

Ilse Schneider

Begegnung mit Natalie Rogers Personzentrierte Ausdruckstherapie (12.–14. Sept., 97), Weggis, Schweiz

Abstract:

„Begegnung mit Nathalie Rogers“ ist der Versuch einer subjektiven und objektiven Beschreibung der Eindrücke der Autorin von einem Workshop in Weggis am Vierwaldstättersee/Schweiz, 12.–14. 9. 1997 mit Nathalie Rogers, der Gründerin der „person-centered expressive therapy“ (PCET).

1. Vorgeschichte, Argumente für meine Teilnahme, offene Fragen

Da ein persönliches Engagement für die Mitgestaltung und Umsetzung von Konzepten, die der Allgemeinheit zugute kommen, mein Leben zusätzlich bereichern könnte, habe ich vor ca. einem Jahr meine Bereitschaft zur Mitarbeit in unserem Verein, ÖGWG, bekundet. Im Zuge meiner Ankündigung erfolgte eine Anregung von der klientenzentrierten Lehrtherapeutin, Sylvia Keil, Vorstandsmitglied unseres Vereins, einen „person-centered expressive therapy“-workshop in der Schweiz zu besuchen, um eine eventuelle Einladung Nathalie Rogers, der Gründerin dieser Richtung, nach Wien anzubahnen. Überlegungen zur Reise nach Weggis am Vierwaldstättersee bezüglich Kosten-Nutzen-Rechnung aller Beteiligten folgten.

Für meine Zusage sprach, daß die Schweiz ein sehr schönes Land ist, daß die Jahreszeit günstig war und ich aus früheren Zeiten positive Vorurteile gegenüber Schweizern habe, weil ich diese so prägnant und ihre Sprache so zutraulich finde.

Ferner sprach für meine Teilnahme die Möglichkeit, als Vertreterin des klz. Ansatzes doch etwas vom unmittelbaren Familiengeist Rogers zu erleben, wenn ich schon nicht, wie viele meiner Generation, Carl Rogers noch persönlich kennengelernt habe. In diesem Zusammenhang tauchten Fragen auf, die auch im Laufe des Workshops großzügig beantwortet wurden:

- Vor allem spürte ich eine persönliche und psychologisch-wissenschaftliche Neugierde, wie die Profilierungsfrage zwischen Vater und Tochter gelöst wurde, ob

die Tochter eher in Vaters Fußstapfen getreten ist oder eher auf einem eigenen Weg besteht.

- Hat es inhaltliche und/oder emotionale Differenzen zwischen ihnen gegeben und wie sind diese diskutiert worden.
- Welche Rolle spielte die Mutter in diesem Umfeld, in dem Vater und Tochter die psychologische Kompetenz besetzt hielten.
- Welchen Einfluß hatte das Familienmodell von Rogers auf die persönliche Entwicklung und Lebensgestaltung Nathalies.
Bringt ein solcher unbeirrbarer Vertreter der Kongruenz im Sinne der Selbstfindung und Selbstbestimmung in einer Atmosphäre der zugewandten Aufmerksamkeit und Empathie vitalere und selbstsicherere Nachkommen hervor als andere Gründerpersönlichkeiten?
- Auf welche Weise hat sich Nathalie also verwirklicht und was sind die Botschaften aus dem Privat- und Berufsleben der Tochter eines weltberühmten Humanisten, der zur Überzeugung gelangte, daß ein Beziehungsangebot mit seinen drei hinreichenden Bedingungen die individuelle und zwischenmenschliche Welt lebendiger machen.
- Wie wird die Beziehung Therapeut-Klient definiert, nachdem Gestaltungsmedien in die therapeutische Arbeit eingeschaltet werden.

Gegen meine Teilnahme sprach, daß ich ungern an unbekannte Orte zu unbekanntem Menschen reise. Auch hat mein Einkommen in diesem Jahr besonderen Bildungsluxus gar nicht gerechtfertigt. Abgesehen vom finanziellen Aufwand stimmte mich der Inhalt des Seminars skeptisch, da

ich mich von der Förderung der Kreativität im Rahmen meiner Erziehertätigkeit und meiner eigenen vier Kinder vom Basteln, Werken, Singen und Bewegungsübungen übersättigt glaubte.

