

Zur Aktualität von Rogers aus heutiger Sicht

Zwölf Perspektiven

Ein Kernstück dieses Schwerpunktheftes zu Carl Rogers stellen Kommentare von renommierten Repräsentanten des Personenzentrierten Ansatzes aus sechs Ländern zu wesentlichen Arbeitsbereichen und zentralen Aspekten seines breiten Schaffens dar – erweitert um ein kurzes Statement von Tom Greening, immerhin Herausgeber des „Journal of Humanistic Psychology“.

Den Anfang macht Natalie Rogers, Carls' Tochter, die mit ihm vor allem in der Encounterperiode zusammen gearbeitet und in weiterer Folge ihre „Expressive Arts Therapy“ entwickelt hat, dabei auf die von ihm formulierte Theorie der Kreativität zurückgreifend. Jürgen Kriz, Jochen Eckert und David Cain befassen sich in ihren Beiträgen jeweils mit Rogers als Wissenschaftler und Psychotherapieforscher bzw. auch mit Forschungsergebnissen, wie die Klientenzentrierte Psychotherapie in der Praxis abschneidet. Hans Swildens würdigt in seinem Artikel einerseits die praktischen Verdienste von Rogers, relativiert zugleich aber dezidiert und kritisch die von Rogers vertretene humanistische Grundposition und seine gesellschaftspolitischen Exkurse. Die Therapietheorie ist bei Finke und Greening angesprochen: Während ersterer die Grundprinzipien des Anerkennens, Verstehens und Begegnens herausarbeitet, verblüfft unser amerikanischer Kollege mit der provokanten These, dass Rogers direktiv am inneren Bezugsrahmen der Klienten interessiert war. Entwicklungstheoretischen Fragestellungen, ein Aspekt, den Rogers nur am Rande streifte, gehen Eva-Maria Biermann-Ratjen und Diether Höger nach: In ihren Stellungnahmen zeigen sie auf, wie sehr die personzentrierte Theoriebildung in diesem Bereich sich doch mit modernen Konzepten aus der Säuglingsforschung und Bindungstheorie verträgt. Schließlich widmen sich drei Statements gesellschaftlichen Fragestellungen wie der Friedensarbeit, die Michael Gutberlet in den Blick nimmt, der Bildung durch Gruppenarbeit, wie sie von Maureen O'Hara und John Wood, langjährigen Kollegen in der Encounter-Gruppenarbeit, propagiert wird, und der feministischen Perspektive. In den beiden erstgenannten Gebieten war Rogers hochaktiv, für die Frauenfrage war er sensibilisiert. Dass sich hier selbst für einen solch feinfühligem Mann wie Carl Rogers Grenzen auftraten, wird in Irene Fairhursts Ausführungen deutlich.

Les commentaires de représentants renommés de l'approche centrée sur la personne de six pays, dans des domaines de travail importants et par rapport à des aspects centraux de sa vaste création – complétés par une courte déclaration de Tom Greening, l'éditeur du « Journal of Humanistic Psychology » – constituent l'élément central de ce dossier sur Carl Rogers.

Le premier de ces commentaires est celui de Natalie Rogers, la fille de Carl, qui a travaillé avec lui surtout pendant la période des encounters, à la suite de quoi elle a développé sa « expressive arts therapy » inspirée de la théorie de la créativité formulée par son père. Les articles de Jürgen Kriz, Jochen Eckert et David Cain traitent chacun de Rogers en tant que scientifique et chercheur en psychothérapie, ainsi que des résultats de recherches sur la manière dont la psychothérapie centrée sur le client se distingue dans la pratique. Dans son article, Hans Swildens apprécie d'une part les mérites pratiques de Rogers, mais relativise en même temps de manière résolument critique la position de base humaniste défendue par Rogers et ses digressions socio-politiques. La théorie de la thérapie est abordée par Finke et Greening. Alors que le premier fait ressortir les principes de base de l'acceptation, de la compréhension et de la rencontre, notre collègue américain surprend avec la thèse provocante que Rogers était intéressé de manière directive par le cadre de référence intérieur des clients. Eva-Maria Biermann-Ratjen et Diether Höger traitent de la formulation des questions dans le sens de la théorie du développement, un aspect que Rogers n'a fait qu'effleurer de manière très marginale: dans leurs prises de position, ils montrent à quel point dans ce domaine l'élaboration de théories centrées sur la personne est en accord avec les concepts modernes issus de la recherche sur les nouveau-nés et de la théorie de l'attachement. Pour finir, trois commentaires seront consacrés aux questions de société telles que le travail sur la paix envisagé par Michael Gutberlet, la formation au travail en groupe tel qu'il est propagé par Maureen O'Hara et John Wood, collègues de longue date dans le groupe de travail encounter, et pour finir la perspective féministe. Rogers était hautement actif dans les deux premiers domaines cités. Quant à la question des femmes, il y était sensibilisé. Le fait que même un homme aussi sensible que Carl Rogers a été confronté ici à des limites, ressort clairement de l'article d'Irene Fairhurst.

Natalie Rogers¹

Carl Rogers' Theorie der Kreativität ins Leben umsetzen

Am 8. Januar 2002 werde ich zu Ehren von Carls 100. Geburtstag eine Kerze anzünden und ihm danken, dass er ein fürsorglicher Vater war, und Helen dafür, dass sie eine hegende und pflegende Mutter war. Als Therapeutin weiß ich nur zu genau, dass es nur wenige Kinder gibt, die in einer solch liebevollen, unterstützenden, kreativen und ethischen Umgebung aufwachsen. Ich trage die Freuden und die Bürde eines solchen Privilegs. Ich genieße die Türen, die mir beruflich offen standen, weil ich Carls Tochter war, und trage manches von diesem Vermächtnis, sein Werk lebendig zu erhalten, um seine humanistischen Werte und Methoden in eine Welt zu bringen, die voll ist von Konflikten und Gewalt.

Vor zwei Jahren zündete ich das Feuer an, um seinen hundertjährigen Geburtstag zu ehren, indem ich das Carl Rogers Symposium 2002 auf die Agenda setzte (24.–28. Juli 2002 in La Jolla, Kalifornien). Viele andere organisieren ebenfalls Feiern und Konferenzen, Zeitschriftenausgaben und Bibliographien, um seine Grundsätze weiterzutragen. Ich zolle allem Beifall, was wir kollektiv tun können, um die Welt daran zu erinnern, dass die Antwort auf Konflikte nicht die Gewalt ist. Die Antwort liegt tief in den Wurzeln der Ursachen, die Individuen in solche Verzweiflung stürzen, dass sie wüten und töten. Für diejenigen von uns, die in den privilegierten und oft fehlgeleiteten Vereinigten Staaten wohnen, hoffe ich, dass die Tragödien des 11. September der Weckruf sein werden, dass unsere Regierung bisher zuweilen eine Politik verfolgt hat, die ganze Kulturen zerstört hat. Ich hoffe, dass die Feiern für Carl sein tiefes Interesse an Weltereignissen anerkennen werden und seine beginnenden Versuche, den Personenzentrierten Ansatz mit höchsten Regierungsmitgliedern zur Anwendung zu bringen wie im Rust Peace Project (C. Rogers 1986) und mit multi-ethnischen Gruppen wie in seiner Arbeit mit Ruth Sanford² in Südafrika (Rogers/Sanford 1987).

Mein eigener Schwerpunkt liegt darin, Carls „Theorie der Kreativität“ (C. Rogers 1961/1973, Kapitel 19) ins Leben umzusetzen. In diesen Zeiten, wo wir von der Regierung zu Konformität genötigt werden, brauchen wir dringend starke Individuen, die in der Lage sind, kreativ zu denken und zu handeln. Kreativität bedroht jene, die Konformität fordern. Diktatoren unterdrücken Selbstaussdruck und den kreativen Prozess. Sie wollen nicht, dass ihre Bürger

selbstständig denken und spontan sind, voller Einfälle oder selbstbestimmt. So gesehen ist Kreativität subversiv in den Augen jener, die Konformität einem politischen System gegenüber fordern. Carl selbst war ein äußerst kreatives Individuum. Er verkörperte die kreative Person, die für Möglichkeiten offen bleibt, flexibel ist und individuelle Unterschiede schätzt. Der Konformist andererseits ist verschlossen, rigid im Denken und folgt dem Führer, ohne das Wissen über sich selbst oder die Fähigkeit zur Unterscheidung zu nutzen. Ich glaube, dass wir kreativ sein müssen, um die Demokratie in der Welt aufrechtzuerhalten und zu pflegen – das heißt, wir müssen mit Ideen spielen können, alternative Lösungen sehen und empathisch allen Seiten zuhören können. Darin war Carl ein Meister.

In Carls bemerkenswert kurzem aber prägnantem Kapitel über Kreativität diskutiert er den dringenden gesellschaftlichen Bedarf, dass der kreative Prozess geweckt wird und unter welchen personenzentrierten Bedingungen er gedeihen kann. Er nennt die Bedingungen, um konstruktive Kreativität zu fördern: Die erste ist psychologische Sicherheit; sie beinhaltet, dass das Individuum bedingungslos wertgeschätzt und empathisch verstanden wird in einem Klima des Nicht-Urteilens. Die zweite Bedingung ist ein Klima psychologischer Freiheit (C. Rogers 1954). Zu diesen zwei Bedingungen habe ich eine dritte hinzugefügt: stimulierende und herausfordernde Erfahrungen anzubieten (N. Rogers 1993, 14). Um zu erklären, was ich meine, muss ich ein bisschen ausholen:

Meine Ausdrucksarbeit mit Kunst entstand, als ich von Boston nach Kalifornien zog und meinen Vater fragte, ob ich mit ihm arbeiten könnte. Er war natürlich hochofrend. Ich entwarf schnell einen zehntägigen Workshop. Wir fragten sechs bis acht Kollegen mitzumachen und wir entwickelten gemeinsam, was wir dann die personenzentrierten Kunstworkshops nannten³. Aufgrund von Vaters Ruf in der ganzen Welt war es leicht, eine riesige Gruppe für zehn Tage zusammenzubekommen. Das waren internationale Workshops während sehr experimenteller Zeiten. Als Team lernten wir so viel, wenn nicht mehr wie die Teilnehmenden. Tag um Tag saß man in der Großgruppe und redete über das Leben, Leute erzählten ihre Lebensgeschichte voll emotionalem Gehalt – ihre Tragödien, Verwirrung, Angst und ihre Dilemmata. Als Team gelang es uns sehr gut, ihre Gefühle zu reflek-

¹ Ins Deutsche übersetzt von Margarethe Letzel

² Vor einer Woche (der Artikel wurde am 17. Dezember 2001 der Redaktion übermittelt; Anm. G. S.) erfuhr ich von Ruth Sanfords Tod im Alter von 94 Jahren. Ich bin voll Hochachtung für ihre Arbeit mit Carl und ihre Hingabe an den Personenzentrierten Ansatz und ihre Arbeit in den multi-ethnischen Gruppen.

³ Zum Team gehörten zu verschiedenen Zeiten: Carl Rogers und Maria Bowen, Frances Fuchs, Maureen O'Hara, Joann Justyn, Jared Kass, Betty Meador, Alan Nelson, Natalie Rogers, John K. Wood, Dick and Marion Vittio

tieren und einen sicheren Ort für diese sehr persönlichen Momente zu bieten. Es gelang uns auch, die Konfrontationen zu begleiten, die die Leute miteinander hatten.

Weil ich jedoch so eine kinästhetische Person bin, wurde ich sehr rastlos und dachte: „Wie ist es nur möglich, dass wir hier drei Stunden am Morgen, drei Stunden am Nachmittag und drei Stunden am Abend sitzen?“ So sagte ich schließlich: „Ich habe ein Atelier mit Kunstmaterialien und jeder, der gern noch andere Wege herausfinden möchte, wie man sich mit persönlichen Themen auseinandersetzen kann, kann zu mir kommen. Wir werden mit non-verbale Formen experimentieren, um über die Dinge zu reden, die wir hier einander mitteilen, und wir werden Bewegung, Kunst, Töne und Theater für die Selbsterkundung nutzen.“ Ich hatte einige Kollegen, die auch daran interessiert waren, dies mit mir auszuprobieren.⁴ Wir schufen Spielzeiten, die für die Teilnehmenden von tiefer Bedeutung waren. Wir hatten nur wenige Regeln. Wir lernten einfach aus dem, was wir taten. Ein guter Facilitator wird man, indem man sich ständig Einschätzungen und Feedback von den Teilnehmern/innen holt und fragt: „Was lernen wir? Was funktioniert und was nicht?“ Wir fanden heraus, dass unsere Fähigkeit zu spielen, Kostüme zu benutzen, Theater und Rollenspiel so wie auch Kunstmaterialien zu verwenden, für die Leute sehr bedeutsam war.

Was ich nun die „Creative Connection“ (N. Rogers 1993, 27–130) nenne, entwickelte sich hier. Wir entdeckten, dass Bewegung, visuelle Kunst, Töne und Tagebuchschreiben in Folge zu verwenden, ohne viel zu verbalisieren, uns half, in das Unbewusste und die archetypische Persona einzutauchen, was uns Erkenntnis über persönliche Themen brachte. Als Begleitpersonen schlugen wir Möglichkeiten für diese Experimente vor, aber auf echt personenzentrierte Art (C. Rogers 1970, 43–59). Wir überprüften es immer zusammen mit der betroffenen Person: Der Klient oder das Gruppenmitglied will mitmachen oder nicht und wir folgen ihr. Wir schufen eine sichere, nicht-wertende Umgebung, gaben den Leuten sowohl Anregung als auch die Erlaubnis, ihre gesellschaftlichen Masken abzunehmen, um ihre innere Wahrheit zu entdecken. Nach einer Stunde oder mehr dieses kreativen Prozesses sprachen wir darüber, was wir durch unsere künstlerische Aktivität gelernt hatten. Das war die Zeit für tiefes empathisches Zuhören. Wir interpretieren das von einer Person geschaffene Produkt nie. Ich bin so entschieden gegen analytische Kunsttherapie, wie es Carl gegenüber analytischer Psychotherapie war (Barton 1974/1979).

Experimente oder Erfahrungen, die geschaffen sind, um ein Individuum zu Ausdruckskunst zu ermutigen, gibt dieser Person die Gelegenheit, in den Zauber des kreativen Prozesses zu tauchen und durch Tun zu lernen (N. Rogers 1993). Das ist der Punkt, an dem ich meine Arbeit als Erweiterung von Carls Arbeit empfinde. Eine Zeit lang fühlte ich mich ein bisschen rebellisch, dass ich seine Arbeit nahm

und Übungen schuf, die Leute animierten, Kunst und Bewegung zu gebrauchen, Töne und Tagebuchschreiben, um sich selbst auszudrücken. Ich hatte jahrelang mit meinem Vater gearbeitet, bei ihm Unterricht gehabt und kannte seine Philosophie und seine Methoden sehr gut. Ich hatte sie auf meine Weise in mein Sein internalisiert. Also war es zu Beginn ein schwieriger Prozess für mich, Dinge ein bisschen anders als er zu machen. Dann merkte ich schließlich, dass ich seiner Theorie der Kreativität Leben einhauchte.

Ein weiterer Punkt: Ausdruckskunst zu benutzen, gibt Menschen einen sicheren Ort, ihre Schattenseite zu explorieren. In meinem Buch „The Creative Connection“ (1993) widme ich ein Kapitel dem Thema, wie man den Schatten akzeptiert und das Licht umarmt. Der Schatten ist der Teil, den wir in unserem Leben unterdrückt haben (Abrams/Zweig 1991). Einige Leute leugnen ihren Ärger und ihre Wut ein Leben lang, andere haben ihre Fähigkeit verborgen, zu lieben oder mitfühlend zu sein. Bewegung, Töne, Farbe und Theater bieten Gelegenheit, sich zuerst des Schattens bewusst zu werden und dann voll zu erkunden durch viele Medien hindurch. Angst und Kummer können leichter beim Malen oder in Bewegung als in Worten ausgedrückt werden. Wut kann auf große Bögen Papier geklatscht werden, bis einiges von dieser Energie befreit und transformiert ist.

Viele von uns, die Carl kannten, wissen, dass er Schwierigkeiten hatte, direkt seinen Ärger zu erkennen oder auszudrücken. (Er konnte es ab und zu beim Briefeschreiben.) Es sollte daher niemanden verwundern, dass mir daran lag, eine personenzentrierte Umgebung zu schaffen, in der Leute in diese Gefühle von Wut und Angst oder Scham eintauchen konnten, sowohl auf non-verbale als auch verbale Art.

Währenddessen die Menschheit in einem solch wechselhaften Zustand von Wut, Gewalt, Verlust, Schmerz und Verwirrung ist, gekoppelt mit Äußerungen von Großzügigkeit, Mitgefühl und Liebe, scheint mir die Zeit für personenzentrierte Kunsttherapie gekommen. Es ist die rechte Zeit für jene, die in der Lage sind, die Heilung von Kummer, Ärger und Schmerz und das Gefühl von Hoffnungslosigkeit zu begleiten. Es ist an der Zeit für uns, uns in Gemeinschaften zu begeben, um Leuten zu helfen, sich durch die Künste wieder selbst zu ermächtigen. Der kreative Prozess ist eine Lebensenergie. Wenn er in einer sicheren, empathischen und nicht-wertenden Umgebung angeboten wird, ist es ein transformativer Prozess für konstruktive Veränderung.

Es ist Carl Rogers, der uns die Theorie und die Methoden des Personenzentrierten Ansatzes anbietet, was uns den festen Boden gibt, auf dem wir bauen können. Eine seiner größten Qualitäten war seine Fähigkeit, für neue Ideen offen zu bleiben und aus seinen eigenen Erfahrungen zu lernen. Indem wir sein Leben feiern, hoffe ich, dass wir von seiner Art zu sein inspiriert werden.

4 Jared Kass und Maria Bowen

Literatur

- Abrams, Jeremiah/Zweig, Connie (Eds.) (1991), *Meeting the shadow: The hidden power of the dark side of human nature*, Los Angeles, CA (Tarcher)
- Barton, Anthony (1974), *Three worlds of therapy: An existential-phenomenological study of the therapies of Freud, Jung, and Rogers*, Palo Alto, CA (National Press Books); dt.: *Freud, Jung und Rogers. Drei Systeme der Psychotherapie*, Stuttgart (Klett-Cotta) 1979
- Rogers, Carl R. (1954), *Towards a theory of creativity*, in: *ETC: A Review of General Semantics* 11, 249-260; auch in: *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*, Boston (Houghton Mifflin) chapter 19; dt.: *Zu einer Theorie der Kreativität*, in: *Entwicklung der Persönlichkeit. Psychotherapie aus der Sicht eines Therapeuten*, Stuttgart (Klett) 1973, 337-349
- Rogers, Carl R. (1961), *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*, Boston (Houghton Mifflin); dt.: *Entwicklung der Persönlichkeit. Psychotherapie aus der Sicht eines Therapeuten*, Stuttgart (Klett) 1973
- Rogers, Carl R. (1970), *On encounter groups*, New York (Harper and Row); dt.: *Encounter-Gruppen. Das Erlebnis menschlicher Begegnung*, München (Kindler) 1974
- Rogers, Carl R. (1986), *The Rust Workshop: A personal overview*, in: *Journal of Humanistic Psychology* 26, 3, 23-45
- Rogers, Carl R./Sanford Ruth (1987), *Reflections on our South African experience*, in: *Counseling and Values* 32, 1, 17-20
- Rogers, Natalie (1993), *The Creative Connection: Expressive arts as healing*, Palo Alto, CA (Science and Behavior Books)

Autorin:

Rogers, Natalie, 1928, Ph. D., eingetragene Expressive Arts Therapeutin, Pionierin der expressiven Kunsttherapie; leitet Ausbildungen in Westeuropa, Russland, Lateinamerika, Japan und den Vereinigten Staaten; von ihrem Vater, Carl Rogers, ausgebildet und sieben Sommer lang seine Kollegin; nach Arbeit in einer psychiatrischen Klinik, einer universitären Beratungsstelle und als Psychologin in einer Schule für Kinder mit psychischen Problemen, 25 Jahre lang in Privatpraxis; gründete das Person-Centered Expressive Therapy Institute; dort vor kurzem in den Ruhestand getreten; Adjunktprofessorin am California Institute of Integral Studies und anderen Instituten in Nordkalifornien; von der International Expressive Arts Therapy Association 1998 mit dem ersten Lifetime Achievement Award ausgezeichnet; Künstlerin, Mutter von drei berufstätigen Töchtern und Großmutter.

Korrespondenzadresse:

*Natalie Rogers
1515 Riebli Rd.
Santa Rosa, CA 95404
U.S.A.
Homepage: www.nrogers.com*

Jürgen Kriz**Rogers' Verhältnis zur Wissenschaft**

Rogers wird in der Literatur vor allem als führende Persönlichkeit der Humanistischen Psychologie dargestellt, da in seinem Person-zentrierten Ansatz Konzepte wie menschliche Begegnung, Wachstum und Entfaltung von Persönlichkeitsaspekten, Vertrauen in die Selbstheilungstendenzen, persönliche Freiheit und Kreativität im Zentrum stehen. Oft wird noch erwähnt – von manchen auch als „Zweigleisigkeit“ oder gar Widersprüchlichkeit bezeichnet –, dass Rogers der erste Therapieforscher war, der systematisch Tonaufzeichnungen von der therapeutischen Interaktion machen ließ und diese aufgezeichneten Interviews nicht nur als Trainingsgrundlage verwendete, sondern auch mittels empirisch-statistischer Prozeduren hinsichtlich auffindbarer Grundmuster der Klient-Therapeut-Interaktion analysierte.

Weniger bekannt – obwohl für ein Bild seines Wissenschaftsverständnisses relevant – ist, dass Rogers rund ein viertel Jahrhundert als einer der methodisch und empirisch ausgewiesenen Wissenschaftler galt. Bereits im Jahrbuch der *Encyclopedia Britannica* 1950 wird Rogers' Forschung wie folgt aufgeführt und gekennzeichnet: „Diese Schritte Rogers, seine Methode der nicht-direktiven Therapie

wissenschaftlicher Testbarkeit zugänglich zu machen, sind ein Meilenstein für die Klinische Psychologie“ (Übers. J. K.)¹

Und als Rogers 1956 mit zwei Kollegen als erster den Wissenschaftspreis („Distinguished Scientific Contribution Award“) der „American Psychological Association (APA)“ zugesprochen bekam, hieß es in der Begründung: „... für die Entwicklung einer originellen Zugangsweise, die Beschreibung und Analyse von Psychotherapieprozessen zu objektivieren, für die Formulierung einer testbaren Theorie von Psychotherapie und ihrer Effekte auf die Persönlichkeit und des Verhaltens, und für extensive, systematische Forschung, um die Bedeutsamkeit der Methode zu zeigen und die Implikationen auf die Theorie zu untersuchen und zu überprüfen. Seine ... flexible Anwendung wissenschaftlicher Methoden, mit denen die sehr schwierigen Probleme im Zusammenhang mit dem Verständnis und der Veränderung des Individuums angang, habe diesen bedeutsamen

1 „These first efforts of Rogers to subject his methods of non-directive therapy to scientific test constituted a landmark for clinical psychology.“

psychologischen Bereich innerhalb der Grenzen der wissenschaftlichen Psychologie vorangetrieben.“ (Übers. J. K.).²

Auch wenn Rogers 16 Jahre später (also 1972) auch noch den „Distinguished Professional Contribution Award“ erhielt – die höchste Auszeichnung der APA für angewandte Psychologie – und er damit übrigens der erste war, der *beide* Preise der APA erhalten hat, galt Rogers in der „scientific community“ zuallererst als kreativer Forscher.

Ein solches Ansehen gerade auch als Empiriker kommt nicht von ungefähr: Das Ausmaß seiner empirischen Forschungsprojekte lässt sich daran ermessen, dass Rogers als Professor in Chicago (1945–57) über 650.000 \$ externer Fördermittel diverser Foundations einwarb – eine für damalige Verhältnisse unerhörte Summe. Als er Chicago verließ, gab es daher bereits rund zweihundert empirische Untersuchungen zur Personzentrierten Psychotherapie. Für sein Forschungsprogramm zur Schizophrenie-Behandlung mit der Personzentrierten Psychotherapie an der Universität Wisconsin (1957–63) warb er insgesamt nochmals mehr als eine halbe Million \$ ein.

Es ist einsichtig, dass angesichts dieser Vorrangstellung in der empirischen Therapieforchung die nicht selten kolportierte Behauptung, Rogers habe sich gegen Diagnostik und Testverfahren ausgesprochen, nur als reduktionistische Missdeutung (aus welchen Motiven auch immer) eines differenzierteren Wissenschaftsverständnisses gesehen werden kann:

In seinem Studium an der Columbia-University (1924–28) war immerhin Thorndike, Lerntheoretiker und Pionier im Bereich der Intelligenzmessung, einer seiner Lehrer – an demselben Institut, an dem Watson 1913 sein Manifest des Behaviorismus erarbeitet hatte. Die Ausbildung an diesem Institut, das sich „im Fahrwasser der herrschenden amerikanischen Psychologie“ befand, „mit ihrem Schwerpunkt auf streng wissenschaftlicher Methode, operationalem Denken und Hypothesenprüfung mittels hochentwickelter statistischer Verfahren“ (Rogers 1981/1987, 474 f), blieb natürlich nicht ohne Einfluss auf Rogers' Einstellung zur Forschung. Vielmehr schrieb Rogers seine Dissertation über „Measuring Personality Adjustment in Children Nine to Thirteen Years of Age.“ Der hier entwickelte Test – „Personality Adjustment Inventory“ blieb nicht nur fast ein halbes Jahrhundert im Umlauf, sondern wurde rund 500.000 mal verkauft.

