

Peter F. Schmid

Universität Graz
Institut für Personenzentrierte Studien (IPS), Wien

Die therapeutische Beziehung als personale Herausforderung

Vortrag beim 34. Weinsberger Kolloquium
Zugleich Jahrestagung der Ärztlichen Gesellschaft für Gesprächspsychotherapie (ÄGG) 2002
„Selbstentfaltung und therapeutische Beziehung“
Klinikum am Weissenhof
Weinsberg, Zentrum für Psychiatrie (Prof. H.J.Luderer)
13.September 2002

Übersicht

- I. Der Paradigmenwechsel im therapeutischen Ansatz
- II. »Person«-zentriert: Der Mensch als Person
- III. Die therapeutische Beziehung als personale Begegnung
- IV. Die fundamentale Wir-Perspektive

Abstract

Immer mehr setzt sich in den verschiedenen Schulen der Psychotherapie die Überzeugung durch, dass der Beziehung zwischen Therapeut bzw. Therapeutin und Klient bzw. Klientin eine hervorragende Bedeutung als therapeutischer Wirkfaktor zukommt. Dies gilt für die Einzelpsychotherapie wie für die Gruppentherapie. Schon Sigmund Freud hatte herausgefunden, dass die Beziehung zwischen Analytiker und Analysand entscheidend für das Gelingen der Therapie ist, dabei jedoch vor allem die unrealistischen Beziehungsanteile, die er als Übertragung verstand, in den Fokus der Aufmerksamkeit genommen und für die therapeutische Arbeit fruchtbar gemacht. In diametralem Gegensatz dazu hat Carl Rogers bereits um die Mitte des vergangenen Jahrhunderts die Bedeutung der realen Beziehung zwischen den Therapiepartnern bzw. –partnerinnen betont und zur Grundlage seines Ansatzes gemacht, dass beide als Person in Beziehung treten.

Mit der Bezeichnung als „Person“ wurden in der abendländischen Philosophiegeschichte ein Menschenbild und eine Anthropologie entwickelt, die den Menschen gleichrangig und dialektisch in seiner Individualität und Selbstständigkeit wie in seiner Relationalität und Beziehungsangewiesenheit zu verstehen suchen. Die Beziehung von Person zu Person wird dabei als Begegnung verstanden, d. h. als unmittelbares Geschehen auf personaler

Ebene, das auf bestimmten ethischen, anthropologischen und erkenntnistheoretischen Voraussetzungen beruht.

Carl Rogers hat, in dieser Tradition stehend, ein revolutionäres Paradigma in der Psychotherapie und Beratung entwickelt, das für den Therapeuten bzw. die Therapeutin eine besondere Herausforderung darstellt, weil es ihn bzw. sie selbst als Person in das therapeutische Geschehen unmittelbar, d.h. ohne vorgefasste Mittel, Methoden und Techniken, einbezieht. Die Beziehung dient also nicht nur dem psychotherapeutischen Geschehen (womit sie wiederum instrumentalisiert würde); die Beziehung ist vielmehr selbst die Therapie. Darin unterscheidet sich die Personzentrierte Psychotherapie wesentlich von allen anderen Schulen. Psychotherapie ist demnach ein Vorgang, dem nicht nur eine Persönlichkeitsentwicklung des Klienten bzw. der Klientin zugrunde liegt, sondern das auch eine entsprechende Entwicklung der Person des Therapeuten bzw. der Therapeutin erfordert.

Diszipliniertes und professionelles Vorgehen ist dazu kein Widerspruch — im Gegenteil, eine solche Einstellung und ihre Verwirklichung bedürfen einer entsprechend sorgfältigen, ihrerseits auf Persönlichkeitsentwicklung beruhenden Ausbildung und beständigen Fortbildung.

Der Vortrag versucht, einige dieser Dimension auszuleuchten und diskutiert die praktischen Konsequenzen, die eine genuine Umsetzung eines wahrhaft *Person*-zentrierten Ansatzes in der Psychotherapie für Therapeutinnen und Therapeuten hat.¹

Sehr geehrte Damen und Herren, werte Kolleginnen und Kollegen!

Man handelt wohl in seinem Sinne, wenn man Carl Rogers hundertsten Geburtstag zum Anlass nimmt, seinen Ansatz tendenziell weiterzuentwickeln. In Bezug auf die therapeutische Beziehung will ich heute einige Überlegungen dazu anstellen. Das soll in vier Schritten geschehen.

