

Jobst Finke

Dave Mearns & Mick Cooper: Working at Relational Depth in Counselling and Psychotherapy.

London: Sage, 2005. 200 Seiten, ISBN 0-7619-4458-3, € 28,00/SFr 49,80/£ 18,99

In den ersten Kapiteln dieses Buches stellen die Autoren, D. Mearns als Personenzentrierter und M. Cooper als existentieller und Personenzentrierter Psychotherapeut, ihr Konzept einer betont beziehungs-zentrierten Psychotherapie vor. Die „relational depth“, also die „Beziehungstiefe“, sehen sie als ein besonders durch Unmittelbarkeit und Echtheit gekennzeichnetes Merkmal von Beziehung an, durch das die innersten und eigentlichsten Möglichkeiten und Wirklichkeiten der an dieser Beziehung beteiligten Personen angesprochen werden. Die Autoren berufen sich dabei auf die Dialog- und Begegnungsphilosophie und auch auf die interpersonelle Wende in der Psychoanalyse. Hinsichtlich der Personenzentrierten Psychotherapie stehen sie natürlich vor allem dem späteren Rogers mit seinem dialogischen Prinzip des „person to person“ nahe und sie grenzen sich hier gerade in Bezug auf eine konsequent dialogische Position z. B. von der „Process-experiential therapy“ bzw. „Emotion-focused therapy“ ab.

Als Voraussetzungen für das Entstehen von „Beziehungstiefe“ bzw. für ein „deep encounter“ beschreiben Mearns und Cooper ein besonders intensives Verwirklichen der sechs Kernmerkmale. In durchaus bewegenden Worten schildern sie die Präsenz des Therapeuten als ein unmittelbares, authentisches Zugegensein, in dem der Psychotherapeut mit dem ganzen existentiellen Kern seiner Person dem Klienten zur Verfügung steht und sich diesem mit einer ebenso engagierten wie zutiefst bejahenden Grundhaltung zuwendet. Neben dieser grundsätzlich affirmativen Einstellung bewirkt auch das Bemühen um Empathie, dass der Psychotherapeut den Klienten im Kern seines Wesens berührt und sich in einem permanenten Vollzug von Gegenseitigkeit auch von diesem berühren lässt. So kommt es zu einem wechselseitigen Mitfühlen und Sich-Abstimmen, zu einem unmittelbaren Austausch von existenziellen Erfahrungen und Erwartungen. Dieses Ineinanderschwingen, dieses jeweils in den Anderen Hineingezogensein scheint manchmal fast zu einer Auflösung der Ich-Grenzen zu führen. Jedenfalls berichten die Autoren, dass die Teilnehmer eines solchen „deep encounter“ quasi in einen anderen Bewusstseinszustand geraten, einem Zustand einerseits der Trance, andererseits der erhöhten Wahrnehmungs- und Aufnahmefähigkeit. Der jeweils Andere würde wie ein faszinierendes Rätsel, wie ein Wunder empfunden, und er soll auch so erlebt werden. Die wahrgenommenen Phänomene sollen nicht auf bereits Bekanntes hin interpretiert und reduziert werden, sollen nicht nach vorgegebenen Kategorien, z. B. diagnostischer Art, verortet werden, sollen nicht als „Probleme“ isoliert betrachtet werden.

Diese Beschreibungen wirken auf den Leser als beeindruckender Appell an einen existentiellen Aufschwung, als eindringlicher Aufruf zur kommunikativen Daseinssteigerung und dialogischer „Eigentlichkeit“. Und gleichzeitig fragt er sich betroffen, wie solche existentiell-kommunikative Außerordentlichkeit im Praxisalltag zu verwirklichen sei. Werden Therapeuten hier nicht überfordert? Ist es angemessen, von Therapeuten (gegenüber anderen „Dienstleistern“) ein solches Sondersoll an Moralität und dialogischer „Existentialität“ zu fordern und müssen solche Forderungen, da kaum erfüllbar, auf die Dauer nicht zur Heuchelei führen? Und werden nicht vielleicht auch manche Klienten überfordert, die soviel „Beziehungstiefe“ als beängstigend oder bedrängend erleben könnten? Müsste das Ausmaß dieses vertieften Beziehungsangebotes nicht also diagnosebezogen (störungs-, persönlichkeits- oder prozessdiagnostisch) gehandhabt werden?