In Rochester (1928–39), wo er stärker diagnostisch als therapeutisch tätig war, entwickelte er eine neue Methode diagnostischer Testung, die er „component factor method“ nannte.

Im Rahmen der Professuren in Chicago und Wisconsin führte er sehr umfassende Programme zur Psychotherapieforschung durch, wobei er sowohl viele der damaligen traditionellen Standardtests verwendete – von Rorschach bis MMPI – und sogar physiologische Parameter miterhob, wie auch eigene Instrumente und Skalen entwickelte. Es ging Rogers somit sehr wohl darum in seinen umfangreichen Therapiestudien zu versuchen, Therapeuten- und Klientenverhalten zu operationalisieren, auf Skalen zu messen und der klassischen Korrelations- und Teststatistik zu unterziehen.

Allerdings – und hier liegen wohl die Wurzeln für Missverständnisse allzu einfach denkender Biografen – war Rogers' Forschung nicht vorrangig auf reine Outcome-Belege ausgerichtet, die heute von manchen als Inbegriff von „Wissenschaftlichkeit“ propagiert werden. Wo eine fundierte inhaltlich-substantielle Therapie-Theorie fehlt, lässt sich eine bestimmte Vorgehensweise natürlich nur anhand von Outcomes begründen. Hingegen ermöglichte es Rogers seine differenzielle theoretische Konzeption, auch im Bereich der Psychotherapieforschung Neuland zu betreten und in größerem Maße Prozessforschung durchzuführen. Dazu entwickelten Rogers und seine Mitarbeiter beispielsweise eine spezielle Form eines Q-Sorts, in dem 100 Statements („Ich bin liebenswert“, „Ich bin ein harter Arbeiter“) nach dem Selbstbild, dem Idealbild und dem Bild „eines normalen Menschen“ auf einer Skala von 1–9 sortiert wurden. Diese Daten mit dem SIO-Q-Sort („Self“, „Ideal“, „Ordinary“) wurden zu Beginn, am Ende und während der Therapie erhoben und erlaubten so über Kreuzkorrelationen differenzierte Analysen des Therapieverlaufs auf theoretisch und inhaltlich bedeutsamen Variablen. Diese Studien (Rogers / Dymond 1954) sind auch für heutige Psychotherapieforschung richtungsweisend, da die Entwicklung einer theorieadäquaten Methodik immer eine Herausforderung darstellt. Selbst in seinem Lehrbuch über „Differenzielle Psychologie“ widmet Hofstätter (1971), der die Entwicklung der empirischen Psychologie in Deutschland maßgeblich vorangetrieben hat, dieser Q-Sort-Forschung Rogers' ein Kapitel, was belegt, wie stark der wissenschaftliche Impact von Rogers' Forschung auch über die klinische Psychologie hinaus war.

Interessant ist in diesem Zusammenhang die Position, die Rogers gegenüber B. F. Skinner, einem der führenden Vertreter des Behaviorismus und Vorläufer der Verhaltenstherapie, einnahm. Persönlich trafen Rogers und Skinner dreimal öffentlich aufeinander: Das erste Mal 1956, anlässlich der Verleihung des ersten Wissenschaftspreises (s. o.) der APA an Rogers. Zu diesem APA-Kongress waren Rogers und Skinner für ein gemeinsames Symposium geladen, bei dem jeder ein Paper mit zusätzlichen Erwiderungen präsentierte. Diese Debatte fand große Beachtung und wurde kurz danach sogar in *Science* publiziert. Ein zweites Mal trafen sie 1960 aufeinander und beim dritten Mal, 1962 an der University of Minnesota, fand sogar ein Dialog über fünf Stunden statt. Im Kern widersprach Rogers keineswegs Skinners Annahme, dass eine Kombination aus genetischen Faktoren und Verstärkern sowohl zur Erklärung als

2 „... for developing an original method to objectify the description and analysis of the psychotherapeutic process, for formulating a testable theory of psychotherapy and its effects on personality and behavior, and for extensive systematic research to exhibit the value of the method and explore and test the implications of the theory. His ... adaptation of scientific method in his attack on the formidable problems involved in the understanding and modification of the individual person have moved this area of psychological interest within the boundaries of scientific psychology.

auch zur Kontrolle von Verhalten eine bedeutsame theoretische Perspektive darstellen könne. Aber er bezweifelte, dass die äußeren Einflüsse auf den Organismus eine hinreichende Erklärung für alles Verhalten sei, wie Skinner behauptete, und insistierte darauf, dass Verhalten ebenfalls von kreativen und integrativen Prozessen des Organismus selbst bestimmt sein kann. Und im Gegensatz zur Forschungsfrage Skinners, wie diese (Außen-)Steuerung und -Kontrolle (Verstärker-Verhalten-Kontingenzen) effektiver gestaltet werden könnten, ging es Rogers eher um eine Vergrößerung der Effektivität von (innerer) Selbst-Lenkung, Selbst-Aktualisierung, Kreativität und Fähigkeit zur Adaptation.

Was also fälschlich als Rogers' „Ablehnung von Diagnostik“ kolportiert wird, ist in Wirklichkeit eine differenzierte kritische Position gegen die Einseitigkeit der traditionell logisch-positivistischen Forschungsperspektive. Gerade in Bezug auf die Psychologie und menschliche Beziehungen schien ihm dieser Ansatz zu enge Grenzen vorzugeben. Die ihm wirklich wichtigen Fragen wurden zu wenig angegangen, zu sehr auf leicht zu erhebende Outcomes reduziert und die Klienten zu sehr objektiviert und dehumanisiert. Für Rogers' theoretische Konzeption wie auch für seine empirische Forschung wurde es zunehmend wichtiger, das phänomenale Feld und die Frage, wie man seinem Tun und Leben Bedeutung verleiht, zu berücksichtigen, statt nur einseitig von außen zu diagnostizieren und zu beschreiben.

Auch heute gibt es ja, selbst in der „Gesprächspsychotherapie“, den Trend, mit sehr detaillierten und sogar prozessorientierten Methoden der Psychotherapieforschung entsprechend den derzeitigen Mainstream-Vorgaben vorwiegend aus der Außenperspektive des Beobachters und Skalierers heranzugehen, mit entsprechenden diagnostischen und interaktionsanalytischen Kategorien. Diese Perspektive geht daher wesentlich an dem existenzphilosophischen Kern von Rogers' Ansatz vorbei (im Gegensatz zu Rogers' eigenen Q-Sort-Analysen), wonach das, was die „Existenz“ des Menschen ausmacht, eben nicht die Tatsache ist, dass er zur Spezies „Mensch“ gehört oder sich bestimmten Kategorien zuordnen lässt, sondern sein Verstehen für sein Selbst und sein Sein. Diese Perspektive auf die Art und Weise, in der jemand seine konkrete Existenz und alles, was damit zusammenhängt, selbst versteht – die ja auch den Kern von Rogers' „Person“-Konzept ausmacht – zentriert im Gegensatz zur Außensicht auf die Innensicht des Menschen selbst.

Allerdings ist dies eben nicht als Absage an empirische Forschung zu verstehen, sondern als eine Herausforderung, mehr adäquate Methoden und Instrumente zu entwickeln.

Zu Rogers' Wissenschaftsverständnis gehört aber auch ein überaus starkes ganzheitlich-theoretisches Interesse. Bereits im letzten Abschnitt seines zentralen Buches 1951, *Client-centered Therapy*, legte Rogers seine „Theorie der Persönlichkeit und des Verhaltens“ dar. Er versuchte damit, die Personzentrierte Psychotherapie in ein umfassendes Verständnis der menschlichen Psychologie einzubetten. Wissenschaftliche Forschung, so betonte er, wird mehr

und mehr zeigen, dass die Personzentrierte Psychotherapie wirkt – aber warum und wie sie wirkt, kann nur eine psychologische Theorie erklären. Auch hier stellte sich Rogers konträr zu Skinner, in dessen Ansatz ja per definitionem „die Wirkung“ alles ist – weshalb die „Psychologie“ sich dort ja auch fast ausschließlich auf Tierversuche stützen kann. Rogers' „Selbst“-Theorie, die er in dem o. a. Werk vorgestellt hatte, war über Jahrzehnte überaus einflussreich – auch über den Rahmen der Klinischen Psychologie hinaus.

Einen wesentlich umfassenderen theoretischen Entwurf, *Man and the Science of Man*, legte Rogers 1968 vor. Es ging ihm hier um ein noch ganzheitlicheres Konzept zum Verständnis des Menschen unter einer deutlich modifizierten wissenschaftstheoretischen Perspektive. Bedeutsame Impulse dafür stammten bereits aus seinem neunmonatigen Gastaufenthalt an der Stanford University (1961), wo er u. a. ausgiebig mit dem Philosophen Michael Polanyi und dem Physiker Richard Feynman (der später den Physik-Nobelpreis erhielt) diskutieren konnte. Aber dieses Konzept war offensichtlich zu kompliziert für seine Leser, die eher an therapeutischer Praxis interessiert waren (oder an den vergleichsweise simplen Erklärungsmustern mancher anderer Ansätze): Es wurden nicht einmal 3000 Exemplare verkauft und das Werk daher auch wenig bekannt.

Aber auch die „einfacheren“ Darstellungen seiner Theorie waren – um der Komplexität biologischer und kognitiv-emotionaler Prozesse gerecht zu werden – immer noch für viele offenbar zu schwierig nachzuvollziehen, als dass eine Rezeption ohne Reduzierungen („drei Basisvariablen“) oder entwertende Verniedlichungen („freundliches Gespräch“) möglich gewesen wäre. Gerade Teile der sich naturwissenschaftlich dünkenden Psychologie hatte (und hat bis heute) Schwierigkeiten, die allzu einfachen Modelle der mechanistischen Weltanschauung des 19. Jahrhunderts zu überwinden und mit Rogers' Konzeption der Entwicklung der Naturwissenschaften ins 20. Jahrhundert zu folgen.

Mit dem zentralen Prinzip für ein personzentriertes Verständnis von Entwicklung, einschließlich Störungsentstehung und Psychotherapie, nämlich der Aktualisierungstendenz, hatte Rogers schon früh ein holistisch-systemisches Konzept erkannt, dessen Bedeutung erst in den letzten zwei Jahrzehnten des 20. Jahrhunderts zunehmend in der interdisziplinären Forschung entdeckt, belegt und gewürdigt wurde (auch wenn Rogers dabei vorhandene Konzepte, besonders der Gestaltpsychologie, nutzte: Der Begriff der „Selbstaktualisierung“ stammt von dem aus Deutschland emigrierten Gestaltpsychologen Kurt Goldstein, der übrigens ebenfalls an der Columbia-University lehrte). Es geht dabei darum, dass komplexe, nicht-linear rückgekoppelte Systeme (was bereits für manche tote Materie gilt, für lebende Systeme geradezu typisch ist) in der Lage sind, ohne von außen induzierte Ordnung, inhärent gegebene Ordnungen zu entfalten und zu realisieren. In heutiger, interdisziplinärer Terminologie spricht man von Selbstorganisationsprozessen (vgl. Kriz 1999). Dass so etwas nicht nur möglich,

sondern für ganze Systemklassen geradezu typisch ist, war noch Mitte des 20. Jahrhunderts für viele Wissenschaftler eher abenteuerliche Spekulation. Entsprechend wurde auch Rogers' Prinzip von vielen missverstanden und abgewertet – selbst in den eigenen Reihen. Noch vor wenigen Jahren schrieb mir ein namhafter Vertreter der deutschen „Gesprächspsychotherapie“, der sich sehr für die Verbreitung dieses Ansatzes im deutschen Sprachraum verdient gemacht hat, mit einem so „schwammigen und unwissenschaftlichen Konzept wie der Aktualisierungstendenz“ könne er nichts anfangen. Dass in den Naturwissenschaften inzwischen gerade für solche Konzepte längst Nobelpreise vergeben worden waren (Laser, Dissipative Strukturen) hatte er wohl – wie viele seiner psychologischen Kollegen – nicht bemerkt.

Rogers hingegen hat bedeutsame Ergebnisse der interdisziplinären Systemforschung, die seine Vorstellungen über Therapie zunehmend stützten, zumindest wahrgenommen und in seinen Schriften darauf verwiesen – beispielsweise in seinem zentralen Beitrag aus 1980: „Eine der überzeugendsten Darstellungen dieser Position wurde von dem mit dem Nobelpreis ausgezeichneten Biologen Albert Szent-Gyorgyi (1974) gegeben. Er schloß aus seinem Lebenswerk, daß es mit Bestimmtheit einen Antrieb in allem Lebendigen gebe, sich selbst zu vervollkommen ... Er gab damit dem Begriff der Aktualisierungsfunktion des Organismus eine solide Stütze.“ (Rogers/Schmid 1991, 212). Auch die Vergabe des Chemie-Nobelpreises an Prigogine für dessen Selbstorganisations-theorie hat Rogers als weitere Stütze registriert und zitiert.

Es ist Rogers erspart geblieben, miterleben zu müssen, wie am Anfang des 3. Jahrtausends seine Reputation als empirischer Therapieforscher weitgehend in Vergessenheit geriet und seine weittragende theoretische Konzeption von der Psychologie immer noch nicht hinreichend verstanden und gewürdigt wird, sodass starke wissenschaftspolitische Kräfte drohen, die Kontinuität in der Weiterentwicklung dieses Ansatzes zu zerstören – in Deutschland ist sogar durch eine missglückte Formulierung im Psychotherapiegesetz und eine rigorose Ausnutzung ihrer Vormachtstellung durch die beiden einzigen zunächst zugelassenen Verfahren die Ausübung dieser Therapieform (allerdings auch fast aller anderen), und damit auch deren weitere wissenschaftliche Erforschung, derzeit untersagt bzw. extrem eingeschränkt.

Literatur

- Hofstätter, Peter R. (1971), *Differentielle Psychologie*, Stuttgart (Kröner)
- Kirschenbaum, Howard (1995), Carl Rogers, in: Suhd, Mel (ed.), *Positive regard*, Palo Alto (Science and Behavior Books) 1–102
- Kriz, Jürgen (1999), *Systemtheorie für Psychotherapeuten, Psychologen und Mediziner. Eine Einführung*, Wien (Facultas/UTB)
- Rogers, Carl R. (1987), Klientenzentrierte Psychotherapie, in: Corsini, Raymond (Hg.), *Handbuch der Psychotherapie. Bd. 1*, Weinheim (Beltz) 471–512; Orig.: *Handbook of innovative psychotherapies*, New York (John Wiley) 1981
- Rogers, Carl R. / Dymond, Rosalind F. (1954), *Psychotherapy and personality change*, Chicago (University Press)
- Rogers, Carl R. (1991), Klientenzentrierte Psychotherapie, in: Rogers, Carl R. / Schmid, Peter F., *Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis*, Mainz (Grünewald) 185–237; Orig.: Rogers, Carl R., *Client-centered psychotherapy*, in: Kaplan, Harold I./Sadock, Benjamin J./Freedman, Alfred M. (Eds.), *Comprehensive textbook of psychiatry. Vol. III*, Baltimore (Williams & Wilkins) 1980, 2153–2168

Autor:

Jürgen Kriz, 1944, Dr. phil, Professor für „Psychotherapie und klinische Psychologie“ an der Universität Osnabrück im FB „Humanwissenschaften“; Psychotherapeut und Ausbilder für Personzentrierte Psychotherapie (GwG), Mitglied der Niedersächsischen Psychotherapeutenkammer, Korrespondierendes Mitglied der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse, Wien, Ehrenmitglied der Deutschen Systemischen Gesellschaft, Berlin, Mitherausgeber von „Gestalt-Theorie“ und „System Familie“, wissenschaftlicher Beirat von „Psychotherapeut“, „Integrative Therapie“ und „Existenzanalyse“. Arbeitsschwerpunkte: Im Rahmen seiner „Personzentrierten Systemtheorie“ Arbeit an der Verbindung von naturwissenschaftlich fundierter Systemtheorie (Synergetik) mit Psychotherapie/Psychopathologie und Bewusstseinsphänomenen, ferner Fragen der Forschungsmethodik.

Korrespondenzadresse:

Univ.-Prof. Dr. Jürgen Kriz
Universität Osnabrück, FB 8,
D – 49069 Osnabrück
E-Mail: kriz@uos.de

Jochen Eckert

Zur Entwicklung der klientenzentrierten Psychotherapieforschung

Der 1952 von Hans-Jürgen Eysenck publizierte Artikel „The effects of psychotherapy: an evaluation“ wird häufig (z. B. Grawe 1982, 325) als ein Markstein der Psychotherapieforschung bezeichnet. Eysenck versucht in diesem Beitrag zu belegen, dass es keinerlei wissenschaftlich stichhaltige Nachweise für die Wirksamkeit von Psychotherapie gäbe. Die beobachteten Veränderungen bei Psychotherapiepatienten seien nicht größer als bei vergleichbaren Patienten, deren Symptome und Beschwerden sich auch ohne Psychotherapie im Laufe der Zeit i. S. einer Spontanremission zurückbildeten.

Marksteine dienten ursprünglich der Markierung eines Weges. Eysenck hat mit seinem provokanten Beitrag aber keinen Weg aufgezeigt, sondern auf eine Lücke hingewiesen. Diese Lücke war für die Klientenzentrierte Psychotherapie nach Rogers bereits zwei Jahre später weitgehend geschlossen, und zwar durch einen wirklichen Markstein in der Psychotherapieforschung, dem 1954 erschienenen Buch „Psychotherapy and Personality Change. Co-ordinated Research Studies in the Client-centered Approach“ von Carl Rogers und Rosalind Dymond. In diesem Buch wird die Wirksamkeit der Klientenzentrierten Psychotherapie bei der Behandlung von neurotischen Störungen mit der von Eysenck geforderten Methodik –

u. a. werden die Effekte in der Therapiegruppe mit den Effekten bei unbehandelten Patienten verglichen – überzeugend nachgewiesen. Außer der Wirksamkeit wurden auch therapietheoretische Annahmen empirisch überprüft. Berichtet wird u. a. über das Ergebnis der Prüfung der Hypothese, dass Klientenzentrierte Psychotherapie zu spezifischen Selbstkonzeptänderungen führe, z. B., dass sich in einer erfolgreichen Klientenzentrierten Therapie das Selbstbild und das ideale Selbstkonzept einander annähern (vgl. Korunka/Nemeskeri/Sauer in diesem Heft).

Eysencks Verdienst wird darin gesehen, dass er mit seinem Artikel eine Phase der Psychotherapieforschung einläutete, die heute

als „Phase der Legitimationsforschung“ bezeichnet wird. Als er seine Vorhaltungen neun Jahr später (Eysenck 1961) wiederholte, konnte er eigentlich nicht die Klientenzentrierte Psychotherapie meinen, denn in einer in Meltzoff/Kornreich (1970) veröffentlichten Liste von „methodisch ädquaten Therapiestudien mit eindeutig positiven Therapieeffekten“, die bis zum Jahre 1959 publiziert worden waren, finden sich Studien mit eindeutig positiven Therapieergebnissen von Klientenzentrierter Psychotherapie bei Erwachsenen und Kindern, als Einzel- und als Gruppentherapie.

„Adäquate Studien mit eindeutig positiven Therapieergebnissen“ bis 1959

(nach Meltzoff / Kornreich 1970)

Autoren	Jahr	Patienten/Störung	Therapieverfahren
Chappel & Stevenson	1936	„peptic ulcer“	Psychologisches Training
Grace, Pinsky & Wolff	1954	Colitis ulcerosa	Gruppentherapie
Rogers & Dymond	1954	Neurotische Störungen, vor allem Angst und Depression	Client-centered therapy (Einzel)
Harris, Firestone & Wagner	1955	Enuresis bei jungen Erwachsenen (Marinesoldaten)	Verbale Kurztherapie (1 [!] Sitzung)
Morton	1955	Studenten mit „severe personal problems“	Verbale Kurztherapie (4 Sitzungen in 20 Tagen)
Tucker	1956	Männliche Psychotiker	Gruppentherapie
Mundy	1957	geistig retardierte Kinder	nichtdirektive Spieltherapie (Einzel)
Coons	1957	überwiegend schizophrene Patienten	Gruppenpsychotherapie
Ends & Page	1957	Alkoholiker	Gruppentherapie
Ends & Page	1959	Alkoholiker	Klientenzentrierte Gruppentherapie
Snyder & Sechrest	1959	Psychisch beeinträchtigte Deliquenten	Gruppentherapie
Sinclair-Gieben & Chalmers	1959	Patienten mit Warzen	Hypnose

Die Wirksamkeit von Klientenzentrierter Psychotherapie ist offensichtlich bereits Mitte des letzten Jahrhunderts empirisch belegt. Wie ist das zu erklären? Carl Rogers hat sich seit Beginn seiner Tätigkeit als Psychotherapeut und Wissenschaftler stets darum bemüht, sowohl die therapietheoretischen Annahmen als auch das praktische therapeutische Vorgehen und seine Wirkungen empirisch zu erforschen.

Er ist einer der Pioniere der empirischen Psychotherapieforschung, der u. a. als einer der ersten Tonaufzeichnungen von Therapiegesprächen erstellen ließ. Wenn heute Klientenzentrierte Psychotherapeuten ihren Klienten vor und nach der Therapie Fragebögen

aushändigen, die Therapiesitzungen – das Einverständnis der Patienten vorausgesetzt – auf Tonbandkassetten aufzeichnen und den Verlauf einer Sitzung auf einem sogenannten Stundenbogen einschätzen lassen, dann folgen sie einer auf Rogers zurückgehenden Tradition. Diese Tradition hat immer wieder zu Verwunderung Anlass gegeben. Gilt doch Rogers als einer der führenden Vertreter der Humanistischen Psychologie, von dem man erwartet, dass er sich z. B. der Hermeneutik als wissenschaftlicher Erkenntnismethode bedient. Rogers hat jedoch zur Überprüfung der Effekte von Klientenzentrierter Psychotherapie auf das Forschungsparadigma der naturwissenschaftlich-experimentell ausgerichteten Psychologie zurückgegriffen, auch wenn ihm die Grenzen dieses Forschungsansatzes bewusst waren: „In unserem Team besteht der Eindruck, daß der logische Positivismus, die Philosophie, in der wir von Berufs wegen aufgewachsen sind, nicht notwendigerweise der Weisheit letzter Schluss darstellt. Vor allem nicht in einem Bereich (*gemeint ist die Psychotherapie, J. E.*), in dem das Phänomen der Subjektivität solch eine wichtige und zentrale Rolle spielt. Haben wir in diesem Bereich eine optimale Methode zur Wahrheitsfindung entwickelt? Gibt es eine Sicht, möglicherweise aus der existentialistischen Orientierung stammend, die die Werte des logischen Positivismus und die von ihm geförderten wissenschaftlichen Fortschritte bewahrt, aber dennoch breiteren Raum läßt für die existierende Person, die in unserem Wissenschaftssystem das Kernstück bildet?“ (Rogers 1959b/1987, 76).

Heute wird die Ansicht vertreten, dass die systemtheoretische Sichtweise möglicherweise die derzeit angemessenste wissenschaftstheoretische Betrachtungsweise für psychotherapeutische Prozesse darstellt (Kriz 1989; Höger 1993).

Folgt man der üblichen Unterscheidung von Erfolgs- und Prozessforschung, so begann die klientenzentrierte Forschungstradition mit Studien zum Therapieprozess. Untersucht wurden die Therapeutenmerkmale, die im Zusammenhang mit einem positiven Therapieergebnis standen, z. B. die Auswirkung von direktivem im Vergleich zu nicht-direktivem Therapeutenverhalten. Die Ergebnisse der ersten systematischen Ergebnis- bzw. Erfolgsforschung legten, wie oben bereits erwähnt, Rogers und Dymond (1954) vor.

Rogers beschreibt 1951 charakteristische Veränderungen bzw. Entwicklungen in der Therapie in sieben Bereichen:

- Veränderung in der Wahrnehmung des Selbst und der Einstellung zum Selbst
- Veränderung in der Art der Wahrnehmung
- Entwicklung zur Bewusstheit von geleugneter Erfahrung
- Charakteristische Entwicklung des Wertungsprozesses
- Charakteristische Entwicklung in der Beziehung
- Charakteristische Veränderungen in der Persönlichkeitsstruktur
- Charakteristische Veränderungen im Verhalten.

Diese multidimensionale Veränderungsmessung gilt heute als methodischer Standard. Zur Erfassung dieser (z. B. Rogers 1959a) und anderer Veränderungen wurden Messinstrumente entwickelt,

u. a. ein Selbstbeschreibungsinstrument, ein sogenanntes Q-Sort, mit Aussagen über die eigene Person („ich bin ein unterwürfiger Mensch“ oder „ich bin beliebt“) und verschiedene Skalen zur Erfassung des psychotherapeutischen Prozesses. Die Q-Sort-Technik wurde u. a. dazu eingesetzt, therapietheoretische Annahmen zu überprüfen, beispielsweise die, dass sich Selbst- und Idealbild in einer erfolgreichen Psychotherapie einander annähern.

Einen weiteren Meilenstein in der Entwicklung der Therapieforschung stellt die sogenannte Wisconsin-Studie dar, deren Ergebnisse in dem Buch „The Therapeutic Relationship and its Impact. A Study of Psychotherapy with Schizophrenics“ (Rogers et al. 1967) veröffentlicht wurden. Im Rahmen dieser Studie wurde eine ganze Reihe von Ratingskalen entwickelt und eingesetzt, die den therapeutischen Prozess und die Art und Qualität der therapeutischen Beziehung erfassen sollen.