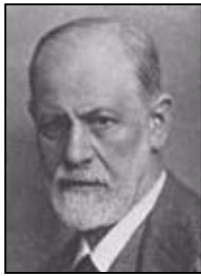
Nach einem Blick darauf, worin der Paradigmenwechsel zu einem beziehungsorientierten Ansatz liegt (I.), und einer Erinnerung an die zugrunde liegende Anthropologie (II.) werde ich essentielle Aspekte der personzentrierten therapeutischen Beziehung in Theorie und Praxis herausarbeiten (III.) und schließlich eine, wie ich meine, wichtige Weiterentwicklung ihres Verständnisses aus einer fundamentalen Wir-Perspektive ansprechen (IV.).

I. Der Paradigmenwechsel im therapeutischen Ansatz: Die Beziehung als Wirkfaktor

Immer mehr setzt sich in den verschiedenen Schulen der Psychotherapie die Überzeugung durch, dass der Beziehung zwischen Therapeut bzw. Therapeutin und Klient bzw. Klientin eine hervorragende Bedeutung als therapeutischer Wirkfaktor zukommt. Dies gilt für die Einzelpsychotherapie wie für die Gruppentherapie. Man konnte es in aller Deutlichkeit bei den drei vergangenen Weltkongressen für

¹ Vgl. zum Ganzen Schmid 2002a; 2002b.

Psychotherapie 1996, 1999 und 2002 beobachten.



Sigmund Freud: Übertragung

Schon Sigmund Freud hatte herausgefunden, dass die Beziehung zwischen Analytiker und Analysand entscheidend für das Gelingen der Therapie ist, dabei jedoch vor allem die „unrealistischen“ Beziehungsanteile, jenen Teil der Beziehung, den er als Übertragung verstand, in den Fokus der Aufmerksamkeit genommen und für die therapeutische Arbeit fruchtbar gemacht.



*Carl Rogers: reale Beziehung (»person to person«)
Begegnung (»encounter«)*

In diametralem Gegensatz dazu hat Carl Rogers bereits um die Mitte des vergangenen Jahrhunderts die Bedeutung der „realen Beziehung“ zwischen den Therapiepartnern bzw. –partnerinnen betont und seinem Ansatzes zugrunde gelegt, dass beide als Person in Beziehung treten.

Carl Rogers hat, in der Tradition des abendländischen Personbegriffes stehend, ein revolutionäres Paradigma in der Psychotherapie und Beratung entwickelt, das für den Therapeuten bzw. die Therapeutin eine besondere Herausforderung darstellt, weil es ihn bzw. sie selbst als Person in das therapeutische Geschehen unmittelbar, d.h. ohne vorgefasste Mittel, Methoden und Techniken, einbezieht. Auch wenn andere Schulen mittlerweile ihrerseits die Bedeutung der Realbeziehung erkannt haben (und trotzdem fast ausnahmslos Rogers ignorieren und damit verschweigen, woher diese Einsicht kommt), den entscheidenden Punkt von Rogers haben sie nicht übernommen. Bei Rogers dient die Beziehung nämlich nicht nur dem psychotherapeutischen Geschehen (womit sie wiederum instrumentalisiert würde); die Beziehung ist vielmehr selbst die Therapie. Darin unterscheidet sich die Personzentrierte Therapie wesentlich von allen anderen Schulen. Psychotherapie ist demnach ein Vorgang, dem nicht nur eine Persönlichkeitsentwicklung des Klienten bzw. der Klientin zugrunde liegt, sondern das auch eine entsprechende Entwicklung der Person des Therapeuten bzw. der Therapeutin erfordert.

Gleich vorweg: Diszipliniertes und professionelles Vorgehen ist dazu nicht nur kein Widerspruch — im Gegenteil, eine solche Einstellung und ihre Verwirklichung bedürfen einer entsprechend sorgfältigen, ihrerseits auf Persönlichkeitsentwicklung beruhenden Ausbildung, beständigen Fortbildung sowie Theorie- und Praxisentwicklung.

Ich möchte nun versuchen, einige dieser Dimensionen grundlegend auszuleuchten, die eine genuine Umsetzung eines wahrhaft *Person*-zentrierten Ansatzes in der Psychotherapie für Therapeutinnen und Therapeuten hat.