Daß Englisch als Seminarsprache angekündigt war, löste in mir einen unbehaglichen Leistungsdruck aus, dem ich mich schließlich stellte, um endlich gewisse Sprechhemmungen selbst auf Kosten meiner Symbolisierungsfähigkeit zu beseitigen.

Meine Neugierde auf eine weibliche Person mit diesem besonderen psychologischen Erbe und die Mutmaßung, daß das Gruppenklima weniger durch Selbstfindungswünsche als durch ein gemeinsames Interesse an der Abrundung einer psychotherapeutischen Grundhaltung motiviert sein könnte, waren ausschlaggebend, daß ich mich auf den Weg machte.

2. Die Reise und Ersteindrücke

Zunächst wollte ich meine Ängste minimieren, ausgesetzt zu sein, daher hatte ich den Wunsch nach einer Begleitung dem üblichen Gruppendruck zur Konformität gegenüber abzuwägen. Ich entschloß mich vor allem wegen der langen Anreise, auch weil ich mit ihm die Schönheiten des Landes teilen wollte, meinen Mann um Reisebegleitung zu bitten und riskierte damit bewußt eine eventuelle Sonderstellung, die an Ort und Stelle elegant gelöst wurde, obwohl ich dann auch wirklich die einzige Österreicherin und die einzige mit Begleitung war. Was Nathalie allerdings von Ehemännern hält, kann man in „Emerging Woman“ nachlesen.

Nach einer angenehmen Nachtfahrt waren es vom Bahnhof Luzern zu unserer freudigen Überraschung nur wenige Schritte zum Schiffsanlegeplatz, wo wir bald das Anschlußschiff nach Weggis hatten, auf dem wir eine mildsonnige Morgenfahrt über den ruhigen graublauen Vierwaldstättersee, von dem sich nach und nach ein zarter Dunstschleier auflöste, in den ersten Seminartag hinein erlebten. Schon dieses Naturschauspiel hat die Reise gelohnt.

Nach dieser überraschend unkomplizierten, komfortablen Anreise kamen wir erst beim Aussteigen mit einer gemütlichen, bedächtigen Schweizerin, die sofort in mein schweizerisches Klischee paßte, ins Gespräch, wir entdeckten uns als Teilnehmerinnen und suchten die sonnige, blumengesäumte Uferpromenade entlang gemeinsam den Weg zum Hotel. Wir tauschten Ersteindrücke aus, daß mich meine Seminar Kollegin schon am Schiff bemerkt hatte und für die Ko-Trainerin gehalten hat und daß ich sie wieder als erfahrene, gesetzelte Therapeutinnenpersönlichkeit einschätze – aufrichtig gemeinte Komplimente, die beide zu hoch gegriffen waren. Dieser vertrauliche Kontakt in den ersten Minuten der Orientierung fand während der

nächsten drei Tage seine Fortsetzung, indem wir einander häufig als „sharing partner“ wählten.

Das Hotel sollte sich als Mischung aus Internatsbetrieb und First-class-healthfood-Restaurant herausstellen. Information und Service erfolgten durchgehend zugewandt und korrekt, ganz wie es zu meinem schweizerischen Klischee paßt.

Dem Internatsstil entsprach, daß wir bis Mittag mit unserem Gepäck in den Parterreräumlichkeiten des Hotels warten sollten, bis unsere Zimmer geräumt waren. Mein Mann verhielt sich von nun an bemerkenswert unsichtbar und wird an den künftigen Tagen eine Besprechung erledigen und sich dann in Zürich und Luzern auf die Suche nach Schweizer Taschenmessern und Edelweißstüchern machen.

Verschiedene Personen tauchten auf, die vermutlich künftige Seminarteilnehmer waren. Zum Beispiel trat flink und wendig eine üppig-schlanke, große, durchaus schweizerisch aussehende Dame mit freundlichem Lächeln ziemlich unerwartet dicht an mich heran und verblüffte mich mit lockerem englischen small talk, den ich mit der Bemerkung parierte, die Dame schon am Schiff bemerkt zu haben (was ich mir jetzt noch einbilde), was aber nicht sein konnte, weil ich es nämlich gleich mit Nathalie Rogers zu tun hatte, die schon einen Tag vorher angereist war. Die frappante Ähnlichkeit mit dem Vater mußte durch die überraschende Nähe unentdeckt bleiben. In der Folge bestätigte Nathalie die Eigenart, einmal da und einmal dort unauffällig plötzlich präsent und verschwunden zu sein.