Diese Art von Forschung erbrachte viele wichtige Erkenntnisse und Bestätigungen von klinischen Theorien. In Deutschland geriet die klientenzentrierte Psychotherapieforschung am Ende der 70er Jahre in eine Krise. Zwei der Gründe dafür lassen sich sicher ausmachen: Zum einen war die Phase der Legitimationsforschung durchlaufen: Psychotherapie – auch die Klientenzentrierte Psychotherapie – war nachgewiesenermaßen wirksamer als keine Psychotherapie. Zum anderen regte sich zunehmend Kritik an der Auffassung, dass sich das psychotherapeutische Geschehen in einer Klientenzentrierten Psychotherapie durch ein halbes Dutzend empirisch gesicherter Therapeuten- und Klientenvariablen abbilden lasse. Mit der Kritik an dieser Entwicklung wurde auch das bisherige Forschungsvorgehen in Frage gestellt (Biermann-Ratjen et al. 1979; Kwiatkowski 1980).

Gegenwärtig steht die Erfolgsforschung im internationalen Trend der störungsspezifischen Wirksamkeitsnachweise (Greenberg et al. 1994). Die Prozessforschung hat sich weiter ausdifferenziert. In sogenannten Mikro-Prozess-Studien werden die Bedingungen mit berücksichtigt, die auf die Therapeut-Klient-Interaktion Einfluss nehmen. Es wird aber erneut auf die Grenzen dieser „vermessenen Außensicht auf den Menschen“ (Kriz 2001, 172) hingewiesen, weil diese den existenzphilosophischen Kern der Position Rogers' nicht oder zu wenig erfasst.

Literatur:

- Biermann-Ratjen, Eva-Maria/Eckert, Jochen/Schwartz, Hans-Joachim (1979; 1997), Gesprächspsychotherapie. Verändern durch Verstehen, 8. Aufl., Stuttgart (Kohlhammer)
- Eysenck, Hans Jürgen (1952), The effects of psychotherapy: an evaluation, in: Journal of Consulting Psychology 15, 319–324
- Eysenck, Hans Jürgen (1960), The effects of psychotherapy, in: ders. (Ed.), Handbook of abnormal psychology, New York (Basic Books) 697–725

- Greenberg, Leslie/Elliott, Robert/Lietaer, Germain (1994), Research on Experiential Psychotherapies, in: Bergin, Allen E./Garfield, Sol L. (Eds.), Handbook of psychotherapy and behavior change. 4th edition, New York (Wiley) 509–539
- Grawe, Klaus (1982), Psychotherapieforschung, in: Bastine, Rainer/Fiedler, Peter A./Grawe, Klaus/Schmidtchen, Stefan/Sommer, Gert (Hg.), Grundbegriffe der Psychotherapie, Weinheim (Edition Psychologie) 323–331
- Höger, Diether (1993), Organismus, Aktualisierungstendenz, Beziehung – die zentralen Grundbegriffe der klientenzentrierten Psychotherapie, in: Eckert, Jochen/Höger, Diether/Linster Hans (Hg.), Die Entwicklung der Person und ihre Störung: Entwurf einer ätiologisch orientierten Krankheitslehre im Rahmen des klientenzentrierten Konzepts, Köln (GwG) 17–41
- Kriz, Jürgen (1989), Entwurf einer systemischen Theorie Klientenzentrierter Psychotherapie, in: Sachse, Rainer/Howe, Jürgen (Hg.), Zur Zukunft der klientenzentrierten Psychotherapie, Heidelberg (Asanger) 168–196
- Kriz, Jürgen (2001), Grundkonzepte der Psychotherapie, Weinheim (Beltz – PVU)
- Kwiatkowski, Erika (1980), Psychotherapie als subjektiver Prozeß. Für eine sozialwissenschaftliche Konzeption der Gesprächspsychotherapieforschung, Weinheim (Beltz)
- Meltzoff, Julian/Kornreich, Melvin (1970), Research in psychotherapy, New York (Atherton)
- Rogers, Carl R./Dymond, Rosalind F. (Eds.) (1954), Psychotherapy and personality change. Co-ordinated research studies in the Client-centered approach, Chicago (The University of Chicago Press)
- Rogers, Carl R. (1951) Client-centered therapy, Boston (Houghton Mifflin); dt.: Die klient-bezogene Gesprächstherapie, München (Kindler) 1973
- Rogers, Carl R. (1959a), A tentative scale for the measurement of process in psychotherapy, in: Rubinstein, Eli A./Parloff, Morris B. (Eds.), Research in psychotherapy. Proceedings of a conference, Washington, DC (APA) 96–107
- Rogers, Carl R. (1959b), A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework, in: Koch, Sigmund (Ed.), Psychology. A study of a science. Vol. III: 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, Carl R./Gendlin, Eugene T./Kiesler, Donald J./Truax, Charles B. (1967), The therapeutic relationship and its impact. A study of psychotherapy with schizophrenics, Madison (The University of Wisconsin Press)

Autor:

Eckert, Jochen, 1940, Dipl.Psych., Dr.phil., Univ.Prof. für Klinische Psychologie/Psychotherapie am Fachbereich Psychologie der Universität Hamburg, Klientenzentrierter Psychotherapeut, Ausbilder für Gesprächspsychotherapie und Präsident der „Deutschen Psychologischen Gesellschaft für Gesprächspsychotherapie (DPGG)“, Hamburg.

Korrespondenzadresse:

*Univ. Prof. Dr. Jochen Eckert
Loehrsweg 1
D-20249 Hamburg
E-Mail: jeckert@uni-hamburg.de*

David J. Cain¹

„Die Fakten sind freundlich.“

Belege aus der Forschung für die Effizienz der Klientenzentrierten und Experienziellen Psychotherapien

Carl Rogers und andere humanistische Psychologen revolutionierten die Art, wie Psychotherapie konzeptualisiert und praktiziert wurde. Rogers lehrte uns zuzuhören und demonstrierte, welche tiefgreifende Wirkung die Haltung des Therapeuten sowie dessen persönliche Qualitäten auf Klienten haben und wie dieser sich mit dem Klienten in Beziehung setzt, sodass Klienten ihre Ressourcen zu konstruktivem Wandel nutzbar machen können. Er brachte uns auch bei, unsere Hypothesen über Psychotherapie mit Hilfe der Forschung zu überprüfen, in der Annahme, dass die Fakten immer freundlich seien. Experienziell orientierte humanistische Psychotherapeuten erkannten die grundlegende Wichtigkeit des emotionalen Lebens und der Körperlichkeit an und zeigten, wie man die

emotionalen Erfahrungen wertschätzen, beachten, verarbeiten und aus ihnen lernen kann.

Klientenzentrierte und andere humanistische Psychotherapeuten haben Grund zum Optimismus. Sechzig Jahre Entwicklung in Theorie, Praxis und Forschung haben gezeigt, dass humanistische Ansätze der Psychotherapie so effektiv sind oder sogar effektiver als andere große Therapierichtungen. Bedeutsame Fortschritte ereigneten sich während der letzten 25 Jahre in Theorie und Praxis. Sie werden wahrscheinlich staunen – außer Sie studieren selbst

¹ übersetzt von Margarethe Letzel

Psychologie – auf welche Art sich die humanistischen Therapien entwickelten. Bedeutende Forschungsergebnisse häuften sich in den letzten Jahrzehnten sowohl durch naturwissenschaftliche als auch geisteswissenschaftliche Anstrengungen, die für ein weites Feld persönlicher Probleme die Effektivität aller zentralen Vorgehensweisen der humanistischen Therapien belegen. Eine kurze Zusammenfassung dieser Befunde, die in „Humanistic Psychotherapies: Handbook of Research and Practice“ (2001) enthalten sind, soll in diesem Artikel mit einem Schwerpunkt auf Klientenzentrierter Therapie vorgestellt werden.

Grundbedingungen

Eine umfassende Zusammenschau der Klientenzentrierten Psychotherapieforschung von Bozarth/Zimring/Tausch (2001) stützt stark Rogers' Hypothese von den „notwendigen und hinreichenden“ Bedingungen bei den verschiedensten Klienten, die in Einzel- und Gruppentherapie behandelt wurden. Die Autoren folgern, dass „die klare Botschaft von sechs Jahrzehnten Forschung ist, dass es die Beziehung zwischen Klient und Therapeut ist in Kombination mit den Ressourcen des Klienten (außertherapeutische Variablen), die wechselweise 30 % bis 40 % der Varianz bei erfolgreicher Therapie ausmachen (ebd., 168).

Empathie

In der letzten Zeit erwachte erneut das Interesse an therapeutischer Empathie (Bohart/Greenberg 1997). Watson (2001) begutachtete die Forschung zur Therapeutenempathie erneut und entdeckte:

- (1) Fast 60 Jahre Forschung zeigen ständig, dass Therapeutenempathie der potenteste Prädiktor für Klientenfortschritte in der Therapie ist und eine wesentliche Komponente für erfolgreiche Therapie bei jeder therapeutischen Vorgehensweise.
- (2) Keine Studie weist eine negative Relation von Empathie und Therapieergebnis auf.
- (3) Klienten-Ratings bezüglich Therapeutenempathie sind stärkere Prädiktoren für erfolgreiche Resultate als die Ratings außenstehender Rater oder Therapeuten.
- (4) Starke Korrelate zwischen Verhalten und Empathie beinhalten direkten Augenkontakt des Therapeuten und seine besorgte Mimik, eine nach vorn gebeugte Haltung und Kopfnicken, eine Stimmlage, die Interesse und emotionale Beteiligung vermittelt, Klarheit in der Kommunikation und den Gebrauch emotionaler Sprache.
- (5) Im Gegensatz dazu korrelierten therapeutische Unterbrechungen, Ratschläge und bestätigende Versicherungen negativ mit Therapeutenempathie.

Sachses Mikroprozessanalyseforschung (2001) zeigte, dass die empathischen Reaktionen des Therapeuten die Erfahrungsverarbeitung und Selbstexploration des Klienten vertiefen, aufrecht erhalten

oder verflachen können. Weiter zeigte er, dass Klienten wenig von sich aus Erfahrungen verarbeiten und ihre Verarbeitung nicht vertiefen, außer der Therapeut liefert vertiefende empathische Reaktionen.

Emotion in der Psychotherapie

Emotion dient sowohl dazu, dem Organismus Information zu liefern, was für ihn wichtig und bedeutsam ist, als auch die entsprechende Energie für die angemessene Handlung bereit zu stellen. Forschung darüber, wie Therapeuten Klientenemotionen verarbeiten, die von Greenberg/Korman/Pavio (2001) erneut untersucht wurde, weist darauf hin, dass die Fähigkeit des Individuums, seine emotionale Erfahrung genau zu differenzieren, integraler Bestandteil für gesundes Funktionieren ist. Umgekehrt verunmöglicht den Menschen das Vorhandensein einer Dysfunktion in der Fähigkeit, zu emotionaler Information zu gelangen, ihre emotionalen Erfahrungen zu verstehen und einen Sinn zu erkennen.

Forschung über die Erfahrungstiefe in der Therapie zeigte stets einen Zusammenhang mit dem Therapieresultat, besonders in der Klientenzentrierten Therapie. Die Literatur über die Verarbeitung der Emotionen von Klienten, die Greenberg/Korman/Pavio (2001) aufarbeiteten, kam zum Schluss:

- (1) Information auf erfahrungsnahe Art zu verarbeiten, wird assoziiert mit einem produktiven Klientenengagement und prognostiziert ein erfolgreiches Ergebnis.
- (2) Therapien, die auf die emotionalen Erfahrungen des Klienten fokussieren, werden, wenn dies erfolgreich geschieht, sowohl mit Veränderungen über die Behandlung hinaus als auch mit den Fortschritten während der Therapiesitzungen in Verbindung gebracht.
- (3) Emotionale Erregung und deren Ausdruck steht – unter bestimmten Voraussetzungen und mit bestimmten Typen von Klienten und Problemen – in Verbindung mit konstruktiver Veränderung.
- (4) Exposition gegenüber Angst erzeugenden Stimuli, während gleichzeitig ein hoher Grad an emotionaler Erregung aufrecht erhalten wird, kann effektiv sein, um Angst zu reduzieren.
- (5) Emotion ist wichtig, um persönliche Sinngebung zu reorganisieren.

Focusing-orientierte Experienzielle Psychotherapie

Eugene Gendlins Focusing-orientierte Experienzielle Psychotherapie ist eine nahe Verwandte der Klientenzentrierten Psychotherapie. Eine Neubeurteilung der Forschung dazu von Hendricks (2001) fand heraus:

Eine höhere Fähigkeit im Experiencing des Klienten korreliert bei einer ganzen Reihe von therapeutischen Orientierungen und verschiedensten Klientenproblemen mit einem erfolgreichem Therapieergebnis.

Die Fähigkeit zu fokussieren und die Fähigkeit für das Experimentieren zu steigern, kann den Klienten beigebracht werden.

Therapeuten, die selbst fokussieren, scheinen effektiver darin zu sein, ihre Klienten darin zu befähigen zu fokussieren.

Andere Therapeutenvariablen

Zusätzlich zu Therapeutenempathie, Kongruenz und bedingungs-freiem positivem Beachten gibt es eine ganze Reihe von anderen Therapeutenvariablen, die mit einer konstruktiven Klientenveränderung stark zusammenhängen. Eine nochmalige Überprüfung von Beziehungsvariablen von Therapeuten von Asay/Lambert (2001) zeigte, dass Therapeutenqualitäten wie Glaubwürdigkeit, seine Fertigkeiten und die Bestärkung des Klienten, kombiniert mit der Fähigkeit, sich auf den Klienten einzulassen, auf dessen Probleme zu fokussieren und direkte Aufmerksamkeit für seine affektiven Erfahrungen aufzubringen, hoch mit einer erfolgreichen Behandlung korrelierte. Eine Reihe von Studien, die diese Autoren nannten, wiesen darauf hin, dass die Qualität des therapeutischen Bündnisses grundlegend korreliert mit einem guten Klientenergebnis. Umgekehrt beeinflussen Unterbrechungen im therapeutischen Bündnis den Verlauf der Therapie negativ und müssen daher beachtet und repariert werden.

Zusammengefasst heißt das: Es gibt ziemlich starke Beweise aus der Forschung, dass die Klientenzentrierte Psychotherapie und andere experienzielle/humanistische Verfahren für alle großen Problemkategorien effektiv sind. Eine Metaanalyse von Elliott (2001) von 86 Studien über humanistische Therapie kam auf eine durchschnittliche Effektstärke von über 1.0. Eine Effektgröße von .8 wird als bedeutend angesehen. Ein Vergleich humanistischer Therapien mit nicht-humanistischen Therapien, einschließlich kognitiv behavioraler Therapien, zeigte, dass sie im Wesentlichen in der Effektivität äquivalent sind. So macht es ganz den Anschein, dass die Vertreter aller großen humanistischen Verfahren einschließlich Klientenzentrierter Therapie, Gestalt, Existenzieller, Focusing- und Experienzieller Therapie, allen Grund haben, bezüglich ihrer Arbeit, sei es einzeln oder in der Gruppe, mit Paaren, Familien oder in Spieltherapien, voll Selbstvertrauen zu sein. Die Fakten sind tatsächlich freundlich.

Literatur

- Asay, Ted P. / Lambert, Michael J. (2001), Therapist relational variables, in: Cain, David J./Seeman, Julius (Eds.), *Humanistic psychotherapies: Handbook of research and practice*, Washington, DC (American Psychological Association) 531–557
- Bohart, Arthur C. / Greenberg, Leslie (1997), *Empathy reconsidered: New directions in psychotherapy*, Washington, DC (American Psychological Association)

- Bozarth, Jerold D. / Zimring, Fred M. / Tausch, Reinhard (2001), Client-centered therapy: The evolution of a revolution, in: Cain, David J. / Seeman, Julius (Eds.), *Humanistic psychotherapies: Handbook of research and practice*, Washington, DC (American Psychological Association) 147–188
- Cain, David J. / Seeman, Julius (2001), *Humanistic psychotherapies: Handbook of research and practice*, Washington, DC (American Psychological Association)
- Elliott, Robert (2001), The effectiveness of humanistic therapies: A meta-analysis, in: Cain, David J./Seeman, Julius (Eds.), *Humanistic psychotherapies: Handbook of research and practice*, Washington, DC (American Psychological Association) 57–81
- Greenberg, Leslie S. / Korman, Lorne M. / Paivio, Sandra C. (2001), Emotion in humanistic psychotherapy, in: Cain, David J./Seeman, Julius (Eds.), *Humanistic psychotherapies: Handbook of research and practice*, Washington, DC (American Psychological Association) 499–530
- Hendricks, Marion N. (2001), Focusing-oriented / Experiential psychotherapy, in: Cain, David J./Seeman, Julius (Eds.), *Humanistic psychotherapies: Handbook of research and practice*, Washington, DC (American Psychological Association) 221–251
- Sachse, Rainer / Elliott, Robert (2001), Process-outcome research on humanistic therapy variables, in: Cain, David J./Seeman, Julius (Eds.), *Humanistic psychotherapies: Handbook of research and practice*, Washington, DC (American Psychological Association) 83–115
- Watson, Jeanne C. (2001), Revisioning empathy, in: Cain, David J. / Seeman, Julius (Eds.), *Humanistic psychotherapies: Handbook of research and practice*, Washington, DC (American Psychological Association) 445–471

Autor:

David J. Cain, Ph.D., Doktorat in Klinischer Psychologie und Psychologie des Gemeinwesens an der Universität von Wyoming; zur Zeit Senior Staff Psychologe am Counseling Center der Alliant International University und Adjunct Faculty der Psychologischen Fakultät der Chapman University; Begründer der „Association for the Development of the Person-Centered Approach“ und Gründer und Herausgeber der Zeitschrift „Person-Centered Review“; Mitglied der Klinischen Psychologie des „American Board of Professional Psychology“ und Mitglied des National Register of Certified Group Psychotherapists; Psychotherapieherausgeber des „Journal of Humanistic Psychology“ und Mitherausgeber von „The Humanistic Psychologist“; Herausgeber von „Humanistic Psychotherapies: Handbook of Research and Practice“ (2001); sein intensivstes Engagement gilt der Förderung der Humanistischen Psychologie und Psychotherapie. Er führt eine eigene Praxis in San Marcos, California.

Korrespondenzadresse:

*David J. Cain
8590 Indian Ridge Rd.
San Marcos, CA 92078
U.S.A.*

Hans Swildens

Carl Rogers – Übernahme der Erbschaft, ohne Idealisierung

Carl Rogers zu gedenken, heißt zweierlei: Einerseits handelt es sich um den Psychologen, der in den 40er und 50er Jahren des vergangenen Jahrhunderts die psychotherapeutische Landschaft wesentlich geändert hat und der Gründer einer Bewegung von holistisch denkenden Psychotherapeuten wurde. Andererseits war Carl Rogers auch der Philosoph und der „stille“ Revolutionär, der innerhalb einer vom Szientismus und Materialismus geprägten Gesellschaft einen existenziellen Humanismus predigte und der diese Lehre anzuwenden versuchte, nicht nur in der Pädagogik, sondern auch in der Universitätsausbildung, in den zwischenmenschlichen Beziehungen und sogar in bestimmten Aspekten der gesellschaftlichen und politischen Verhältnisse.

Um mit den letzteren Aspekten seiner Aktivität und Wirkungssphäre anzufangen: Er war nach eigener Ansicht nicht nur ein stiller Revolutionär, sondern auch „a revolutionary with a narrow focus“. Gegner des Vietnamkrieges – seine Aussage „God forgive America, our homedestroying home“ erhält in unseren Zeiten eine äußerst peinliche Aktualität – ging er doch nie auf die Barrikaden, sondern erwartete von seiner friedlichen humanistischen Revolution vielmehr einen langsam evolutionär verlaufenden Prozess der Humanisierung der Gesellschaft. Trotz seines behutsamen Engagements in der Anti-Vietnambewegung blieb er doch dem amerikanischen Establishment im Wesentlichen treu.

Im Vorstandsmitglied des „Western Behavioral Sciences Institute“, später im führenden Mitarbeiter des „Center for Studies of the Person“ ließ und lässt sich weder ein Revolutionär noch ein Prophet erkennen.

Wie steht es um seinen Einfluss in unserem eigenen Bereich, in Europa jetzt? Sowohl im deutschen als auch im niederländischen Sprachraum begegnete seinem Bestreben, die Grundlagen der Psychotherapie zu revidieren, große Begeisterung: Auch hier war diese Begeisterung verschiedenartig motiviert. Sein Impetus verursachte kreative Unruhe in Psychotherapeutenkreisen, die bis dahin überwiegend von der Psychoanalyse dominiert wurden: eine neue, „menschlichere“ therapeutische Beziehung, eine andere, holistische, indeterministische und optimistische Sicht auf den Menschen, das alles führte zu Beifall sogar auch in bestimmten psychoanalytischen Kreisen. Ein wichtiger Nebeneffekt wurde die emanzipatorische Wirkung auf die Berufsperspektive der Psychologen: Diese bis dahin nahezu funktions- und befugnislose Gruppe neuer Gamma-Wissenschaftler fand in dem amerikanischen Revolutionär einen Befreier ihrer Ambitionen. Das bedeutete auch praktisch, dass eine große Mehrheit der Rogerianer aus der psychologischen Disziplin stammte.

Innerhalb dieses großen Zuwachses neuer Interessenten und Schüler entstand auch allmählich die inhaltliche Kritik an der neuen Lehre. Diese Kritik war zuerst überwiegend pragmatisch und führte zu Änderungen, Modifikationen und Anpassungen hinsichtlich der Therapiemethode.

Wesentlicher aber war, den philosophischen Kern des Rogers'schen Humanismus zu kritisieren, denn der lag der Praxis zu Grunde. Carl Rogers hat in seinem humanistischen Optimismus in der philosophischen Tradition von Dewey und dem American Dream entsprechend keine Stelle für das Böse in der Welt mehr offen gelassen. Im Wesentlichen versteht er das Böse vielmehr als das misslungene Gute, das Entstellte, Verschrobene, das unabsichtlich von Menschen in der Erziehung usw. verursacht wurde, aber nicht zu seinem Wesen gehört (Diskussion Rogers–May 1981/1982). Diese äußerst menschenfreundliche Annahme ist m. E. ein philosophischer Grundfehler: Dass der Mensch grundsätzlich durch sein Mit-sein mit anderen Menschen, durch sein Angewiesen-sein auf Andere bestimmt ist, bedeutet auch, dass Rivalität, Streit, Kampf um die beschränkten Mitteln zu den Konstitutiva des menschlichen Daseins gehören.

Auch für die Praxis der Personzentrierten Psychotherapie hatte die Annahme einer guten, sozial orientierten und auf Harmonie angelegten menschlichen Natur Konsequenzen gehabt und zu Einseitigkeiten geführt. Der Optimismus ohne Grenzen führte zum Beharren auf der Überzeugung, dass ein optimales menschliches Entgegenkommen (die Rogers'schen Grundhaltungen/Haltungsvariablen) uneingeschränkt und ohne Berücksichtigung diagnostischer Aspekte zum gesunden Heranwachsen des grundsätzlich „heilen“ Menschen führen würde. Diese Sicht auf den Rogers'schen Beitrag an der Psychotherapie hat sich mit nur wenig Korrekturen bis auf den heutigen Tage erhalten (vgl. Schmid 1989; 1992).

Die Praktiker unter den Schülern von Rogers, die seit 1970 (Bastine) und späterhin im weiten Kreis die Überzeugung erworben haben, dass die Haltungsvariablen nicht ausreichen, sondern ergänzt und auch differenziell angewendet werden sollten, wenn man der Diversität der Störungen gerecht werden will, konnten nicht mehr überhört werden. Aber diese Praktiker haben sich mehrheitlich kaum mehr um die philosophischen Prämissen des Meisters gekümmert. Sie haben sich in ihrem pragmatischen Denken und Handeln auch nicht mehr so sehr mit den der Machbarkeit zugrunde liegenden Fragen beschäftigt, sondern in heuristischen Lösungen leichtfertig ihre Zielsetzungen angestrebt.

So haben sich derzeit scheinbar zwei Rogers'sche Strömungen entwickelt: eine als versiert imponierende, philosophisch unter-

mauerte, universale Begegnungsidee (Schmid 1989; 1992) und eine abtastend fortschreitende, heuristisch arbeitende, philosophisch weniger untermauerte Methode der Psychotherapie (Finke 1994; 1997; Speierer 1994; Swildens 1989; 1991; 1998). Den letztgenannten schließen sich jetzt die Vertreter der sogenannten „Process-experiential“-Richtung an, die sich mit den personenzentrierten Ideen kaum beschäftigen, sondern das fast trockene Flussbett der Rogers'schen Bewegung in Nord-Amerika für ihre experienziell genannten Therapien benutzen, damit den Übergang bahrend für eine integrative Psychotherapie der Zukunft. Ich neige dazu, diese Richtung nur zu markieren, sie aber nicht in die Diskussion einzubeziehen.

Die beiden Erstgenannten, kurz gesagt die Begegnungsphilosophen und die differenzierenden Praktiker, zeigten bis vor kurzem nur wenig Berührungspunkte. Bei einer kürzlich geführten Diskussion aber (Finke/Keil/Stumm 2001) wurde versucht, diese gegenseitige Isolierung aufzulösen und dem Gespräch zwischen den polaren Positionen neue Aufmerksamkeit und Bedeutsamkeit zu schenken.