Historische Bezeichnungen

■ non-directive	1942a	Rogers, USA
client-centered	1951a	

person-centered	1977a	
■ nichtdirektiv Gesprächstherapie klientenzentriert	1956 1968 1973	Tausch, D; NL
■ person-centered personzentriert persoonsgericht centré sur la personne ²	ab 1975(b)	engl., roman., u.a.

Rogers arbeitete im Lauf der Entwicklung seiner Praxis und Theorie die Natur der therapeutischen Beziehung immer deutlicher heraus. Hatte er sie selbst zunächst noch in Abwehr der gängigen direktiven Formen bewusst „nicht-direktiv“ genannt, und später, die Charakteristik der Beziehung genauer treffend und positiv formulierend, „klientenzentriert“, so ging er schließlich dazu über, sie „personzentriert“ zu nennen und als „Begegnung“ zu beschreiben, als „encounter person to person“.

An dieser Stelle möchte ich die Gelegenheit ergreifen und ausdrücklich das Verdienst von Reinhard Tausch für die erfolgreiche Etablierung des Ansatzes, von ihm „Gesprächstherapie“ genannt, im deutschen Sprachraum hervorheben. Sein Referat vorhin hat mit empirischen Daten erneut belegt hat, dass der Personzentrierte Ansatz weit über die Therapie hinaus für hilfreiche zwischenmenschliche Gespräche von fundamentaler Bedeutung ist.

Gleichzeitig möchte ich an dieser Stelle auch ein Plädoyer für die Bezeichnung „personzentriert“ als weltweite Trademark halten. Bei allem Verständnis auch für die derzeitige politische Situation in Deutschland unmittelbar nach der staatlichen Anerkennung und den anstehenden Verhandlungen mit den Sozialversicherungsträgern scheint es mir unumgänglich, jenseits lokaler Traditionen, eine weltweit eindeutige, unverkennbare Bezeichnung zu haben, an der wir erkennbar sind. Das wäre ein wichtiger nächster Schritt nach der Anerkennung. Wie bereits erwähnt, ist diese Bezeichnung – „Person“-zentriert – auch eine höchst zutreffende, weil sie auf das Wesentliche des Ansatzes und seines Paradigmenwechsels zielt.

II. Der Mensch als Person

Mit der Bezeichnung als „Person“ wurden in der abendländischen Philosophiegeschichte bekanntlich ein Menschenbild und eine Anthropologie entwickelt, die den Menschen gleichrangig und dialektisch in seiner Individualität und Selbstständigkeit wie in seiner Relationalität und Beziehungsangewiesenheit zu verstehen suchen. Die Beziehung von Person zu Person wird dabei als Begegnung verstanden, d. h. als unmittelbares Geschehen auf personaler Ebene, das auf bestimmten ethischen, anthropologischen und erkenntnistheoretischen Voraussetzungen beruht.

Ich nehme an, dass den meisten von Ihnen die entsprechenden Überlegungen bekannt

² Vgl. die Rogers-Bibliografie Online auf <http://pfs-online.at/rogers.htm>.

sind (Schmid 1991) und möchte Ihnen nur kurz einige wesentliche Punkte in einer kurzen „stummen Präsentation in Erinnerung rufen.

Für die Präsentation zum Personbegriff: <http://pfs-online.at/papers/person.htm>.
(Für die Anzeige ist eine neuere Version des Internet Explorers erforderlich. Alternativ können Sie zum Personbegriff beispielsweise auch einen Lexikonartikel nachlesen: <http://pfs-online.at/papers/paper-lexikon.htm>.)

III. Die therapeutische Beziehung als personale Begegnung

Was bedeutet das nun konkret für das Verständnis der therapeutischen Beziehung? Das will ich in drei Schritten anhand dreier markanter Begriffe darstellen.

»**Begegnung**«: *sich als Person ins Spiel bringen*

- Be-geg(e)n-ung / en-counter: Gegenüber
- Der Andere in seinem Anderssein
- »Betroffenwerden vom Wesen des Gegenüber–Stehenden« (Guardini 1955)
- An-Erkennung als Person statt Erkenntnis über den Anderen
- Widerstand dem Selbst
- Du–Ich–Beziehung (Levinas)
— der Klient gibt sich zu erkennen und zu verstehen
- Authentisches, kunstvolles Spiel
- Dialogische Spannung

Eine Beziehung, die dem Menschen als Person gerecht wird, kann zweifellos nur eine sein, die einerseits den Anderen ganz so nimmt, wie er ist, und ihn in diesem Sosein respektiert, und bei der man sich andererseits auch selbst als Person ins Spiel bringt (statt sich in neutraler Distanz zu halten). So hatte Rogers über sich als Therapeut bereits 1955(a, 199) geschrieben: „Ich setzte mich selbst aufs Spiel. [...] Ich lasse mich ein, auf die Unmittelbarkeit der Beziehung.“

Dafür steht in der Begegnungsphilosophie der Begriff „Begegnung“. Sie hat die für eine „personale Begegnung“ konstitutiven Elemente herausgearbeitet, von denen ich nun einige nenne. Sie lassen sich unschwer in der personenzentrierten Arbeit wiederfinden.