Vorsichtig bildeten sich in den luftigen, hellen Räumlichkeiten weitere unverbindliche Grüppchen um einladende Tische, wo Kaffee, Tee und Plundergebäck bereit gestellt waren. Einige flotte jüngere Damen plauderten in saloppem Ton miteinander. Die wenigen männlichen Teilnehmer warfen da und dort im Businessston jovial herablassend Bemerkungen ein. Eine schmunzelnd sinnierende Dame in meinem Alter mit streng zurückgebundenem, graumelierten Haar vis à vis von mir am runden Tisch, zwang ich mittels unverhohlenem Blickkontakt zu einem offenen Lächeln, um sie in weiterer Folge als zweite Weggefährtin in Besitz zu nehmen.

Tatsächlich durften wir erst nach dem Einführungsblock in unsere Zimmer. Unseres war im zweiten Stock, die Einrichtung war internatsmäßig zweckmäßig, karg, kein TV. Der Blick auf den hellblau strahlenden, an beiden folgenden Tagen regnerisch-, neblig-hellgrauen See, der von sanften Hügeln gesäumt war, beseitigte auf einen Schlag jeden Zweifel an meinem Entschluß hierher zukommen. Unweit von uns, linker Hand, lockte die „hohle Gasse“, die durch Wilhelm Tell berühmt wurde, für deren Begehung sich jedoch keine Zeit erübrigen ließ. Schon allein dieser Blick auf die geheimnisvolle Weite des Sees hat meine Reise gelohnt.

3. Seminarbeginn, Vorstellung des Inhalts und der Methode

Der eigentliche Arbeitstag begann um 10h vormittags in einer großen Runde von 23 Teilnehmerinnen und drei Teilnehmern im Alter zwischen etwa 30 bis etwa 55 Jahren – zu viele Teilnehmer für eine überschaubare Gruppendynamik. Nathalie Rogers und die echte Ko-Therapeutin, die zierlich, blond und relativ jung ist, führten die weibliche Übermacht an. Ein Teil der Gruppe ist noch in Therapieausbildung, einige in Beratungsstellen, wenige als freipraktizierende TherapeutInnen tätig.

Nathalie erklärt zunächst ihren Ansatz, den „person-centered expressive therapy approach“ und die PCET-guidelines:

1. Wiederentdecken der Kreativität, egal mit welchen gestalterischen Mitteln (ich zu mir: da wird schon für jeden etwas dabei sein).
2. Ausweitung des Rogers'schen Ansatzes, des Konzepts und der Diskussion (ich: die Tochter bekennt sich also zum Geist des Vaters, besteht nicht auf Eigenständigkeit).
3. Einsatz von Kunst in der P(erson)-C(entered)-E(xpressiv)-T(herapy) setzt besondere Erfahrung voraus, da über die Kunst Gefühle in besonderer Weise verstanden werden (ich: hier werden also die Weichen zwischen Animation und therapeutischer Begleitung gestellt).

Dann gibt Nathalie einige Einführungsstatements über sich, daß sie 69 Jahre alt sei und in Santa Rosa, Kalifornien, wohne. Die Zusammenarbeit mit ihrem Vater hatte sich auf dessen letzte zehn Lebensjahre erstreckt. Sie selbst hat 30 Jahre Therapieerfahrung, aber hauptsächlich im Umgang mit Lehrern und Beratern. Sie ist geschieden, hat drei Töchter und vier Enkelkinder. Seit kurzem hat sie wieder einen neuen Lebenspartner, was sie als sehr „challenging“ beschreibt und ich mit Sympathie als deutlichen Hinweis auf authentische Lebensführung nehme.

Etablierte Richtlinien für den PCET-Ansatz frei übersetzt:

1. Seien Sie sich Ihrer Gefühle als Quelle für kreativen Ausdruck gewahr.
2. Seien Sie sich Ihres gesamten eigenen Körpers gewahr und gehen sie sorgsam mit sich selbst um.
3. Sämtliche Instruktionen sind als Vorschläge aufzufassen. Sie haben die Wahl, diese auszuführen, zu unterlassen oder zu variieren. Seien Sie hier Ihr/e eigen/er/e chairman-woman.
4. Solche speziellen Erfahrungen wühlen manche Gefühle auf. Möglicherweise müssen Sie weinen oder sich anderswie laut äußern. Solcher vokaler Ausdruck kann sehr hilfreich sein.
5. Wenn Sie es vorziehen, die Beobachterrolle einzunehmen, dann nehmen Sie bis auf weiteres die Gruppendy-

namik nur wahr oder erwerben Sie Ihre persönlichen Erfahrungen indirekt-mittelbar.