Wenn dieses Gespräch fruchtbar sein soll, dann ist es wichtig, dass sich beide Gesprächspartner in einer Präambel auf jedenfalls drei Punkte einigen:

1. Die von Rogers beschriebene und empfohlene offene und gleichwertige Beziehung zwischen Therapeut und Klient und die von Rogers geforderte therapeutische Grundhaltung mit den dazu gehörenden Haltungsaspekten sollten der Ausgangspunkt für beide polare Orientierungen bleiben.
2. Die von Rogers postulierte Aktualisierungstendenz verbindet die menschliche Situation mit der der Tiere und bildet so eine brauchbare Arbeitshypothese. Sie sollte aber nicht zu einer einseitig biologistischen und/oder vitalistischen Sicht auf den Menschen führen. Das Studium der Primaten hat zwar zur Überzeugung geführt, dass Vorstufen der menschlichen Verfasstheit hinsichtlich Kommunikation und Sozialisation bei dieser Tiergruppe anzutreffen sind, das Wesen des Menschlichen aber liegt in seiner „exzentrischen Position“ (so Plessner 1961), die Selbstreflexion und Sprachlichkeit konstituiert, Selbstbeurteilung und Selbstbestimmung ermöglicht und die Willensfreiheit begründet. Es ist wichtig zu unterscheiden zwischen Aktualisierungstendenz – aufzufassen als Erfüllung des Bauplans und inhärent dem bzw. identisch mit Leben – und andererseits Selbstaktualisierung im Sinne der personenzentrierten Theorie. Letztere bedeutet vielmehr das Aktualisieren der selbstgewählten authentischen Zielsetzungen. Das führt zum dritten Punkt.
3. Der von Rogers vertretenene Indeterminismus und die damit zusammenhängende grundsätzliche, wenn auch praktisch immer begrenzte Freiheit des Menschen sollten Ausgangspunkt bleiben. Sie begründen die Rogers'schen Auffassungen in der existenzphilosophischen Entwicklung des Abendlandes. Die menschliche Existenz – als orientiert am Ideal des Angehens und Erschließens der strikt eigenen beschränkten Zukunft und

des sich Entscheidens für die eigenen Aufgaben der Person – verbindet mutatis mutandis die personenzentrierte Theorie mit der Existenzphilosophie. Hat Punkt 2 vor allem Bezug auf die Faktizität, so bezieht sich Punkt 3 auf die Existenzialität im Heidegger'schen Sinne. Zwischen beiden Aspekten der menschlichen Existenz bewegt sich Rogers.

Die Praktiker sollten sich in dieser Diskussion gebunden wissen an das Ideal der therapeutischen Begegnung. Begegnung wäre dabei zu definieren als eine gleichwertige und ebenbürtige Beziehung zweier Menschen, die sich ihrer menschlichen Verwandtschaft bewusst sind, sich für einander öffnen und einander verstehen wollen sowie sich vertrauensvoll und mit Respekt zu einander hinwenden. Ungeachtet dessen, dass dieses Ideal sich aber in manchen Fällen als eine praktische Unmöglichkeit zeigt, fehlt ohne wirkliche aktive Begegnungsorientiertheit das für erfahrungsmäßige Verschiebungen notwendige Klima. Das ist die Lackmusreaktion der Methode. Trotzdem muss in der therapeutischen Praxis auch die Verantwortlichkeit des Therapeuten für den Verlauf der Therapie und für das Erreichen der angestrebten Ziele stark betont werden. Ohne lenkende und konfrontierende Interventionen stagniert schon bald die Therapie. In diesem Spannungsfeld sollte der prozessorientierte Psychotherapeut seine richtige Stelle finden. Sich klientenzentriert nennende Psychotherapeuten, die nur konfrontieren, können zwar unter Umständen zielorientiert wirken und so erfolgreich sein, aber sie gehören nicht zu unserer Blutgruppe.

Von den Begegnungsphilosophen wird verlangt, dass sie sich mit der grundsätzlichen menschlichen Beschränktheit auseinandersetzen: einerseits als Unzulänglichkeit und Endlichkeit, Krankheit und Tod, sowie als fehlgegangene Selbsterhaltung sich manifestierend in Hass, Eifersucht, Aggression und Krieg, andererseits als schicksalhafte Fehlveranlagung, Störung und Defekt. Diese zum Wesen des Menschen gehörende Beschränktheit hat Konsequenzen für die Sicht auf die therapeutischen Möglichkeiten. Psychotherapeutisches Vorgehen kann nie exklusiv begegnungsorientiert sein, sondern muss notwendigerweise immer auch von Sachverstand getragen werden im Sinne der Prozessorientierung und das bedeutet: Unser Ansatz kann nur dann als wirksame Psychotherapiemethode bestehen, wenn der Psychotherapeut sich verantwortlich weiß für den Fortgang des Prozesses und für das Erreichen der Ziele.

Zum Gedenken des hundertsten Geburtstages von Carl Rogers könnte man der Rogers'schen Bewegung wünschen, dass sie – konform den Absichten des Gründers – aufhört, ihn zu idealisieren – er war weder ein Prophet, noch ein Revolutionär oder ein bedeutender Philosoph – sondern vielmehr sein Vermächtnis ernst nimmt. Dieses wurde inzwischen ein lebendiges Erbe und führt(e) ein eigenes Leben in ganz anderen Verhältnissen als jenen, in denen sich der Gründer befand. In diesem Zusammenhang ist es für uns Erben wichtig, dass wir unterscheiden zwischen Wesentlichem und Nebensächlichem, zwischen Grundannahmen der personenzentrierten Theorie und die Methode begründenden Thesen einerseits und anderer-

seits der späteren Erarbeitung von Aspekten der Theorie manchmal in Zusammenhang mit der Theoriebildung oder der Praxis von ideologisch fremdem Boden – unter Umständen sogar inkompatibel mit personenzentrierten Auffassungen.

Für das heutige Gespräch zwischen Befürwortern der Begegnungsidee in der Psychotherapie und den Praktikern, die sich mit der Differenzierung der Gesprächspsychotherapie beschäftigen, ist es wichtig, dass man sich zuvor auf die wesentlichen Grundannahmen einigt, bevor man anfängt über die weiteren theoretischen Konzepte und praktischen Anwendungen zu diskutieren.

Literatur:

- Finke, Jobst (1994), Empathie und Interaktion. Methodik und Praxis der Gesprächspsychotherapie, Stuttgart (Thieme)
- Finke, Jobst (1997), Beziehung und Intervention. Interaktionsmuster, Behandlungskonzepte und Gesprächstechnik in der Psychotherapie, Stuttgart (Thieme)
- Finke, Jobst/Keil, Wolfgang W./Stumm, Gerhard (2001), Unveröffentlichte Vorträge auf dem Fachsymposium „Gesprächspsychotherapie bei Komorbidität. Störungstheorie und Behandlungspraxis“, gehalten am 9. November 2001 in Hemer (Hans-Prinzhorn-Klinik)
- Heidegger, Martin (1953), Sein und Zeit, Tübingen (Niemeyer)
- May, Rollo (1982), The problem of evil: An open letter to Carl Rogers, in: Journal of Humanistic Psychology 22, 3, 10–21
- Plessner, Helmuth (1961), Lachen und Weinen, Bern, Francke
- Rogers, Carl R. (1981), Notes on Rollo May, in: Perspectives 2, 1 (special issue: Rollo May: Man and philosopher) [auch in: Kirschenbaum, Howard/Henderson, Valerie (Eds.), Carl Rogers: Dialogues. Conversations with Martin Buber, Paul Tillich, B. F. Skinner, Gregory Bateson, Michael Polanyi, Rollo May, and others, London (Constable) 237–239]
- Rogers, Carl R. (1982), Reply to Rollo May's letter, in: Journal of Humanistic Psychology 22, 4, 85–89

Schmid, Peter F. (1989), Personale Begegnung. Der personenzentrierte Ansatz in der Psychotherapie, Beratung, Gruppenarbeit und Seelsorge. Würzburg (Echter)

Schmid, Peter F. (1992), Bescheidenheit ist eine Zier, doch weiter ... Das Selbstverständnis des Personenzentrierten Psychotherapeuten, in: Frenzel, Peter/Schmid, Peter F./Winkler, Marietta (Hg.), Handbuch der personenzentrierten Psychotherapie, Köln (Edition Humanistische Psychologie) 39–69

Speierer, Gert-Walter (1994), Das Differentielle Inkongruenz Modell (DIM), Heidelberg (Asanger)

Swildens, Hans (1989), Über Psychopathologie und ihre Bedeutung für die klientenzentrierte Psychotherapie, in: Behr, Michael / Petermann, Franz/Pfeiffer, Wolfgang/Seewald, Cornelia (Hg.), Jahrbuch für personenzentrierte Psychologie und Psychotherapie Bd. I, Salzburg (Otto Müller) 80–106

Swildens, Hans (1991), Prozeßorientierte Gesprächspsychotherapie, Köln (GwG) [holl. Orig.: Procesgerichte gesprekstherapie, Utrecht (de Tijdstroom) 1988; 5. überarbeitete und erweiterte Auflage 1997]

Swildens, Hans (1998), De persoon van de psychotherapeut: een clientgerichte visie, in: Tijdschrift voor Psychotherapie 24, 6, 408–420

Autor:

Swildens, Hans, 1924, *Psychiater, Klientenzentrierter Psychotherapeut, Begründer der Prozessorientierten Gesprächspsychotherapie, Ausbilder und Supervisor in der „Vereniging voor clientgerichte psychotherapie“ in den Niederlanden.*

Korrespondenzadresse:

Dr. Hans Swildens
Putterstraat 28
NL-5256AN Heusden

Jobst Finke

Die Therapietheorie der Personenzentrierten Psychotherapie

Die Bedeutung der Therapietheorie für den Personenzentrierten Ansatz

Ist für die Psychoanalyse die Störungstheorie, also die Lehre von den Neurosen, von ihren Ursachen und ihren Entwicklungsgesetzen, das dieses Verfahren charakterisierende und bestimmende Moment, so ist für die Personenzentrierte Psychotherapie die Therapietheorie das eigentliche Signum. Als Amerikaner war Carl Rogers genügend vom Pragmatismus beeinflusst, um vor allem an der Frage

interessiert zu sein, wie seelisches Leiden zu beheben ist, wie Änderung ermöglicht werden kann. Natürlich leugnete er nicht jegliche Bedeutung einer Kenntnis von Ätiologie und Genese psychischer Störungen für das therapeutische Vorhaben, aber er relativierte sie, zumal er mit Recht von dem hypothetischen Charakter vieler solcher Erkenntnisse überzeugt war. Vor allem auch wusste Rogers darum, dass mehr noch als in der Heilkunst somatischer Störungen das Wissen um das Zustandekommen seelischer Erkrankungen dem Therapeuten noch nicht unmittelbar das Werkzeug zu ihrer Behebung

in die Hand gibt. Aus dem Störungswissen lässt sich nur bedingt ein gültiges Änderungswissen ableiten, bzw. solche Ableitungen bedürfen der empirischen Überprüfung. Das konsequente Bemühen um solche Überprüfungen von Änderungshypothesen hat Rogers zu einem Pionier der empirischen Psychotherapie-Prozessforschung gemacht (vgl. den Beitrag von Jochen Eckert in diesem Heft).

Als Ergebnis dieser Bemühungen hat Rogers die bekannten sechs Bedingungen einer wirksamen Psychotherapie formuliert (Rogers 1957), von denen später drei als die sogenannten Kernmerkmale hervorgehoben wurden:

Das Bedingungsfreie Akzeptieren, das Einfühlende Verstehen und die Kongruenz bzw. Echtheit des Therapeuten. Diese Merkmale sind zwar durch empirische Forschung eruiert worden, gleichwohl liegen ihnen therapietheoretische Prämissen zugrunde. Diese lassen sich wie folgt formulieren:

1. Verändern durch Anerkennen
2. Verändern durch Verstehen
3. Verändern durch Begegnen

Diese Positionen stehen therapietheoretisch in einem sich ergänzenden wie sich gegenseitig bedingenden Gefüge zueinander (Keil 1998). Sie sind jetzt im Einzelnen zu erörtern.

Veränderung durch Anerkennen

Diese Position ist vielleicht die für Rogers wichtigste. Zumindest ist sie die charakteristischste insofern, als sie in keinem anderen Verfahren mit dieser Nachdrücklichkeit vertreten wird. Sie prägt auch in wesentlicher Weise die beiden anderen Positionen, vor allem die des einführenden Verstehens, wovon gleich noch die Rede sein wird.

Die Grundannahme, dass Veränderung möglich ist schon allein durch bedingungsloses Anerkennen und Akzeptieren der Person des Klienten, hat eine individualtheoretische und eine sozialtheoretische Komponente. Hinsichtlich der ersteren verweist diese Annahme auf die Entwicklungspotenzen in jedem Menschen, auf seine grundsätzliche Fähigkeit, sich gemäß seinem Entwurf, seiner inneren Bestimmung von sich aus zum Konstruktiven zu entwickeln, dass also eine gezielte und strategisch subtil abgestimmte Einflussnahme oder gar eine wie auch immer verstandene therapeutische Zurichtung des Klienten nicht nötig, ja oft sogar schädlich ist. Denn der Klient findet nur zu Selbstverwirklichung, wenn er auch in der therapeutischen Situation auf der Suche nach seinem Selbst selbstbestimmend sein kann. Da andererseits aber auch vorausgesetzt wird, dass für eine Aktualisierung der Entwicklungspotenzen die akzeptierende und bejahende Haltung einer relevanten Bezugsperson bzw. des Therapeuten nötig ist, verweist diese Position auch auf das grundsätzliche Bedürfnis des Menschen nach Anerkennung, auf sein Angewiesensein auf Gemeinschaft (Schmid 1998) und damit auch auf die Grenzen seiner Autonomie.

Das therapeutische Anerkennen wirkt auf den Patienten wie eine Bestärkung und Ermutigung. Therapietheoretisch ergibt sich

so aus dieser Position der hohe Stellenwert, der in der Personzentrierten Therapie dem Mobilisieren von Ressourcen des Patienten zuteil wird, ein Wirkfaktor, auf dessen Bedeutung besonders Grawe (1996) hingewiesen hat.

Verändern durch Verstehen

Die Konzeption, dass das neurotische Leiden eine Art Störung des Selbstverstehens und der Selbstverständigung darstellt, so dass durch die Interventionen (Deutungen) des Therapeuten dem Patienten der verstehende Zugang zu sich selbst, zu seinem „Unbewussten“ ermöglicht werden muss, ist die entscheidende therapietheoretische Position der Psychoanalyse. Was also ist das Besondere des Konzeptes „Einführendes Verstehen“ der Personzentrierten Psychotherapie gegenüber dem Deutungs-Paradigma der Psychoanalyse? Was unterscheidet das Verstehen in der Gesprächspsychotherapie von dem der Psychoanalyse? Sehr treffend, fast wie in hellsichtiger Voraussicht, hat dies ein Autor formuliert, der die Personzentrierte Psychotherapie noch gar nicht kennen konnte, der Psychiater und Philosoph Karl Jaspers. In seiner „Allgemeinen Psychopathologie“ (1959; 1. Auflage 1913; in den Auflagen der 20er und 30er Jahre jeweils erweitert) stellt er zwei Verstehenshaltungen gegenüber:

„Verstehen ist Erhellen und Entlarven. Verstehende Psychologie hat in ihrem Verfahren eine merkwürdige Doppeltheit. Sie kann oft wie boshaft erscheinen in der Entlarvung von Täuschungen, sie kann gütig erscheinen in dem Bejahen durch Erhellen eines Wesenhaften. Beides ist ihr zugehörig. Im faktischen Betrieb drängt sich oft die boshafte Seite auf. Skeptisch oder hassend meint man ständig nur, ‚dahinter zu kommen‘. Die *Wahrheit dieses Verstehens* will ein Durchschauen der universalen Unwahrhaftigkeit sein. ... Der verstehende [also der Klient – J. F.] gerät sich selber gegenüber in Verzweiflung: ‚Zwischen hundert Spiegeln vor dir selber falsch‘ – er scheint in sich das Nichts zu finden. Dagegen ist das erhellende Verstehen eine bejahende Grundhaltung. Sie geht liebend auf das Wesen, sie vergegenwärtigt, vertieft dessen Anschauung, sieht das substantiell Seiende vor ihren Augen wachsen. Die entlarvende Psychologie baut ab und findet ‚nichts weiter als ...‘, die erhellende Psychologie bringt positiv zum Bewußtsein, was ist. Die entlarvende Psychologie ist das unumgängliche Fegefeuer, in dem der Mensch sich prüfen und bewähren, sich reinigen und verwandeln muß. Die erhellende Psychologie ist der Spiegel, in dem das bejahende Selbstbewußtsein und die liebende Anschauung fremder Wirklichkeit möglich wird.“

Es soll hier unerörtert bleiben, ob Jaspers mit der Rede vom entlarvenden Verstehen der Psychoanalyse seiner Zeit gerecht geworden ist. Er beschreibt jedoch der Tendenz nach ein wichtiges Unterscheidungskriterium. Er stellt gewissermaßen einer Entlarvungs- und Enthüllungshermeneutik eine Erhellungs- und Erweckungshermeneutik gegenüber. Letztere zielt auf die positiven Möglichkeiten des Patienten, auf die Aktualisierung dessen, was der Patient

seinem Entwurf nach sein könnte. Der „Kunst des Argwohns und des Misstrauens“ (Nietzsche) wird die Entschlossenheit zum Vertrauen in die konstruktiven Möglichkeiten des Patienten und die „liebende Anschauung“ seiner Wirklichkeit gegenübergestellt. Die denunziatorische Geste, mit der die Selbsttäuschungen des Patienten demaskiert werden, soll einen Gegenpart finden in einem „Appell an Freiheit“ (Jaspers), in einem Versuch, durch eine „bejahende Grundhaltung“ die Notwendigkeit solcher Selbsttäuschungen aufzuheben. Auch in der Personzentrierten Therapie sollen, wie Rogers formuliert, verzerrte Symbolisierungen in exakte Symbolisierungen eigener Wünsche und Gefühle überführt werden. Aber diese Entzifferungsarbeit geschieht hier im Hinblick auf die konstruktiven Möglichkeiten des Patienten.

Wichtig für die Bezugnahme auf die Personzentrierte Psychotherapie ist auch die enge Verbindung, die Jaspers zwischen dem Verstehen und der „bejahenden“, also akzeptierenden und anerkennenden, Grundhaltung sieht. Dieser enge Zusammenhang zwischen der Haltung des therapeutischen Verstehens und der des bedingungsfreien Akzeptierens führt zu einem ganz entscheidenden Moment des gesprächspsychotherapeutischen Verstehenskonzeptes: zur Alter-Ego-Beziehung (Finke 1999). Wie kein anderer vor ihm hat Rogers hier eine Position der Hermeneutik für die Psychotherapie fruchtbar gemacht, nach der der Verstehende „sich gleichsam in den anderen verwandeln“ muss (Schleiermacher 1977), sich in den anderen „hineinversetzen“ und zu einem inneren „Mitvollzug seiner Werke und Taten“ (Dilthey 1927) bereit sein soll. Dieses „Sich-in-den-anderen-verwandeln“ impliziert ein Akzeptieren und Bejahen des Anderen. Der therapeutische Sinn eines Verstehens aus der Alter-Ego-Position besteht vor allem darin, das innere Zwiegespräch des Patienten mit sich selbst wieder anzuregen.

Beim Verstehen aus der Alter-Ego-Position verzichtet der Therapeut auf jede belehrende Aufklärung des Patienten aus der Haltung eines scheinbar objektiven Beobachters („Das ist bei Ihnen so, weil Sie im Grunde genommen doch nur ...“), vielmehr ist der Therapeut bemüht, den Patienten „aus sich selbst heraus“ oder wie Rogers formulierte „aus seinem Bezugssystem heraus“ zu verstehen. Das Verstehen aus der Rolle eines anderen Selbst des Patienten ist ein sich selbst begrenzendes Verstehen, das sich zunächst darauf beschränkt, die Auseinandersetzung des Patienten mit sich selbst zu fördern, und das auf die entsprechenden Möglichkeiten des Patienten, „verzerrte Symbolisierung“ (Rogers 1959/1987) wieder zu decodieren, vertraut. In dieser Förderung einer Wiederaufnahme der abgebrochenen Selbstverständigung wird ein entscheidender Änderungsschritt gesehen.

Verändern durch Begegnen:

Etwa ab Ende der 50er Jahre betonte Rogers zunehmend das Merkmal Kongruenz/Echtheit und er sah nun in der „Begegnung von Person zu Person“ (Rogers 1957; 1961/1973) den bedeutsamen Faktor des

Therapieprozesses. Der Therapeut sollte nun nicht mehr sein eigenes Selbst beiseite stellen, um ganz zum anderen Selbst des Klienten zu werden, sondern er sollte als „reale Person“ dem Patienten gegenüberreten und sich ihm transparent machen. Es wird die Unmittelbarkeit und die Gegenwärtigkeit des Therapeuten gefordert (Schmid 1999). In Behandlungsmerkmalen wie Konfrontieren, Beziehungklären und vor allem Selbsteinbringen hat dieses Therapiekonzept, meist durch die Arbeiten von Rogers' Schülern (Carkhuff 1969), seine Konkretisierung gefunden.

In gewisser Hinsicht stellt diese Entwicklung therapietheoretisch einen Paradigmenwechsel dar. Denn der bedeutsame Wirkfaktor scheint nun weniger in einem einfühlsam-verstehenden Mitvollzug des Erlebens des Klienten als in der Möglichkeit gesehen zu werden, diesem neue und konstruktive Beziehungserfahrungen und damit die Ungültigkeit seiner bisherigen verzerrten Beziehungswahrnehmungen und -erwartungen zu vermitteln (Pfeiffer 1993). Die Alter-Ego-Position als ursprünglich zentrales Beziehungskonzept des Personzentrierten Ansatzes wird abgelöst von der Dialogbeziehung.

Es ist aber festzuhalten, dass eine solche alternative Sichtweise weder Rogers noch die meisten heutigen Gesprächspsychotherapeuten teilen würden. Die Einführung der Dialogbeziehung stellt vielmehr eine Verbreiterung der therapietheoretischen Basis dar, die zu einer Erweiterung der therapeutischen Handlungsmöglichkeiten und damit auch der Indikationsbereiche führt. Therapiepraktisch bestimmen die therapeutische Situation, die Art des Klienten und seiner Störung sowie Art und Phase des therapeutischen Prozesses (Swildens 1991), wann welche Interventionsformen indiziert sind. Interventionen auf der Ebene der Dialogbeziehung ergänzen also nur jene Interventionen, die aus einer Alter-Ego-Position heraus erfolgen. Die Einführung des Begegnungs-Momentes bzw. der Dialogbeziehung in die Personzentrierte Psychotherapie bedeutet also auf der Ebene therapietheoretischer Überlegungen eine Erhöhung der Komplexität und auf der Ebene der Therapiepraxis eine Erweiterung der Handlungsmöglichkeiten (Finke 1994).

Literatur:

- Carkhuff, Robert R. (1969), *Helping and human relations*, Vol. I: Selection and training, New York-Chicago (Holt, Rinehart and Winston)
- Dilthey, Wilhelm (1927), *Das Verstehen anderer Personen und ihrer Lebensäußerungen*, in: *Gesammelte Schriften* Bd. VII, Leipzig-Berlin (Teubner)
- Finke, Jobst (1994), *Empathie und Interaktion. Methodik und Praxis der Gesprächspsychotherapie*, Stuttgart-New York (Thieme)
- Finke, Jobst (1999), *Beziehung und Intervention*, Stuttgart-New York (Thieme)

- Grawe, Klaus (1996), Understanding change, in: Esser, Ulrich/Pabst, Hans/Speierer, Gert-Walter (Eds.), The power of the Person-centered-approach, Köln (GwG)
- Jaspers, Karl (1959), Allgemeine Psychopathologie, Berlin-Göttingen-Heidelberg (Springer)
- Keil, Wolfgang W. (1998), Der Stellenwert von Methoden und Techniken in der Klientenzentrierten Psychotherapie, in: PERSON 1, 32–44
- Pfeiffer, Wolfgang M. (1993), Die Bedeutung der Beziehung bei der Entstehung und der Therapie psychischer Störungen, in: Teusch, Ludwig/Finke, Jobst (Hg.), Krankheitslehre der Gesprächspsychotherapie, Heidelberg (Asanger) 1993, 19–40
- Rogers, Carl R. (1957), The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change, in: Journal of Consulting Psychology 21, 2, 95–103; dt.: Die notwendigen und hinreichenden Bedingungen für Persönlichkeitsentwicklung durch Psychotherapie, in: Rogers, Carl R./Schmid, Peter F., Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis, Mainz (Grünwald) 1991, 165–184
- Rogers, Carl R. (1959), A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework, in: Koch, Sigmund (Ed.), Psychology. A study of a science. Vol. III: 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, Carl R. ([1961] On becoming a person, Boston (Houghton Mifflin); dt.: (1973b), Entwicklung der Persönlichkeit, Stuttgart (Klett) 1973
- Schleiermacher, Friedrich D. E. (1977), Hermeneutik und Kritik, Frankfurt/M. (Suhrkamp)
- Schmid, Peter F. (1998), Im Anfang ist Gemeinschaft, Stuttgart (Kohlhammer)
- Schmid, Peter F. (1999), Person-Centered Essentials, in: PERSON 3, 139–141
- Swildens, Hans (1991), Prozeßorientierte Gesprächspsychotherapie, Köln (GwG)

Autor:

Jobst Finke, 1937, Dr., Facharzt für Psychotherapeutische Medizin sowie für Neurologie und Psychiatrie, Oberarzt an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universität Essen, Klientenzentrierter Psychotherapeut, Ausbilder in der „Gesellschaft für wissenschaftliche Gesprächspsychotherapie (GwG)“, Essen.