- Be-geg(e)n-ung (englisch „en-counter“) bedeutet wörtlich, etwas oder jemandem *gegenüber stehen*. Gegen und contra stecken in diesen Wörtern. Das „Gegen“ weist auf das Anderssein des Anderen hin (und lässt, nebenbei bemerkt, Raum für ein konstruktives Verständnis von Aggression).

- Es ist eine Beziehung, die *den Anderen* als einen prinzipiell Anderen respektiert und sich von diesem Anders- und Unerwartetsein überraschen und berühren lässt. Der Andere ist dann kein Alter Ego, er ist ein prinzipiell Fremder und Anderer, den ich nicht von vornherein kennen oder gar beurteilen kann, sondern der mir stets ein Rätsel bleiben wird und mich staunen macht, wie es Emmanuel Levinas (1959, 120) ausdrückt: „Einem Menschen begegnen heißt, von einem Rätsel wach gehalten werden.“

- Begegnung ist nur dann Begegnung, wenn sie *ohne Absicht* geschieht, als ein staunendes Zusammentreffen mit der Wirklichkeit des Anderen, als ein „*Betroffenwerden* vom Wesen des Gegenüber–Stehenden“, wie Romano Guardini (1955, 226; Hervorh. pfs) Begegnung definiert.
- Dabei wird der Andere weder vereinnahmt noch von außen beurteilt. Begegnung ist also jene Form der Beziehung, die den größtmöglichen Respekt vor dem Anderen ebenso verwirklicht wie eine ganz besondere Nähe. Sie ist die dem Personsein im Sinne dieses Respekts vor der Autonomie (der dem substanzialen Personbegriff entspricht) angemessene Form der Beziehung: In der Begegnung tritt Person der Person gegenüber. Dies meint freilich weder allein einen einmaligen, außergewöhnlichen Moment noch einen dauernden, unveränderten Zustand, sondern einen Prozess. Er führt vom Besprechen zum Gespräch, zur *An-Erkennung* als Person (und nicht zur Erkenntnis über den Anderen).
- Begegnung hat dabei notwendigerweise mit *Widerstand*, mit *Konfrontation* zu tun. Der Andere stellt das Selbst infrage. Er ist kein a priori Vertrauter oder gar Einordenbarer. Wer jemandes Anderen in personaler Weise innewird, sich von diesem Anderen ansprechen und betreffen lässt, erfährt, dass damit jede Form von In-Besitz-Nehmen ausgeschlossen ist. Wer sich des Anderen bemächtigen wollte (und sei es nur in Form von Interpretationen oder Deutungen über den Anderen oder durch Vorgaben für ihn), der zerstört die personale Qualität der Beziehung und führt sie in eine Beziehungsform über, in der einer den anderen zum Objekt macht. Paul Tillich (1956, 208), mit dem Rogers einen öffentlichen Dialog in San Diego führte, sagt es so: Wenn die Person „nicht dem Widerstand anderer Selbst begegnete, würde jedes Selbst versuchen, sich absolut zu setzen. [...] Das Individuum entdeckt sich durch diesen Widerstand. Will es die andere Person nicht zerstören, muss es in Gemeinschaft mit ihr treten. Im Widerstand der anderen Person wird die Person geboren.“
- Die Bewegung geht dabei, auch entwicklungspsychologisch gesehen, *vom Du zum Ich*, nicht umgekehrt, wie Levinas (1987) betont. Begegnung Erfahrung bedeutet von allem Anfang an, in der Optik des Anderen zu stehen. Damit geht die personale therapeutische Beziehung weit über das hinaus, was üblicherweise als „Ich-Du-Beziehung“ mit dem Hinweis auf Buber, bezeichnet wird. Auch Rogers hat das oft getan. Levinas aber hat die Begegnungsphilosophie weitergeführt und darauf hingewiesen, dass schon rein entwicklungspsychologisch–phänomenologisch, die Bewegung vom Du zum Ich geht: Wir werden empfangen, erwartet, angenommen und aufgenommen. Dasselbe gilt für die therapeutische Beziehung: Der Klient kommt – in jeder Hinsicht – zuerst. Begegnung in der Therapie geht von dieser Form der Begegnung aus.
- Sie bedeutet, dass, erkenntnistheoretisch gesprochen, der Andere es ist, der sich zeigt, zu erkennen gibt, offenbart. Also auch hier geht die Bewegung vom Anderen zu mir; der Therapeut ist der Auf- und Annehmende dessen, was der Klient zu verstehen *gibt* (und nicht der wissende Experte, der besser versteht als der Andere).
- Begegnung (und damit begegnungsorientierte Psychotherapie) kann dementsprechend kein planungsgebundenes, auf ein Ziel fixiertes Tun sein, sondern ist, so gesehen, Kunst bzw. *Spiel*, ein Spiel ohne Regeln, authentisch, frei, spielerisch (nicht verspielt); es ist absichtsloses Handeln. Therapie ist das Zusammen–Spiel aufeinander bezogener Personen in einem Stück, das im Moment des Spiels jeweils neu geschrieben wird, nicht

