

Margaret S. Warner

# Psychologischer Kontakt, bedeutungstragende Prozesse und die Natur des Menschen. Eine Neuformulierung personzentrierter Theorie<sup>1</sup>

**Zusammenfassung<sup>2</sup>:** Margaret Warner möchte in diesem Beitrag das personzentrierte Konzept vom menschlichen Kontakt umfassend neu formulieren und dessen Bedeutung für das gesamte Menschenbild des Ansatzes aufzeigen. Zunächst würdigt sie Rogers' minimale Definition vom „psychologischen Kontakt“ sowie Proutys Ausweitung und Verschiebung derselben. Dabei wird der essenzielle Zusammenhang von psychologischem Kontakt mit dem Verarbeiten („processing“) von organismischer Erfahrung bzw. dem Definieren von deren Bedeutung herausgearbeitet. Diese Prozesse dürfen weder mechanistisch (wie Ursache-Wirkungs-Sequenzen) noch so verstanden werden, als ob dabei unterschwellig prä-existierende („verdrängte“) Phänomene eine Rolle spielten. Die Sichtweise, dass wir fähig sind, innerhalb zwischenmenschlicher Interaktion vielfältig disparate Erfahrungen integrativ in ihrer Bedeutung zu erfassen und diese Bedeutungen kreativ immer neu zu reorganisieren, wird gestützt durch Hypothesen der Evolutionspsychologie (bereichsübergreifendes Denken) und der Bindungstheorie (Lernen von kulturell adäquatem Aushandeln von Bedeutung). Dementsprechend definiert Warner Kontakt als grundlegende Fähigkeit des Organismus, sich (zu sich selbst wie mit anderen) bedeutungsvoll gegenwärtig erleben zu können. Es wird ausführlich dargelegt, welche Rolle dabei „weiche“ Bedeutungen wie subjektive Motive, Selbst(bilder) usw. spielen und wie aus diesen immer ein kohärenter und vielen Zwecken zugleich dienender Bedeutungszusammenhang („multi-purpose narrative“) geschaffen werden kann. Damit werden gleichzeitig viele Aspekte des personzentrierten Verständnisses von der Natur Menschen konkretisiert, geklärt und integriert. Abschließend erörtert die Autorin ihr aus diesem Ansatz entwickeltes einfühlsames Verständnis von Personen mit Störungen im Verarbeiten von Erfahrungen und im Kontakt („fragile process“, „dissociate process“) und umreißt den personzentrierten therapeutischen Umgang mit ihnen.

**Stichwörter:** Aushandeln von Bedeutung (negotiation of meaning), bedeutungsvolles Gegenwärtig-Sein (meaningful presence), bereichsübergreifendes Verarbeiten (cross-domain processing), dissoziatives Verarbeiten (dissociative process), fragiles Verarbeiten (fragile process), Personzentrierter Ansatz, psychologischer Kontakt, Verarbeiten (processing) von Erfahrung, Vielweckerzählungen (multi-purpose narrative), weiche Bedeutungen (soft meanings)

**Résumé :** *Contact psychologique, processus créateur de sens et la nature de l'être* – Une reformulation de la théorie centrée sur la personne – Dans cet article, Margaret Warner souhaite reformuler globalement le concept du contact humain centré sur la personne et en montrer l'importance pour la conception globale de l'être qui caractérise l'approche. Dans un premier temps, elle apprécie la définition minimale de Rogers du « contact psychologique » de même que l'extension et la transformation que fait Prouty de cette définition. Ceci met en relief la corrélation essentielle entre le contact psychologique et le processing de l'expérience organismique, plus exactement de la définition de sa signification (negotiation of meaning). Ces processus ne doivent être compris ni de manière mécaniste (comme des séquences cause – effet) ni comme si des phénomènes préexistants (« refoulés ») y jouaient un rôle à un niveau subliminal. La façon de voir que nous sommes capables d'appréhender, à l'intérieur des interactions relationnelles, des expériences diverses et disparates de manière intégrative dans leur signification, et de réorganiser toujours ces signifiants de manière créative, est étayée par des hypothèses issues de la psychologie évolutive (réflexion trans-domaines) et de la théorie de l'attachement (négociation de sens culturellement adéquat). En conséquence, Warner définit le contact comme capacité fondamentale de l'organisme de pouvoir s'expérimenter (par rapport à soi-même comme avec les autres) de manière chargée de sens dans le moment

1 Original: „Psychological contact, meaningful process, and human nature. A reformulation of person-centered theory, in: Wyatt, G./Sanders, P. (Eds.), Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory and practice. Vol. 4: Contact and perception, Ross-on-Wye (PCCS Books) 76–95; ins Deutsche übersetzt von Margarethe Letzel

2 Zusammenfassung von Wolfgang W. Keil

*présent (meaningfully present). Il est exposé de manière détaillée quel rôle les signifiants « souples » (« soft » meanings) tels que les motifs subjectifs, les (images) de soi etc. jouent là-dedans et comment à partir de là une suite de signifiants cohérents et servant en même temps de nombreux objectifs (multi-purpose narrative) peut toujours être créée. De nombreux aspects de la compréhension de la nature humaine centrée sur la personne sont ainsi en même temps concrétisés, clarifiés et intégrés. En conclusion, l'auteure explique sa compréhension sensible, développée à partir de cette approche, de personnes souffrant de troubles du processing des expériences et dans le contact avec les autres (fragile process, dissociate process) et donne un aperçu de la relation thérapeutique centrée sur la personne avec elles.*

**Mots-clés:** *Négociation de sens (negotiation of meaning), présence chargée de sens (meaningful presence), processing trans-domaines (cross-domain processing), processing dissociatif (dissociative process), traitement fragile (fragile process), approche centrée sur la personne, contact psychologique, processing des expériences, histoire à objectifs multiples (multi-purpose narrative), signifiants souples (soft meanings)*

Die personzentrierte Auffassung von psychologischem Kontakt bietet eine humanisierende Alternative zu den Sichtweisen von schweren Störungen, die in der klinischen Psychologie vorherrschen. Und obwohl das Konzept über den Kontakt oft ignoriert wird, kann diese erste der „notwendigen und hinreichenden Bedingungen zur Persönlichkeitsveränderung“ (Rogers 1957) als Grundlage für die gesamte personzentrierte Sichtweise von der menschlichen Natur betrachtet werden. Um dieses Potenzial jedoch voll auszuschöpfen, gehört meines Erachtens die personzentrierte Konzeptualisierung des psychologischen Kontakts erst noch geklärt und sorgfältig ausgearbeitet.

Mit diesem Artikel will ich eine Neuformulierung des Konzeptes vom „psychologischen Kontakt“ anbieten. Diese Neuformulierung soll den Zusammenhang von psychologischem Kontakt mit der menschlichen Aktualisierung so klären, dass dadurch der mutigen Beharrlichkeit von Klienten Rechnung getragen wird, mit der sie sich bemühen, den Kontakt mit der Realität herzustellen und aufrechtzuerhalten. Gleichzeitig soll versucht werden, Fallen zu vermeiden, die die Theorien anderer psychologischer Ansätze beinhalten. Dazu will ich zuerst einen Überblick über einige der Punkte bringen, die im Vergleich mit diesen psychologischen Konzepten und Theorien die besondere Kraft des Personzentrierten Ansatz verdeutlichen können. Ich fasse die zwei Hauptdefinitionen von „psychologischem Kontakt“ innerhalb des Personzentrierten Ansatzes zusammen – jene von Carl Rogers und jene von Garry Prouty – und wäge jeweils die Stärken und Schwächen ihrer Formulierung ab.

Dann werde ich eine leicht abgeänderte Definition von psychologischem Kontakt vorstellen, eine, von der ich glaube, dass sie einige der Probleme, die in den früheren Formulierungen impliziert sind, klärt. Mit dieser Definition als Basis werde ich erörtern, wie psychologischer Kontakt und normale Arten, Bedeutung zu verarbeiten, interdependent funktionieren. Dazu stelle ich die These auf, dass Menschen prädisponiert sind, Erfahrung zu konzeptualisieren, indem sie „weiche Bedeutungen“ benutzen. Dieser Begriff ermöglicht es, die Personzentrierte Theorie mit einigen der neueren Entwicklungen

in den Humanwissenschaften wie der Evolutionspsychologie und dem Konzept vom Aushandeln von Bedeutung zu verbinden.

## Einige weitreichende Probleme in der Sprache der Psychologie

Frühe psychologische Theorien beschrieben menschliche Phänomene oft so, als wären diese mechanisch (z. B. Stimulus-Response-Sequenzen) oder als ob es voll ausgebildete „tiefere Bedeutungen“ unter der Oberfläche gäbe (d. h. verdrängte oder unbewusste Bedeutungen), die nur von Experten erfasst werden könnten. In den letzten Jahren wurden viele dieser Annahmen in der Philosophie, der Soziologie und der Linguistik in Frage gestellt (Greenberg/Pascual-Leone 1997; Gendlin 1995; 1997).

Nur wenige Psychologen würden heute noch diese Annahmen in extremer und simplizistischer Form vertreten. Dennoch glaube ich, dass Aspekte solcher Annahmen immer noch die klinische Psychologie prägen. Oftmals stützen psychologische Theorien die Vorstellung, dass die eigene Version der Klientin<sup>3</sup> über ihre Erfahrung unbedeutend ist im Vergleich zu der der Experten. Wenn man das nicht in Frage stellt, haben solche Annahmen besonders gravierende Auswirkungen auf die verletzlichsten Patienten – z. B. jene, die arm, stigmatisiert, behindert oder schwer gestört sind. Solche Klienten werden oft so behandelt, als wären sie unfähig, ernsthaft an psychischen Schwierigkeiten zu arbeiten oder ein Mitspracherecht bei Entscheidungen zu haben, die ihr Leben betreffen. Im Prozess werden sie oft behandelt, als ob äußerlich sozial angepasstes Verhalten der einzige Hinweis auf geistiges Wohlbefinden wäre.

Die Narrative Psychologie (Spence 1982; Sarbin 1986) gibt viele der mechanistischen, autoritätsgesteuerten Annahmen der

---

3 In diesem Artikel werden weibliche und männliche Form abwechselnd verwendet. Es sind immer beide Geschlechter gemeint (Anm. der Übersetzerin).

Psychologie auf und befürwortet die Co-Konstruktion von Bedeutung durch Therapeutin und Klientin. Allerdings schlägt diese Intention auch manchmal ins andere Extrem, wenn man meint, Bedeutung wäre eine willkürliche Konstruktion oder Erfindung. Viele Therapeutinnen versuchen, eine Alternative zwischen diesen beiden Positionen zu finden, eine die anerkennt, dass persönliche Themen tief in die Gesamtheit der Klientenerfahrung eingebettet sind, ohne anzunehmen, dass der Therapeut als Experte fähig wäre, im Alleingang die Bedeutung der Situationen des Klienten herauszuarbeiten (Stolorow/Atwood 1992; Miller 1997; Mitchell 1988). Rogers' Theorie (1957; 1959) liefert eine solche Alternative, die sehr viel besser mit diesen neuen, partnerschaftlicheren Formen von Therapie und den neuen Arbeiten in Philosophie und Linguistik übereinstimmt. Rogers stellt die These auf, dass Menschen einen organischen Impuls haben, die Bedeutung ihrer Situation zu explizieren. Dies wird durch authentische, empathische, wertschätzende Beziehungen entwickelt und gefördert und steht im Dienst der Aktualisierung. Gendlins Werk (1968; 1970; 1995; 1997) vertieft die philosophischen Grundlagen von Rogers' Werk und verbindet sie mit neueren Arbeiten in Philosophie, Biologie und Linguistik.