Auch ergibt sich die Frage, wie die oben angedeutete Forderung nach Reflexionsverzicht zu bewerten ist. Wenn sich der Therapeut so nachdrücklich und, wie von den Autoren gefordert, ohne die Möglichkeit einer kritisch reflektierenden Distanznahme in die Beziehung „involvieren“ lässt, könnte es dann nicht zu „neurotischen“ Verstrickungen und zu einem undurchschauten „Mitagieren“ des Therapeuten kommen und quasi zu einer „folie à deux“, durch die unangemessene Beziehungserwartungen und dysfunktionale Interaktionsmuster bestätigt und verstärkt werden? Die Autoren versichern zwar, dass bei einem Arbeiten in wirklicher „relational depth“ keine Übertragungen und keine Abhängigkeitsreaktionen, also keine „neurotischen“ Prozesse, entstehen würden, aber darf man dem bei Klienten jedweder Form von Gestörtheit vertrauen? In dem Buch findet sich öfter der Hinweis, dass Therapeuten in ihren Klienten nicht so sehr das Krankhafte sehen, sondern dass sie die ihnen begegnenden Phänomene als im Grunde etwas Gesundes verstehen sollten. So berechtigt die Kritik an einem primär defizitorientierten Wahrnehmen und Denken in der Psychotherapie auch ist (schon weil durch solches Denken die Klienten entmutigt und ihre Ressourcen gerade nicht aktiviert würden), so gibt es doch auch eine problematische Angst vor jeder Form einer „Pathologisierung“, die erkennt, dass die Möglichkeit von Krankheit und Störung gerade auch zur existentiell verstandenen *conditio humana* gehört, und die sich ungewollt identifiziert mit einer Diskriminierung alles Krankhaften.

Die durchaus bewegende Schilderung des innigen Ineinanderschwingens von Therapeut und Klient in der „relational depth“, lässt auch die Frage aufkommen, ob es sich hier wirklich noch um

den Vollzug eines *einfühlenden Verstehens* handelt. Max Scheler hatte strikt zwischen Einfühlung und *Einsfühlung* unterschieden. Beim ersteren bleibt eine innere Distanz bestehen und der Sich-Einfühlende ist sich seines Andersseins stets bewusst. Bei der *Einsfühlung* aber kommt es zu einer identifikatorischen Verschmelzung und zu einer Gefühlsansteckung und insofern kann hier nur noch miterlebt und miterlitten, aber nicht mehr *verstanden* werden. Im vorliegenden Buch ist der Empathie ein längeres Unterkapitel gewidmet, in dem jedoch vom Verstehen des Klienten als einem Erfassen seiner Gefühle, Motive und Erfahrungen kaum die Rede ist. Das Ziel, das Selbstverstehen und die Selbstaufklärung des Klienten zu vertiefen durch Korrektur verzerrter Symbolisierungen, also das emanzipatorische Durchschauen von Selbsttäuschungen, scheint in diesen Schilderungen nicht bedeutsam zu sein.

Dieser Eindruck des Propagierens eines durch Reflexion unbeschädigten und störungsfernen Beziehungserlebens um seiner selbst willen ändert sich jedoch sehr, wenn man sich dem eher behandlungspraktisch ausgerichteten Teil des Buches zuwendet. Die Autoren erweisen sich hier als erfahrene, umsichtige, die Schwierigkeiten und Belastbarkeit ihrer Klienten besonnen einschätzende und durchaus auch „funktional“ denkende Praktiker, die sich aber gerade hierdurch in einen Widerspruch zu ihrer beziehungstheoretischen Rhetorik bringen. Sie erwähnen zunächst die Möglichkeit, dass die Fähigkeit der Klienten, es zu einer wirklich tiefen Begegnung kommen zu lassen, begrenzt sein kann und sie räumen, zumindest implizit, insofern ein, dass man in der Psychotherapie sehr wohl mit so etwas wie Gestörtheit rechnen und (im weitesten Sinne des Wortes) diagnoseorientiert vorgehen muss. Störungstheoretisch erörtern sie Ursachen und Folgen bzw. Äußerungsformen von Störungen tiefer Beziehungsfähigkeit. Zu den Ursachen zählen sie negative Beziehungserfahrungen in der Kindheit, z. B. sehr an Bedingungen geknüpfte und auch sehr ambivalente Zuwendung seitens der Eltern, emotionale Über- und Unterstimulation. Die Folgen dieser Störungen sehen sie in Ängsten und Depressionen, Gefühlen quälender Einsamkeit und Kontaktstörungen, also Symptomen und „Problemen“, die sie in ihrem Verhältnis zur Persönlichkeit vorwiegend aus der Sicht einer personenzentrierten Störungstheorie untersuchen. Auch im weiteren Praxisteil des Buches zeigen die Autoren die Fähigkeit und Bereitschaft erfahrener Therapeuten zur nüchternen Beobachtung und Interpretation des Klientenverhaltens sowie kritischer Bewertung ihres eigenen Tuns.