ein Wiederholen und Wiederabspielen eingefahrener Rollen oder das Verfolgen eines vorher festgelegten Ziels.

• Wer begegnet, ist also nicht nur Alter Ego einer Selbstreflexion, sondern Partner in einem *Dialog*. Der echte Dialog ist ein Austausch, der auf Gegenseitigkeit zielt. Er geht von der existenziellen Mitte der Person aus, ist, mit Buber gesprochen, „verstehende Konfrontation“. In ihm geht es nicht um Informationsübermittlung, sondern um Teilnahme am Sein des Anderen. In der *dialogischen Spannung* von Ganz–auf–den–Anderen–Bezogenheit (Solidarität) und Ganz–selbst–Sein (Autonomie) entsteht Selbstbewusstsein und geschieht Selbstverwirklichung — dialektisch als Verwirklichung der Möglichkeiten in der jeweiligen Beziehung.³

Um Missverständnisse zu vermeiden: Personzentrierte Therapie beginnt mit der Begegnung des Therapeuten: Er begegnet dem Klienten und versucht zu verstehen, was ihm dieser zu verstehen *gibt*, was dieser zeigt. Die Beziehung bewegt sich dann in Richtung auf eine wechselseitige personale Begegnung, die sie in der Therapie im Idealfall auch erreicht, dann, wenn auch der Klient gelernt hat, die Haltung der Begegnung dem Therapeuten gegenüber einzunehmen – auch wenn es oft nur in Ansätzen während der Therapie dazu kommen wird.

Mit einem Wort: Begegnung bedeutet, sich selbst als Person ins Spiel zu bringen.

»Gegenwärtigkeit«: Ant-Wort auf den An-Spruch

- Gegenwart werden: Präsenz (»prae-esse«)
- Gegenwärtigkeit und Vergegenwärtigung des Anderen — vom Wahrnehmen zum Annehmen
- Prinzipielle Nichtdirektivität (Absichtslosigkeit)
- »Leibhaftes Zusammenspiel« (Buber 1962/63)
- Spirituelle Dimension
- Handeln im Kairos
- Un-Mittel-barkeit
- Person als Antwort (auf den Anruf eines leidenden Menschen)

• Begegnung geschieht, wo einer dem Anderen *Gegenwart* wird (Buber 1923) und sich selbst als Person ganz auf ihn einlässt. Die „von Augenblick zu Augenblick stattfindende Begegnung“ (Rogers 1980b, 194) ereignet sich in der unmittelbaren Gegenwart. Ihr entspricht die *Gegenwärtigkeit (Präsenz)* als das unmittelbare Erleben mit dem Andern im jeweiligen Augenblick. Gegenwärtigkeit wird dabei – im Unterschied zu einem oberflächlichen oder gar ideologischen Gebrauch des Schlagwortes vom Hier–und–Jetzt – in einem existenziellen, begegnungsphilosophischen Sinn verstanden: als authentische Haltung, in der jeweiligen Gegenwart des Anderen zu *sein*, präsent zu sein.