Das Konzept des Kontakts ist somit zentral für ein personenzentriertes Modell von der menschlichen Natur, und es ist von besonderer Bedeutung für die Arbeit mit schwer gestörten Klienten. Dennoch bin ich der Meinung, dass die heute vorliegenden Formulierungen personenzentrierter Theorie vom psychologischen Kontakt und seinem Zusammenhang mit dem für Menschen charakteristischen Aushandeln von Bedeutung vage und widersprüchlich sind. Daher denke ich, dass es die theoretische Bemühung wert ist, unser Verständnis dieses Begriffs zu klären und weiter auszuformulieren.

## Ursprüngliche Formulierungen des psychologischen Kontakts: Carl Rogers und Garry Prouty

Die erste seiner „notwendigen und hinreichenden“ Bedingungen für eine therapeutische Persönlichkeitsveränderung – dass zwei Menschen in psychologischem Kontakt sind – ist, wie sie Rogers (1957/1991, 169) formuliert, ziemlich minimal: „Alles, was mit dieser ersten Bedingung beabsichtigt ist, ist die Feststellung, dass die zwei Leute in einem gewissen Ausmaß miteinander in Kontakt stehen, dass jeder von ihnen im jeweiligen Erfahrungsfeld des anderen einen wahrnehmbaren Unterschied ausmacht. Wahrscheinlich genügt es, wenn jeder nur unterschwellig einen Unterschied ausmacht, selbst wenn der Einzelne sich dieser Wirkung gar nicht bewusst sein mag.“

Rogers (1957) schreibt, dass Kontakt, wie er ihn hier definiert, eine derart basale Bedingung ist, dass er diese eine „Voraussetzung“ oder „Vorbedingung“ nennt. In einer anderen Aussage zu den Bedingungen des therapeutischen Prozesses verwendet er eine noch kürzere Version dieses Kriteriums und stellt nur noch fest: „Zwei Personen sind in Kontakt“ (Rogers 1959).<sup>4</sup>

Zu beachten ist hier, dass Rogers' Definition des Kontakts sich nur mit Wahrnehmungen befasst und dass sie nichts zu tun hat mit irgendeiner bedeutung-schaffenden Organisation von Wahrnehmungen. Trotzdem geht die Alltagsbedeutung des Wortes „Kontakt“ über einfache Veränderungen im Wahrnehmungsfeld hinaus. Menschen fühlen sich ohne Kontakt, wenn sie den anderen nicht als bedeutungsvoll anwesend empfinden. Zum Beispiel fühlen sich Therapeutinnen ohne Kontakt, wenn Klientinnen auffallend inkohärent, irrational, unaufmerksam oder unberechenbar zu sein scheinen. Sowohl Therapeuten als auch Klienten erleben oft intensiven Stress und therapeutische Schwierigkeiten, wenn sie nicht auf normale Art in Kontakt sein können. Rogers' minimalistische Definition von Kontakt versucht also nicht, etwas über die Qualität eines solchen Kontakts oder seinen Einfluss auf den therapeutischen Prozess auszusagen.

Garry Prouty (1994) geht im Zusammenhang mit seiner Arbeit mit schizophrenen oder retardiert psychotischen Klienten recht ausführlich auf das Thema des Kontakts ein. Prouty merkt an, dass, wenn Kontakt beeinträchtigt ist, das reiche, bedeutsame, alltägliche, natürliche, prä-reflexive Bewusstsein nicht mehr „gerichtet“ (auf, mit, wegen ...) ist. „Existenz wird zu einer ‚Leere von Bedeutung‘, es ist ein Zusammenbruch der Kohärenz. Das Bewusstsein wird leer, eine isolierte Hülle von Bedeutungslosigkeit. Es lebt ohne das ‚Schaffen von Bedeutung‘, das aus dem uranfänglichen Kontakt mit den natürlichen Absoluta der Welt, des Selbst oder des Anderen entsteht.“ (p. 34).

Prouty schlägt vor, dass, wenn der Kontakt des Klienten mit sich selbst, der Welt oder dem Anderen beeinträchtigt ist, Therapeuten Verbindung entwickeln können, indem sie „Kontaktreflexionen“ benutzen, die sehr genau bei den exakten Worten und Gesten des Klienten bleiben.

„Kontaktreflexionen sind dadurch konkret, dass sie außerordentlich wörtlich und wiederholend sind. Sie sind empathisch hinsichtlich der spezifischen konkreten Besonderheit der regredierten Bemühungen des Klienten sich auszudrücken und sich mitzuteilen.“ (p. 38).

Prouty stellt die These auf, dass Prä-Therapie, die Kontaktreflexionen benutzt, die „Kontaktfunktionen“ stärkt.

„Prä-Therapie verringert psychotischen Ausdruck und fördert realistischere Kommunikation über die Welt, sich selbst oder den Anderen (Realitätskontakt, affektiver Kontakt und kommunikativer Kontakt)“ (p. 40). Sobald die Kontaktfunktionen gestärkt sind, kann eine üblichere Form der Therapie in Gang kommen. Generell scheint Prouty das meiste psychotische Material als potenziell

<sup>4</sup> In diesem Artikel werden die Begriffe „Kontakt“ und „psychologischer Kontakt“ austauschbar verwendet.

realistische und bedeutungsvolle Erfahrung zu sehen, die nur zum Teil oder auf andersartige Weise verarbeitet wurde. Allerdings legt Prouty (2000) auch nahe, dass einige retardierte und psychotische Klienten über Anzeichen eines überraschend weit entwickelten realistischen und kohärenten „prä-expressiven Selbst“ verfügen, das in manchen Momenten ohne längeren vorgängigen Prozess zum Vorschein kommt.

Prouty kritisiert Rogers' Definition des „Kontakts“ als eine der notwendigen und hinreichenden Bedingungen:

„Leider gibt Rogers keine theoretische Definition von psychologischem Kontakt. Zudem gibt er keine Technik an, wie man psychologischen Kontakt herstellt, wenn er beeinträchtigt ist. Er geht in seiner Theorie so vor, als ob der Kontakt zwischen Therapeut und Klient immer gegeben wäre. In der Quintessenz gibt Rogers keinerlei theoretische oder klinische Leitlinien für psychologischen Kontakt, der oft ein Hauptproblem gerade für diese Klienten darstellt.“ (p. 26).

Prouty spricht hier ein wichtiges Thema an, verschiebt aber dabei die Definitionen. Die oben zitierte Definition des Kontakts von Rogers ist klar. Um in Kontakt zu sein, muss die Therapeutin bloß einen wahrgenommenen oder sogar nur „unterschwellig“ Unterschied im Wahrnehmungsfeld des Klienten bewirkt haben. Rogers stellt dabei keine Anforderungen, wie etwa, dass der Kontakt sorgfältig ausgearbeitet, realitätsorientiert oder irgendwie prozesshaft sein soll. Die psychotischen und entwicklungsbehinderten Klienten, mit denen Prouty arbeitet, entsprechen daher Rogers' Definition. Denn, wenn der Therapeut keinen Unterschied im Wahrnehmungsfeld des Klienten bedeutete, gäbe es keine Möglichkeit, dass die Kontaktreflexionen, die Prouty vertritt, irgendeinen Einfluss auf den Klienten haben könnten.

Prouty (1994; 2000) hat sich also von Rogers' ursprünglicher Definition von Kontakt wegbewegt. Dennoch denke ich, dass die erweiterte Definition von Prouty für die Theorie sinnvoll ist, wenn Rogers' restliche notwendigen und hinreichenden Bedingungen für Persönlichkeitsveränderung gegeben sind. Zu beachten ist dabei auch, dass Rogers in seiner sechsten Bedingung fordert, dass die Empathie und die bedingungsfreie positive Beachtung zumindest minimal vermittelt (1957) oder vom Klienten wahrgenommen werden müssen (1959). Eine derart umfassende Kommunikation und Wahrnehmung der Empathie scheint zu erfordern, dass der Klient ein bedeutungsvolles Empfinden von der eigenen personalen Existenz hat. Ein einigermaßen gemeinschaftliches Empfinden des Selbst scheint nötig zu sein, damit der Klient wahrnehmen kann, dass eine andere Person auf der Welt existiert und dass er der phänomenalen Wirklichkeit der anderen Person und deren Empathie gewahr werden kann. Das heißt nicht, dass wichtige Wahrnehmungen und Verbindungen nicht auch ohne psychologischen Kontakt geschehen können. Kontakt kann man als ein Kontinuum betrachten, auf welchem bereits minimale Arten von Kontakt ausreichend sind, damit Rogers' Grundbedingungen zu einem gewissen Grad

wirksam sind. Und Prouty (1994) legt nahe, dass Reaktionen, die Empathie für die beeinträchtigte Art der Kontaktnahme ausdrücken, das Niveau des psychologischen Kontakts, das dieser Person möglich ist, heben.

Davon ausgehend denke ich, dass die Verschiebung der Definition, die in Proutys Arbeiten impliziert ist, bedeutende Vorteile hat. Da Prouty jedoch den psychologischen Kontakt immer noch auf der sprachlichen Ebene ansiedelt, belässt das viele der philosophischen Probleme der früheren Theorien. Proutys ausführlichere Theorie (1994; 2000) ist klar phänomenologisch. Seine aktuellen Definitionen von Kontakt sind jedoch so formuliert, als ob der Klient Zugang zu Phänomenen habe, die eine bestimmte und prä-existente Realität unter der Oberfläche haben. So werden zum Beispiel Welt, Selbst und der Andere als „natürliche Absoluta“ beschrieben (Prouty 1994, 34). „Affektiver Kontakt“ wird beschrieben als „das Gewahrsein von Stimmungen, Gefühlen und Emotionen“, „kommunikativer Kontakt“ wird definiert als „die Symbolisierung von Realität (Welt) und Affekt (Selbst) anderen gegenüber“ (Prouty 2000, 69). Diese Definitionen sind so formuliert, als seien „Emotionen“, „Realität“, „Welt“, „Affekt“, „Selbst“ und Ähnliches prä-existierende Phänomene unter der Oberfläche, mit denen man in Kontakt sein könnte.

Diese Art von Wortschöpfungen ist in der Psychologie durchaus üblich und kann zeitweise nützlich sein, um erforschbare Hypothesen zu bilden. Trotzdem denke ich, dass solche Formulierungen problematisch sind, um damit Phänomene in der personenzentrierten Theorie zu konzeptualisieren, da dies die Dimension existenzieller Freiheit im menschlichen Verarbeiten von Bedeutung herunterspielt. Ich halte es als eine für die personenzentrierte Theorie zentrale Frage, wie bedeutungsvoller Kontakt gebildet wird, wenn es keine vorgeformte Version von Realität schon irgendwo vorher im menschlichen Organismus gibt. Mit diesem Artikel versuche ich, eine theoretisch klare Übersicht über die Arten von bedeutungsvollem Kontakt, wie sie bei Prouty (1994; 2000) impliziert sind, zu geben, ohne dabei eine Sprache zu verwenden, die eine prä-determinierte Version von Realität irgendwo unter der Oberfläche voraussetzt.