Korrespondenzadresse:

*Dr. Jobst Finke
Psychiatrische Landes- und Hochschulklinik
Barkhovenallee 171
D-45239 Essen*

Tom Greening¹**Carl Rogers als „direktiver“ Psychotherapeut**

Obwohl ganz zu Beginn Carl Rogers' Methode, oder besser gesagt, seine Art, mit den Klienten zu sein, „nicht-direktiv“ genannt wurde, war sie meines Erachtens nie nicht-direktiv. Tatsächlich könnte man sie ironischer- oder provokativerweise sogar die direktivste Form von Psychotherapie nennen. Warum das? Weil sie die KlientInnen dahin führt, sich auf ihren Fluss des Erlebens zu konzentrieren oder darauf konzentriert zu bleiben, und zwar auf allen Ebenen des Bewusstseins (kognitiv, affektiv, physisch, relational, spirituell) und dies während der ganzen Sitzung. Und implizit und manchmal sogar explizit bringt sie die KlientInnen dazu, sich selbst als Person zu bewerten und zu ergründen und wertzuschätzen und daraus zu lernen, was sie hier entdecken und was sich aus diesem Personsein entfaltet.

Andere Therapiemethoden konzentrieren sich vielleicht auf das Verhalten oder die Kognitionen oder die freien Assoziationen etc. – alles wichtig, aber es sind nur Teile der ganzen Person und ihres unmittelbaren Seins in der therapeutischen Begegnung. Person-zentrierte Therapie ist daher direktiv auf die Person zentriert und deren volle existenzielle Erfahrung des Seins und Werdens mitten im eigenen Leben in der Gegenwart eines zugewandten, aufmerksamen und, ja, „direktiven“ Therapeuten.

Daher, um dieses Paradox noch weiter zu untersuchen, können andere Therapien „diversifizierend“, „ablenkend“, „reduktionistisch“ oder „nicht-direktiv“ genannt werden, da sie irreführend sind, die KlientInnen vom Kern ihres Seins und ihrer vollen Authentizität wegführen, um sie „in Ordnung zu bringen“, „anzupassen“, „zu behandeln“ oder sie zu „kurieren“.

Wenn man ein Video anschaut, in dem Rogers mit einem Klienten interagiert, zeigt das klar, wie direktiv, intensiv, präsent, einladend,

¹ übersetzt von Margarethe Letzel

begegnend und bestätigend er war. Parodien oder Imitationen nicht-direktiver Therapie entgeht dieses Wesentliche. Jeder, der TherapeutInnen in Ausbildung supervidiert hat, weiß, wie schwierig es sein kann, die Lernenden dazu zu bringen, sich zu konzentrieren, mitzugehen, die tatsächliche Bedeutung zu reflektieren, aktiv zuzuhören und zu bestätigen, während sich der eigene Prozess des Klienten vertieft und ausrichtet.

Letztlich ist Personzentrierte Therapie direktiv darin, dass sie darauf abzielt, die Bedingungen, die Stimuli und die Unterstützung für Klienten bereitzustellen, dass sie aktive, selbstbestimmte Handelnde im Leben werden.

Autor:

Tom Greening, 1930, Ph. D., Professor für Psychologie an der Saybrook Graduate School, Herausgeber des „Journal of Humanistic Psychology“; Psychotherapeut in freier Praxis seit 1958.

Korrespondenzadresse:

*Thomas Greening, Ph. D.
1314 Westwood Blvd., Suite 205
Los Angeles, CA 90024
E-mail: tgreening@saybrook.edu
Homepage: www.tom.greening.com*

Eva-Maria Biermann-Ratjen

Zur Entwicklungspsychologie von Rogers

In einem psychotherapeutischen Prozess interessieren sich die Klienten zunehmend für sich selbst, sie beginnen sich zu fragen, wer sie wirklich sind, und beginnen zu spüren, dass sie Angst davor haben, ihre eigenen Erfahrungen zu machen. Sie erfahren sich selbst aber mehr und mehr und entdecken dabei, dass es so etwas wie ein wahres Selbst gibt, das sie dann mehr und mehr wahrhaben können und entwickeln wollen (vgl. Rogers 1959, 201f). Diese Beobachtung, dass im psychotherapeutischen Prozess Erfahrungen gemacht werden, die zur Veränderung des Selbstkonzepts führen, war einer der zentralen Ausgangspunkte bei der Entwicklung des Klientenzentrierten Konzepts durch Carl Rogers.

Selbstentwicklung ist im Klientenzentrierten Konzept als Selbstaktualisierung und damit als ein wesentlicher Teil der Aktualisierung konzipiert. Nach Rogers ist die Aktualisierungstendenz das einzige Motiv, das im Rahmen des Klientenzentrierten Konzepts angenommen wird (vgl. Rogers 1959, 196). Die Selbstaktualisierung ist konzipiert als die Integration von Selbsterfahrung in ein Konzept von einem wahren Selbst.

So wie Psychotherapiepatienten ihre Entwicklung im psychotherapeutischen Prozess mit ihren eigenen Worten als Selbstentwicklung beschreiben, stellen sie dar, dass sie diese Entwicklung im Rahmen einer Beziehung zum Psychotherapeuten gemacht haben. Sie beschreiben diese Beziehung als eine, in der sie sich verstanden und aufgehoben und wirklich als ganze Person mit all ihren Fehlern und Schwächen angenommen gefühlt haben. Und das tun nicht nur die Klienten eines Klientenzentrierten Psychotherapeuten. Das tun auch Patienten, die von einer Konfrontationstherapie profitiert haben, und auch solche, die ihre Entwicklung in der Therapie auf die Durcharbeitung einer Übertragung zurückführen.

Solche Beobachtungen, die jeder, der Katamnesen durchführt, jederzeit machen kann, haben zu Carl Rogers' berühmter gewordenen Abstraktion der notwendigen und hinreichenden Bedingungen für konstruktive Persönlichkeitsveränderungen durch den psychotherapeutischen Prozess geführt. Die Bedingungen sind: (1) Ein psychologischer Kontakt, in dem (2) die eine Person, der Klient, inkongruent ist, mit Erfahrung beschäftigt ist, durch die sie sich in ihrem Selbstverständnis in Frage gestellt erlebt, (3) während die andere Person, der Therapeut, das eben nicht ist. Er ist kongruent, was auch bedeutet, dass er sich seines gesamten Erlebens im Kontakt mit dem Klienten bewusst werden könnte. (4) Der Therapeut kann fühlen, dass er den Klienten bedingungslos wertschätzt, und (5) er erlebt, dass er den Klienten empathisch versteht. (6) Der Klient nimmt zumindest in Ansätzen wahr, dass ihn der Therapeut empathisch versteht und bedingungslos wertschätzt.

In dieser Abstraktion taucht auch das Konstrukt Inkongruenz/Kongruenz im Sinne der Unfähigkeit/Fähigkeit auf, sich seiner Erfahrung bewusst zu werden. Es ist zentral für die Erklärung von psychischen Erkrankungen, die psychotherapeutisch behandelt werden können.

Wir können annehmen, dass die Bedingungen für die Selbstentwicklung im psychotherapeutischen Prozess dieselben sind wie in der frühkindlichen Entwicklung, die die Grundlage für die Entwicklung von mehr oder weniger psychischer Gesundheit ist. Das Selbst entwickelt sich von der Wiege an in Situationen, in denen die Person in ihrer Selbsterfahrung empathisch verstanden und unbedingt wertgeschätzt wird von einer anderen Person, die nicht zugleich mit ihrem eigenen Selbstverständnis in der Weise beschäftigt ist, dass sie sich nur eines Teils ihrer Erfahrung in der Situation des

psychologischen Kontaktes mit dem Kind bewusst werden kann. Erfahrungen, in denen das Kind nicht empathisch verstanden und unbedingt wertgeschätzt wird bzw. auf die die wichtige andere Person mit Inkongruenz reagiert, können nicht in das Selbstkonzept integriert werden.

Die Aktualisierungstendenz zeigt sich vor allem in der Form, dass jede Erfahrung vornehmlich affektiv im Hinblick darauf bewertet wird, ob sie eine der Erhaltung und Förderung des Organismus ist oder eine der Bedrohung und Behinderung. Die in das Selbstkonzept integrierten Erfahrungen sind also immer zweifach bewertet: Sie sind von der Person selbst als ihre Entwicklung mehr oder weniger fördernd und/oder erhaltend bewertet worden. Und sie sind sozial als der unbedingt positiven empathischen Beachtung wert beurteilt worden.

Wenn sich ein erstes Selbstkonzept gebildet hat, kann sich, so Rogers, die Aktualisierungstendenz spalten. Erfahrungen werden nun nicht mehr nur als die Erhaltung und Entwicklung des ganzen Organismus mehr oder weniger fördernd und/oder bedrohend bewertet. Erfahrungen werden nun auch als das Selbstkonzept bestätigend oder in Frage stellend bewertet. Und Erfahrungen, die das Selbstkonzept in Frage stellen, werden als Bedrohung, affektiv als ängstigend, erlebt. Wenn sie nicht einfach nicht wahrgenommen oder verzerrt werden, so als passten sie doch zum Selbstkonzept, versteht und akzeptiert sich die Person in ihnen nicht oder reagiert auf sie wie in einer Belastungssituation bzw. wie auf einen Angriff von außen (vgl. Swildens 1991) mit aggressiver Verteidigungsbereitschaft, Fluchtbereitschaft, indem sie sich selbst und/oder den anderen bezüglich des wahren Affekts täuscht, und/oder depressiv wird bzw. indem sie sich mehr oder weniger tot stellt. Diese „Notfallreaktionen“ treten in einem persönlich und situationsabhängig je unterschiedlichen Mischungsverhältnis auf. Als bedrohlich, weil das Selbstkonzept in Frage stellend, werden nicht nur alle Erfahrungen bewertet, die beinhalten, dass die Person nicht empathisch verstanden und nicht unbedingt wertgeschätzt wird. Als bedrohlich werden auch alle Erfahrungen erlebt, die Wiederholungen von Erfahrungen sind, die bei ihrem ersten Auftauchen nicht in das Selbstkonzept integriert werden konnten.

Wenn aber das Kind – und später der Patient – z. B. in einer aggressiven Notfallreaktion der Selbstverteidigung sich zwar selbst nicht verstehen und akzeptieren kann, aber korrekt und vollständig von einer anderen Person empathisch verstanden und unbedingt wertgeschätzt wird, dann kann er auch diese Selbsterfahrung („Ich bin so wütend, dass ich sie schlagen möchte, und verstehe und akzeptiere mich nicht in dieser Selbsterfahrung“) zusammen mit der Erfahrung, die sie ausgelöst hat („Ich bin unglücklich, wenn ich mir vorstelle, dass sie mich wegschicken könnte“), in das Selbstkonzept integrieren.

Bei der Beschreibung von psychischen Fehlentwicklungen hat Rogers darauf hingewiesen, dass zusammen mit einem ersten Selbstkonzept nicht nur Angst bei Erfahrungen, die das Selbstkon-

zept in Frage stellen, erlebbar werde, sondern auch ein Bedürfnis nach positiver Beachtung. Wenn das Kind nicht unbedingte Wertschätzung in seinem Erleben erfahre, sondern selektiv, je nach dem, was es gerade erlebt, als der positiven Beachtung mehr oder weniger wert angesehen wird, werde die Befriedigung oder die Frustration in dem Bedürfnis nach positiver Beachtung in bestimmten persönlichen Erfahrungen mit diesen assoziiert. Das führe dazu, dass, wenn sich Erfahrungen wiederholten, in denen die Person liebevoll beachtet worden ist, sie vor allem die positive Selbstbeachtung erlebe. Wenn sich aber Erfahrungen wiederholten, die nicht mit positiver Beachtung assoziiert werden konnten, werde keine positive Selbstbeachtung erlebt. Und es würden Selbsterfahrungen allein deshalb gesucht oder gemieden, weil sie als mehr oder weniger wertvoll angesehen werden, mehr oder weniger Selbstachtung bedeuteten. Die Person habe Bewertungsbedingungen internalisiert. Diese stellen nach Rogers das Haupthindernis für die Entwicklung der psychologisch angepassten Person dar. Auf ihrer Grundlage werde nämlich die organismische Bewertung von Erfahrung als die Erhaltung und Entwicklung des ganzen Organismus fördernd oder behindernd relativiert bzw. ganz ausgeblendet.

Im Klientenzentrierten Konzept geht es also um die Bewertung von Erfahrung und um die Abwehr der organismischen Bewertung, wenn es um die Erhaltung und um die Verteidigung des Selbstkonzepts und der Selbstachtung geht.

Wir stellen uns vor diesem Hintergrund die folgenden Entwicklungsphasen und Ängste vor, die mit der Stagnation der Entwicklung auf einer bestimmten Entwicklungsphase verbunden sind:

In einer ersten Phase (vgl. z. B. Biermann-Ratjen / Eckert / Schwartz 1997, 93ff) geht es darum, dass das Kind seine affektiven Erfahrungen als empathisch verstehbare und die unbedingte Wertschätzung seiner lebensnotwendigen Bezugspersonen nicht in Frage stellende Selbsterfahrungen in ein erstes Selbstbild integrieren kann. Das erste Selbstbild besteht somit aus Erfahrungen des Wahr- und Angenommenwerdens im affektiven Erleben. Das ganz früh in seiner Entwicklung stagnierte Selbstkonzept ist von jeder Art von affektiver Erfahrung bedroht. Wenn die Bedrohung gespürt wird, wird Angst vor einer – auch als körperlich gedachten – Vernichtung erlebt.

Wenn sich eine erste Gestalt eines Selbstbildes entwickeln konnte, wird der Prozess der Bewertung von Erfahrung als das Selbstbild und die Selbstbeachtung bestätigend oder bedrohend eine Quelle der Erfahrung. In dieser zweiten Phase werden Scham und Zweifel erlebbar. Es geht vor allem auch darum, ob das Kind in der affektiven Bewertung der Erfahrung, sich nicht verstanden und nicht unbedingt wertgeschätzt vorzufinden, verstanden wird. Bestimmte affektive Erfahrungen können nun zum Feind werden. Wenn sie drohen, droht auch die Erfahrung, nicht verstanden und abgelehnt zu werden. Die Angst vor diesen Erfahrungen und ihre Abwehr zeigt sich in verschiedenen Ausdrucksformen von Aggressivität bis zum Totstellreflex. Das in dieser zweiten Phase in seiner

Entwicklung stagnierte Selbstkonzept ist vor allem vom Erleben der Notfallreaktionen bedroht. Es wird Angst vor dem böse, wertlos oder nicht in Ordnung-Sein erlebt, in Scham und Zweifeln, und Aggression und Angst und Depression werden als etwas nicht zum Selbst Gehörendes angesehen, entweder gar nicht erlebt oder als nicht zu verstehen und nicht zu akzeptieren.

Wenn sich schließlich ein Selbstkonzept gebildet hat, in das auch die gelegentliche Erfahrung von Scham und Selbstzweifeln und z. B. Wut integriert werden konnte, und die Selbstachtung nicht bei jeder Erfahrung des sich Nicht-verständlich-machen-Könnens und des sich Nicht-geliebt-und-anerkannt-Vorfindens zusammenbricht, kann sich das Kind in einer dritten Phase seinen höchst persönlichen Entwicklungsmöglichkeiten und Begrenzungen zuwenden bzw. den Gefühlen, in denen es sie erlebt, und seine Bewertung durch andere in ihnen, z. B. und vor allem als männlich oder weiblich. Wie es sich später mit der Erfahrung seiner Möglichkeiten und Begrenzungen fühlen wird, ob ihm seine Möglichkeiten als Forderungen und seine Begrenzungen als Bedrohungen erscheinen und es mit beiden möglichst wenig Kontakt haben will, entscheidet sich wieder daran, ob es in ihnen empathisch verstanden und unbedingt wertgeschätzt wird oder nicht. Die Person, die diese dritte Entwicklungsphase erreicht hat, erlebt bei Bedrohungen des Selbstkonzepts und der Selbstachtung Zweifel, als Mann oder Frau in Ordnung bzw. voll funktionsfähig zu sein, und entsprechende Ängste, in dieser Funktion nicht zu genügen und/oder sich dadurch schuldig zu machen.

Entwicklungspsychologische Überlegungen im Rahmen eines Psychotherapiekonzeptes sollen verdeutlichen, um welche Erfahrungen es – warum und in welcher Form zum Ausdruck gebracht – im psychotherapeutischen Prozess geht. Je genauer wir uns Rogers' Entwicklungspsychologie ansehen, um so deutlicher wird, dass es im psychotherapeutischen Prozess darum geht, ob eine Person sich selbst verstehen und akzeptieren kann, um den Zugang zu einer kontinuierlichen, nicht durch ursprünglich fremde Bewertungen unterbrochenen Prozess der Selbsterfahrung, die eine Bewertung von Erfahrung in Beziehungen ist.

Die neueren Entwicklungen im psychoanalytischen entwicklungspsychologischen Diskurs (vgl. Frischenschlager 1999), die darauf basieren, dass sie die moderne Systemtheorie und die Ergebnisse der empirischen Säuglingsbeobachtung berücksichtigen, kommen zu ähnlichen Annahmen, vor allem die moderne Selbstpsychologie und die moderne Bindungsforschung (vgl. Fonagy und Target 1997).

Psychoanalytiker nahmen früher an, dass der kindliche Entwicklungsprozess vor allem ein Sozialisierungsprozess sei: Triebenergien müssten in Bahnen gelenkt werden. Die primäre Tendenz des Psychischen, entsprechend dem Lustprinzip Entspannung bis zur Bewusstlosigkeit durch die Abfuhr von Triebenergie zu erreichen, müsse einer Aufrechterhaltung der Selbst- und Umwelterfahrung weichen, wobei sich die Unterscheidung von Selbst- und Umwelterfahrung

nur im Rahmen von Versagungen und Verzögerungen von Triebbefriedigung und dem damit verbundenen Spannungsabbau entwickle.

Aus diesen Annahmen über den kindlichen psychischen Entwicklungsprozess ergab sich die folgende Vorstellung vom psychoanalytischen Prozess (vgl. Frischenschlager 1999, 39):

- Der Patient hat über seine unbewussten Konfliktlösungsmuster, die vorwiegend nach dem Prinzip der Spannungsabfuhr mit dem Ziel der Bewusstlosigkeit, dem Lustprinzip, ablaufen, keine Kontrolle.
- Das stärkste unbewusste Motiv ist die Suche nach der Befriedigung infantiler Triebwünsche.
- Das Behandlungsangebot und das Setting, die Couch, intensivieren diese infantilen Wünsche (Regression). Sie drängen zum Bewusstsein (Übertragung) und müssen verstärkt abgewehrt werden (Widerstand).
- Die Frustration der infantilen Wünsche (diesmal durch den Therapeuten) ist (wie auch früher in der Entwicklung) der Motor der Entwicklung.

Das Bewusstwerden der Wünsche durch Deutung (der Übertragung und des Widerstandes) führt aus dem Dilemma heraus, denn:

Die infantilen Wünsche verlieren, wenn sie als solche durch die Deutung bewusst gemacht werden, an pathogener Kraft.

Die entwicklungspsychologischen Vorstellungen und das Menschenbild der modernen Psychoanalyse sehen vor einem systemtheoretischen Hintergrund und besonders nach der Rezeption der Annahme Sterns (vgl. auch Stern 1985/1992), dass die Entwicklung eines Sense of Self das primäre Organisationsprinzip der psychischen Entwicklung ist, wie folgt aus (vgl. Frischenschlager 1999, 43ff):

Von Geburt an finden zunächst auf einer sehr körpernahen Ebene Selbst- und wechselseitige Regulationen in der Interaktion mit der „Mutter“ statt. Aus ihnen erwächst auch die Verbindung zwischen physiologischer und psychologischer Regulation.

Dabei ist Empathie von zentraler Bedeutung. Es gibt auf Seiten der Mutter eine intuitive Sensibilität für die Befindlichkeit des Kindes, so wie auf der anderen Seite das Kind über eine integrative Kompetenz verfügt. Es kann die Empathie der Mutter wahrnehmen und in seine Selbstregulation aufnehmen.

Der Säugling kann bald die affektive Kommunikation mit der Mutter initiieren, unter anderem über die Fähigkeit, Gesichtsausdrücke zu imitieren. Jeder Affektausdruck ist mit neurophysiologischen Vorgängen gekoppelt. Über den Affektausdruck ist die empathische Verbindung zwischen Menschen vom Beginn des Lebens an garantiert.

Das Erleben in den frühesten Entwicklungsstadien ist nicht unbewusst, sondern präsymbolisch. Es wird in generalisierten Episoden im Gedächtnis gespeichert. Eine Episode enthält immer ein Selbst, einen anderen, eine Handlung, einen Affekt und eine physiologische Reaktion. Erwartungen entsprechen demnach immer

einer Episode, in der das Selbst, ein anderer, eine Handlung, ein Affekt und eine physiologische Reaktion eine Rolle spielen.

Affekte sind die Währung des kommunikativen Austausches. Selbst hochsymbolisierte kognitive Vorgänge beinhalten Affekte, in Szenen eingebundene Handlungen und Verbindungen zu physiologischen Prozessen.

Die „neue“ psychoanalytische Situation sieht demnach wie folgt aus (vgl. Frischenschlager 1999, 48):

Vermittelt durch bestimmte Haltungen wie Zuhören, Aufmerksamkeit, Wertschätzung, Verlässlichkeit, Stabilität,

bekommt der Patient Raum für seine Inszenierungen (das ist die Darstellung seiner Erfahrungen in Episoden entsprechend seinen Inneren Arbeitsmodellen).

Der Therapeut ist empathisch, fühlt sich insbesondere auch in die Bedeutungen der Auswirkungen der Handlungen oder Nicht-Handlungen des Analytikers auf den Patienten ein.

Der Patient testet den Analytiker dauernd, ob er den unbewussten Erwartungen und Befürchtungen des Patienten entspricht.

Der Patient muss spüren können, dass der Therapeut mit diesen Erwartungen und Befürchtungen affektiv in Kontakt kommt.

Erst dann sind Deuten, Durcharbeiten etc. möglich.

Diese Charakterisierung der therapeutischen Situation auf der Grundlage einer neuen Entwicklungspsychologie ist nun jener, die Rogers 1957 vorgestellt hat, extrem ähnlich. Ich werde sie etwas umformulieren, um das zu verdeutlichen:

Der Therapeut bietet dem Klienten einen psychologischen Kontakt an, in dem er zuhört, aufmerksam, verlässlich wertschätzend ist.

Der Klient nutzt diesen Raum zur Darstellung seines Erlebens von Inkongruenz.

Der Therapeut reagiert darauf empathisch. Er fühlt sich in die Bedeutungen der Erfahrungen des Klienten in dessen Inneren Bezugsrahmen ein und auch in die Bedeutungen, die die Handlungen des Therapeuten für den Klienten haben.

Es kommt zu einem echten affektiven Kontakt zwischen Therapeut und Klient, in dem der Therapeut unbedingte Wertschätzung für den Klienten empfindet und nicht den Erwartungen und Befürchtungen des Klienten entspricht.

Das ist nur möglich, wenn er kongruent ist.

Der Klient spürt, dass ihn der Therapeut kongruent empathisch versteht und unbedingt wertschätzt.

Das Klientenzentrierte Konzept hat die aktuellen Entwicklungen im psychoanalytischen Diskurs schon vor über 50 Jahren

vorweggenommen, indem es die Entwicklung der Organisation der Selbsterfahrung in interaktionellen Erfahrungen zum Zentrum seiner Therapietheorie und Entwicklungspsychologie machte. Ich gehe davon aus, dass die Berücksichtigung der Affektforschung im psychoanalytischen Diskurs auch zunehmend den Pioniergedanken von Carl Rogers, dass Selbsterfahrungen vor allem Bewertungen von Erfahrungen beinhalten, erhellen wird.

Literatur:

- Biermann-Ratjen, Eva-Maria / Eckert, Jochen / Schwartz, Hans-Joachim (1997), Gesprächspsychotherapie. 8. verb. Auflage, Stuttgart (Kohlhammer)
- Fonagy, Peter / Target, Margret (1997), Attachment and reflective function: Their role in self-organization, in: Development and Psychopathology 9, 679–700
- Frischenschlager, Oskar (1999), Präsymbolische Ebenen des psychoanalytischen Diskurses, in: Bartosch, Erwin / Hinterhofer, Herwig / Pellegrini, Elisabeth (Hg.), Aspekte einer neuen Psychoanalyse: Ein selbstpsychologischer Austausch, Wien–New York (Verlag Neue Psychoanalyse Wien) 37–52
- Rogers, Carl R. (1959), A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework, in: Koch, Sigmund (Ed.), Psychology: A study of a science. Vol. 3, 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
- Stern, Daniel N. (1992), Die Lebenserfahrung des Säuglings, Stuttgart (Klett-Cotta); Orig.: The interpersonal world of the infant, New York (Basic Books) 1985
- Swildens, Hans (1991) Prozeßorientierte Gesprächspsychotherapie, Köln (GwG)

Autorin:

Biermann-Ratjen, Eva-Maria, 1939, Dipl.Psych., Klinische Psychologin, bis 1999 Dozentin an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universität Hamburg, Klientenzentrierte Psychotherapeutin, Ausbilderin für Gesprächspsychotherapie in der „Gesellschaft für wissenschaftliche Gesprächspsychotherapie (GwG)“.

Korrespondenzadresse:

*Dipl.Psych. Eva-Maria Biermann-Ratjen
Loehrsweg 1
D - 20249 Hamburg*

Diether Höger

Rogers und die Bindungstheorie

Das „Markenzeichen“ von Carl Rogers ist, dass er konsequent zwei Prinzipien miteinander verbunden hat. Erstens lag der Ausgangspunkt wie auch Endpunkt seiner theoretischen Arbeit stets bei den Phänomenen selbst, dem *konkreten* Geschehen, vor allem in zwischenmenschlichen Beziehungen, zunächst speziell denen in der Psychotherapie, später ganz allgemein. Zum anderen war er, wenn auch kritisch, stets offen für die Methoden und Ergebnisse der etablierten akademischen Psychologie, die er – was speziell die empirische Psychotherapieforschung betrifft – sogar bahnbrechend weiterentwickelt hat. Ersteres unterscheidet ihn von den Wegbereitern¹ der Verhaltenstherapie, die von den kontrollierten und damit artifiziellen Bedingungen des psychologischen Experiments ausgingen, die sie sekundär auf die therapeutische Praxis zu übertragen versuchten. Mit dem anderen wich er deutlich von den Begründern der Psychoanalyse ab, deren Einstellung gegenüber der akademischen Psychologie zumindest als distanziert bezeichnet werden kann – was für die akademische Psychologie bezüglich Psychoanalyse bekanntlich umgekehrt ebenso galt.