³ Ausführlich zum Verständnis von Begegnung: Rogers 1955a; 1962a; 1962c; 1970a; Schmid 1991, 105–121; 1994; 1998a; 1998b.

Gegenwärtigkeit schließt dabei das Gewordensein ebenso ein wie den Entwurf von Zukunft, das Werdenkönnen.

Das Wort „Präsenz“ kommt von den lateinischen Wörtern 'esse', das „sein“ bedeutet und 'prae', das „vor“ heißt und gleichzeitig eine Verstärkung, eine Intensivierung anzeigt. 'Prae-esse' bedeutet daher nicht nur 'sein', sondern 'wirklich sein, ganz sein'. Präsenz heißt, authentisch als Person zu sein, ganz selbst und ganz offen, ganz das Individuum, das ich bin und ganz die Beziehung, die ich bin.

- Gegenwärtig zu sein, bedeutet also, für sich und für die Anderen im jeweils gegebenen Moment bedingungslos offen zu sein: Es ist ebenso staunende Offenheit für das eigene Erleben erforderlich, ein absichtsloses *Gegenwärtig-sein*, wie die *Ver-gegenwärtig-ung* der anderen Person erforderlich ist, d. h. sich einfühlend der Gegenwart des Anderen auszusetzen.

- Damit ist eine *prinzipielle Nichtdirektivität* verbunden. Nichtdirektivität gehört damit zum Wesen einer personenzentrierten Beziehung und ist keinesfalls überholt. Im Gegenteil, wo Direktivität, und sei es auch nur auf den Prozess gerichtete, als nötig postuliert wird, wie das manche vertreten, ist der Boden personenzentrierten Handelns m.E. verlassen und ein anderer Ansatz gewählt. Die positive Formulierung für Nichtdirektivität ist „facilitative responsiveness“, also „hilfreiches Antwortsein“, d.h. Präsentsein als Person. Sie ist grundsätzlich absichtslos in Bezug auf bestimmte Inhalte wie auf ein bestimmtes Vorgehen. Deshalb kann aus konsequent *Person*-zentrierter Sicht auch nicht gesagt werden, wie es in der Gestalttherapie geschieht, dass der Klient nur für den Inhalt selbst verantwortlich sei, der Therapeut aber für das Vorgehen. Mit der Haltung der Begegnung ist untrennbar das Vertrauen auch dahingehend verbunden, dass der Klient auch die Ressourcen für die Wahl des für ihn richtigen Weges hat. Therapeutische Aufgabe ist, ihn dabei zu unterstützen.

- Gegenwärtigkeit hat selbstverständlich auch eine *körperliche Dimension*. Konstitutiv für personale Begegnung ist auch der leibliche Kontakt. Begegnung setzt physische Präsenz voraus, ist Berührung, Spüren und Gespürtwerden, „leibhaftes Zusammenspiel“, wie sich Buber (1962/63, 212) ausdrückt. Sie ist ein intimes, sinnliches und sinnenhaftes Geschehen. Die sogenannte „Psycho“-Therapie ist daher immer ganzheitliche Therapie, Therapie der Person in ihrer Ganzheit, mit Leib und Seele und Geist.

- Solche Gegenwärtigkeit hat, wenn man es so bezeichnen will, auch eine *spirituelle Dimension*. Damit sind nicht irgendwelche esoterischen Vorstellungen gemeint, sondern die Offenheit für Fragen über das unmittelbar Erfahrbare und Verifizierbare hinaus, die Sinnfragen, die transzendenten Dimensionen des Menschseins und die Glaubensvorstellungen (Thorne 1991; 1998). Sie auszuklammern aus der therapeutischen Begegnung wäre gerade in einem personenzentrierten Ansatz absurd, wiewohl dies nicht selten zu den größten Tabus zu gehören scheint.

- Jeweils ganz in der Gegenwart zu sein, bedeutet die Herausforderung, den fruchtbaren Augenblick zu ergreifen. Er wird „Kairos“ genannt — nach dem griechischen Gott für die günstige Gelegenheit, der als Jüngling mit einem Schopf vorne, kahl geschoren hinten, dargestellt wurde, und den es, wenn er vorbeieilte, galt, „beim Schopf zu packen. Er repräsentiert die Zeit in ihrer qualitativen Dimension (im Gegensatz zu Chronos, der quantitativen, zählbaren Zeit, welcher seine Kinder frisst). Wir leben immer in der

Gegenwart und die gilt es zu ergreifen. Die Tempora der Vergangenheit und der Zukunft sind uns ja nur im Modus der Gegenwart zugänglich.