## Psychologischer Kontakt neu formuliert

Die erweiterte Definition von Kontakt, die ich in diesem Artikel näher untersuchen will, lautet: *Kontakt ist eine grundlegende Anpassung des menschlichen Organismus, der dem Menschen ermöglicht, sich als bedeutungsvoll gegenwärtig zu empfinden,<sup>5</sup> und zwar sowohl*

5 Es gibt natürlich verschiedene Grade und Arten von bedeutsamer Präsenz. Die Präsenz, auf die sich Rogers in seinen späteren Schriften bezieht (Rogers 1980), scheint eine besonders wertvolle Art bedeutsamer Präsenz zu sein, die sich ereignet, wenn die (therapeutischen) Grundbedingungen in einer gewissen Tiefe von Beziehung zusammenkommen (Mearns 1997).

*verbal als auch non-verbal sowie sich selbst als auch anderen gegenüber.* Im persönlichen Kontakt hat man normalerweise ein Gefühl, mit einer Person in Kontakt zu sein, die in einer kulturell normalen Art anwesend ist. Sogar wenn man ohne Worte mit einer anderen Person zusammensitzt, hat man dieses Gefühl des psychologischen Kontakts. Wenn man zum Beispiel bei einem Verwandten, der einen Schlaganfall hatte und nicht in der Lage ist zu sprechen, sitzt, kann man trotzdem das Gefühl haben, allein durch einen Blick oder durch eine Absicht, die nur durch eine Geste mit der Hand mitgeteilt wird, mit einer bedeutungsvollen Person in Kontakt zu sein.

Dennoch sind die Elemente, die in dieser Art von Kontakt eine Rolle spielen, außerordentlich komplex, wenn man sie genauer anschaut. Nehmen Sie zum Beispiel eine Interaktion zu Beginn einer Therapiesitzung, in der eine Klientin in verletztem Ton sagt: „Ich dachte, wir würden uns heute um drei Uhr treffen. Haben Sie's vergessen?“. Die Klientin hat eine non-verbale Verbindung hergestellt, die man ohne Weiteres als persönlich empfinden kann. Sie hat eine verständliche Aussage in einer grammatischen Sprache gebildet, die ein offensichtlich echtes Gefühl dieses Moments repräsentiert. Sie vermittelt Ihnen, dass sie weiß, wer Sie sind, wer sie ist, und was Sie beide hier tun. Sie scheint ein einheitliches Gefühl von sich selbst zu haben, aus dem heraus sie „ich“ sagen kann. Und aus dieser einheitlichen Perspektive kann sie einige Aspekte in Betracht ziehen, was Ihr Bezugsrahmen und Ihre Absichten sein mögen. Sie ist in der Lage, ein gewisses Maß an Stress zu empfinden, ohne dass dies so überwältigend wäre, dass sie mit dem Kopf gegen die Wand schlagen oder Sie physisch angreifen müsste.

Psychologischer Kontakt, wie er hier definiert wird, ist sowohl die Art, mit der sich Individuen sich selbst gegenüber repräsentieren, was ihnen ermöglicht, von einem persönlich bedeutungsvollen subjektiven Selbst her zu sprechen, und es ist auch eine Art, wie sich Individuen einander gegenüber repräsentieren, was es ihnen ermöglicht, einander ein Empfinden von bedeutungsvoller Gegenwart zu vermitteln. *Ich stelle die These auf, dass man, um ein solches persönlich bedeutungsvolles subjektives Selbst zu haben, eine einigermaßen kohärente narrative Version der eigenen Lebenserfahrung präsent haben muss, eine, die organismisch verwurzelt ist und die einer Reihe von spezies-eigenen, kulturellen und idiosynkratischen Zwecken gleichzeitig dient.* Ich werde diese verschiedenen Elemente, die bei der Bildung des psychologischen Kontakts eine Rolle spielen, in diesem Artikel noch ausführlicher diskutieren.

Ich gehe davon aus, dass diese Fähigkeiten, die sich in den normalen Moment-zu-Moment-Interaktionen auswirken, ein Empfinden von psychologischem Kontakt schaffen, das sowohl für die menschliche Natur charakteristisch wie auch für das Funktionieren der menschlichen Kultur grundlegend ist. Weil Menschen normalerweise diese grundlegenden Arten „bedeutungsvoller Präsenz“ in sich selbst und in Beziehung zu anderen erwarten, neigen sie dazu, intensives Unbehagen zu spüren, wenn sie nicht in der Lage sind, das zu erreichen. Um diese Hypothese weiter zu untersuchen, sollen

nun einige neuere Gedanken zur menschlichen Natur aus der Evolutionspsychologie herangezogen und mit ganz gewöhnlichen Erfahrungen aus der Personzentrierten Therapie in Verbindung gebracht werden.

## Menschliche Natur, Aktualisierung und Evolutionspsychologie

In der Psychologie sowie überhaupt in unserer Kultur wurde die Rolle der menschlichen Natur in den vergangenen Jahrzehnten neu konzeptualisiert. Tooby/Cosmides (1992) argumentieren nachdrücklich: „... die für die Spezies typische Organisation der Psychologie und Physiologie des modernen Menschen hat notwendigerweise eine evolutionäre Erklärung und eine evolutionär strukturierte Architektur“ (p. 55) und „... wenn man daran interessiert ist, die intelligible Organisation in unserer spezies-typischen psychologischen Architektur zu entdecken, dann ist der Ort, um damit anzufangen, die Erforschung und Beschreibung der Anpassungen.“ (ebd.).

Diese Anpassungen, die für die menschliche Natur grundlegend sind, ereigneten sich vermutlich in den Millionen von Jahren, in denen die Menschen als Jäger und Sammlerinnen im Pleistozän lebten. Die Evolutionspsychologie legt in weiterer Folge nahe, dass die dezidiert menschlichen Aspekte in der Aktualisierungstendenz einen Prozess oder eine Anzahl von Prozessen miteinschließen, die menschliches Überleben im Pleistozän wahrscheinlicher machte. Die Evolutionspsychologen verweisen nun darauf, dass solche Anpassungen nie unabhängig von der Umgebung stattfinden. Die Biologie des Organismus kann sich nur dann weiterentwickeln, wenn sie sich in einer „Umgebung evolutionären Geeignet-Seins“ befindet. „Anpassungen entwickeln sich so, dass sie sich mit den wiederkehrenden strukturellen Eigenschaften der Umgebung auf eine Weise vermischen, dass die Reproduktion des Organismus bzw. der Spezies gefördert wird. Wie ein Schlüssel im Schloss passen Anpassungen und gewisse Merkmale der Welt eng zusammen, um funktionalen Zwecken zu dienen.“ (ebd., 69).

Wir können nun annehmen, dass die psychologischen Tendenzen, die für die ganze Spezies gelten, sich für jedes Individuum in Verbindung mit jenen frühkindlichen Familienerfahrungen herausbilden, die relativ universal sind. Elterliche Pflege und die Bindungsprozesse kommen dafür in Frage (vgl. Stern 1985).

Einige Evolutionsbiologen haben behauptet, dass der Geist des Menschen fast ausschließlich aus multiplen bereichsspezifischen (*domain-specific*) Intelligenzen bestehe. Diese Intelligenzen verglich man mit einer Anordnung funktional zugeordneter Computer<sup>6</sup>,

6 Gendlin (1995; 1997; 2001, Rohfassung) führt auch solche Trennungen von Fähigkeiten aus, aber er verweist darauf, dass Vergleiche mit Computern und Maschinen ziemlich irreführend sind, wenn man sie auf menschliche Organismen anwendet.

wovon jeder sich nur mit einem bestimmten Bereich des Lebens fasst. Dabei gibt es zum Beispiel „... Vorgänge, repräsentationale Formate oder Grundformen, die sich speziell entwickelten, um mit Gesichtern, Müttern, Sprache, Sex, Nahrung, Kindern, Werkzeugen, Geschwistern, Freundschaft ... zurechtzukommen“ (Tooby/Barkow 1992, 94).

Andere haben hingegen postuliert (Samuels 2000), dass zu einem bestimmten Zeitpunkt menschlicher Evolution mehr allgemeine, bereichsübergreifende (*domain-general*) Fähigkeiten entstanden sind. Mithen (2000) stellt fest, dass „... die zentrale Rolle des Gehirns zum Verständnis des menschlichen Geistes unterstrichen wird durch die These, dass es vor 60.000 Jahren eine Veränderung in der Struktur und nicht in der Größe des Gehirns gegeben hat, und das ist es, was dem modernen Gehirn zugrunde liegt. ... Dass neue Arten zu denken entstehen, kann nicht bezweifelt werden, und ich bin zuversichtlich, dass diese mit bereichsübergreifendem Denken zusammenhängen – mit der Integration von Wissen und von Arten zu denken, die bisher innerhalb verschiedener Intelligenzen isoliert geblieben waren“ (p. 211).

Diese Entstehung von bereichsübergreifendem Denken ist eng verbunden mit der Entwicklung der „öffentlichen Sprache“, die dem menschlichen Geist ermöglicht, die Kultur als Ressource zu verwenden, die weit über das Potenzial eines Einzelnen hinausgeht: „In dem Moment, in dem Menschen sich mit Sprache verständigen, ist es wenig sinnvoll, den Geist auf den Körper einer Person beschränkt zu denken, da jede Person auf die Gedanken und das Wissen anderer Menschen aufbaut, dies ausbeutet und weiteres hinzufügt.“ (Mithen 2000, 213).

Clark/Chalmers (1998; zit. in Mithen 2000) spekulieren: „Die intellektuelle Explosion aus jüngerer evolutionärer Zeit hängt mindestens ebenso mit dieser linguistisch ermöglichten Ausdehnung der Kognition zusammen wie mit einer davon unabhängigen Entwicklung unserer eigenen kognitiven Ressourcen“ (p. 213).

Wir sind es so sehr gewohnt, in unserer eigenen menschlichen Natur zu leben, dass es schwierig sein kann, das Ausmaß dieser Verschiebung hin zu integrativen Formen von Bedeutung zu sehen und die Arten dieser Prozesse zu bemerken, mit denen solche Bedeutungen von Mal zu Mal erst entwickelt wurden. Betrachten wir daher einmal genauer, wie gewöhnliche menschliche Interaktionen diese ziemlich außerordentliche Leistung fertig bringen. Die Nicht-Direktivität der Personzentrierten Therapie gibt uns dabei eine besondere Gelegenheit, diejenigen menschlichen Fähigkeiten und Vorlieben zu erfassen, die in der Natur des Menschen grundgelegt sind – und zwar ohne Verzerrung durch Interventionen, die von einem Bezugsrahmen von außerhalb des Klienten stammen. Wenn wir sehen, wie diese Phänomene sich in der menschlichen Natur auswirken, sollte das die Veränderung erklären helfen, die in einem therapeutischen Prozess im Allgemeinen und in der Personzentrierten Therapie im Speziellen zu geschehen pflegt.

## Bereichsübergreifendes Verarbeiten von Bedeutung

Klienten in Personzentrierten Therapien verarbeiten Erfahrung zum großen Teil in solch bereichsübergreifenden Formen. Solches Verarbeiten geschieht sowohl in verschiedenen Gegenstandsbereichen wie auch in den unterschiedlichen Arten, in denen menschliche Erfahrung im menschlichen Organismus organisiert wird – wie in Bildern, Worten oder im Felt Sense einer Situation (Warner 1997; Rice/Greenberg 1984; Gendlin 1964; 1968; 1974; 1990; Rice 1974; Wexler 1974). Klienten fühlen sich erleichtert, wenn sie sich in Beziehungen, die sie als echt und wertschätzend erfahren, bei etwas verstanden fühlen, das für sie wichtig ist (Warner 1997). Mit diesem Gefühl der Erleichterung gehen häufig spontane Veränderungen und eine Reorganisation von Erfahrung einher. Neue Gedanken, Gefühle, Bilder, Erinnerungen und so weiter tauchen im Bewusstsein auf. Diese neuen Erfahrungen werden in einer Vielfalt von Formen erlebt, die wahrscheinlich ganz unterschiedliche Hirnareale in Anspruch nehmen. Klienten beschäftigen sich in der Folge mit neu auftauchenden Aspekten von Erfahrungen und formulieren sie in neuen Worten, die die Bedeutung dieser Erfahrungen besser ausdrücken. Dieses bereichsübergreifende Denken befähigt Menschen, ganze Cluster von Erfahrungen in Worte zu fassen. Und mit diesem Prozess des Versprachlichens von Erfahrung beginnt sich wiederum die gesamte Gefühlsqualität dieser Erfahrung weiter zu verändern.