Die Gründe sollen uns hier nicht weiter interessieren, wohl aber die Konsequenzen, denn diese wissenschaftliche Grundhaltung Rogers' sollte sich als überaus fruchtbar erweisen. Seine strikte wissenschaftlich-methodische Disziplinierung war und ist geeignet, den Klientenzentrierten Ansatz vor dem Abgleiten in unkontrollierte Intuition oder Spekulationen zu bewahren. Sie hat Rogers (und mit ihm dem Klientenzentrierten Ansatz) seinerzeit hohes Ansehen in der akademischen Psychologie verschafft. So hat ihn die American Psychological Association (APA) für die Amtsperiode 1944/45 zu ihrem Präsidenten gewählt, nachdem er seit 1941 Vorsitzender deren Sektion für Klinische Psychologie gewesen war. Darüber hinaus haben sich viele seiner theoretischen Vorstellungen als zukunftsweisend bewährt.

Seit der verbindlichen Formulierung des Klientenzentrierten Konzepts (Rogers 1957; 1959/1987) sind inzwischen gut 40 Jahre vergangen. Seither finden sich wiederholt wesentliche Aussagen des Klientenzentrierten Konzepts in der psychologischen Grundlagenforschung wieder, sei es, dass sie dort aufgegriffen und weiterentwickelt wurden, sei es, dass mehr oder weniger unabhängig von Rogers' Vorstellungen entwickelt und Ergebnisse erzielt wurden, die den seinen entweder ähnlich sind oder sie ergänzen. Wir können damit wesentliche Teile des Klientenzentrierten Konzepts besser

verstehen, sie präziser fassen und in einem weiteren Zusammenhang sehen. Insbesondere hat sich in dieser Hinsicht die Bindungstheorie (Bowlby 1969; 1988; Bischof 1985; Parkes/Stevenson-Hinde 1982) als fruchtbar erwiesen. Ihr Ausgangspunkt waren zunächst entwicklungspsychologische Fragestellungen (vgl. Ainsworth/Blehar/Waters/Wall 1978; Bretherton/Waters 1985; Grossmann/Grossmann/Huber/Wartner 1981). Von der Klinischen Psychologie wurde die Bedeutung der Bindungstheorie erst später erkannt (vgl. Schmidt/Strauß 1996; Strauß/Schmidt 1997).

Als repräsentatives Beispiel mag die theoretische Erklärung der Wirkungsweise der Klientenzentrierten Psychotherapie gelten, die Rogers schon recht früh formuliert hat, indem er die folgende Überlegung anstellte: „In der emotionalen Wärme der Beziehung mit dem Therapeuten erfährt der Klient ein Gefühl der Sicherheit, wenn er merkt, daß jede von ihm ausgedrückte Einstellung fast auf die gleiche Weise verstanden wird, wie er sie wahrnimmt, und gleichzeitig akzeptiert wird“ (Rogers 1951/1973, 52). Er sei dann imstande, Aspekte eigener vager Gefühle und seines für ihn fremdartigen Verhaltens näher zu erforschen und dabei erstmals deren bedrohlichen Sinn wahrzunehmen und zu verstehen. Zwar seien diese Wahrnehmungen für sich allein angsterzeugend und insofern noch nicht therapeutisch. Jedoch führe das gleichbleibend akzeptierende Verstehen dieser fremden und widersprüchlichen Aspekte durch den Therapeuten dazu, dass der Klient sich selbst gegenüber allmählich die gleiche Einstellung entwickle, wie er sie von seinem Therapeuten erfahre. Anders gesagt: Die bedrohungsfreie Haltung des Therapeuten gewährt Sicherheit, die sich der Klient aufgrund ihrer Konstanz und Zuverlässigkeit allmählich selbst gewähren kann. Sie befähigt ihn – auch unabhängig vom Therapeuten – zur Exploration der ihm fremden und daher ängstigenden Aspekte seines Verhaltens und Erlebens.

Die Ergebnisse und Modellvorstellungen der Bindungstheorie bestätigen diese Überlegungen, präzisieren sie aber auch: Ein Klient, der sich in Psychotherapie begibt, tut dies, weil er sich vor einem existenziellen Problem sieht, dem er sich alleine nicht gewachsen fühlt. Er befindet sich in einem Zustand von Kummer und Not, nach der Bindungstheorie in einer bindungsrelevanten Situation, in der sein Bindungssystem aktiviert, er selber verunsichert und geängstigt ist. Das Ziel dieses aktivierten Bindungssystems ist es, in Gegenwart einer vertrauten Person, mit der eine Bindungsbeziehung besteht und die sich ihm zuwendet, eine „sichere Basis“ (Bowlby 1988) zu finden. Ist dieses Ziel erreicht und befindet sich der Klient in einem Zustand hinreichender Sicherheit, wird das zum Bindungssystem komplementäre, im Zustand der Unsicherheit und

1 Der leichteren Lesbarkeit halber wird hier die männliche Form gewählt, mit der stets beide Geschlechter gemeint sind.

Ängstlichkeit jedoch blockierte Verhaltenssystem „Exploration“ aktivierbar. Das ihm zugeordnete Erkundungsverhalten wird vorzugsweise durch Bedingungen ausgelöst, die neu und/oder komplex und somit potenziell ängstigend sind. In Bezug auf das Neue, Unbekannte besteht also eine Polarität zwischen dem der Angst entspringenden Vermeidungsverhalten einerseits und dem der Neugier zugehörigen Erkundungsverhalten andererseits (Bischof 1985).

Auf die therapeutische Situation bezogen bedeutet dies, dass der Psychotherapeut zwar prädestiniert ist, für den Klienten die Qualität einer Bindungsperson zu erlangen, sofern dieser ihn – bezogen auf seine Problematik – als kompetenter und damit als Quelle von Sicherheit erlebt. Gleichzeitig aber ist er für den Klienten in der Regel zunächst fremd und damit gleichzeitig bedrohlich. Entsprechend bezeichnet es Bowlby (1988) als die erste Aufgabe des Therapeuten, eine solche sichere Basis zu schaffen. Wenn dies gelingt und der Klient sich im Zustand der Sicherheit befindet, ist er nicht nur fähig, sondern auch neugierig und bestrebt, sich solchen Erfahrungen zuzuwenden und sie zu erkunden, die für ihn bisher unbekannt und ängstigend waren. Die auf diesem Wege gewonnene Erweiterung des Zugangs zum eigenen Erleben (im Klientenzentrierten Konzept als erhöhte Kongruenz bezeichnet) wird vom Klienten als Veränderung erlebt und erhöht seine Kompetenz zur Bewältigung von Problemsituationen. Die Ergebnisse einer empirischen Studie von Höger/Wissemann (1999) sprechen für die Stichthaltigkeit einer solchen Erklärung: Bei gesprächspsychotherapeutisch behandelten Klientinnen und Klienten (n=54) zeigte sich für die ersten fünf Sitzungen ebenso wie für die folgenden Sitzungen sechs bis fünfzehn der erwartete spezifische enge Zusammenhang zwischen den Skalen „Zurechtkommen mit dem Therapeuten/der Therapeutin“, „Erleben persönlicher Sicherheit und Zuversicht“ und „Veränderungserleben“ des Bielefelder Klienten-Erfahrungsbogens BIKEB (Höger/Eckert 1997).

Die Bindungstheorie bestätigt also prinzipiell die Überlegungen von Rogers zur Wirkungsweise Klientenzentrierter Psychotherapie und liefert eine Basis für die Verfeinerung unseres Verständnisses der Abläufe im psychotherapeutischen Prozess. Über den Weg, auf dem der Therapeut die Bedingungen für das Entstehen einer „sicheren Basis“ schaffen kann, finden sich bei Rogers (1957; 1959/1987) allerdings genauere Angaben als bei Bowlby (1988), wenn er die Qualität der Zuwendung des Therapeuten als von bedingungsfreier Akzeptanz begleitetes empathisches Verstehen beschrieb – sofern es vom Klienten auch in dieser Weise wahrgenommen wird.

Bekanntlich hat Rogers (1959/1987) die Bedingungen für konstruktive Veränderungen nicht nur auf die Psychotherapie bezogen, sondern auch auf zwischenmenschliche Beziehungen allgemein. Insbesondere hat er die Bedeutung des empathischen Verstanden- und zugleich bedingungsfrei Akzeptiertwerdens durch bedeutsame Andere (in der Regel die Eltern) für die verzerrungsfreie Symbolisierung von Erfahrungen in der kindlichen Entwicklung betont. Sie bildet die Basis für die Kongruenz zwischen Selbst und Erfahrung,

die ihrerseits eine Voraussetzung für eine optimale Funktionsfähigkeit der Person ist. Was Rogers retrospektiv aus Gesprächen mit Klienten erschlossen hat, ist von der Bindungstheorie nicht nur in prospektiven Studien bestätigt, sondern auch auf eine überaus umfangreiche empirische Basis gestellt worden. Die Ergebnisse lassen sich wie folgt zusammenfassen: Vor allem bei Babys und Kleinkindern führen die Interaktionserfahrungen mit den Bindungspersonen je nach deren Feinfühligkeit zu unterschiedlichen inneren Repräsentationen der Beziehungserfahrungen, die ihrerseits entscheidend für die emotionale Entwicklung und die Gestaltung zwischenmenschlicher Beziehungen sind (Grossmann/Grossmann 1993; 1994; Magai 1995; Magai/Distel/Liker 1995; Main/Kaplan/Cassidy 1985).

Rogers zog eine Parallele zwischen der therapeutischen Situation und der Interaktion zwischen dem Kind und seinen Bezugspersonen. Sie lässt sich, ausgehend von der Bindungstheorie, auch umgekehrt ziehen, nämlich von der feinfühligsten Bindungsperson des Kindes hin zum Sicherheit gewährenden Therapeuten. Ainsworth/Bell/Stayton (1974) verstehen unter der Feinfühligkeit von Müttern deren Fähigkeit und Bereitschaft, die Signale ihrer Kinder (1) wahrzunehmen, (2) richtig zu interpretieren, sowie darauf (3) prompt und (4) angemessen, d. h. für das Kind befriedigend, zu reagieren. Nach der Definition von Rogers (1959/1987) erfährt der empathische Therapeut die innere Welt des Klienten samt deren Bezugsrahmen, als ob sie seine eigene wäre, jedoch ohne dieses „als ob“ zu verlieren, und er bemüht sich, diese Erfahrung dem Klienten gegenüber zum Ausdruck zu bringen. Diese Gegenüberstellung der Begriffsbestimmungen zeigt, dass hier aus unterschiedlichen Perspektiven offensichtlich ein und derselbe Sachverhalt beschrieben wird. Ein solcher Perspektivenwechsel kann geeignet sein, die Aufmerksamkeit explizit auf Aspekte der Empathie des Therapeuten zu lenken, die in der Definition von Rogers implizit enthalten sind, direkt angesprochen aber unser Verständnis erweitern können.

Nach den näheren Ausführungen bei Ainsworth et al. (1974) richtet sich die Feinfühligkeit vor allem auf die nicht-verbale Signale. Bei Babys und Kleinkindern liegt dies nahe, sollte aber nicht auf sie beschränkt bleiben. Auch wer Erwachsene empathisch verstehen will, profitiert von einer höheren Wahrnehmungsfähigkeit für subtile nonverbale Signale. Er verfügt dann nicht nur über eine breitere Informationsbasis für das Nachvollziehen der inneren Welt des Anderen, sondern ist darüber hinaus auch in der Lage, schon frühzeitig auf sich andeutende innere Prozesse aufmerksam zu werden, bevor sie in deutlicheren (dann auch evtl. verbalen) Äußerungen des Klienten manifest werden. Nicht nur in der Ausbildung wird es für Psychotherapeuten zweckmäßig sein, deren Sensibilität speziell für solche Signale ausdrücklich zu schulen.

Bezüglich Punkt zwei, der richtigen Interpretation der Signale, sind die Perspektiven der Bindungstheorie und des Klientenzentrierten Konzepts weitgehend identisch, und Punkt drei repräsentiert den bekannten Aspekt des „Hier und Jetzt“. Hingegen lenkt der vierte Punkt die Aufmerksamkeit auf das angemessene empathische

Handeln. Nach der klientenzentrierten Definition bringt dabei der Therapeut das von ihm Verstandene dem Klienten gegenüber zum Ausdruck. Traditionellerweise tut er dies, indem er die in den Äußerungen des Klienten erkennbaren Gefühle verbalisiert. Im Hinblick auf die genaue Symbolisierung der Erfahrungen des Klienten ist das ein angemessenes Verfahren. Insbesondere am Anfang einer Therapie mag es jedoch nicht immer ausreichen, um die empathisch-wertschätzende Qualität des Therapeutenverhaltens für den Klienten auch wahrnehmbar zu machen und ihm die benötigte „sichere Basis“ zu vermitteln. Es gilt vielmehr, im therapeutischen Handeln zu berücksichtigen, was der Klient gerade braucht und welche Handlungsweisen speziell für ihn geeignet sind, damit er sich in der Beziehung zum Therapeuten sicher und frei von Bedrohung fühlen kann. So geht es u.a. darum, wie es dem Klienten in dieser für ihn neuartigen Situation geht, welche Befürchtungen er hat, welche Hoffnungen, wie er mit dem therapeutischen Setting zurechtkommt, welche Erwartungen des Therapeuten er an sich gestellt sieht. Schlichte Informationen oder Zuspruch kann hier u. U. mehr an Bedrohung nehmen und Sicherheit vermitteln als das Verbalisieren der damit verbundenen Gefühle. Eine weitere wichtige Frage ist, inwieweit es für einen Klienten eine Bedrohung darstellt, wenn er auf seine Gefühle angesprochen wird. Reisch (1997) hat in einer Falldarstellung überzeugend gezeigt, wie bei einem Klienten, der jede Psychotherapie zunächst weit von sich gewiesen hatte, ein therapeutischer Prozess in Gang gesetzt werden konnte. Sie hatte den selbstständigen Unternehmer empathisch-wertschätzend ernst genommen und ihm anstatt einer Psychotherapie das angeboten, was er als sinnvoll ansehen konnte: Beratungs- und Informationsgespräche im Rahmen von „Einzel-Management-Coaching-Sitzungen“, bei denen gemeinsam geklärt werden sollte, inwieweit Psychotherapie in seinem Falle überhaupt angebracht sei. Dies gab ihm den Rahmen für seine „sichere Basis“, in der er zunehmend sein Leben und Erleben explorieren und von da auch zu tiefgreifenden Veränderungen kommen konnte.

Ich hoffe, dass ich mit diesen Beispielen zumindest ansatzweise zeigen konnte, wie Rogers als Wissenschaftler auf einem guten Weg war, um sich mit seinen theoretischen Konzepten noch Jahrzehnte lang und weit über seinen Tod hinaus organisch in eine umfassende und zugleich lebensnahe psychologische Forschungsrichtung einzubinden. Indem sein Konzept für Modifikationen und Präzisierungen durch Anregungen von außen offen bleibt, behält es eine überraschende Aktualität und Lebendigkeit. Rogers hat die Flexibilität Freuds sehr bewundert, der seine Theorien ständig aufgrund neuer Aspekte der Realität modifizierte, und er bedauerte, dass in den Händen unsicherer Jünger aus diesen feingesponnenen Fäden eiserner Ketten eines Dogmas geworden seien. „I feel that every formulation of a theory contains this same risk and that, at the time a theory is constructed, some precautions should be taken to prevent it from becoming dogma“ (Rogers 1959, 191). Ich meine, er hat das Seine dazu getan, um diesem Anspruch gerecht zu werden.

Literatur

- Ainsworth, Mary D.S./Bell, Silvia M./Stayton, Donelda J. (1974), Infant-mother attachment and social development: „socialisation“ as a product of reciprocal responsiveness to signals, in: Richards, Martin P.M. (Ed.), *The integration of a child into a social world*, London (Cambridge University Press) 99–135
- Ainsworth, Mary D.S./Blehar, Mary C./Waters, Everett/Wall, Sally (1978), *Patterns of attachment. A psychological study of the strange situation*, Hillsdale, N.J. (Erlbaum)
- Bischof, Norbert (1985), *Das Rätsel Ödipus. Die biologischen Wurzeln des Urkonfliktes von Intimität und Autonomie*, München (Piper)
- Bowlby, John (1969), *Attachment and loss, Vol. 1: Attachment*, New York (Basic Books); dt.: *Bindung*, München (Kindler) 1975
- Bowlby, John (1988), *A secure base. Clinical applications of attachment theory*, London (Routledge)
- Bretherton, Inge/Waters, Everett (Eds.) (1985), *Growing points of attachment theory and research*, in: *Monographs of the Society for Research in Child Development* 50
- Grossmann, Klaus E./Grossmann, Karin (1993), *Emotional organization and concentration on reality from an attachment theory perspective*, in: *International Journal of Educational Research* 19, 541–554
- Grossmann, Klaus E./Grossmann, Karin (1994), *Bindungstheoretische Grundlagen psychologisch sicherer und unsicherer Entwicklung*, in: *GwG-Zeitschrift* 96, 26–41
- Grossmann, Klaus E./Grossmann, Karin/Huber, Franz/Wartner, Ulrike (1981), *German children's behavior towards their mothers at 18 months and their fathers at 18 months in Ainsworth Strange Situation*, in: *International Journal of Behavioral Development* 4, 157–181
- Höger, Diether/Eckert, Jochen (1997), *Der Bielefelder Klienten-Erfahrungsbogen (BIKEB). Ein Verfahren zur Erfassung von Aspekten des „Post-Session Outcome“ bei Psychotherapien*, in: *Zeitschrift für Klinische Psychologie* 26, 129–137
- Höger, Diether/Wissemann, Natalie (1999), *Zur Wirkungsweise des Faktors „Beziehung“ in der Gesprächspsychotherapie. Eine empirische Studie*, in: *Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie* 47, 374–385
- Magai, Carol (1995), *Bindung, Emotionen und Persönlichkeitsentwicklung*, in: Spangler, Gottfried/Zimmermann, Peter (Hg.), *Die Bindungstheorie: Grundlagen, Forschung und Anwendung*, Stuttgart (Klett-Cotta) 140–148
- Magai, Carol/Distel, Nancy/Liker, Renee (1995), *Emotion socialisation, attachment, and Patterns of adult emotional trait*, in: *Cognition and Emotion* 9, 461–481
- Main, Mary/Kaplan, Nancy/Cassidy, Jude (1985), *Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation*, in: Bretherton, Inge/Waters, Everett (Eds.), *Growing points of attachment theory and research*, *Monographs of the Society for Research in Child Development* 50, 66–106
- Parkes, Colin M./Stevenson-Hinde, Joan (Eds.) (1982), *The place of attachment in human behavior*, New York (Basic Books)
- Reisch, Elisabeth (1997), *Somatisierungsstörung*, in: Eckert, Jochen/Höger, Diether/Linster, Hans W. (Hg.), *Praxis der Gesprächspsychotherapie: Störungsbezogene Falldarstellungen*, Stuttgart (Kohlhammer) 118–130
- Rogers, Carl R. (1957), *The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change*, in: *Journal of Consulting Psychology* 21, 2, 95–103; dt.: *Die notwendigen und hinreichenden Bedingungen für Persönlichkeitsentwicklung durch Psychotherapie*, in: Rogers, Carl R./Schmid, Peter F., *Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis*, Mainz (Matthias-Grünwald) 1991, 165–184

- Rogers, Carl R. (1959), A theory of therapy, personality and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework, in: Koch, Sigmund (Ed.), *Psychology: A study of a science*, Vol. 3, New York (McGraw-Hill) 184–254; dt.: Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen. Entwickelt im Rahmen des klientenzentrierten Ansatzes, Köln (GwG) 1987
- Rogers, Carl R. (1973), Die klient-bezogene Gesprächstherapie, München (Kindler); orig.: *Client-centered therapy*, Boston (Houghton Mifflin) 1951
- Schmidt, Silke/Strauß, Bernhard (1996), Die Bindungstheorie und ihre Relevanz für die Psychotherapie. Teil 1. Grundlagen und Methoden der Bindungsforschung, in: *Psychotherapeut* 41, 139–150
- Strauß, Bernhard/Schmidt, Silke (1997), Die Bindungstheorie und ihre Relevanz für die Psychotherapie. Teil 2. Mögliche Implikationen der Bindungstheorie für die Psychotherapie und Psychosomatik, in: *Psychotherapeut* 42, 1–16

Autor:

Diether Höger, 1936, Dr., Univ.-Prof. (em.) für Psychologie an der Universität Bielefeld, geboren 1936 in Mähren, 1957 bis 1962 Psychologie-Studium in Freiburg i. Br., danach Erziehungsberater am Institut für ärztlich-pädagogische Jugendhilfe der Universität Marburg/Lahn. Wissenschaftlicher Assistent (ab 1969 Universitätsdozent) an der Universität Freiburg i. Br., 1971 o. Professor an der Pädagogischen Hochschule Westfalen-Lippe. Seit 1980 an der Fakultät für Psychologie und Sportwissenschaft der Universität Bielefeld. Ausbildung und Qualifikation als Ausbilder in Gesprächspsychotherapie. Schwerpunkte: Psychotherapieforschung (insbesondere therapeutische Beziehung) und Bindungstheorie.

Korrespondenzadresse:

*Univ.-Prof. Dr. Dipl.-Psych. Diether Höger
Barlachstraße 36
D-33613 Bielefeld*

Michael Gutberlet

Friedensarbeit im Sinne von Carl Rogers beginnt in der Person. Jetzt.

*„Ob es uns gelingt, den Frieden in der Welt zu sichern oder nicht – wir haben dafür zu arbeiten.“
XIV. Dalai Lama (1988)*

*“It’s never too late to talk.
It is never too late to try to understand the person with whom I differ, the person whom I dislike, the person against whom I feel prejudice. It is never too late for me to gain understanding for that person.”
Carl Rogers (1986)*

Vor 25 Jahren schrieb Carl Rogers: „An der Spitze der Weltprobleme, die darüber entscheiden werden, ob uns eine Zukunft beschert sein wird, rangieren die alten und neuen Konflikte, welche die Kulturen, Ideologien, Religionen und Nationen entzweien“. Im Rahmen einer Aufzählung dieser Konflikte heißt es: „Blicken wir über unsere Grenzen hinaus, so begegnen wir Terroristengruppen, die die Welt durchschweiften und Gewalttaten gegen völlig Unschuldige begehen.“ (Rogers 1977/1978, 133f).

Mit dem 11. September 2001 hat der Terror den Weg auch über diese Grenzen gefunden und Gewalt in ungeahntem Ausmaß und

extremer Brutalität ausgeübt. Der theoretische und praktische Zugang des Personzentrierten Ansatzes (PCA) zum Thema Konflikt und Terror, Begegnung und Frieden, ist aktueller denn je.

Im folgenden Artikel wird zunächst der Beitrag von Carl Rogers zur Friedensarbeit skizziert. Anschließend wird anhand der Persönlichkeitstheorie des PCA eine Möglichkeit herausgearbeitet, wie die einzelne Person *im Alltag* an einem friedlicheren Zusammenleben mitwirken kann.

**Rogers’ Beitrag zum Frieden:
Encounter als Weg aus Unterdrückung und Gewalt**

Nach rund 30 Jahren Entwicklung des PCA durch Praxis, Forschung und Theorie hat Rogers sein Konzept auch auf eines der schwierigsten Anwendungsfelder übertragen – auf die Arbeit mit Menschengruppen, deren Zusammenleben aus konfessionellen, ideologischen, sozialen, wirtschaftlichen, kulturellen oder Gründen der Hautfarbe von Konflikt, Feindschaft, Hass geprägt war.

Er hat dazu das person- und gruppencentrierte Vorgehen des Encounters (und damit implizit auch das Vorgehen in Einzeltherapie und -beratung) auf die Arbeit mit den verfeindeten Gruppen übertragen: Die FacilitatorInnen (GruppenleiterInnen) bemühen sich

gegenüber jedem Individuum in der Gruppe um eine personenzentrierte Haltung. Sie versuchen also, offen zu sein für alle Mitteilungen und Botschaften, sie nehmen sie ernst, ohne sie einordnend zu bewerten. Sie versuchen zu verstehen und kommunizieren das Verständene. Sie haben für die Gruppe kein Ziel formuliert und folglich auch keinen Weg dorthin definiert. Daher greifen sie nicht lenkend und auf eine bestimmte Lösung hinstuernd ein. Aus ihrer Erfahrung mit sich selbst und mit Encountergruppen heraus vertrauen sie auf die Kraft und die Potenziale der Person und der Gruppe als Ganzer, sich in einem solchen personenzentrierten Klima so weit und so konstruktiv zu verändern, wie es die jeweilige Situation zulässt.