6. Die Vorgänge in diesem Workshop sollen vertraulich bleiben. Die Ereignisse können außerhalb der Gruppe ohne Namensnennung oder weitere Anhaltspunkte erörtert werden. Danke, daß Sie unsere Vertrauensrichtlinien respektieren.

Bevor wir in die erste Übung gehen, hebt Nathalie nochmals ausdrücklich hervor, daß wir immer die Freiheit haben, ihre Vorschläge anzunehmen, zu variieren oder etwas anderes zu machen. Sie bittet uns, in diesem Rahmen gruppendynamische Prozesse zu registrieren, aber nicht zum Thema zu machen. Sie wird sich in der Folge für jeden Beitrag und für jede persönliche Mitteilung bescheiden und respektvoll bedanken.

4. Persönliche Reflexionen zu Gestaltungsvorgaben

Ich fühle mich wohl und aufgeschlossen mit Nathalie, weil ich mich mit großen kräftigen Frauen wohl fühle und weil sie einen großen Spielraum entwirft, dennoch klare Grenzen setzt und schon bisher Mut zur Selbstdarstellung zeigt.

Nathalie zeigt sich zum Beispiel als Bewegungsmensch, Bewegung ist ihr ein und alles, gesteht sie mit schüchterner Aufrichtigkeit. Es gehört nach meinem Empfinden ein gesundes Selbstverständnis dazu, diesen großen, markanten, schlanken Körper unbekümmert vor einem neugierigen Auditorium zu bewegen. Dieses ehrliche Bekenntnis zur Eroberung des Raumes durch geschmeidige Bewegung weckt sofort meine Sympathie und mein Verständnis. Entspannung und Lockerheit werden spürbar, sodaß ich meiner eigenen Bewegungsfreude gewahr wurde, die durch zivilisatorische Bewegungsscham schon ein wenig beeinträchtigt ist.

„Da-sein durch Bewegung“ heißt die Einstiegsübung, Erdung und Kontakt mit der Natur, mit dem Kosmos wird vorgeschlagen und eindrucksvoll eingestimmt. Will ich diese Aspekte, die aus dem esoterischen Kulturgut kommen, blitzt es kurz bei mir auf. Das kenne ich doch auch aus anderen Seminaren, Büchern und aus diversen Gesundheits-sendungen im Fernsehen. Ja gerade deshalb, ich gefalle mir jetzt zusammen mit der passionierten Nathalie Rogers und den therapeutischen Teilnehmern als Teil der Natur und bin einverstanden, daß ich mir Kraft aus Kosmos und Erde hole, daß ich das Holz der Bäume spüre und den Himmel imaginiere. Wir können Geh-Variationen probieren, das „ministry of silly walks“ von den Monty Pythons fällt mir dazu ein. Wir sollen gut auf unser persönliches Tempo achten, wahrnehmen, wann wir uns am wohlsten fühlen. Jetzt könnten wir einmal versuchen, auf unsere Art einen Zug

zu erreichen, für den wir schon spät dran sind, um den Unterschied zu spüren. Nathalie eilt kräftig allen voraus.

Die meisten Teilnehmer bewegen sich gleichfalls unbekümmert, weil sie therapieerprobte Insider sind und/oder die Souveränität und der versonnen-amüsierte Bewegungsstil Nathalies lockernd wirken.

Jetzt kommt der Part, der meine Scheu und mein Distanzgefühl auf die Probe stellt. Wir sollen andere Teilnehmer mit beliebigen Körperteilen antippen. Ich überwinde mich trotz der gelockerten Auftragsbedingungen und tippe und schaue gleichzeitig in freche, fragende, scheue und pflichtbewußte Dus, bin aber über das Ende der Übung doch erleichtert.