Es ist bemerkenswert, dass diese Form, Bedeutung zu schaffen, die sich hier entwickelt hat, sowohl persönlich wie auch öffentlich ist – sie ermöglicht Menschen, Erfahrungen zu integrieren, die vorher isoliert waren. Diese Form, Bedeutung zu schaffen, stellt gleichzeitig eine Verbindung mit Gruppenprozessen dar, die sich über große zeitliche und räumliche Spannen hinweg entwickelt haben. So Bedeutung zu schaffen, das ist zutiefst relational und es erfordert eine öffentliche Sprache, die in der Kultur verwurzelt ist und die in frühen Bindungen gelernt wird. Menschen können gar nicht miteinander in Beziehung sein ohne eine solche bedeutungsvoll organisierte Sprache.

Psychologischer Kontakt und die Fähigkeit zur bereichsübergreifenden Bedeutungsverarbeitung scheinen wechselseitig notwendige Aspekte des in der Kultur begründeten Funktionierens von Gruppen, wie es für uns Menschen charakteristisch ist. Erwachsene Formen von Kontakt entwickeln sich in den Bindungserfahrungen der frühen Kindheit, wobei Kinder die Fähigkeit entwickeln, Bedeutung gemäß den Regeln ihrer Kultur zu verarbeiten. Diese Fähigkeit zur Bedeutungsverarbeitung ist einerseits notwendig, um psychologischen Kontakt aufrecht zu erhalten, und andererseits ist ein gewisser Grad an psychologischem Kontakt mit anderen Menschen nötig, um weiterhin Bedeutung verarbeiten zu können.

Ich stelle die These auf, dass diese enge Beziehung zwischen psychologischem Kontakt und der Fähigkeit Bedeutung zu verarbeiten, durch eine bestimmte Art von „weichen“ Bedeutungen aufrecht-

erhalten wird. Solche weichen Bedeutungen sind speziell auf das Explizieren von Erfahrung aus dem weiten Bereich des impliziten organischen Erlebens heraus ausgerichtet. Solche Versionen von Erfahrung sind eng verbunden mit der Gesamtheit von organischer Erfahrung, beinhalten aber keine simple Repräsentation von prä-existenten Realitäten „unter der Oberfläche“. Im Folgenden soll die Natur dieser weichen Bedeutungen näher untersucht werden.

## Weiche Bedeutung als Basis für psychologischen Kontakt und das Aushandeln von Bedeutung

Viele Gruppen von Erfahrungen organisiert man in einer bestimmten Form von Konzept, die ich „weiche Bedeutungen“ nenne, die sich auf eine Art von Phänomenen beziehen, die ich „weiche Phänomene“ nennen würde (Warner 1983). Weiche Bedeutungen beziehen sich auf intrapsychische Phänomene wie Absichten, Ziele, Charaktereigenschaften, das Selbst und ähnliches, aber auch auf verschiedene kulturelle Formen. Weiche Bedeutungen haben einige Qualitäten, die ich später ausführlicher untersuchen werde. Zunächst seien hier nur ihre Kerneigenschaften kurz zusammengefasst:

- (1) Weiche Bedeutungen sind offen für weitere Aushandlung und Veränderung, sodass sie nicht die Art stabiler Realität über Ort und Zeit hinweg haben, die man von „harten“ Phänomenen erwartet.
- (2) Von einander unabhängige Beobachter weicher Phänomene müssen keinesfalls in ihrer Konzeptualisierung weicher Phänomene übereinstimmen.
- (3) Dennoch sind es Menschen gewohnt, Erfahrung in Begriffen weicher Phänomene zu Konzeptualisieren, und weiche Phänomene fühlen sich unter bestimmten Umständen äußerst „real“ an.
- (4) Weiche Phänomene haben oft mehr Einfluss auf das Leben der Menschen als harte Phänomene.

„Harte“ Bedeutungen andererseits bezeichnen Phänomene, die einen „Ding“-Charakter haben, so wie physische Objekte und äußerst stabile kulturelle Prozesse. Schauen wir diese Phänomene nun genauer an: Weiche Phänomene wie das Selbst, eigene Absichten, Ziele, Emotionen oder Charaktereigenschaften werden in unterschiedlicher Art von verschiedenen Individuen zu verschiedenen Zeiten interpretiert. Eine Person sagt vielleicht, ein Kommentar sei ein Witz gewesen, während eine andere denkt, dass es eine beabsichtigte Beleidigung war. Ein Mann meint, dass er engagiert bei einem Projekt dabei ist und glaubt später, dass er einfach vermeiden hat, die Zeit zu Hause mit seiner Frau zu verbringen. Eine Person drückt im betrunkenem Zustand vielleicht Ärger aus, spürt aber später, dass diese Emotion nicht aus ihrem wirklichen Selbst kam. Harte Phänomene werden hingegen von verschiedenen Beobachtern eher auf dieselbe Art identifiziert und die Attribuierungen tendieren dazu, eher stabil zu bleiben. Zwei Menschen, die einen Tisch sehen, stimmen wahrscheinlich überein, dass es ein Tisch ist, und werden wahrscheinlich auch zu einem späteren Zeitpunkt bei dieser

Bedeutung bleiben. Die meisten Leute werden darin übereinstimmen, ob sie bei einer Hochzeit waren, oder ob etwa ein Soldat salutiert hat.

Weiche Phänomene fühlen sich für Menschen durchaus realistisch an, obwohl sie in einem bestimmten Sinn Konstrukte der Imagination sind. Wenn eine Person ein weiches Phänomen benennt, dann fühlt sich dieses Benennen oft sehr real und tragfähig an. Wenn jemand etwa sagt, „Ich möchte so unbedingt einen Eisbecher mit Karamelsauce, dass ich den Geschmack jetzt sogar schmecken kann“, oder „Ich dachte, ich hätte meinem Vater vergeben, aber nun merke ich, dass ich ihn mein ganzes Leben lang gehasst habe“, dann kann sich dieses Cluster von Erfahrungen so handfest und überzeugend wie irgendein physisches Ereignis im Leben anfühlen. Da menschliches Sozialleben überwiegend in Begriffen weicher Phänomene organisiert wird, haben diese Phänomene so viel oder sogar mehr Einfluss auf konkrete Ereignisse im Leben dieser Leute als festere „harte“ Phänomene. Wenn ich etwa entscheide, dass ich meinen Verlobten nicht wirklich liebe, kann ich beschließen, nicht zu heiraten. Wenn ein Gericht entscheidet, dass ich jemanden absichtlich von einer Brücke stieß und nicht zufällig gegen diese Person gefallen bin, muss ich vielleicht für den Rest meines Lebens ins Gefängnis.

Ausgehend von der evolutionären Wichtigkeit dieser Art kulturell begründeten bereichsübergreifenden Denkens, vermute ich, dass sich weiche Phänomene deswegen real anfühlen, weil Menschen es gewohnt sind, Leben in dieser Art Kategorien zu konstruieren. Genau betrachtet haben weiche Phänomene keinerlei handfeste Existenz. Wenn ich sage: „Es tut mir wirklich Leid“ oder „Heute bin ich gar nicht ich selbst“ oder „Du bist verantwortungslos“, dann existieren all diese Phänomene an keinem konkreten Ort.

Weiche Phänomene definiert man mit Kriterien, über die in einer Kultur breiter Konsens herrscht, und dennoch werden bestimmte Momente eines Phänomens wahrscheinlich von verschiedenen Leuten verschieden benannt. Ein Geschworener denkt vielleicht, dass ein Angeklagter es „wirklich bereut“, während ein anderer denkt, dass er „kalt und zynisch“ ist. Individuen und Subkulturen können sich in den genauen Kriterien der verwendeten Attribuierungen unterscheiden. Was einem Yankee-Protestanten „loyal“ erscheint, mag sich ziemlich davon unterscheiden, was einem Italiener aus Sizilien „loyal“ erscheint. Und wenn man von den vielen Dimensionen solcher Attribuierungen ausgeht, kann jede Attribuierung grundlegend diskutiert oder zu einem späteren Zeitpunkt verändert werden.

Mir scheint erwähnenswert, dass Klienten, die ihre Erfahrungen formulieren und re-formulieren, typischerweise weiche Bedeutungen verwenden, um eine kohärente Erzählung (*narrative*) zu schaffen. Indem sie diese Erzählungen formen, versuchen sie normalerweise eine ganze Reihe ziemlich verschiedener Zwecke gleichzeitig zu erreichen. Klienten versuchen eine narrative Version ihrer Erfahrungen zu entwickeln, die in die Gesamtheit der eigenen gelebten

Erfahrung passt, eine, die kulturell und linguistisch vernünftig ist, und eine, die voraussehbar zur Realität passt, in der sich die Personen befinden.<sup>7</sup> Sie versuchen das außerdem auf eine Art, die ihr subjektives Gefühl von Lebensfähigkeit aufrecht erhält und sie möchten ihre Erfahrung so konstruieren, dass sie davon weder überwältigt noch demoralisiert werden und dann keinerlei Impuls mehr hätten, so weiter zu leben, wie sie es schätzen.

Ich vermute, dass an dem Punkt der Evolution, an dem Menschen eine „öffentliche“ Sprache entwickelten, diese Sprache (und der biologische Organismus, der solche Sprache trägt) so strukturiert wurde, um vielfältigen Zwecken gleichzeitig dienen zu können. Menschen entwickelten öffentliche Sprache innerhalb einer Kultur und entwickelten damit gleichzeitig das Bedürfnis, innerhalb dieser Kultur als angepasst und geistig gesund betrachtet zu werden. Außerdem hat diese Sprache auch den Zweck, sehr divergierende Arten von Information zu integrieren, die sich innerhalb der Erfahrung eines Individuums abspielen. Ein Hauptvorteil dieser persönlich integrativen, kulturell verwurzelten Sprache, war die verbesserte Fähigkeit, vorauszusagen, was als nächstes in der materiellen Welt geschehen würde – dies wird zuweilen „Wahrheitsverlässlichkeit“ genannt (Samuels 2000, 188). Mit der erweiterten Fähigkeit, Möglichkeiten zu bedenken und Resultate vorzusehen, entwickelten Menschen auch eine Fähigkeit zu zerstörerischer Wut und Verzweigung, welche die der anderen Säugetiere übersteigt. Es ist vernünftig, dass Menschen eine evolutionär verwurzelte Tendenz haben, ihre Situation möglichst nicht so zu konstruieren, dass sie so überwältigend schmerzhaft oder demoralisierend wird und das eigene Leben oder das von Nahestehenden bedroht.