Die Prozesse, die in einer solchen Gruppe ablaufen, und ihre Wirkungen hat Rogers vielfach dokumentiert und kommentiert. Einige Beispiele für solche Gruppen:

- Encounter mit GruppenteilnehmerInnen, für die das Thema Drogen aus unterschiedlichen Gründen hochbrisant war: Abhängige, Angehörige, Fachleute, Administratoren (Rogers 1971 [Video]).
- Encounter in Dublin, Nordirland: mit Protestanten und Katholiken, militanten und gemäßigten, unterschiedlichen Alters und Geschlechts. (Rogers 1973 [Video]; Rogers 1977/1985, 149 ff).
- Encounter mit heftig zerstrittenen „Produzenten“ und „Konsumenten“ im amerikanischen Gesundheitssystem: ÄrztInnen, Pflegepersonal, Versicherungspersonal und Menschen aus städtischen Slums und aus der unterprivilegierten Landbevölkerung (Rogers 1977/1985, 128ff).
- Encounter mit Schwarzen und Weißen in Südafrika, für die die emotionale und persönliche Bedeutung der Apartheid zum Hauptthema wurde. (Rogers 1986, Video-Interview).

Die Ergebnisse beschreibt Rogers als durchwegs positiv. In allen Gruppen veränderte sich die anfängliche Atmosphäre von Vorurteilen, Bitterkeit, Wut, Hass und Angst zu wachsender Bereitschaft, die Gegenseite überhaupt zu hören, ihre äußere und innere Situation besser zu verstehen und sie zu respektieren – und dabei zunehmend zu erkennen, dass die eigene Position und Haltung eben die eigene, individuelle und eine unter vielen möglichen ist, aber nicht *die* richtige und allgemeingültige.

Diese Begegnungen hatten für die Teilnehmenden oft eine über das Encounter weit hinausgehende, nachhaltige Wirkung: Es fanden private Treffen statt, Vorträge über das Erlebte wurden gehalten, konkrete Projekte zur Veränderung von unterdrückenden, ungerechten Strukturen im Umfeld der Gruppenmitglieder wurden durchgeführt.

Die sich aufdrängende Frage, ob denn solche punktuelle Arbeit mit zehn oder einigen hundert Personen eine Breitenwirkung haben kann, beantwortet Rogers mit dem Hinweis, dass die durchgeführten Workshops die Grundsituation in den betreffenden Ländern selbstverständlich nicht verändert haben. Er ist jedoch überzeugt, dass Encounters, die regelmäßig und in jedem Stadtviertel von Krisengebieten stattfinden würden, eine starke, weitreichende

Wirkung haben. Dies sei in dem Moment möglich, wo eine Gesellschaft beginnt, Gewaltlosigkeit und Frieden so hoch zu werten, dass sie die notwendigen Gelder und Infrastrukturen für diese Arbeit zur Verfügung stellt.

Die Grenzen der Möglichkeiten des Encounters liegen für Rogers in der Natur der Sache: Es kann nur dort wirken, wo Menschen noch bereit sind, miteinander zu reden und sich auf einen mehrtägigen gemeinsamen Prozess einzulassen.

Rogers hat in beeindruckender Weise gezeigt und dokumentiert, wie massive und gefährliche Konflikte zwischen Bevölkerungsgruppen mit Hilfe erfahrener FacilitatorInnen reduziert werden können.

Angesichts der grauenvollen Terroranschläge mit ihren vielfältigen Ursachen wird freilich die Frage aktualisiert, was denn der einzelne Mensch dazu beitragen kann, einen Friedensprozess zu fördern und welche Hilfen der PCA dazu bietet.

Die Antwort auf diese Frage hat Rogers *implizit* gegeben in den zahlreichen Beschreibungen der personenzentrierten Haltung und in der Persönlichkeitstheorie (Rogers 1959/1987). Doch eine umfassende Auseinandersetzung mit diesem Thema hat er nach meiner Kenntnis nicht publiziert. (Es wäre vermutlich sehr interessant, den Gründen dafür nachzugehen – leider würde das hier zu weit führen.)

Im Folgenden soll versucht werden, eine mögliche Antwort herauszuarbeiten.

Bemühen um Kongruenz:

Start, Station und Ziel auf dem Weg zu innerem und äußerem Frieden

Friedensarbeit im Sinne des PCA beginnt nicht mit den oben beschriebenen, hochkomplexen, hochanspruchsvollen Arbeiten mit verfeindeten Gruppen. Sie beginnt weit vorher: bei der fortlaufenden Arbeit an einem friedlichen Umgang mit sich selbst und mit den Menschen im Umfeld.

Gerade die nun vehement und mit viel Engagement und Sorge geführte Diskussion um die Ursachen von und Maßnahmen gegen Terrorismus ist Übungsfeld und Prüfstand zugleich für die Bereitschaft und Fähigkeit, tatsächlich personenzentriert mit sich selbst und anderen umzugehen und diesen kleinen, aber grundlegenden, individuellen und kollektiven Beitrag zum Frieden zu leisten.

Im Folgenden soll das Gemeinte in der Sprache des Persönlichkeitsmodells des PCA (Rogers 1959/1987) genauer formuliert werden. Der Begriff „*Kongruenz*“¹ wird in den Mittelpunkt gestellt, weil in meinem Verständnis das Bemühen um Kongruenz das Fundament der gelebten personenzentrierten Haltung darstellt, ohne das Empathie und Wertschätzung nicht aufgebaut werden können.

1 Die kursiv und in Anführungszeichen gesetzten Worte bezeichnen Konstrukte aus dem Persönlichkeitsmodell von Rogers (1959/1987, 20–39). Die Heraushebung erfolgt nur bei der ersten Nennung.

Arbeit für den Frieden im Sinne des PCA wird nicht nachhaltig wirken, wenn sie sich darauf beschränkt, Konzepte (als Teil des „Selbstkonzepts“) darüber zu entwickeln und praktisch umzusetzen, wie man und frau sein und handeln sollte und was nun passieren müsste angesichts dieser schweren Bedrohung einer friedlicheren Entwicklung der Menschenwelt:

- Friedensarbeit im Sinne des PCA beginnt beim eigenen „Erleben/Erfahren“.
- Beim eigenen Erleben beginnen heißt, sich um „Kongruenz“ zu bemühen.
- Sich um Kongruenz bemühen heißt, „Offenheit für Erfahrung“ anzustreben.

„Offenheit für Erfahrung“ ... „meint, dass jeder Reiz, gleichgültig ob innerhalb oder außerhalb des Organismus entstanden, sich frei im Nervensystem bewegt, ohne durch irgendeinen Abwehrvorgang gestört oder verändert zu werden.“ (Rogers 1959/1987, 32). Reize, die sich frei im Nervensystem bewegen, können im „Bewusstsein“ (Gewahrsein) „exakt symbolisiert“ werden.

Kongruent-Sein heißt in diesen Tagen und Wochen nach dem Massenmord in den USA also, für alle Kognitionen und Emotionen, alle Sinneswahrnehmungen, Körperempfindungen und inneren Bilder offen zu sein, die im Organismus zu diesen Ereignissen, ihren Folgen und Ursachen ankommen oder auftauchen – sie zum Bewusstsein zuzulassen, so wie sie sind. Und das heißt auch: möglichst keine diese Erfahrungen „abzuwehren“ durch Selbstkonzepte, die das (vollständige) Bewusstwerden verhindern. Um Missverständnissen vorzubeugen sei daran erinnert, dass dieser Umgang mit der inneren Erfahrung nicht abschließend erlernt und beherrscht werden kann wie eine Fremdsprache oder ein Computerprogramm, sondern als nie endendes, nie erfolgreich abzuschließendes Üben und Bemühen zu verstehen ist. Um kongruenter zu werden, müssen wir uns auf die *fully functioning person* (Rogers 1959/1987, 59f) hinbewegen, aber wir müssen es in dem Wissen tun, dass wir sie nie erreichen werden.

Bemühen um Kongruenz beinhaltet also den innerpsychischen Versuch, einer Erfahrung, ob sie nur undeutlich auftaucht oder sehr heftig anklopft, Raum zu geben im Bewusstsein und ihr Zeit zu lassen, sich in der vorhandenen Intensität, Tiefe und Qualität im Gewahrsein zu symbolisieren. Es bedeutet andererseits darauf zu verzichten, das vollständige Bewusstwerden der Erfahrung zu verhindern, indem man festgefügte politische, konfessionelle, ideologische, wirtschaftliche oder sonstige Konzepte das Bewusstsein ganz und permanent besetzen lässt.

Und das gilt auch und ganz besonders dann, wenn *gegensätzliche* Erfahrungen ins Gewahrsein kommen. Sie müssen sich neben- oder hintereinander präzise symbolisieren können, auch wenn sie einander widersprechen.

Beispiele: Wenn der arabisch aussehende, kühl blickende Mitpassagier im Tram das Stichwort „Sleeper“ auslöst und mit ihm etwa

Angst und Wut und Rachegefühle, dann muss diese Erfahrung das „Recht“ haben, im Bewusstsein zu sein, so wie sie ist. Und das gleiche „Recht“ muss auch das Erleben haben, das von Sorge und Mitgefühl für diesen Menschen einer anderen Religion und Kultur geprägt ist, der sich in einem westlich-zivilisierten Land jetzt vielleicht besonders bedroht fühlt durch Misstrauen, Racheakte, Ausgrenzung. Aber keine der beiden widersprüchlichen Erfahrungen hat die „Pflicht“, im Bewusstsein aufzutauchen.

Und es bedeutet Bemühen um Kongruenz, anlässlich von Reden des George W. Bush bei manchen Begriffen und Bildern, die der derzeit mächtigste Mann der Welt gebraucht, Erschrecken, Angst und Empörung zu erfahren, weil die Aussagen gefährlich, töricht, unreif erscheinen; und daneben ebenso zuzulassen, wenn sich aufgrund anderer Aussagen das erleichterte Gefühl eines „Alles-wird-gut“ einstellt, weil der große, starke Bruder Amerika den Kampf gegen den immer grausameren Terrorismus aufgenommen hat.

Friedensarbeit im Sinne des PCA: anspruchsvoll, lebensnah, wirksam

Dieses Bemühen um das unverzerrte Symbolisieren auch von Widersprüchlichem, das Nebeneinander-Leben-Lassen ohne die rasche, fixierende Einordnung in gut oder schlecht, richtig oder falsch: das ist harte Seelenarbeit für das Individuum, für die der Begriff „innere Friedensarbeit“ mir passend erscheint. Denn es geht ja darum, einander „befehlende“ Anteile des gesamten Organismus zu befrieden und zu integrieren, anstatt die Spannung, die aus ihrer Polarität entsteht, zu unterdrücken.

Um an dieser Stelle das gängige Missverständnis eines gar zu heilen PCA-Menschenbildes nicht aufkommen zu lassen: das Zulassen-Können widersprüchlicher Erfahrungen bewahrt nicht vor dem Ringen um die eigene Meinung, nicht vor einer möglichen Qual einer Handlungsentscheidung und nicht vor Fehlern. Es wird hier nur gesagt: der Organismus, der *alle* Erfahrungen unverzerrt zum Bewusstsein kommen lassen kann, entscheidet und handelt letztlich realistischer, vernünftiger, menschlicher, sozialer als der, der die einen zulässt und die anderen „verleugnet“ oder „verzerrt“.

Dieses PCA-Konzept des Bemühens um den *inneren* Frieden kann unschwer auf die äußere Friedensarbeit übertragen werden – also auf die Auseinandersetzung mit Verwandten, FreundInnen, Bekannten oder KollegInnen um die beste Einschätzung der Ursachen des Terrorismus und seiner Eindämmung. Wann immer es gelingt, die Gefühle, Meinungen, Überzeugungen des Gesprächspartners unverzerrt ins Bewusstsein kommen zu lassen und die Person *mit* ihrer Sichtweise und Einstellung ernst zu nehmen und zu achten, auch wenn sie weit weg ist von der eigenen Position – dann ist ein Beitrag zum Frieden *jetzt* gelungen; zu dem Frieden, der *hier* und *jetzt* erlebt und erfahren werden kann, an dem im gegenwärtigen Augenblick weitergearbeitet werden kann. In dem Maße, in dem die Person den Weg und die Seelenarbeit hin zu solchen friedlichen

Konfliktlösungen integriert hat, kann sie sie weitergeben – sei es als LehrerIn, SupervisorIn, PsychotherapeutIn, PaartherapeutIn, OrganisationsberaterIn, oder als ChefIn, als PolitikerIn, als Elternteil, als LebenspartnerIn – oder auch als Mitglied einer Gruppe, die Friedensarbeit leisten will.

Gelegentlich wird die Auffassung vertreten, Friedensbemühungen dieser Art seien naiv, unrealistisch, zu sehr am Individuum orientiert. Mir scheint im Gegenteil, der einzelne Mensch handelt sehr realistisch und gesellschaftsbezogen, wenn er als Beitrag zum Frieden dort anfängt, wo er am ehesten etwas verändern kann: bei sich selbst – um dann das daraus gewonnene Mehr an Fähigkeit zur friedlichen Konfliktlösung in sein Zusammenleben und -arbeiten mit anderen Menschen einzubringen. Naiv ist m. E. die so handelnde Person nur dann, wenn sie sich nicht bewusst ist, dass ihr Wirken ein Tröpfchen auf dem heißen Felsklotz des Welt-Unfriedens ist. Wobei diese Bescheidenheit auch nicht übertrieben werden darf – nicht jeder bleibt ein Tröpfchen, manche/r kann Gießkanne werden.

Man stelle sich nur einmal vor, G. W. Bush hätte vor 25 Jahren an einigen interkulturellen Encounters bei Carl Rogers und MitarbeiterInnen teilgenommen. Er hätte also dort erfahren, was es bewirken kann, dem wirklich zuzuhören, was Menschen anderer Rasse, anderer Hautfarbe und Religion, was Unterdrückte, Benachteiligte, Radikale über sich als Person und ihr Lebensgefühl in ihrem jeweiligen Umfeld mitzuteilen haben. Und er hätte die Erfahrung gemacht, selbst als Person gehört und ernstgenommen zu werden mit *seinen* Bedürfnissen, Ängsten, Problemen, Lebenshaltungen, Überzeugungen. Die Vermutung scheint berechtigt, dass dieser Mann angesichts des Terrors, der sein Land und die Welt heute bedroht, nach solchen Encounter-Erfahrungen aus einer etwas anderen Haltung, aus etwas tieferem Verstehen heraus als Präsident reden und handeln würde. Und die Chancen stünden wohl besser, mit weniger Gewalt zu mehr Frieden zu kommen.

Im Bemühen um Kongruenz rückt freilich diese schöne Phantasie bald in den Hintergrund, auch die Hoffnung auf eine Änderung

von Bush oder Bin Laden bleibt nicht lange im Bewusstsein, sondern die Person macht in ihrem eigenen Friedensprozess den nächsten Schritt. Jetzt.

Literatur:

- Brück, Michael von (1988), *Denn wir sind Menschen voller Hoffnung. Gespräche mit dem XIV. Dalai Lama*, München (Kaiser)
- Rogers, Carl R. (1959a), *A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework*, in: Koch, Sigmund (Ed.), *Psychology. A study of a science*. Vol. III: *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, Carl R. (1971), *Because that's my way. An encounter group of drug users, non-users, and a narcotics agent*, Video (Lincoln) [aus der Videothek des Center for Studies of the Person und der SGGT]
- Rogers, Carl R. (1977), *On personal power. Inner strength and its revolutionary impact*, New York (Delacorte); dt.: *Die Kraft des Guten. Ein Appell zur Selbstverwirklichung*, München (Kindler) 1978 bzw. Frankfurt (Fischer) 1985
- Rogers, Carl R. (1986), *Is there another way? Carole Charlewood interview Carl Rogers, Süd-Afrika 1986* (Video aus der Videothek des Center for the Studies of the Person und der SGGT)

Autor:

Gutberlet, Michael, 1947, Dipl.-Psych, Psychotherapeut, Supervisor, Ausbilder für Personenzentrierte Psychotherapie und Beratung (SGGT); Dozent an Ausbildungsinstitutionen des Gesundheits- und Erziehungswesens; Selbstständig tätig seit 1974.

Korrespondenzadresse:

*Dipl. Psych. Michael Gutberlet
Birmensdorferstr. 285
CH-8055 Zürich*

Irene Fairhurst¹

Das Werk von Carl Rogers aus einer feministischen Perspektive

Als ich gebeten wurde, diesen Artikel zu schreiben, freute ich mich und dachte, dass das ein interessantes Projekt wäre. Aber je mehr ich darüber nachdachte, desto schwieriger kam es mir vor. Meine übliche Arbeitsweise ist, dass ich über das Thema eine Weile nachdenke, bis es fast „in meine Kopf geschrieben“ ist, dann die Literatur

dazu nachschau und schließlich den fast fertigen Artikel produziere. Einige Zeit kam ich nicht weiter als bis zum Zitat von Gertrude Stein, das Rogers (1977, XII) selbst verwendet: „Es ist nicht das, was Paris einem gibt, es ist das, was es einem nicht wegnimmt.“ Das kann man umschreiben als eine Definition des Personenzentrierten Ansatzes: „Es ist nicht das, dass dieser Ansatz einer Person Macht gibt; er nimmt sie ihr niemals“. Ein Konzept, das natürlich wunderbar in Einklang ist mit den Grundüberzeugungen des Feminismus

1 Übersetzung von Margarethe Letzel

zur Selbstermächtigung von Frauen. In der gleichen Veröffentlichung sagt Rogers: „Was die Bemühungen angeht, Bewusstsein zu steigern, wie auch in ihren politischen und gesetzlichen Aktivitäten ist die Frauenbefreiungsbewegung im Wesentlichen personenzentriert. Dort wo sie sich philosophisch von ihrer besten Seite zeigt, vermittelt sie ein tiefes Vertrauen in die Fähigkeit jeder einzelnen Frau, ein Leben ihrer Wahl zu führen, eine unabhängige und kreative Person zu werden, vorausgesetzt, die Gesellschaft schafft ein akzeptierendes Klima für Wachstum.“ (ebd., 45).

In ihrem Kapitel in Fairhurst (1999) sagt Lesley Rose: „Ich habe versucht, Freuds Art, eine Person zu sehen, mit der von Rogers zu vergleichen. Freud macht mich als Frau klein; Rogers, mit all seinen Werten, verschafft mir Geltung. Ich habe seine Arbeiten durchforscht, um Anmerkungen zu Frauen zu finden, das heißt, Anmerkungen, die Frauen als zweitklassig darstellen. Es sollte nach dem vorher Erwähnten niemanden verwundern, dass für Rogers Frauen nicht irgendeine separate Subspezies sind.“ (ebd., 183).

Wenn wir also die Interpretation des Wortes „Werk“ im Titel dieses Artikels auf die Theorie des Personenzentrierten Ansatzes beschränken wollten, könnten wir bereits hier aufhören. *Aber ...* in meinem inneren Prozess taucht sofort die folgende Frage auf: „Wie kommt es dann, dass ich persönlich innerhalb der personenzentrierten Welt genauso viel sexistische Unterdrückung erfuhr wie außerhalb?“. Um zu versuchen diese Frage zu beantworten, muss ich die Interpretation des Wortes „Werk“ erweitern und die Anwendung der Theorie mit einbeziehen – um auf die „Arten zu sein“ seiner Exponenten zu schauen und damit bei mir zu beginnen. Ich habe nicht vor, hier meiner eigenen Indoktrination auf den glitschigen Pfaden internalisierter Unterdrückung nachzusinnieren oder der verwickelten, schmerzhaften Reise, mich davon zu lösen (fast!). Es genügt hier zu sagen, dass ich mich einschließe, wenn ich an den Part denke, den wir Frauen in diesem Spiel spielen.

Als ich die „British Association for the Person-Centred Approach“ vor fast 15 Jahren mitbegründete, wurde ich zu ihrer ersten Präsidentin gewählt, meine beiden Mitgründer, beides Männer, dachten, es wäre für eine Frau wichtig, diese Rolle zu übernehmen (und dass ich das übrigens wohl gut könnte). Ich beschloss zu versuchen, diese politische Zeitströmung zu konsolidieren, indem ich ein Frauenforum organisierte – ein gemeinsames Wochenende für Frauen im Personenzentrierten Ansatz, um uns über wichtige Themen auszutauschen und gemeinsam Zeit zu verbringen. Am ersten Forum nahmen ungefähr 10 Frauen teil, die alle meinten, ein zweites wäre eine gute Idee. Eine der Reaktionen, die ich auf die Werbung erhielt, die ich dafür verschickt hatte, war unter anderem: „Ich war überrascht und gleichzeitig wiederum auch nicht wegen der Anzahl der Frauen, die aktiv am Forum teilnehmen. Meine Erfahrung mit Frauen innerhalb des PZA ist, dass sie mehr zur traditionellen/patriarchalen Art tendieren als radikalere Feministinnen oder jene, die sich mit Spiritualität von Frauen beschäftigen. So wie ich das verstehe, vermute ich einen Zusammenhang damit, dass Frauen

zum Teil deshalb von diesem Ansatz angezogen werden, weil der Unterricht von weißen, gebildeten, ‚weichen‘, patriarchalen Männern der Mittelschicht getragen wird und dass es das ist, was sie in ihrem Leben brauchen. Einer der Gründe, dass ich weniger im PZA engagiert bin, ist, dass ich sehr wenige Frauen getroffen habe, die offen waren, irgendwelche der umfassenderen Themen, die diesem Ansatz inhärent sind, aufzugreifen und keinen einzigen Mann, der darauf eingestiegen wäre!“ (private Korrespondenz).

Das zweite Forum wurde wegen mangelnden Interesses abge sagt. Eines der „umfassenderen“ Themen, die dem Ansatz inhärent sind, scheint mir beinahe „ein Erlaubnisgeben“, um zu vermeiden, uns mit unseren generalisierten „ismen“ zu konfrontieren. Denn, wenn wir uns wirklich an die Prämisse des PZA halten, achten und wertschätzen wir jedes Individuum für das, wer oder was immer es ist. Für diesen Artikel schaute ich das Wort Sexismus im Index von circa 20 Büchern zur Personenzentrierten Psychotherapie nach und fand es nur einmal – in Tony Merrys Buch (1999): „Da es in der Personenzentrierten Beratung sehr wichtig ist, Probleme der Macht offen behandeln zu können, ist es entscheidend, dass sich Beratende mit ihrem eigenen Rassismus, Sexismus und anderen Vorurteilen in dem Sinne auseinandersetzen, dass sie diese Probleme haben. ... Zu Stereotypen zu greifen, passiert deshalb, weil es zu kompliziert ist, alles individuell zu sehen. Wir brauchen generelle Kategorien, die uns helfen, die Bedeutung all der komplexen Zusammenhänge des menschlichen Lebens zu sehen. Es ist jedoch offensichtlich, dass es in der Beratungssituation nicht hilfreich ist, sich an Stereotypen zu klammern, die uns daran hindern, Menschen als Individuen zu sehen, mit einzigartigen Erfahrungen, Gefühlen und Bedürfnissen, auch wenn sie Angehörige bestimmter Gruppierungen sind“ (ebd., 104f). Tony fährt fort und schlägt eine Übung vor, die es Beratenden ermöglichen soll, ihre Stereotypenmuster zu erkennen. So wichtig diese Art von Übung während unserer Ausbildung auch ist, finde ich dennoch, dass es nicht ganz genügt.

In der Therapiesituation, ob es uns passt oder nicht, ist es die Therapeutin², die wählen kann, wo die Macht liegt. Wir lernen sehr gut, „im Inneren Bezugsrahmen der Klientin zu bleiben“ und unsere eigenen Vorurteile und Meinungen zur Seite zu stellen, und meistens, dessen bin ich sicher, gelingt uns das auch sehr gut. Im wirklichen Leben jedoch haben wir nicht immer die Wahl, wo die Macht liegen soll. Es ist sehr wahrscheinlich, dass wir uns bedroht und verletztlich fühlen und daher die Rückenstärkung, uns an die Macht zu klammern, benötigen. In meiner Erfahrung von über 30 Jahren in personenzentrierten Gruppen lag zu Beginn die offensichtliche Macht oft bei den Männern und wir Frauen fanden andere Arten, uns zu bestätigen (manchmal, indem wir reine Frauengruppen „forderten“, was die meisten Männer und einige Frauen irritierte). In seinem

2 Die weibliche Form gilt hier und im Folgenden für beide Geschlechter (Anm. der Übersetzerin).

Buch über „Personal Power“ (dt. „Die Kraft des Guten“) schlägt Rogers vor, dass in personenzentrierten Encountergruppen eine andere Kultur entsteht, in der „Rollen und Rollenerwartungen gewöhnlich wegfallen und an ihre Stelle die Person tritt, die ihr eigenes Verhalten wählt“ (1977, 51). Leider war das nicht meine Erfahrung – ich traf auf feindseligen, aggressiven Widerstand von Männern und Frauen, wenn es nur schon darum ging, dieses Thema während eines Workshops, an dem ich teilnahm, anzuschauen. Ich denke, dass eine Veränderung bezüglich dieses Widerstandes 1992 in einem Workshop in Terschelling begann, als zwei meiner Freundinnen nach dem Workshop auf dem Heimweg zum Hotel ernsthaft von Männern bedroht wurden. Am nächsten Morgen, so erinnere ich mich, hielt ich ein leidenschaftliches Plädoyer, dass die Männer der Gruppe die Fähigkeit der Frauen zu Aggression verstehen, die manchmal wortwörtlich lebensrettend sein kann. Danach sagten mir zwei Männer, die etwas älter waren als ich, dass es sie sehr bewegt hatte, was ich gesagt hatte und dass sie das Thema nun in einem ganz neuen Licht sahen. Seither bemerkte ich eine größere Offenheit und Bereitschaft zu explorieren, aber vielleicht hat das mehr mit mir zu tun und mit der Art, wie ich nun an das Thema herangehe. Peggy Natiello (2001) sagt in ihrem Kapitel „Healing the wounds of sexism for men and women“: „Als ich mich bereit erklärte, dieses Kapitel der Diskussion zu widmen, Sexismus in personenzentrierten Gruppen anzusprechen, entschloss ich mich, mit einer Umfrage zu derzeit gängigen Haltungen zu beginnen. Die Feindseligkeit, die mir allein schon wegen des Wortes entgegenschlug, und dass seine pure Existenz geleugnet wurde, insbesondere unter jungen Erwachsenen, ließ mich in Versuchung geraten, das Ganze aufzugeben.“ (2001, 41).