Nun sollen wir unsere Präsenz innerhalb der Gruppe festigen, indem wir rundum unseren Namen sagen und eine typische Bewegung dazu erfinden. Mein Auftritt kommt so spontan aus mir heraus und wird von den Teilnehmern als besonders eindrucksvoll zurückgemeldet. Später wird klar, daß schon dies ein Symbol für mein jetziges Lebensthema war, das mir bis zum Ende des Seminars immer präsenter und wertvoller wurde – so etwas wie Freude an unabhängiger Meinungsbildung, offener Selbstbestimmung, Anspruch an anerkannte Souveränität und Liebe zu ironischer Distanz.

Es wird mir über diese eigene Erfahrung, auch inspiriert durch die Lebensgeschichte und die Alterstufe Nathalies, erneut deutlich, daß sich in uns ein universelles Lebensprogramm erfüllen dürfte, das nicht nur von traditionellen „Lebensaufgaben“, sondern auch von einer Abfolge innerer Lebensthemen bestimmt wird. Seit ich selbst an der Schwelle zu einem neuen Lebensabschnitt stehe, spüre ich, daß mit zunehmendem Alter meine Sehnsucht nach Unabhängigkeit von äußeren Rahmenbedingungen zunimmt. Zur Alterspsychologie vermissen ich psychologisches Grundlagenwissen, sodaß ich zur Bestätigung meiner Ahnungen auf die Beobachtung unterschiedlicher Elternfiguren und den Verlauf meiner eigenen Entwicklung verwiesen bin. Demnach scheint das Alter besonders kongruente oder gleichgültige oder eigenwillige oder starrsinnige Personen hervorzubringen, die ihrer Umgebung mit einer gewissen Würde Lebenserfahrung spenden oder durch herablassende Unbeeindruckbarkeit Kraft rauben, je nachdem. Nathalie wirkt auf mich, sich etwas ängstlich schützend und gewährend.

Nun stellt Nathalie die Gestaltungsmaterialien und Möglichkeiten der Umsetzung unserer Impulse vor – Ton, Musikinstrumente, Kreiden, Ölfarben, Schreiben, Bewegung, Tanzen. Nathalie schlägt vor, mit der linken Hand zu malen, da vermutlich geringere motorische Kontrolle mehr Ausdruck produziert. Ich erinnere mich, daß ich schon ein besonders musisches Kind war, als solches auch gewürdigt wurde. Von meiner unmittelbaren Beziehung zur Kunst ist mir nur die Angst vor Dilletantismus geblieben.

Ich schließe mich dem pädagogischen Konzept an, daß jeder Mensch unter günstigen Bedingungen bis zu einem gewissen Grad alle Geschicklichkeiten erlernen kann, die die persönliche Ausdrucksfähigkeit erweitern, sodaß Kunst ein anderes Mittel der Sprache wird. Für die Wirkung der Werke sind nicht nur Kriterien der Werkreife, sondern auch der Ausdruck des persönlichen Erlebens und die Interpretation des Betrachters relevant. Oberflächlicher, eitler Pfusch ist mir peinlich, weil ich solchen als Ausdruck der Selbstüberschätzung und Geringschätzung der Mitwelt auffasse. Wie wird Nathalie diese Gratwanderung zwischen authentischem Erleben und oberflächlichem Pfusch mit 26 großteils kreativ ungeübten Menschen bewältigen?

„Scribble-Music“ ist die Übertragung von unterschiedlicher Musik auf Papier mit anschließender Übersetzung in Bewegung und Laute. Dann kommt der Vorschlag, die Wirkung mit anderen Teilnehmern auszutauschen. Bei nächster Gelegenheit wird uns Nathalie empfehlen, beim „sharing“ mit der Formulierung zu beginnen „Wenn ich Dein Bild anschau, dann ...“

„Sharing“ ist das Herzstück der PCT. Nathalie ermutigt, überzeugt wirkend und nachdrücklich, nach einer künstlerischen Gestaltung vom Feed-back mit anderen Personen Gebrauch zu machen oder Feed-back anzubieten.