Diese Art von Vielzweckerzählungen, die ich hier beschreibe, ermöglicht Individuen, komplexe und auseinander strebende Gruppen von Erfahrung auf relativ einheitliche Art zu organisieren und zu repräsentieren. Zugleich wird dadurch das Empfinden von psychologischem Kontakt ermöglicht. Individuen können dadurch ein Gefühl dafür haben, wer sie sind, was sie tun und warum sie es tun, und sie können dies dann anderen Leuten derselben Kultur mitteilen. Das heißt nicht, dass alles bekannt ist oder dass alles mitgeteilt wird. Aber psychologischer Kontakt bietet einen Ausgangspunkt, von dem aus man mehr erfahren kann und mehr in Worten, Gesten oder anderen Handlungen mitteilen kann. Und dieser Ausgangspunkt, dieses Gefühl von bedeutungsvoller Gegenwart bietet zugleich auch die Gewähr, dass man es mit einer normalen, geistig gesunden Person zu tun hat, einer Person, mit der man aller Wahrscheinlichkeit nach weiterhin auf kulturell verständliche Art interagieren kann. Obwohl diese vielfältigen Zwecke menschlicher

Narrationen für Analysezwecke unterschieden werden können, empfinden Menschen die Gesamtheit ihrer gelebten Erfahrung gewöhnlich auf ganzheitlichere Art. Gendlin (1995) beschreibt, wie sich vielfältige Elemente in einer einzigen organismischen Implikation zusammenfassen lassen: „Sehr viele Faktoren *kreuzen* sich in einem einzigen Felt Sense. Manche haben sich vorher schon differenziert, manche nicht. Ihr Felt Sense (während Sie diesen Text lesen) enthält implizit all das, was Sie mich schon sagen hörten, aber auch vieles, was Sie über dieses Thema über die Jahre hinweg gedacht und gelesen haben, und Ihre eigene Arbeit darüber in all ihren Belangen. – Dies alles und noch viel mehr *kreuzt* sich hier so, dass jeder dieser Aspekte die anderen implizit verändert, beherrscht und ihnen Bedeutung verleiht.“ (p. 553). Gendlin stellt fest, dass jeweils nur einige bestimmte Wörter oder Ausdrücke geeignet sind, die implizite Vielfältigkeit gelebter Erfahrung zu übermitteln („*carry forward*“): Wenn das geschieht, hat das Individuum ein intuitiv gefühltes Empfinden der Richtigkeit der Worte. „...was implizit ist wird dadurch verändert, dass man es explizit macht. Aber das ist nicht eine beliebige Veränderung. Das Explizit-Machen hebt diese Spannung auf, die ..... war. Aber das, was die Leerstelle war, ist nicht verloren oder verändert, vielmehr wird die Spannung durch die Worte weiter vorangetrieben ...“ (p. 548). Normalerweise gibt es viele Versionen von der Erfahrung einer Person, die kulturell vernünftig oder realistisch wären. Nur ein paar davon werden jedoch mit der gelebten Erfahrung der Person zu diesem bestimmten Zeitpunkt kongruent sein und eine gefühlte Empfindung von Richtigkeit für die Person haben. Diese Auffassung von psychologischem Kontakt macht die besondere Kraft von Therapien, die selbstbestimmtes Verarbeiten fördern, verständlich. Wenn Vielzweckerzählungen, die vom Individuum auf ganzheitliche Weise empfunden werden, psychologischen Kontakt strukturieren, gibt es nicht nur *einen* richtigen Weg Realität zu konstruieren, der noch dazu von außen bestimmt werden könnte. Natürlich würde kaum ein Psychologe sagen, dass er seinen Klienten eine einzige Version von Realität aufdrängen wollte. Dennoch ist die Vorannahme einer präexistenten Realität häufig in der Sprache von Psychologie und Beratung enthalten. Emotionen werden als „verschüttet“, „unbewusst“, „abgeschnitten“ oder „unterschwellig“ beschrieben, als ob es da eine einzige richtige Realität gäbe, die der Klient nur ausgraben müsste. Oder die Erfahrung der Person wird als von „Abwehrmechanismen“ verdrängt angesehen, als ob eine richtige Version von Realität, die ein außenstehender Experte bestätigen könnte und die irgendwie verzerrt wurde, unterschwellig existieren würde. Beschreibungen der frühen Abwehr in Form der „projektiven Identifikation“ scheinen oft zu suggerieren, dass eine unbewusste Wirklichkeit direkt vom Körper einer Person in den einer anderen übertragen werden könne, und dies auf eine Weise, die gleichzeitig mysteriös und unerbittlich ist. Das Wort „Mechanismus“ impliziert eine rigide Ursache-Wirkungs-Kette mit vorhersagbarem Resultat. Wenn Psychologen und Berater diese Art Sprache benutzen, glauben sie bald, dass die

7 Die ersten drei Zwecke können parallel zu Proutys (1994) drei Inhaltsbereichen von Kontakt gesehen werden – Kontakt mit dem „Selbst“, „der Welt“ und „dem Anderen“. Diese Bereiche als Zwecke zu konzeptualisieren ermöglicht theoretische Flexibilität; man ist dann nicht gezwungen, sie so zu konstruieren, als impliziere dies die Existenz einer einzigen richtigen „Realität“.

Bedeutung einer Situation des Klienten schon irgendwie in diesem auf eine vorgeformte Art existiere und dass die „wirklichen“ Bedeutungen solcher Situationen einseitig von außen definiert werden können. Auch wenn von Vielweckerzählungen die Rede ist, so dienen doch bestimmte Arten, Erfahrung zu konstruieren, einem bestimmtem Zweck besser als andere – etwa um mit der körperlich gefühlten Erfahrung einer Person mitzuschwingen oder um vorherzusagen, was vermutlich als nächstes passiert. Trotzdem kann man nicht annehmen, dass eine bestimmte Version von der Erfahrung einer Person absolut wahr sei. Wir können einräumen, dass einige Gruppen von Erfahrungen besser auf eine bestimmte Art konstruiert werden. Einige Hauptzwecke sind aber so zentral für die menschliche Natur, dass die meisten Menschen das Leben äußerst schwierig finden, wenn diese systematisch vereitelt werden. Das heißt aber nicht, dass irgendein Konstrukt von vornherein für einen bestimmten Zweck richtig wäre, und noch viel weniger, dass wir wüssten, welcher dieser Zwecke für einen Klienten zu irgendeinem Zeitpunkt am wichtigsten ist. Um es in einem Bild zu sagen: Wenn man Mehl, Eier, Butter, Milch, Backpulver und Zucker auf einem Küchentisch stehen hat, könnte man sagen, dass diese Zutaten ein bestimmtes Potenzial haben, ein Kuchen zu werden. Aber ein Koch könnte auch Rührei oder Kekse daraus machen. Oder er könnte auch gar nichts backen wollen. Man spricht dann nicht davon, dass die Zutaten einen vergrabenen Kuchen oder einen verdrängten Kuchen oder einen unterschwelligeren Kuchen darstellen. Eine Sprache, die ein einziges richtiges Resultat impliziert, setzt sich über den persönlichen Prozess und die existenzielle Wahlfreiheit der Person hinweg, die erst entscheiden muss, was sie aus den vorhandenen Zutaten machen will. Ich denke, dass der lockere Gebrauch einer solchen Sprache über „eine Realität unter der Oberfläche“ bereits für die Psychologie generell problematisch ist, und ich meine, dass sie um so heimtückischer für Psychotherapeuten ist, die sich auf die Realität der Phänomene des Klienten konzentrieren wollen. Ich meine, dass vor allem die evolutionär entwickelte Vielfalt der Zwecke menschlichen Erzählens unser Erleben von Subjektivität und Wahlfreiheit gesteigert haben. Die meisten Menschen formen in einem gegebenen Augenblick natürlich meist nur solche Versionen ihrer Erfahrung, die bloß einen Teil all dieser narrativen Zwecke, die ich oben aufgezählt habe, einschließen. Eine Person kann völlig stimmig sagen: „Ich weiß, dass dies verrückt scheint, aber ich habe das Gefühl, als würde ich sterben, wenn ich in meiner Arbeit erfolgreich wäre“. Oder sie sagt vielleicht: „Ich glaube, es ist jetzt besser, einfach zu ignorieren, was ich zu dieser Situation fühle und einfach weiterzumachen.“ Oder: „Wenn ich über das nachdenke, ist es überwältigend schmerzhaft und erinnert mich, wie sich damals der Missbrauch anfühlte, aber ich möchte trotzdem versuchen, bei diesem Thema zu bleiben“. Personenorientierte Therapeuten haben darauf hingewiesen, wie wichtig es ist, gerade für solche Aspekte von Erfahrung empfänglich zu sein, die nicht den üblichen Erzählzwecken entsprechen, Aspekte, die verrückt oder unrealistisch oder ganz anders erscheinen wie all das,

womit sich die Person bisher identifiziert hat. Man hat herausgefunden, dass diese Erfahrungen, wenn man sie empathisch aufnimmt, sich verändern und weiterentwickeln und schließlich neue, organisches begründete Formulierungen ermöglichen, welche die verschiedenen narrativen Zwecke, die für die Person relevant sind, besser erfüllen als die dadurch ersetzten. Individuen haben die existenzielle Wahlfreiheit, welchen Absichten zu welchem Zeitpunkt mehr Gewicht gegeben werden soll. Sie verfügen über ein breites Spektrum geistiger Fähigkeiten, die während der Erfahrungsverarbeitung zum Einsatz gebracht werden können. Sie haben die Wahl, ob sie sich mit einer Version von Erfahrung, die nur teilweise befriedigend ist, begnügen, oder ob sie weiter darüber nachsinnen wollen, in der Hoffnung, es irgendwann besser zu verstehen. Und da viele Arten, Situationen zu verstehen, möglich und verfügbar sind, eröffnet das auch verschiedene strategische Möglichkeiten im menschlichen Diskurs. So kann man etwa eine bestimmte Art von Situationskonstruktion wegen ihrer Wirkung auf andere bevorzugen – z. B. um zu schmeicheln, zu täuschen oder zu trösten (Warner 1983; 1989). Darüber hinaus entscheiden sich manche Leute durchaus stimmig gegen solche Möglichkeiten, die an sich tief in der menschlichen Natur verankert sind. So wie eine Person es vorzieht, zölibatär oder in Einsamkeit zu leben, entscheidet eine andere sich eventuell, für die Öffentlichkeit unverständlich zu bleiben (vielleicht als Beat-Poet) oder die gesamte Aufmerksamkeit auf nur wenige Aspekte der persönlich gelebten Erfahrung zu beschränken (wie etwa ein Stoiker oder jemand, der Zen praktiziert). Sie haben eben andere und idiosynkratischere Zwecke für die eigenen Beschreibungen von Bedeutung im Leben, die sich von angepassteren spezie-eigenen Zwecken unterscheiden oder diesen sogar etwas Neues hinzufügen.

### **Fähigkeiten im Zusammenhang mit psychologischem Kontakt und dem Aushandeln von Bedeutung**

In der klientenzentrierten und experienziellen Literatur werden eine ganze Reihe von Fähigkeiten beschrieben, welche die Entwicklung von Vielweckerzählungen aus der organismischen Erfahrung und deren Differenzierung ermöglichen. Solche Erzählungen organisieren weiche Phänomene so, dass Menschen psychologischen Kontakt miteinander spüren können. Die folgende Aufzählung bietet eine unvollständige, sich etwas überlappende Liste solcher Fähigkeiten:

- Die Fähigkeit, Erfahrung im Zentrum der Aufmerksamkeit zu halten und die Aufmerksamkeit auf die Aspekte der Erfahrung zu lenken, die als die wichtigsten empfunden werden (Warner 1997).
- Die Fähigkeit, sich sowohl auf komplexe, facettenreiche Aspekte von Felt-Sense-Erfahrungen als auch auf verbale, lineare und mehr der Logik folgende Arten des Wissens konzentrieren zu können (Gendlin 1964; 1968; 1970; 1974; 1990).

