (p. 14). Im Gegensatz dazu wird von einigen mit voller Absicht wieder der Begriff „klientenzentriert“ propagiert, um eben diese klassische Position zu besetzen (z. B. Merry, Sommerbeck).

Hauptelemente der inhaltlichen Diskussion sind jedenfalls die Nicht-Direktivität und die Frage, ob die sechs therapeutischen Bedingungen hinreichend sind (p. 17). Aus dieser Perspektive sind vor allem die über Rogers hinaus reichenden Entwicklungen (z.B. Gendlin, Rice, Greenberg) einzuordnen. Auch von daher ist, wenn diese Ansätze nicht von vornherein als „experiential therapies“ exkludiert werden sollen, der Plural „Person-centered therapies“ i. w. S. gerechtfertigt, auch als Dach (nation) für die verschiedenen Ansätze in der Psychotherapie (tribes). Allerdings ist ja durch die Titel der englischsprachigen Zeitschrift (*Person-Centered and Experiential Psychotherapies*) und des Weltverbandes (*World Association for*

Person-Centered and Experiential Psychotherapy and Counseling) auf der berufspolitischen Ebene bereits eine Art Vorentscheidung getroffen, die allerdings aufgrund relativierender Präambeln noch keine inhaltliche Festlegung mit sich bringen.

Vorschläge von Sanders in Bezug auf die Identitätsklärung der personzentrierten Gemeinschaft umfassen *primäre und sekundäre Prinzipien*, eine Sprachregelung und ein strategisches Procedere, wie die Klärung in Angriff genommen werden könnte.

Die primären (1.) und sekundären (2.) Prinzipien lauten:

- 1.) Primat der Aktualisierungstendenz, Unabdingbarkeit der aktiven Gestaltung der sechs therapeutischen Bedingungen, Primat der Nicht-Direktivität, zumindest auf der Inhaltsebene.
- 2.) Autonomie und Selbstbestimmung des Klienten entlang seines inneren Bezugsrahmens, Ablehnung einer Expertenhaltung von Seiten des Psychotherapeuten, Primat der Nicht-Direktivität auf allen Linien (d. h. vor allem Ablehnung einer systematischen Prozesssteuerung), Ausreichen der sechs therapeutischen Bedingungen und ganzheitliche Orientierung (Organismus als Ganzes, inkl. Selbst).

Sanders gibt auch gleich Beispiele, was aus seiner Sicht zu inkludieren bzw. zu exkludieren wäre. Für mich erstaunlich dabei ist, dass letztlich alle verbreiteten Ansätze – wenn auch abgestuft – einbezogen wären: klassische Klientenzentrierte Psychotherapie, Personzentrierte Psychotherapie (siehe oben), Focusing-orientierte Psychotherapie, Process-experiential Psychotherapy (nach Greenberg) und personzentrierte integrative Ansätze. Der Grund für die Abstufung liegt darin, dass manche nur die Erfordernisse der primären Prinzipien, die in jedem Fall als „sine qua non-Prinzipien“ zu verstehen sind, erfüllen. Hiermit bzw. auch mit den Beispielen, die er als nicht einbeziehbar anführt (p. 160–162), wird deutlich,

dass vor allem eklektische, theoretisch nicht fundierte und intuitiv argumentierte Ansätze, die sich aber als personzentriert gerieren, sozusagen außerhalb der Familie gehalten werden sollen.

Insgesamt erachte ich die Veröffentlichung als verdienstvoll, weil sie die verschiedenen Ausformungen der personzentrierten Richtung in der Psychotherapie auslotet und die Frage aufwirft, was unter diesem Kategoriendach Unterschlupf finden soll. Ich teile zur Gänze weder die von Sanders aufgestellten Kriterien für die Auswahl der Ansätze, die im Buch berücksichtigt wurden, noch die im Anhang postulierten Prinzipien, die zur personzentrierten Kennung beitragen sollen. Hier wird auch der geografische und sprachliche Rahmen seines Diskurses sichtbar. Aus meiner Sicht, u. a. die eines „kontinentaleuropäers“, liegen die Dinge etwas anders. Meines Erachtens birgt bereits der Titel einen Widerspruch in sich, wenn zunächst mit Margaret Warner von „tribes“ einer „nation“ die Rede ist, schon im Untertitel aber nur mehr von „related schools“. Aber die offensive Suche nach identitätsbildenden Kriterien und nach einer Definition von „personzentriert“ i. w. S. sowie die mit Nachdruck vorgetragene Absicht, eine nachhaltige und verbindliche Strategiediskussion darüber zu führen, die auch konkrete Ergebnisse mit berufspolitischer Relevanz nach sich ziehen soll, halte ich für wichtige Schritte auf dem Wege der personzentrierten Identitätsfindung und eines „Identitätsausweises“.

Zum Abschluss sei noch ein Hinweis auf einen hochinteressanten Gestaltungsaspekt des Buches angebracht: Der Herausgeber operiert mit zwei Spalten. Unmittelbar neben dem Fließtext ist Platz für Literaturhinweise, Anmerkungen, Erläuterungen und auch für vertiefende oder weiterführende Kommentare. Dies zeichnet die Publikation in didaktischer Hinsicht aus. Hier liegt ein einmaliges dialogisches, noch zutreffender polylogisches Unternehmen vor, das Nachahmung verdient.

Margarethe Letzel

Josef Giger-Bütler: Endlich frei. Schritte aus der Depression.

Weinheim: Beltz Verlag, 2007. 330 Seiten, ISBN 978-3-407-85769-9, € 19,90 / SFr 35,50

Bereits Josef Gigers erstes Buch („Sie haben es doch gut gemeint“, siehe auch Rezension in Person 2/2003) bestach dadurch, wie nahe der Autor an den Erfahrungen Depressiver bleibt und wie einfühlsam er das quälende Leiden beschreibt, welches eine Depression bedeutet. Sein zweites Buch zum Thema Depression macht erneut augenfällig, wie unspektakulär diese gravierende psychische Erkrankung in ihrer Symptomatik zunächst daherkommt und sie deswegen oft lange Zeit weder vom Betroffenen selbst noch von seiner

Umgebung entdeckt wird – und daher unbehandelt bleibt. Zu den spannenden „Nebenwirkungen“ von Gigers neuem Werk gehört übrigens, dass sich gesellschaftskritische Gedanken aufdrängen, nicht nur, was die Begünstigung depressiver Erkrankungen betrifft. Unter anderem weist der Autor darauf hin, welch vitales Interesse unsere Gesellschaft daran haben müsste, die Volkskrankheit Depression ernst zu nehmen – nicht nur aus ethischen Überlegungen oder ökonomischen Erwägungen wie explodierenden Gesundheits-