Exkurs über den Vorgang des „sharing“ (frei nach Nathalie):

1. Teile Deine Eindrücke über eine Darstellung mit einer oder mehreren Personen
2. Gib Deinem/er Partner/in das Gefühl, daß er/sie wirklich gehört wird, indem Du ihm/ihr das erste statement über das Werk einräumst mit etwa folgendem Wortlaut: „Wie war der Prozeß, welche Bedeutung hat er für Dich, willst Du ein Feed-back haben? Zur Rückmeldung verwende die Formulierung: „Wenn ich Dein Bild (Figur, Bewegung ...) anschau, fühle ich Angst,“ nicht: „Ich sehe, daß Du große Angst hast.“
3. Begründung dieser exakten Anleitung: Empathie heißt, Gefühle als eigene auszudrücken, nicht zu projizieren. Auch enthusiastische Bemerkungen sind verstörend, da sie als Bewertung ankommen und den Erlebensradius einengen.

Solche Richtlinien sind inzwischen längst „Kommunikations-Einmaleins“ geworden. Neu ist für mich die Anwendung über ein gestaltetes Medium und überraschend ist für mich diese entschiedene, rezeptartige Formulierung, die ich als Essenz einer langjährigen Berufserfahrung auffasse. Dieses prägnante Bekenntnis zu disziplinierten, professionellen Kommentaren hat allein schon meine Reise gelohnt.

Bevor wir zur Umsetzung dieser Richtlinien kommen, lenkt Nathalie unsere Aufmerksamkeit auf den Reiz des „as if – movement vocabulary“, unter welchem die Übersetzung von Gefühlen in körperliche Bewegungen verstanden wird.

Dann empfiehlt sie, das schon Empfundene mittels Ton zu symbolisieren, womit ich meine verstoßene Liebe zur Bildhauerei ausleben kann. Dann wähle ich aus dem Angebot Nathalies meine andere Passion, das Schreiben, um meine inneren Vorgänge zu präzisieren. Beim folgenden „sharing“ gewinne ich schon ein erstes echt-erleichterndes Erfolgserlebnis, weil es mir unter Mithilfe meiner Weggefährtin Nr.2 gelingt, eine abstoßende Klientenstimmung aufzulösen. Schon allein diese Erkenntnis hat meine Reise gelohnt.

Darauf habe ich besondere innere Muße mit unumschränkter Aufmerksamkeit Nathalies „Perspektiven einer Tochter“ zu folgen, die meine Eingangsfragen erhellen werden.

5. Perspektiven einer Tochter

Nathalies Mutter war Künstlerin, was für eine, habe ich zu fragen vergessen. Die Mutter bekommt im Rahmen dieses Seminars keine Konturen. Aus Nathalies romanhafter Lebensgeschichte „emerging woman“ geht eine sehr zärtliche enge loyale Mutterbindung hervor. – Carl Rogers war sehr scheu, sagt die Tochter über den Vater. – Das Familienleben war ein sehr herkömmliches, nur im Sommer gab es ein richtiges Familienleben. Ansonsten war der Vater ein ganz gewöhnlicher Vater, der am Abend müde von der Arbeit kam und den in der Freizeit die Arbeit nicht losließ. Es war ihr lange nicht klar, daß sie einen besonderen Vater hatte, erst viel später konnte sie das „Wow“ in Zusammenhang mit ihrem Herkommen bringen. – Nathalie besuchte zunächst „art classes“, erwarb dann das „masters degree“ in Psychologie – nach Studienabschluß war sie primär Mutter (woher dieser naive Konservatismus, denke ich mir), Ehe und Scheidung erwähnte sie beiläufig – in der Mitte ihres Lebens ging sie für ihren beruflichen Neuanfang sozusagen zurück zur Schule – ihr Einstieg in die Psychotherapie erfolgte über Kunst und Bewegung, weil ihr das von Kind an am besten entspricht und aus der Zusammenarbeit mit ihrem Vater heraus nach Anwendung und Fortentwicklung verlangte.

Die Ehrlichkeit der folgenden Worte verblüfft, amüsiert mich und setzt gewisse Mythen über Rogers in ein realistisches Licht. Sie war 45, gerade geschieden, als die Zusammenarbeit mit dem Vater begann und ist noch nachträglich froh, daß sie damals völlig unvoreingenommen arbeiten konnte, ihre ganz persönlichen Entdeckungen machen konnte, weil es noch keine verbindlichen Ausbildungsmaßstäbe gab. Sie erinnert sich an Workshops mit mehr als 100 Teilnehmern.