- Die Fähigkeit, Bilder zu entwickeln und bei diesen zu bleiben, die direkt oder metaphorisch die Unmittelbarkeit von Erfahrung festhalten (Rice 1974; Rice/Greenberg 1984).
- Die Fähigkeit, auf eine oder verschiedene Arten, organismische Erfahrungen zu integrieren, bzw. die Fähigkeit, dieses Integrieren so zu gestalten, dass die Stärken der verschiedenen geistigen Fähigkeiten dabei ausgenutzt werden (Warner 1997; Greenberg/Pascual-Leone 1997).
- Die Fähigkeit, die Intensität von Reaktionen so zu modulieren, dass die Person die affektive Bedeutung von Erfahrungen erleben kann, ohne dabei traumatisiert zu werden oder die Kontrolle über die eigenen Handlungen zu verlieren (Warner 1991; 1997; 2000).
- Die Fähigkeit, zwischen verschiedenen Arten von logischen Kategorien hin und her zu wechseln, um jene herauszufinden, die für die jeweiligen narrativen Zwecke relevant sind, und die Fähigkeit, kulturell kohärente Kausalsysteme zu verwenden, um die Validität bestimmter Versionen von Erfahrung zu überprüfen (Prouty 1994; Warner 2002).
- Die Fähigkeit, sich von Erfahrungen zu dissoziieren, die traumatisch schmerzhaft und überwältigend sind (Warner 1991; 1997).
- Die Fähigkeit, Erzählungen so zu integrieren, dass ein relativ stabiles und kohärentes subjektives Gefühl vom Selbst (oder von Selbst-Teilen) entstehen kann (Rogers 1951; 1959; Wexler 1974; Mearns/Thorne 2000).

Ich vermute, dass es noch unzählige solcher Fähigkeiten gibt, die wir im Alltag für selbstverständlich halten. Die „bereichsübergreifenden“ Fähigkeiten, die in Erzählungen einfließen, integrieren eine große Anzahl von „bereichsspezifischen“ Fähigkeiten, wie sie von klinischen und Evolutionspsychologen definiert wurden. Es scheint daher wahrscheinlich, dass ein Zusammenbruch irgendwelcher dieser bereichsspezifischen Fähigkeiten Kontakt gefährden könnte. So vermuten Baron-Cohen et al. (zit. nach Murphy/Stich 2000, 86), dass autistische Kinder Schwierigkeiten mit einer speziell entwickelten Fähigkeit haben, die dazu prädisponiert, andere als Leute zu erkennen, die Absichten haben. Andere stellten fest, dass „prosopagnosische“ Klienten, die eine Schädigung der occipitotemporalen Areale des Gehirns haben, die spezifische Fähigkeit zum emotionalen Erkennen von Gesichtern verlieren (Murphy/Stich 2000, 79).

## Psychologischer Kontakt und „schwierige Prozesse“

Es stellt m. E. einen großen Unterschied dar, ob manche Individuen vielleicht gewisse Elemente psychologischen Kontakts aus persönlichen Gründen einschränken können oder ob eine Person unfähig ist, in der üblichen Art in Kontakt zu sein. Normalerweise treffen vielfältige spezies-eigene Zwecke in einer Version von Erfahrung zusammen, die einen Menschen spüren lässt, dass er oder sie in Kontakt mit einem anderen ist.

Wenn Individuen nicht in der Lage sind, ihre Versionen der Realität diesen Zwecken entsprechend zu formulieren, dann werden sie wahrscheinlich Konsequenzen spüren, die außerordentlich hart zu ertragen sind. Bildlich gesprochen könnte man sagen, dass die zwischenmenschliche Situation „hart zurückschlägt“. Wenn eine Person nicht in der Lage ist, eine Version von Realität zu bilden, die voraussieht, was als Nächstes passieren wird, dann „schlägt die Realität zurück“, indem schmerzhaft, unerwartete Ereignisse passieren. Wenn jemand nicht in der Lage ist, Erfahrung in einer kulturell adäquaten Art zu formulieren, dann schlägt die Kultur zurück, indem sie die Person beschämt, zurückweist und isoliert. Wenn jemand nicht in der Lage ist, Erfahrungen auf eine Art zu formulieren, die organismisch verwurzelt ist, schlägt der Körper mit Erfahrungen von Leere, Angst und somatischem Schmerz zurück. Wenn eine Person nicht in der Lage ist, Erfahrungen auf eine Art zu formulieren, die das Leben erträglich macht und Hoffnung gibt, dann mag für sie der Tod als zu bevorzugende Alternative erscheinen. Aus all diesen Gründen wird es fast immer als Leiden erlebt, wenn psychologischer Kontakt blockiert ist. Personzentrierte Autoren haben verschiedene Arten derartiger Prozesse andernorts ausführlich beschrieben, also fasse ich hier nur kurz zusammen:

Einige Klienten erleben „fragile Prozesse“ („*fragile process*“; Warner 1991; 1997; 2000) dergestalt, dass sie Schwierigkeiten haben, Erfahrungen in einem Gewahrsein mittlerer Intensität zu halten. Dies bedeutet, dass sie in persönlich bedeutsame oder emotional verbindliche Erfahrungen nur schwer einsteigen bzw. sich aus ihnen zurückziehen können. Und sie haben wahrscheinlich Schwierigkeiten, die Sicht einer anderen Person einzunehmen und gleichzeitig mit der eigenen Erfahrung in Verbindung zu bleiben. Zum Beispiel redet eine Klientin fast die ganze Therapiestunde nur oberflächlich und kann erst am Ende kurz mit einem zugrundeliegenden Gefühl von Kummer in Verbindung kommen. Sie befürchtet dann vielleicht, dass sie ewig weinen würde und stundenlang unfähig wäre, zu ihrer Arbeit zurückzukehren. Sie will vielleicht dem Therapeuten die intensive Verletzbarkeit ihrer Gefühle vermitteln und darin verstanden werden. Wenn der Therapeut dies dann nicht mit den exakt richtigen Worten erfasst, hat sie vielleicht das Gefühl, dass der Therapeut ihre Erfahrung vernichtet hat.

All diese Elemente fragiler psychologischer Prozesse können psychologischen Kontakt sehr schwierig machen. Die Empfindung des eigenen Selbst – die natürlich ein weiches Phänomen ist – setzt das Integrieren der eigenen gelebten Erfahrung mit einem Empfinden von organismisch verwurzelter Kohärenz voraus. Eine solche Empfindung des Selbst entwickelt sich normalerweise in einem sich wechselseitig verstärkenden Kreislauf, in dem man sich selbst gegenüber repräsentiert und in dem zugleich die eigene Erfahrung von anderen Menschen aufgenommen und erwidert wird. Die Verletzbarkeit, Intensität und Scham, die auftauchen, wenn eine Person fragile Aspekte eigener Erfahrung berührt, kann leicht dazu führen, die Art von Verarbeitung zu vermeiden, die für die

Entwicklung einer solchen organismisch verwurzelten, kohärenten Version von Erfahrung notwendig wäre. Und die Scham und Empfindlichkeit in Beziehungen, die charakteristisch für fragile Prozesse sind, kann leicht von jedem zwischenmenschlichen Austausch abhalten, in welchem die eigenen Erfahrungen als sozial real oder akzeptabel bestätigt werden. Ich glaube, dass es sehr schwierig ist, die eigenen Erfahrungen als real zu empfinden, wenn man nicht deren soziale Bestätigung erlebt hat. Außerdem erschweren es solche Beziehungsschwierigkeiten, von anderen Feedback zu bekommen, was dann zu einer Art Tunnelblick führt, wodurch man Erfahrung nur noch aus der eigenen Sicht formulieren kann.

Wenn all diese Aspekte fragiler Prozesse gegeben sind, so ist es wirklich schwer, eine persönlich verwurzelte, vorhersehbar realistische oder kulturell kohärente Version von Erfahrung zu bilden. Klienten mit fragilen Verarbeitungsmodi erfahren ihr Leben oft als chaotisch oder leer. Wenn Klienten mit fragiler Verarbeitung ihrer Erfahrungen innerhalb von persönlichen Beziehungen gewahrt werden, ist es wahrscheinlich, dass sie sich bald verletzt und missverstanden fühlen. Wenn sie dann diese Gefühle ausdrücken, ist es wahrscheinlich, dass sie als übertrieben ärgerlich, empfindlich und stur empfunden werden. Im Weiteren ist es wahrscheinlich, dass die Anderen ihrerseits wiederum ärgerlich und zurückweisend werden, womit sie das Empfinden der Klienten verstärken, dass es irgendetwas fundamental Giftiges an ihrer Existenz gibt. Wenn sie aber aufhören, mit anderen in Kontakt zu treten und ihre Reaktionen auszudrücken, ist es wahrscheinlich, dass sie sich innerlich erstarrt oder tot fühlen. Viele schwanken dann dabei hin und her, halten zunächst ihre Reaktionen zurück und fühlen sich immer unbehaglicher, um dann unvermittelt wutgeladen zu explodieren.

Sinnvolle therapeutische Umgangsformen mit Klienten mit fragilen und ähnlichen Verarbeitungsformen wurden von einer Reihe personenzentrierter und experienzieller Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten beschrieben (Bohart 1990; Eckert/Biermann-Ratjen 1998; Eckert/Wuchner 1996; Lambers 1994; Leijssen 1993; 1996).

Klienten hingegen, die „dissoziierende Prozesse“ erleben, gehen durch Phasen, in denen sie sich selbst überzeugt als verschiedene Selbste erleben, die nicht miteinander integriert sind (Warner 1998; 2000; Roy 1991; Coffeng 1995). In der Folge empfinden sie entweder eine Zerrissenheit des eigenen Selbst, das sich für sie selbst und andere „verrückt“ anfühlt, oder sie haben Perioden, in denen sie Zeitspannen vergessen, in denen andere „Selbst-Teile“ dominant waren. Solche dissoziierten Prozesse resultieren so gut wie immer aus schweren Kindheitstraumata. Kleine Kinder, die sich noch nicht von überwältigend intensiven Erfahrungen distanzieren können, stolpern in trance-ähnliche Zustände, die die unmittelbare Erfahrung des Traumas verringern. Diese trance-artigen Zustände entwickeln sich zu Blöcken von Erfahrungen, die subjektiv als unabhängige Selbste erlebt werden. Klienten neigen dazu, in solche „Teil“-Erfahrungen zu gleiten, wenn die ursprünglichen Trauma-

erinnerungen hochzukommen drohen. Solche dissoziierten Selbste verhelfen offenbar dazu, von den ursprünglichen Erinnerungen nicht überflutet zu werden.

Dissoziierte Verarbeitung behindert psychologischen Kontakt, weil sie wesentliche Aspekte von Erfahrung voneinander getrennt hält, was es aber eben auch unmöglich macht, diese zu einem bedeutungsvollen Ganzen zu verarbeiten. In der Folge wird eine Person, die auf dissoziative Art verarbeitet, weitgehend im Unklaren darüber bleiben, wie und warum sie auf bestimmte Art handelte. In manchen Momenten vermittelt eine solche Klientin Aspekte von Teil-Selbsten scheinbar völlig chaotisch und unorganisiert, sodass sie anderen vielleicht sogar psychotisch erscheint. Wenn ein bestimmtes Teil-Selbst hingegen stärker präsent ist, kann es sein, dass sich der Therapeut sehr mit diesem Subset an Reaktionen, Motiven und Erinnerungen dieser Person in Kontakt fühlt, aber fast keinen Kontakt mit Reaktionen, Motiven und Erinnerungen anderer Teile gewinnt.