Es werden zwei Behandlungsfälle von Mearns ausführlich vorgestellt. Im ersten geht es um die Therapie eines Klienten mit einer Alkoholabhängigkeit. Durch das Transkript von Tonbandaufzeichnungen ist es hier möglich, das konkrete Vorgehen, bei dem der Autor/Therapeut sehr geschickt die beiden Seiten der Inkongruenz

des Klienten miteinander ins Gespräch bringt, genau zu verfolgen. Der Autor unterzieht sodann, ganz im Sinne moderner Wissenschaftlichkeit, sein eigenes Vorgehen einer kritischen Analyse, indem er es aus der Perspektive des distanzierten Beobachters auf das Erreichen bestimmter Ziele hin (z. B. Vertiefung des Selbstverstehens des Klienten) beurteilt. Der zweite Fall handelt von einer traumabedingten Störung bei einem schwerstkontaktgestörten Klienten (dieser ist fast mutistisch). Der Autor/Therapeut reflektiert die Abwehr- bzw. Selbstschutzsysteme des Klienten und richtet danach sein Vorgehen aus. Um überhaupt mit dem Klienten in Kontakt zu kommen und langsam eine Beziehung zu etablieren, setzt er, wie er ausdrücklich formuliert, „Strategien“ ein. Eine davon besteht darin, in bestimmten Situationen die Beziehungstiefe nicht zu forcieren, sondern mit dem Beziehungsangebot eher einen Schritt zurückzugehen, um den Klienten nicht zu bedrängen und ihn seinerseits zur Beziehungsaufnahme herauszufordern. Auch in den weiteren Kapiteln geben die Autoren wertvolle handlungstechnische Ratschläge und Hinweise.

In den Schlussbetrachtungen des Buches rücken sich die Autoren dann aber leider doch wieder in einen absoluten Gegensatz zu sogenannten ziel- und outcome-orientierten Ansätzen, die beklagenswerter Weise sich an Diagnosen orientieren, Strategien und Techniken einsetzen und denen unterschiedslos eine partikularistische, nur problem-isolierende, mechanistische und vor allem nicht prozess- und nicht eigentlich personorientierte Sichtweise unterstellt wird. Der objektivistischen Attitüde moderner Wissenschaftlichkeit stellen sie kategorisch ihre, wie sie schreiben, „postmoderne“, d. h. ganzheitliche, prozessorientierte sowie beziehungs- und erlebens- (anstatt reflexions-)zentrierte Position entgegen. Da ist es tröstlich, durch einen Blick auf das Vorhergesagte zu wissen, dass die konkreten Anforderungen der therapeutischen Praxis die verschiedenen Richtungen (gerade auch innerhalb des personenzentrierten Spektrums) doch viel näher zueinander bringen, als ihr theoretisches Selbstverständnis es jeweils wahrhaben will.

Es wäre schön gewesen, wenn die Autoren die Synthese von „moderner“ und „postmoderner“ Position, die sie faktisch praktizieren, auch ausdrücklich konzeptualisiert hätten. Da aber dieses Buch, wenn auch ganz unausgesprochen, von dieser für die Personenzentrierte Psychotherapie so bedeutsamen und zukunftsweisenden Synthese handelt, ist es schon deswegen lesens- und empfehlenswert. Lesenswert ist es auch wegen der Gründlichkeit der Fallbeschreibungen, die hier auch die Auseinandersetzung mit dem eigenen therapeutischen Vorgehen einschließt. Aus dem Letzteren ergibt sich ein weiterer Gewinn, nämlich die direkten und indirekten handlungspraktischen Hinweise im Umgang mit schwierigen Klienten.