Daher behaupte ich, dass es wahrscheinlicher ist, dass wir im Alltag sowie in encounterartigen Erfahrungen über unsere „unbewussten Vorurteile“ stolpern (siehe auch mein Kapitel „Empathy at the core of the therapeutic relationship: Contaminators of empathic understanding“ in Fairhurst 1999) als in der Eins-zu-eins-Situation in der Therapie, und es ist wahrscheinlicher, dass wir unsere eigenen Vorurteile und stereotypen Muster explorieren können, wenn wir uns nicht bedroht oder verletztlich fühlen – ein wirklich personenzentriertes Klima? Wenn wir das nicht tun können, dann wird unsere Konditionierung unvermeidlich das hässliche Haupt in allen Aspekten unseres Lebens erheben – einschließlich unserer eigenen Therapiesitzungen.

In Farber / Brink / Raskin (1996) legt Maureen O'Hara eine feministische Analyse des Gespräches von Sylvia und Rogers vor. Sie meint, dass in ihrer (Maureens und Carls) enger, kollegialer und herzlicher Beziehung, „es Zeiten gab, wo nicht einmal das empathische Genie von Carl Rogers die Kluft überbrücken konnte oder die fundamentalen Unterschiede hätte versöhnen können, was „Sicht auf die Welt“, „Sensibilität in der Wahrnehmung“, „Realitätskonstruktion“, „Wissensansprüche“, „Erkenntnisinteressen“, „Arten des Erkennens“, oder „Paradigma“ angeht, wenn es sich um Rogers

handelt, einem berühmten, mächtigen, weißen, amerikanischen Mann der oberen Mittelschicht, – und mich selbst, eine junge, unbekannte, eingewanderte, weiße, englische Frau aus der Arbeiterschicht. ... Es überrascht nicht, dass die Kluft zwischen uns dann am offensichtlichsten war, wenn es zu Fragen der Beziehung kam wie Macht, Autorität, Einbezug, Ausschluss und politische Realitäten wie Sexismus und Rassismus.“ (ebd., 285). In ihrem Kapitel identifiziert Maureen: „Einerseits wurden Realitäten, die sehr wichtig für sie (Sylvia) und für andere Frauen sind, ausgelassen, missverstanden, verharmlost oder verzerrt, möglicherweise aufgrund von Rogers eigenen Voreingenommenheiten und blinden Flecken: andererseits übte er (absolut unbewusst) subtilen Druck auf sie aus, dass sie mit einem eurozentrischen, androzentrischen Status quo konform ging.“ (ebd., 298). Maureen ordnete diese Beschränkungen dem historischen Rahmen, in dem der Ansatz formuliert wurde, zu und dem Glauben von Rogers, dass der Therapeut³ die Möglichkeit hat, „zu einem Grad des Verstehens zu gelangen, wo er die Welt des Klienten exakt kennen kann“ (ebd., 296). Sie argumentiert: „Wie beim hermeneutischen Lesen eines heiligen Textes verstehen wir die Welt einer anderen wegen unserer – nicht trotz – unserer eigenen Subjektivität. Rogers demonstrierte hier in diesem Gespräch und bei vielen Gelegenheiten, welch außergewöhnlicher „Leser“ er war ... Nicht weniger er selbst, sondern mehr. Das bringt uns zum Thema der blinden Flecken und der Voreingenommenheiten ... Wir müssen zugeben, dass Rogers sein postuliertes Ideal, jeglichen äußeren Bezugsrahmen beiseite zu lassen, nicht erreichte. Das hätte er auch nicht gekonnt, denn um andere zu hören, müssen wir bereits eine Sprache haben, um sie darin zu hören ... Wie ich ausführte, sind die Sprache und die Werte der Klientenzentrierten Therapie die ihrer Schöpfer – weiße Mittelschicht, zumeist nordamerikanische Männer. Es kann gar nicht anders sein und dabei ist gar nichts inhärent Entmächtigendes an dieser Situation. Das Problem entsteht erst durch das Versäumnis, die Unvermeidbarkeit der Voreingenommenheit zu erkennen. Indem wir leugnen, dass jegliches ‚Zuhören‘ Interpretation beinhaltet, dass wir hören, was wir erwarten zu hören, dass wir sehen, was wir im Bewusstsein haben und dass das, was wir sagen, unsere Konstruktion von Realität offen legt – mit all dem riskieren Klientenzentrierte Therapeuten, verdeckt für Klienten ‚Realität zu schaffen‘.“ (ebd., 297). Während ich Maureen total zustimme, was die blinden Flecken von Therapeuten angeht sowie das Risiko, „Realität zu schaffen“ für unsere Klienten, bin ich doch optimistischer – vielleicht ist es doch nicht unvermeidlich, dass alle Klientenzentrierten Therapeuten, ob männlich oder weiblich, ständig aus einer unbewussten Position heraus handeln, was unsere „unbewussten Vorurteile“ angeht – vielleicht ist es wahrscheinlicher, wenn wir uns die Gefahren bewusst machen, was

3 Die männliche Form schließt hier (und auch an einigen Stellen weiter unten) Personen des anderen Geschlechts ein (Anm. der Übersetzerin).

geschieht, wenn wir uns einer weißen, männlichen, Mittelschichttheorie verpflichten, dass wir dann nicht in diese Falle gehen. Vielleicht können wir die Sprache der anderen lernen. Maureen beendet ihr Kapitel, indem sie sagt: „Wenn Klientenzentrierte Therapie überleben und blühen soll in dieser neuen postmodernen pluralistischen Welt, dann muss sie diese vielfältigen ‚anderen Arten des Erkennens‘ integrieren“ (ebd., 298). Aber um diese Position zu erreichen, müssen wir unseren eigenen Schwächen gegenüber genügend offen sein und – hallo – wie war das mit der Kongruenz?

Literatur:

- Fairhurst, Irene (1999), *Women writing in the Person-Centred Approach*, Llangarron (PCCS Books)
- Farber, Barry A./Brink, Debora C./Raskin, Patricia M. (Eds.) (1996), *The psychotherapy of Carl Rogers: Cases and commentary*, New York (The Guilford Press)
- Merry, Tony (1999), *Learning and being in Person-Centred Counselling*, Llangarron (PCCS Books)
- Natiello, Peggy (2001), *The Person-Centred Approach: A passionate presence*, Llangarron (PCCS Books)
- O'Hara, Maureen (1996), *Commentary 2: Rogers and Sylvia: A feminist analysis*, in: Farber, Barry A./Brink, Debora C./Raskin, Patricia M. (Eds.) (1996), *The psychotherapy of Carl Rogers: Cases and commentary*, New York (The Guilford Press) 284–300

Rogers, Carl R. (1977), *Carl Rogers on personal power*, New York. Constable; dt.: *Die Kraft des Guten. Ein Appell zur Selbstverwirklichung*, München (Kindler) 1978

Rose, Lesley (1999), *A woman's place*, in: Fairhurst, Irene (1999), *Women writing in the Person-Centred Approach*, Llangarron (PCCS Books) 173–186

Autorin:

Irene Fairhurst, 1941, M.A., Mitbegründerin der „British Association for the Person-Centred Approach“, deren Präsidentin sie sieben Jahre war; Dozentin, u. a. in der Personzentrierten Aus- und Weiterbildung, Buchherausgeberin, leitet kulturübergreifende Encountergruppen und arbeitet in eigener Praxis in Supervision, Beratung und Psychotherapie; eingetragen als Senior Registered Practitioner bei der British Association for Counselling and Psychotherapy

Korrespondenzadresse:

*Irene Fairhurst
Dep. Client-Centred Counselling/Psychotherapy
220, Ashurst Drive
Barkingside, Essex IG6 1EW
Großbritannien
E-Mail: IreneFairhurst@compuserve.com*

Maureen O'Hara und John K. Wood¹

Das Bewusstsein von morgen kultivieren: Der personzentrierte Prozess als transformierende Schulung

Der Personzentrierte Ansatz in Gruppen ist im Kern eine verfeinerte Form eines tiefen, vielfältigen Perspektivendialoges. Mit seinen Forschungen und denen seiner Kollegen aus den 40er bis in die 80er Jahre in der Beratung, Psychotherapie und später in der Erziehung und in Gruppen-Encounters entdeckte Rogers, dass wenn Menschen einander in einem Kontakt begegnen, der gekennzeichnet ist von dem, was später die „notwendigen und hinreichenden Bedingungen“ für wirkungsvolle Veränderungen genannt wurde, sich die Menschen ganz natürlich in Richtung auf psychologische Ganzheit, Wachstum und Selbstaktualisierung bewegen werden. Über die

folgenden Jahrzehnte hinweg erwiesen sich Rogers' Grundvariablen personzentrierter Interaktion als die wesentlichen Elemente jeglicher Beziehungen, in denen individuelles Wachstum und die Entwicklung von Bewusstsein geschieht.

Rogers beschreibt personzentrierte Begegnungen als Ich-Du-Dialoge im Buberschen Sinn und er glaubte, dass sich Ich-Du-Dialoge zwischen allen Menschen ereignen können. Im Gespräch 1957 zwischen den beiden stellte Buber Rogers' Überzeugung in Frage, dass es möglich sei, sogar dort eine Ich-Du-Beziehung zu entwickeln, wo ein Macht- oder Statusunterschied besteht wie etwa der zwischen einem Klienten und einem Therapeuten (siehe in Kirschenbaum/Henderson 1989). Bubers Ansicht über Psychiatrie und Psychotherapie war auf das Freudsche Modell beschränkt, das

¹ Ins Deutsche übersetzt von Margarethe Letzel

damals die Psychiatrie dominierte. Hätte Buber verstanden, wie radikal und die Klienten ermächtigend Rogers' Ansicht zu Beratung wirklich war, wäre er vielleicht zu einem anderen Schluss gekommen. Für Rogers war die personenzentrierte Begegnung die von Seele zu Seele. Wie Rogers beschreibt: „In diesen Momenten scheint es, als würde mein Inneres hinausgreifen und das Innere des anderen berühren. Unsere Beziehung transzendiert sich selbst und wird etwas Größeres.“ (Rogers 1986).

Als unsere Arbeit zu Prozessen von Großgruppen begann, hatten wir bereits ausgiebig Erfahrung mit dem Encountergruppenprozess kleiner Gruppen, den Rogers (1970/1974) beschreibt, aber wir hatten wenig Erfahrung mit personenzentrierten Prozessen von Großgruppen. Daher machte sich 1974 ein Forschungsteam, das Rogers und die Autoren² dieses Artikels einschloss, daran, herauszufinden, ob die Formen individueller Bewusstseinerweiterung, die in der Eins-zu-eins-Therapiesituation oder in Gruppen von 10 bis 12 Leuten geschehen, sich auch in Gruppen von 200 oder mehr Menschen ereignen würden.

Über einen Zeitraum von 16 Jahren hinweg bestätigten unsere Beobachtungen, dass der Großgruppenprozess als Weg zu Wachstum und Bewusstseinsentwicklung sogar noch machtvoller war als die Kleingruppe oder die Einzeltherapie. In Versammlungen bis zu 2000 Leuten und von nur einem Tag Dauer berichteten Teilnehmende (deren Selbstberichte durch Familienmitglieder und Kollegen bestätigt wurden) von signifikantem sozialem Lernen und persönlicher Veränderung. Sie empfanden, dass sie eine höhere geistige Kapazität erreichten und aufrecht erhalten konnten und mehr in der Lage waren, weise und reif zu handeln und zu entscheiden. Diese Befunde wurden in früheren Arbeiten dargestellt (Rogers 1977/1978; Bowen/O'Hara/Rogers/Wood 1979; Rogers 1980; O'Hara/Wood 1984; Wood 1984). Diese Erfahrungen lieferten neues Beweismaterial, dass Rogers' „Grundvariablen“ für transformierenden Dialog über die therapeutische Situation hinaus für einen weit größeren Rahmen einer potenziellen Anwendung zu generalisieren war. Wir waren sofort gepackt vom Potenzial dieser Großgruppen als Form transformierenden Lernens und wir schlugen vor, dass personenzentrierte Großgruppen zu Laboratorien werden könnten, in denen die einzelnen Mitglieder dieser Großgruppen schneller als üblich die Fähigkeiten höherer Ordnung entwickeln können, die immer notwendiger werden, um mit dem Leben in dieser neuen Welt fertig zu werden (Bowen/O'Hara/Rogers/Wood 1979).

Was uns in diesen PZA-Gruppen überraschte, war die Beobachtung (die wir oft, aber nicht immer machten), dass es im Leben einer Gruppe Momente gibt, in der ein Zustand erreicht wird, in dem der einzelne Teilnehmer tief mit sich und interpersonell mit anderen in Einklang kommt *und* jeder mit der Gruppe als ganzer in Einklang

kommt. In solchen Situationen erhöht die Gruppe ihre Fähigkeit zur Selbstorganisation und wird zu außerordentlich weisem kollektivem Handeln fähig, eine Fähigkeit, die weit über die jedes einzelnen Teilnehmers innerhalb der Gruppe hinausgeht. Sogar noch packender für uns war die Beobachtung, dass in solch bewussten Gruppen die Einzelnen über ihre eigene Höchstform hinaus getragen wurden – als ob ihnen durch die Teilnahme dazu verholfen würde, in einen „Flow“-Zustand zu kommen (Csikszentmihalyi 1990). Wir beobachteten, wie Leute, einschließlich uns selbst, die wir die Gruppen einberufen hatten, Zugang zu tieferen Ebenen von Empathie und Intuition fanden, zu außergewöhnlicher Wahrnehmung – sogar zu medialen und paranormalen Zuständen des Bewusstseins, die über die gewöhnlichen Arten westlichen Wissens hinausgingen. Menschen träumten dieselben Träume, hatten Vorahnungen über künftige Ereignisse, lasen Gedanken von anderen, erreichten ein verblüffendes Maß an Empathie und gemeinsamer Ausrichtung, fanden innovative Lösungen für Probleme, die unlösbar schienen, waren in der Lage, miteinander um die Entscheidung zu spielen – mit Ehrfurcht gebietender Improvisation und Synergie – und erreichten regelmäßig spirituelle Trancezustände, die man normalerweise nicht ohne Jahrzehnte meditativer Praxis erreicht.

Wir nannten diese Gruppen, in denen individuelles Bewusstsein erweitert wird und sich aus eigenem Entschluss nach einem erweiterten kollektiven Bewusstsein der ganzen Gruppe ausrichtet, schließlich *Bewusstseinsgemeinschaften* oder *integrale Gruppen*.

Nachdem wir Bewusstseinsgemeinschaften in ganz verschiedenen Settings und einer Spannweite von Bedingungen sich entwickeln sahen, begannen wir zu vermuten, dass, wenn wir das dynamische Wechselspiel zwischen individuellem und kollektivem Bewusstsein verstehen könnten und lernen, wie die Bedingungen zu schaffen wären, unter denen es wahrscheinlicher wäre, dass sich integrale Gruppen bildeten, wir Zugang gewinnen könnten zu neuen menschlichen Fähigkeiten, mit denen wir die drängenden Systemprobleme angehen könnten. Wir fragten uns, ob solche Fähigkeiten eine neue Ebene in der Evolution kollektiven Bewusstseins darstellten.

Wir sahen schließlich die Schaffung bewusster personenzentrierter Gruppen oder Gemeinschaften als eine neue Art von Pädagogik für transformatives Lernen. Diese Workshops scheinen Menschen Gelegenheit zu geben, zuerst für sich selbst Erfahrungen zu machen und dann die erweiterten Fähigkeiten für individuelles und kollektives Bewusstsein weiter zu entwickeln, die entscheidend für unser Überleben sein werden in den verwirrenden Zeiten, die vor uns liegen. Als sie in Situationen zusammengerufen wurden, wo Konflikte existierten, wie in Südafrika zwischen Schwarzen und Weißen, in Israel zwischen Arabern und Juden oder in Nordirland zwischen Katholiken und Protestanten, gaben sie uns Mittel an die Hand, mit denen sich die Menschen durch ihre wechselseitige Entfremdung hindurcharbeiten konnten, um schließlich mit einer gemeinsamen Menschlichkeit in Berührung zu kommen. In den Sechziger- und Siebzigerjahren nahmen in den Vereinigten Staaten und darüber

2 Hier wie an anderen Stellen wird für die leichtere Lesbarkeit nur eine der Geschlechterformen genannt, was keine Wertung beinhaltet (Anm. d. Übers.)

hinaus eine sehr große Zahl von Menschen an Gruppen-Encountern teil mit der ausdrücklichen Absicht, sich selbst als Individuen zu entwickeln, besser kommunizieren zu lernen und sich selbst und ihre Beziehungen authentischer zu erfahren, mit einem größeren Maß an Empathie und Bewusstheit und fortgeschrittener Beziehungskompetenz. Etwa ein Jahrzehnt lang beschäftigten sich verschiedene Gesellschaftsbereiche, von Kirchengruppen bis zu Schulklassen, von Yogapraktizierenden über Berufstätige bis hin zu Anonymen Alkoholikergruppen in einem breiten kulturellen Experiment transformierenden Lernens.

Unserer Ansicht nach war das Experiment zur Bewusstseinsrevolution ein großer, aber nur ein Teilerfolg – es gelang, die Kultur zu verändern, aber es hörte zu schnell auf. Die amerikanische Gesellschaft war hinterher sicher stärker psychologisch aufgeschlossen und die Menschen waren emotional unabhängiger. Sie lernten, bessere Eltern, Manager und Freunde zu sein, und es gelang ihnen, eine tiefere und befriedigendere Beziehung mit sich selbst und zu anderen zu genießen. Die Leute erreichten ein erhöhtes Maß an psychologischen Fähigkeiten und ein höheres Maß an Bewusstheit. Aber das volle Potenzial der Bewusstseinsgruppe als Lernkontext oder „Treibhaus“, wo eine neue Art von Beziehungsbewusstsein hätte kultiviert werden können, wurde von den Praktizierenden nicht ausgeschöpft. Es gibt immer noch viel zu tun.

Künftig gibt es sicher größten Bedarf an Leitfiguren und Bürgern, die mit den nie zuvor erfahrenen Herausforderungen und Gelegenheiten von der Art umgehen können, wie sie eingangs skizziert wurden. Während wir hier schreiben, versuchen New Yorker and Amerikaner allgemein, den katastrophalen Anschlag auf die amerikanische Psyche zu verarbeiten, der ihr am 11. September 2001 von Terroristen zugefügt wurde. Sie wenden sich an jegliche Institutionen, die es gibt, um ihren Schmerz zu verarbeiten. Grundsätzlich wenden sich die Bewohner der Vereinigten Staaten an Beratung, Psychotherapie, spirituelle Traditionen, Radiorunden, Internetchatrooms und natürlich an Vertraute, in einem solchen Ausmaß, dass diese Ressourcen das individualistische, selbstbestätigende Bewusstsein oder selbst-transzendierende Bewusstsein im Dienst einer sich selbst bestätigenden Gruppe – „patriotischen Heroismus“ – ermutigen; obwohl sie sicher kurzfristig den Schmerz lindern, perpetuieren sie langfristig gesehen das „Die-gegen-uns“-Bewusstsein, das überhaupt erst dieses Klima der Gewalt geschaffen hat. Wir sind überzeugt, dass die Betonung des individuellen Bewusstseins, das viel von der Aufmerksamkeit in der Psychotherapie in Beschlag genommen hat, obwohl sie notwendig ist, auf Dauer nicht genügt. Das Ausmaß an Bewusstsein, das in diesem Moment unserer evolutionären Geschichte von uns verlangt wird, geht über das hinaus, was jeder von uns, im Westen oder sonstwo, von unseren Vorfahren geerbt hat. Unserer Ansicht nach brauchen wir neue institutionelle Formen beschleunigten sozialen Lernens, die gleichzeitig sowohl individuelles Bewusstsein als auch das Bewusstsein von Gruppe und Gesellschaft erweitern können.

Wir haben gesehen, dass sich solches soziales Lernen und solche Bewusstseinsumwandlung in personenzentrierten Gruppen ereignen. Wir schließen mit einem Satz unseres Freundes und Pionierreisegefährten in diesen geheimnisvollen Gewässern, dem Psychologen Carl Rogers:

„Wenn die Zeit kommt, wenn unsere Kultur der endlosen todbringenden Fehden müde wird, verzweifelt am Gebrauch von Gewalt und Krieg als Mittel den Frieden zu bringen, unzufrieden wird mit dem Leben auf halber Flamme, das seine Mitglieder leben – erst dann wird sich unsere Kultur ernsthaft nach Alternativen umschauen. ... Wenn diese Zeit kommt, werden sie keine Leere finden. Sie werden entdecken, dass es Wege gibt, die Lösung von Fehden zu fördern. Sie werden herausfinden, dass es Wege gibt, Gemeinschaften zu bilden, ohne die potenzielle Kreativität der Person zu opfern. Sie werden erkennen, dass es Wege gibt, die bereits im kleinen Rahmen erprobt sind, das Lernen zu vertiefen, sich auf neue Werte zuzubewegen und Bewusstsein auf eine neue Ebene zu heben. Sie werden herausfinden, dass es Arten gibt zu sein, die ohne Macht über Personen oder Gruppen auskommen. Sie werden entdecken, dass eine harmonische Gemeinschaft auf der Basis gegenseitigen Respekts und erweitertem persönlichem Wachstum gebildet werden kann. ... Als Humanistische Psychologen mit einer personenzentrierten Philosophie – haben wir Arbeitsmodelle in kleinem Maßstab geschaffen, die unsere Kultur benutzen kann, wenn sie dazu bereit ist (Rogers 1980, 205).

Das wurde vor zwei Jahrzehnten geschrieben. Die erst kurz zurückliegende Intensivierung auf der Ebene ethnischer Kriegsführung zeigt, dass der Bedarf dringend ist. Das erneute Interesse an Dialog legt nahe, dass die Kultur nun bereit ist. Wir hoffen, dass unser Beitrag zu dieser Heftnummer einige Möglichkeiten skizzieren kann, welche die Schaffung von Lernkontexten erleichtern, in denen diejenigen Fertigkeiten kultiviert und genährt werden können, die es braucht, um die kollektive Weisheit diverser Gruppen zu mobilisieren, und dass wir dazu beigetragen haben, die Pionierarbeit von Rogers und seiner Kollegen einer Kultur dienstbar zu machen, die im Begriff ist, sich neu zu erfinden.

Literatur:

- Bowen, Maria / O'Hara, Maureen / Rogers, Carl R. / Wood, John K. (1979), Learning in large groups: Implications for the future, in: *Education* 100, 108–117
- Csikszentmihalyi, Miklos (1990), *Flow: The psychology of optimal experience*, New York (Harper & Row)
- Kirschenbaum, Howard / Land Henderson, Valerie (Eds.) (1989), *Carl Rogers: Dialogues*, Boston (Houghton Mifflin)
- O'Hara, Maureen / Wood, John K. (1984), Patterns of awareness: Consciousness and the group mind, in: *The Gestalt Journal* 6, 2, 103–116

- Rogers, Carl R. (1970), *Carl Rogers on encounter groups*, New York (Harper & Row); dt.: *Encounter-Gruppen. Das Erlebnis menschlicher Begegnung*, München (Kindler) 1974
- Rogers, Carl R. (1977), *Carl Rogers on personal power. Inner strength and its revolutionary impact*, New York (Delacorte); dt.: *Die Kraft des Guten. Ein Appell zur Selbstverwirklichung*, München (Kindler) 1978
- Rogers, Carl R. (1980), *A way of being*, Boston (Houghton Mifflin)
- Rogers, Carl R. (1986), Rogers, Kohut, and Erickson: A personal perspective on some similarities and differences, in: *Person-centered Review* 1, 2, 125–140
- Wood, John K. (1984), *Communities for learning: A person-centered approach*, in: Shlien, John M. / Levant, Ronald F. (Eds.), *Client-centered therapy and the person-centered approach: New directions in theory and practice*, New York (Praeger) 297–316

Autoren:

Maureen O'Hara, Ph.D., eine der Leitfiguren auf dem Gebiet der Humanistischen Psychologie; über 15 Jahre lang Mitglied in Carl Rogers' Team, das Lernen in Großgruppen anleitete; früher Mitglied an der Fakultät verschiedener Colleges in den USA, Großbritannien und Südamerika, zur Zeit „President of Faculty“ an der „Saybrook Graduate School and Research Center“ in San Francisco; Autorin zahlreicher Publikationen auf dem Gebiet Humanistischer Psychologie.

John Keith Wood, Ph.D., ehemals Professor an Universitäten in Nord- und Südamerika und in Europa; fünfzehn Jahre lang Nachbar, enger Freund und Mitarbeiter von Carl Rogers am Center for Studies of the Person in La Jolla; entwickelte eine Psychologie der Großgruppen. Interdisziplinäre Ansätze und Forschung fanden schon immer sein Interesse. Zur Zeit leitet er Estância Jatobá – ein 200 Morgen großes ökologisches Reservat in einem Überrest von Brasiliens großem atlantischen Regenwald. Das Projekt beinhaltet Umweltschutz, nachhaltige Landwirtschaft, Soziologie, Gruppenpsychologie, Kunst und Philosophie.

Kontaktadressen:

*Maureen O'Hara, Ph.D.
Saybrook Graduate School
450 Pacific Ave., Third floor
San Francisco, CA 94133*

*John K. Wood, Ph.D.
Estância Jatobá, Jaguariúna
Brasilien*