Prouty (1990; 1994) beschreibt psychotische Klienten als behindert im Kontakt mit dem „Selbst“, der „Welt“ und dem „Anderen“. Die Klienten, die er beschreibt, haben Schwierigkeiten, aus ihren Erfahrungen Erzählungen zu machen, die ihrer Kultur entsprechend sinnvoll erscheinen oder die eine vorhersagbare Validität für ihre Umgebung beinhalten. Einige erleben eine Art von innerer Leere oder von Totsein. Sie haben oft Erfahrungen in Form von Stimmen oder Halluzinationen, die weder kulturell akzeptiert noch leicht zu verarbeiten sind (Prouty 1977; 1983; 1986; 1994). Wenn diese wesentlichen Zwecke von Erzählungen behindert sind, verliert man die Fähigkeit, kohärente, bedeutungsvolle Versionen der eigenen Erfahrung zu bilden und/oder diese anderen zu vermitteln.

Dennoch bleibt Prouty dabei, dass psychotische Erfahrung bedeutungsvoll ist und das Potenzial hat, zu realitätsorientierteren Formen verarbeitet zu werden. Er hat Kontaktfunktionen, Kontaktreflexionen und Kontaktverhalten ausgearbeitet, welche für die therapeutische Arbeit sowie für die Forschung mit „kontaktbehinderten“ Klienten relevant sind. Eine Reihe personenzentrierter Therapeutinnen und Therapeuten (Pörtner 1994; Van Werde 1990; 1998; Deleu/Van Werde 1998; Warner 2002) arbeiten erfolgreich mit Proutys Ansatz und erweiterten seine Arbeit anhand verschiedener Populationen und Settings. Andere berichten auch von Erfolgen mit psychotischen Klienten in allgemeiner definierten Versionen Personenzentrierter Therapie (Raskin 1996; Rogers et al. 1967; Binder 1998).

## Personenzentrierte Therapie bei „schwierigen Prozessen“

Obwohl die Verarbeitungsarten, die Kontakt schwierig machen, auf den ersten Blick recht unterschiedlich wirken, sind die therapeutischen Vorgehensweisen vieler Personenzentrierter Therapeuten ziemlich ähnlich. Die Therapeuten sind oft frapportiert, wie stark das

Verlangen nach psychologischem Kontakt ist, gerade wenn er außerordentlich schwer zu schaffen ist (Prouty 1994; 2000; Warner 1998; 2000; 2001; 2002). Die Intensität und Beharrlichkeit, mit der Klienten sich um psychologischen Kontakt bemühen, ergibt Sinn, wenn man dessen zentrale Rolle in der menschlichen Evolution versteht. Klienten, die die größten kognitiven und emotionalen Schwierigkeiten haben, in Kontakt zu bleiben, kämpfen darum, ihren Erfahrungen Sinn zu geben und diese anderen Menschen mitzuteilen. Hier ist Rogers' Bild von der Kartoffel angemessen, die auch im Keller einer noch so fahlen Lichtquelle immer noch Schößlinge entgegengetrieben wird.

Wie vorher erwähnt führt die personzentrierte Literatur zu Verarbeitungsprozessen viele verschiedene geistige Fähigkeiten an, die zur Verfügung stehen, um Erfahrungen auf normale Art Sinn zu geben. Wenn diese Fähigkeiten ausfallen oder behindert werden, entwickeln Individuen andere Wege, um Erfahrung auszudrücken und zu verstehen – etwa Halluzinationen, Denkstörungen, „Teile“ von Persönlichkeit oder „Stimmen“. Klientenzentrierte Therapeuten können solche abweichenden Formen inzwischen als persönlich bedeutungsvolle Kontaktversuche wertschätzen.

Ganz allgemein haben Klientenzentrierte Therapeuten erfasst, dass, wenn sie Klienten erfolgreich Empathie und Wertschätzung vermitteln, dies eher alle Fähigkeiten zu Kontakt fördert und stimuliert. Dies erfordert oft große Anstrengungen auf Seiten des Therapeuten, den Klienten auf der Basis von dessen oft sehr limitierten und schwer zu verstehenden Äußerungen zu verstehen. Manchmal sind die exakten Worte oder Gesten des Klienten das Einzige, womit der Therapeut sich in Beziehung setzen kann (Prouty 1994). Außerdem wäre es wegen der Verarbeitungsschwierigkeiten der Klienten für diese ohnehin schwierig, komplexe Kommunikationen des Therapeuten überhaupt zu empfangen oder gar zu verstehen. In der Folge stellten etliche Personzentrierte Therapeuten fest, dass es hilfreich ist, die Formen, mit denen sie Verstehen mitteilen, zu vereinfachen. Sie suchen Ausdrucksstile, die dem Klienten weniger komplexe Verarbeitungsmanöver abverlangen. Prouty (1994) ist ein Anwalt von Wort-für-Wort-Reflexionen und für das Benennen exakter Gesten und Gesichtsausdrucksweisen als Reaktion auf kontaktlose psychotische Erfahrung. Warner (1991; 1997; 2000) und Roy (1998) stellten fest, dass Klienten gerade in fragilen oder dissoziativen Prozessen oft Stille brauchen oder empathische Reaktionen, die sich sehr genau an die von den Klienten verwendeten Worte halten, damit diese sich verstanden fühlen.

Bei sehr limitierten oder sehr unüblichen Ausdrucksformen von Klienten merken Therapeuten häufig, dass sie daran arbeiten müssen,

Prozesssensitivität zu entwickeln. Denn Therapeuten können ihr Verstehen des Klienten leicht verzerren, indem sie es dem, was sie aus eigener Erfahrung kennen, ähnlich machen. So können Therapeuten lange Zeit überhören, dass Klienten disparate „Teil-Selbste“ erleben, oder das Ausmaß an Vulnerabilität übersehen, das mit fragiler Verarbeitung zusammenhängt. Außerdem verwenden Therapeuten häufig ihre eigenen Schemata zur Verarbeitung von Gefühlen wie Schmerz, Verzweiflung und Fremdheit, um emotional mit Klienten in Kontakt zu bleiben, die extreme Formen solcher Erfahrungen haben.

Fast alle Klienten kämpfen um Kontakt, manche wurden aber extrem traumatisiert und manipuliert, als sie früh in ihrem Leben versuchten, psychologischen Kontakt herzustellen. Die Letzteren sind vielleicht versucht aufzugeben, oder sie sehen Kontaktversuche bereits als Bedrohung ihrer Existenz. Unter diesen Umständen wird Therapie, die körperlich wahrgenommene Erfahrung verstärkt oder die Klienten einlädt, anderen Menschen zu trauen, wahrscheinlich als bedrohlich erfahren werden. Die Therapeuten sollten also die heikle Ambivalenz von Klienten verstehen, die versucht sind, jeglichen Kontakt aufzugeben, oder sich tatsächlich aus dem Kontakt zurückziehen. Der Wunsch nach Kontakt ist jedoch so grundlegend für den Menschen, dass eine solche Entscheidung selten eindeutig oder dauerhaft sein kann. Die Bereitschaft der Therapeuten, Klienten zu verstehen und bei ihnen zu bleiben, auch wenn sie sich aus dem Kontakt zurückziehen, ist daher ein entscheidender Faktor dafür, dass der Klient das Verlangen und den Mut entwickelt, sich wieder zu engagieren.

Das menschliche Bedürfnis nach psychologischem Kontakt ist stark genug, dass sogar ganz geringe Intensivierungen des psychologischen Kontakts für Klienten von großem persönlichem und psychologischem Wert sind. Wenn ein Klient sich wenigstens in einer eingeschränkten Art, Sinn zu konstruieren, vermitteln kann, dann bringt wahrscheinlich bereits das eine Milderung der existenziellen Einsamkeit und Angst des Klienten. Sogar eine nur teilweise Fähigkeit, der eigenen Erfahrung Sinn zu geben, verringert eine Reihe psychologischer Symptome und Verhaltensauffälligkeiten (Prouty 1994; Warner 2001). Vor allem aber brauchen Klienten, die Schwierigkeiten haben, Kontakt aufzubauen oder aufrechtzuerhalten, in größerem Maß jemanden bei sich, während sie darum kämpfen, ihre eigene Stimme zu finden. Die Beachtung der existenziellen Freiheit, zu entscheiden, was von Bedeutung ist und warum, ist in therapeutischen Beziehungen, in denen Kontakt schwierig ist, noch wichtiger, wenn man bedenkt, dass es gerade für diese Klienten so schwer ist, diese Art von Respekt, von Freiheit und von persönlicher Verbundenheit in ihrem sonstigen Leben zu bekommen.