Carl Rogers begrüßte die Leute und sagte, daß er sie gern näher kennenlernen möchte und sie sich Zeit nehmen sollten, einander zuzuhören – sonst nichts. Die Leute reagierten mit Frustration, Ärger, Zorn und Tränen. Diese Si-

tuationen waren sogar für Nathalie unerträglich, so etwas würde sie heute nicht mehr machen, sagt sie frei und offen. Solche Szenen lösten sich erst auf, demonstrierte sie sehr eindrucksvoll, wenn jemand aufstand und ankündigte, er werde einfach dies oder jenes anfangen.

Nathalie fand für sich erst einen guten Platz in diesen Encounter-Gruppen, indem sie ein Studio einrichtete und den Leuten Gelegenheit durch Raum und Mittel anbot, ihre Gefühle mittels Kunst auszudrücken. Das waren die Wurzeln der „expressive art therapy“. Nach der kritischen Distanzierung vom totalen „Prinzip der Selbstorganisation“ im Rahmen von Gruppen konnte sich eine Synthese zwischen den akzeptierten Grundvariablen des Vaters und der Einblendung von Gestaltungsmedien vollziehen. Wie ich die Arbeit Nathalies verstehe, nimmt sie sich selbst als Instrument zurück, stellt sich an Hand des Kunstwerks extrem taktvoll als Geburtshelfer von vorbewußten Vorgängen dem Klienten zur Verfügung und bedankt sich, wie anfangs erwähnt, für jede persönliche Mitteilung fast wie für ein Geschenk.

Gefühle, im besonderen Taktgefühl, sind das Stichwort für einen weiteren Vorschlag. Zur Aufarbeitung persönlicher Krisen empfiehlt Nathalie ein „art note book“, ein Zeichenblätterbuch, in dem man z.B. ganz für sich allein mittels Ölkreiden chronologisch Gefühle dargestellt – rechts eine Malerei, links prägnante Kommentare, auf diese Weise tauchen unbewußte Gefühle auf und werden faßbar. Nathalie hat sich auf diese Weise mit der Trauer um ihren Vater auseinandergesetzt, beendet sie zögernd ihre Ausführungen.

Nathalie faßt zusammen – Der größte Vorteil der Kunsttherapie ist das Beschäftigungsangebot an alle Teilnehmer, im Gegensatz zur strukturlosen Ausgangssituation von encounter-Gruppen. Außerdem ist Kunst eine andere und erweiterte Form der Sprache, die schnell hilft, auf den Punkt zu kommen, Gefühle zu identifizieren und zu kontaktieren.

Dann erklärt sie in einfachen Worten das Menschenbild der humanistischen Psychologie, daß erst das „in Gefühle reingehen“ den Menschen komplett macht, nicht das „Gefühle vermeiden, beherrschen, unterdrücken“, wie dies im öffentlichen Leben häufig gefordert wird.

Dieser Exkurs fesselt meine totale Aufmerksamkeit, weil vor allem in meiner Rolle als Referentin im Rahmen der Betriebspsychologie die spezielle Erwartung an mich als Psychologin gerichtet wurde, Kontrolle über eigene Gefühle zu demonstrieren und zu lehren. Bevor ich unser klz. Grundkonzept klar formulieren konnte, bin ich hauptsächlich wegen der „sheer emotions“ in Erklärungsnotstand geraten, da diese in erster Linie als Bedrohung im Sinne eines Gesichtsverlust empfunden werden.

Daß Vermeidung von Gefühlen zwischenmenschliche Kälte erzeugt, ist Allgemeingut, daß der Mensch unendlich differenziert empfindet, wird besonders durch therapeuti-

sche Prozesse verdeutlicht, die mehr über Erleben als über Erklärungen verstanden werden. Erst durch empathische Begleitung und/oder Selbstexploration von vagen Empfindungen, Wahrnehmungen und unreflektierten Bewertungen werden bewußte Prozesse gefördert, die Souveränität über eigene Entscheidungen und „Selbst“-Kontrolle ermöglichen.