## Literatur

- Binder, U. (1998), Empathy and empathy development in psychotic clients, in: Thorne, B./Lambers, E. (Eds.), *Person-centred therapy: A European perspective*, London (Sage Publications) 216–230
- Bohart, A. C. (1990), A cognitive client-centered perspective on borderline personality development, in: Lietaer, G./Rombauts, J./Van Balen, R. (Eds.), *Client-centered and experiential psychotherapy in the nineties*, Leuven (Leuven University Press) 599–621
- Clark, A./Chalmers, D. (1998), The extended mind, in: *Analysis* 58, 1, 7–19
- Coffeng, T. (1996), Experiential and pre-experiential therapy for multiple trauma, in: Hutterer, R./Pawlowsky, G./Schmid, P.F./Stipsits, R. (Eds.), *Client-centered and experiential psychotherapy: A paradigm in motion*, Frankfurt am Main (Peter Lang) 499–511
- Deleu, C./Van Werde, D. (1998), The relevance of a phenomenological attitude when working with psychotic people, in: Thorne, B./Lambers, E. (Eds.), *Person-centred therapy: A European perspective*, London (Sage) 206–215
- Eckert, J./Biermann-Ratjen, E.-M. (1998), The treatment of borderline personality disorder, in: Greenberg, L.S./Watson, J./Lietaer, G. (Eds.), *Handbook of experiential psychotherapy*, New York (The Guilford Press) 349–367
- Eckert, J./Wuchner, M. (1996), Long-term development of borderline personality disorder, in: Hutterer, R./Pawlowsky, G./Schmid, P.F./Stipsits, R. (Eds.), *Client-centered and experiential psychotherapy: A paradigm in motion*, Frankfurt/M. (Peter Lang) 213–233
- Gendlin, E. T. (1964), A theory of personality change, in: Worchel, P./Byrne, D. (Eds.), *Personality change*, New York (Wiley) 100–148
- Gendlin, E. T. (1968), The experiential response, in: Hammer, E. (Ed.), *Use of interpretation in treatment*, New York (Grune & Stratton) 208–227
- Gendlin, E. T. (1970), A theory of personality change, in: Hart, J. T./Tomlinson, T. H. (Eds.), *New directions in client-centered therapy*, Boston (Houghton Mifflin) 129–174
- Gendlin, E. T. (1974), Client-centered and experiential psychotherapy, in: Wexler, D./Rice, L.N. (Eds.), *Innovations in Client-Centered therapy*, New York (Wiley) 211–246
- Gendlin, E. T. (1990), The small steps of the therapy process: How they come and how to help them come, in: Lietaer, G./Rombauts, J./Van Balen, R. (Eds.), *Client-centered and experiential psychotherapy in the nineties*, Leuven (Leuven University Press) 205–224
- Gendlin, E. T. (1995), Crossing and dipping: Some terms for approaching the interface between natural understanding and logical formulation, in: *Minds and Machines* 5, 4, 547–560
- Gendlin, E. T. (1997) How philosophy cannot appeal to experience, and how it can, in: Levin, D. M. (Ed.), *Language beyond Postmodernism*, Evanston, IL (Northwestern University Press) 3–41
- Gendlin, E. T. (2001; Rohfassung), The process model (Focusing Institute web-site: <http://www.focusing.org>)
- Green, M. F. (1998), *Schizophrenia from a neurocognitive perspective*, Boston (Allyn and Bacon)
- Greenberg, L. S./Pascual-Leone, J. (1997), Emotion in the creation of personal meaning, in: Power, M./Brewin, C. R. (Eds.), *The transformation of meaning in psychological therapies*, New York (Wiley) 157–173
- Lambers, E. (1994), Borderline personality disorder, in: Mearns, D. (Ed.), *Developing person-centered counseling*, London (Sage) 110–112
- Leijssen, M. (1993), Creating a workable distance to overwhelming images: comments on a session transcript, in: Brazier, D. (Ed.), *Beyond Carl Rogers*, London (Constable) 129–147
- Leijssen, M. (1996), Characteristics of a healing inner relationship, in: Hutterer, R./Pawlowsky, G./Schmid, P.F./Stipsits, R. (Eds.), *Client-centered and experiential psychotherapy: A paradigm in motion*, Frankfurt/M. (Peter Lang) 427–438
- Mearns, D. (1997), *Person-centred counselling training*, London (Sage)
- Mearns, D./Thorne, B. (2000), *Person centred therapy today: New frontiers in theory and practice*, London (Sage)
- Miller, J. B. (1997), *The healing connection: How women form relationships in therapy and in life*, Boston (Beacon Press)
- Mitchell, S. A. (1988), *Relational concepts in psychoanalysis*, Cambridge, MA (Harvard University Press)
- Mithen, S. (2000), Mind, brain and material culture: An archeological perspective, in: Carruthers, P./Chamberlain, A. (Eds.), *Evolution and the human mind*, Cambridge (Cambridge University Press) 207–217
- Murphy, D. M./Stich, S. (2000), Darwin in the madhouse: Evolutionary psychology and the classification of mental disorders, in: Carruthers, P./Chamberlain, A. (Eds.), *Evolution and the human mind*. Cambridge (Cambridge University Press) 62–92
- Pinker, S./Bloom, P. (1992), Natural language and natural selection, in: Barkow, J. H./Cosmides, L./Tooby, J. (Eds.), *The adapted mind: Evolutionary psychology and the generation of culture*, New York (Oxford University Press) 451–493
- Pörtner, M. (1994), Client-centered therapy with mentally retarded persons: Catherine and Ruth, in: Lietaer, G./Rombauts, J./Van Balen, R. (Eds.), *Client-centered and experiential psychotherapy in the nineties*, Leuven (Leuven University Press) 559–569
- Prouty, G. (1977), Protosymbolic method: A phenomenological treatment of schizophrenic hallucinations, in: *Journal of Mental Imagery* 1, 2, 339–342
- Prouty, G. (1983), Hallucinatory contact: A phenomenological treatment of schizophrenics, in: *Journal of Communication Therapy* 2, 1, 99–103
- Prouty, G. (1986), The pre-symbolic structure and therapeutic transformation of hallucinations, in: Wolpin, M./Schorr, J./Krueger, L. (Eds.), *Imagery*, Vol. 4, New York (Plenum Press) 99–106
- Prouty, G. (1990), Pre-therapy: A theoretical evolution in the person-entered/experiential psychotherapy of schizophrenia and retardation, in: Lietaer, G./Rombauts, J./Van Balen, R. (Eds.), *Client-centered and experiential psychotherapy in the nineties*, Leuven (Leuven University Press) 645–658
- Prouty, G. (1994), *Theoretical evolutions in Person-Centered/Experiential Therapy*, Westport, CT (Praeger)
- Prouty, G. (2000), Pre-therapy and the pre-expressive self, in: Merry, T. (Ed.), *Person-centred practice: The BAPCA reader*, Ross-on-Wye (PCCS Books) 68–76
- Raskin, N. J. (1996), Client-centered therapy with very disturbed clients, in: Hutterer, R./Pawlowsky, G./Schmid, P.F./Stipsits, R. (Eds.), *Client-centered and experiential psychotherapy: A paradigm in motion*, Frankfurt/M. (Peter Lang) 529–531
- Rice, L. N. (1974), The evocative function of the therapist, in: Wexler, D. A./Rice, L.N. (Eds.), *Innovations in Client-Centered Therapy*, New York (Wiley) 289–311
- Rice, L.N./Greenberg, L.S. (Eds.) (1984), *Patterns of change*, New York (The Guilford Press)
- Roelens, L. (1996), Accomodating psychotherapy to information-processing constraints: A person-centered psychiatric case description, in: Hutterer, R./Pawlowsky, G./Schmid, P.F./Stipsits, R. (Eds.), *Client-centered and experiential psychotherapy: A paradigm in motion*, Frankfurt/M. (Peter Lang) 533–543

- Rogers, C. R. (1951), *Client-centered therapy*, Boston (Houghton Mifflin); dt.: *Die klient-bezogene Gesprächspsychotherapie*, München (Kindler) 1973 bzw. *Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie*, Frankfurt/M. (Fischer) 1983
- Rogers, C. R. (1957), The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change, in: *Journal of Consulting Psychology* 21, 2, 95–103; reprinted in: Kirschenbaum, H./Henderson, V. L. (Eds.) (1989), *The Carl Rogers Reader*, New York (Houghton Mifflin) 219–235; dt.: Die notwendigen und hinreichenden Bedingungen für Persönlichkeitsentwicklung durch Psychotherapie, in: Rogers, C. R./Schmid, P. F., *Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis*, Grünewald (Mainz) 1991, 165–184
- Rogers, C. R. (1959), A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework, in: Koch, S. (Ed.), *Psychology: A study of a science*, Vol. 3. Formulations of the person and the social context, New York (McGraw-Hill) 184–256; dt.: Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen. Entwickelt im Rahmen des klientenzentrierten Ansatzes, Köln (GwG) 1987
- Rogers, C. R./Gendlin, E. T./Kiesler, D./Truax, C. B. (1967), *The therapeutic relationship and its impact: A study of psychotherapy with schizophrenics*, Madison, WI (University of Wisconsin Press)
- Roy, B. (1991), A client-centered approach to multiple personality and dissociative process, in: Fused, L. (Ed.), *New directions in client-centered therapy: Practice with difficult client populations*, Chicago (Chicago Counseling and Psychotherapy Center) 18–40
- Roy, B. (1998), An illustration of memory retrieval with a dissociative identity disorder client, Unpublished manuscript
- Samuels, R. (2000), Massively modular minds: Evolutionary psychology and cognitive architecture, in: Carruthers, P./Chamberlain, A. (Eds.), *Evolution and the human mind*, Cambridge (Cambridge University Press) 13–46
- Santen, B. (1990), Beyond good and evil: Focusing with early traumatized children and adolescents, in: Lietaer, G./Rombauts, J./Van Balen, R. (Eds.), *Client-centered and experiential psychotherapy in the nineties*, Leuven (Leuven University Press) 779–796
- Sarbin, T. R. (Ed.) (1986), *Narrative psychology: The storied nature of human conduct*, New York (Praeger)
- Schore, A. N. (1994), *Affect development and the origin of the self*, Hillsdale, NJ (Lawrence Erlbaum)
- Spence, D. P. (1982), *Narrative truth and historical truth*, New York (Norton)
- Sroufe, L. A. (1996), *Emotional development: The organization of emotional life in the early years*, New York (Cambridge University Press)
- Stern, D. N. (1985), *The interpersonal world of the infant*, New York (Basic Books); dt.: *Die Lebenserfahrung des Säuglings*, Stuttgart (Klett-Cotta) 1992
- Stolorow, R. D./Atwood, G. E. (1992), *Contexts of being: The intersubjective foundations of psychological life*, Hillsdale, NJ (Analytic Press)
- Swildens, J. C. (1990), Client-centered psychotherapy for patients with borderline symptoms, in: Lietaer, G./Rombauts, J./Van Balen, R. (Eds.), *Client-centered and experiential psychotherapy in the nineties*, Leuven (Leuven University Press) 623–635
- Tooby, J./Cosmides, L. (1992), The psychological foundations of culture, in: Barkow, J./Cosmides, L./Tooby, J. (Eds.), *The adapted mind: Evolutionary psychology and the generation of culture*, New York (Oxford University Press) 19–136
- Van Werde, D. (1990), Psychotherapy with a retarded schizo-affective woman: An application of Prouty's pre-therapy, in: Dosen, A./Van Gennepe, A./Zwanikken, G. (Eds.), *Treatment of mental illness and behavioral disorder in the mentally retarded: Proceedings of international congress*, May 3rd and 4th Amsterdam, The Netherlands, Leiden (Logon) 469–477
- Van Werde, D. (1998), 'Anchorage' as a core concept in working with psychotic people, in: Thorne, B./Lambers, E. (Eds.), *Person-centred therapy: A European perspective*, London (Sage) 195–205
- Warner, M. S. (1983), Soft meaning and sincerity in the family system, in: *Family Process* 22, 523–535
- Warner, M. S. (1989), Empathy and strategy in the family system, in: *Person-Centered Review* 4, 3, 324–343
- Warner, M. S. (1991), Fragile process, In: Fused, L. (Ed.), *New directions in client-centered therapy: Practice with difficult client populations*, Chicago (Chicago Counseling and Psychotherapy Center) 41–58
- Warner, M. S. (1997), Does empathy cure? A theoretical consideration of empathy, processing and personal narrative, in: Bohart, A. C./Greenberg, L. S. (Eds.), *Empathy reconsidered: New directions in psychotherapy*, Washington, DC (American Psychological Association) 125–140
- Warner, M. S. (1998), A client-centered approach to therapeutic work with dissociated and fragile process, in: Greenberg, L. S./Watson, J. C./Lietaer, G. (Eds.), *Handbook of experiential psychotherapy*, New York (The Guilford Press) 368–387
- Warner, M. S. (2000), Client-centered therapy at the difficult edge: A developmentally based model of fragile and dissociated process, in: Mearns, D./Thorne, B. (Eds.), *Person Centred therapy today: New frontiers in theory and practice*, London (Sage) 144–171
- Warner, M. S. (2002), Luke's dilemmas: A client-centered/experiential model of processing with a schizophrenic thought disorder, in: Watson, J. C./Goldman, R. N./Warner, M. S. (Eds.), *Client-centered and experiential psychotherapy in the 21st century: Advances in theory, research and practice*, Ross-on-Wye (PCCS Books) 459–472
- Wexler, D. A. (1974), A cognitive theory of experiencing, self-actualization and therapeutic process, in: Wexler, D. A./Rice, L. N. (Eds.), *Innovations in client-centered therapy*, New York (Wiley) 49–116

#### Autorin:

*Warner, Margaret, 1947, Ph. D., Klientenzentrierte Psychotherapeutin in freier Praxis, Ausbilderin, bis vor kurzem führend am Chicago Counseling Center tätig, Professorin an der Illinois School of Professional Psychology/Chicago Campus (Argosy University), Schwerpunkt in Theorie und Praxis: Arbeit mit Personen mit schweren psychischen Störungen*

#### Korrespondenzadresse:

*Margaret Warner  
5436 S. Cornell  
Chicago, IL 60615  
USA  
E-Mail: mswarner@ripco.com*