Nathalie spricht zunächst die starken Gefühle an und erinnert, daß neben dem Kontakt mit Ärger und Schmerz selbstverständlich auch angenehme, erfreuliche Gefühle akzeptiert und ausgedrückt werden sollen. Sie versteht als Vorteil von künstlerischen Ausdrucksformen, daß ein „release (Befreiung. Loslösung) of energy“ begünstigt wird, welcher wohl einer nuancierteren Wahrnehmung und Relativierung des eigenen Erlebens gleichkommt und in unserem Ansatz von zentraler Bedeutung ist. Sie nennt den Vorgang „Einsichten aus dem intuitiven Selbst“ gewinnen und „Umwandlung von Gefühlen“, z.B. wenn aus Ärger Verwunderung oder Trauer entsteht.

6. Resümee und subjektive Beantwortung meiner Fragen

Die Profilierungsfrage und inhaltliche Differenzen zwischen Vater und Tochter betreffend Strukturierung des Therapiesettings wurde durch die Zwischenschaltung des Mediums Kunsthandwerk und Körperausdruck gelöst.

Im Zusammenhang mit der psychologischen Stellung der Mutter im Roger'schen Familienverband kann ich die Themen traditionelle Selbstverleugnung und Verzicht nicht los werden und erkläre damit auch den erstaunlich konservativen Lebensstart Nathalies.

Dem Spätstart Nathalies ins Berufsleben und der relativ späten Integration in das Lebenswerk des Vaters gingen intensive innere Vorgänge voraus, die einer freien persönlichen Lebensgestaltung den Weg bahnten. Der Vertreter von Kongruenz und „Selbst“-Bestimmung hat eine Tochter, die gegen Willkür und Vereinnahmung angetreten ist, heute souverän-schüchtern, sensibel und freundlich wirkt. Daß sie zu einer besonders sorgsam, behutsamen therapeutischen Haltung steht, demonstriert sie eindrucksvoll in einer exklusiven Therapiesession mit einer freiwilligen Klientin.

Nathalie rührt nicht an den drei hinreichenden Elementen für Beziehungsgestaltung, die ihr Vater formuliert hat

– Kongruenz, Empathie, zugewandte Aufmerksamkeit. Ich denke, daß sie diese Kriterien sogar strenger handhabt als ihr Vater.

Während Rogers heute dahingehend interpretiert wird, daß der Therapeut selbst das Instrument zur Förderung der Selbstexploration des Klienten ist, schaltet Nathalie das Kunsthandwerk als Projektionsfläche von vorbewußten Vorgängen, gefühlten Bedeutungen dazwischen, so wie Gendlin die Aufmerksamkeit auf die vorbewußte innere Erlebensdynamik lenkt und deren bewußte Symbolisierung durch den Klienten allein anstrebt.

Leider habe ich es unterlassen, Nathalie auf meine Assoziation zu Gendlin zu fragen, ob irgendwelche ähnliche Erfahrungen die Vorgangsweise beeinflussen. Meiner Meinung nach gehen beide mit Interpretationshilfen im Sinne von empathischem Feed-back äußerst sparsam um, stehen jedoch mit größter Aufmerksamkeit zur Verfügung. Dadurch wirken beide Methoden extrem taktvoll und vorsichtig. Ob es sich bei dieser Haltung um die subtilste Form von Empathie handelt oder auch Angst vor Nähe, Aggression, Willkür, Vereinnahmung eine Rolle spielen könnten und/oder eigene Scheu, Scham, Unverbindlichkeit die Vorgangsweise beeinflussen, würde ich gern zur Diskussion stellen.

Es ist mir gelungen, Nathalie auf einen Besuch in Österreich einzustimmen. Als besonderes Andenken habe ich mir ein Exemplar des Buches „Emerging woman“ zuschicken lassen, in das sie eine persönliche Widmung geschrieben hat. Für diese persönliche Geste und sämtliche oben beschriebenen Erlebnisse und Einsichten hat sich meine Reise an den Vierwaldstättersee gelohnt.

Dank

Danken möchte ich noch einmal Sylvia Keil für die Anregung zur Teilnahme am Workshop, Lore Korbei für kritisches Lesen dieses Artikels und wertvolle Anregungen zu inhaltlichen Klarstellungen, Jochen Sauer für Korrekturlesen.

Biographie:

Dr. Ilse Schneider, Wien, klz Psychotherapeutin, klinische Psychologin in freier Praxis. Trainerin für Kommunikation, Organisation, Führung, Motivation und Personalwesen in Österreich und Osteuropa. Gelegentlich psychologische Beraterin einer bekannten Wiener Tageszeitung.