Kairologie als die Wissenschaft vom rechten Handeln zur rechten Zeit, wie sie etwa Kierkegaard betrieben hat, weiß, dass der rechte Augenblick immer *jetzt* ist. Der Moment für Veränderung ist jetzt und hier. Der Moment, die Zukunft zu beeinflussen ist jetzt und hier. Der Moment, aus der Vergangenheit zu lernen, ist jetzt und hier. Es gibt nur eine Zeit: die Gegenwart. Zukunft ist die Vorwegnahme dessen, was kommen wird – in der Gegenwart, Vergangenheit ist die Erinnerung daran, was geschehen ist – auch sie passiert in der Gegenwart. Wir leben nur in einer Zeit; wir existieren nur jetzt und wir existieren nur hier.

- Auch Begegnung geschieht immer jetzt und sie ereignet sich direkt zwischen den Personen: in *Un-Mittel-barkeit*, jenseits aller Mittel, Methoden und Techniken. Diese stehen trennend zwischen den Personen, wenn sie von außen in die Beziehung eingebracht werden. „Zwischen Ich und Du steht kein Zweck. Alles Mittel ist Hindernis. Nur, wo alles Mittel zerfallen ist, geschieht Begegnung“, formuliert Buber (1923, 78f), präzise auch den Prozess beschreibend.

Das einzige „Mittel“ oder „Instrument“ ist die Person des Therapeuten selbst. Das setzt zuallererst den Verzicht auf alle planbaren Techniken und Strategien voraus, auf alle Mittel, „Spiele“ oder „Übungen“, die als Schutz dienen um abzuwehren, was einem widerfährt. Gegenwärtigkeit hingegen bedeutet, sich einzulassen auf die Unmittelbarkeit der Begegnungserfahrung und offen zu sein für das, was sich im nächsten Augenblick ereignen wird. Niemals ist personzentriertes Handeln ein Handeln „um zu“. Deshalb ist im Gegensatz zu einer therapeutischen Technologie eine „personzentrierte Kairologie“ zu entwickeln — als Reflexion der Kunst, im richtigen Moment das Rechte zu tun (vgl. Schmid 1994).

Auch hier auf den Punkt gebracht: Gegenwärtigkeit bedeutet, offen zu sein für das vom Klienten Gezeigte, Ant-Wort zu sein auf den An-Spruch, den An-Ruf eines leidenden Menschen.

Personalisation geschieht, wo die Gegenwart ergriffen wird. Das „-wart“ in „Gegenwart“ kommt von „-wärts“ und zeigt diesen Prozesscharakter auch etymologisch an: Wer ganz da ist, kommt weiter.

Man kann die Dimension von „Gegenwärtigkeit“ nun an den traditionell als Grundhaltungen bezeichneten Einstellungen durchbuchstabieren. Sie sind Dimension der einen Grundhaltung „Präsenz“, wie interessanterweise jetzt auch eine empirische Untersuchung von Geller und Greenberg (2002) zeigt – sie wird in der ersten Nummer der neuen Zeitschrift des Personzentrierten und Experienziellen Weltverbandes, Person-Centered and Experiential Psychotherapies (<http://pce-world.org/idxjournal.htm>), veröffentlicht, die Ende November erscheint. Die beiden kommen aus empirischer Sicht jetzt zu einem ähnlichen Schluss, den ich auf begegnungsphilosophischer Grundlage vor fast 10 Jahren erstmals formuliert habe: Die einzelnen „core conditions“ sind Dimensionen *einer* Haltung, die man zutreffend als Gegenwärtigkeit oder Präsenz benennen kann.

Man kann sie treffend als Triasvariable bezeichnen, weil sie drei Dimensionen *einer* existenziellen Haltung beschreiben, in der sie gleichsam — in einem hegelianischen Sinn

— aufgehoben sind (Rogers 1986h; Schmid 1994, 228–244). Sie stellen drei Fassetten oder Ausfaltungen ein und derselben Weise dar, mit einem oder mehreren Anderen, in dessen oder deren Gegenwart zu *sein*, — kongruent und offen, wertschätzend und ohne Bedingungen, einfühlsam und ohne Beurteilungen. Gegenwärtigkeit in diesem Sinn ist eine Lebenseinstellung, ein „way of *being*“, ja ein „way of being *with*“ (Rogers 1975a, 4), eine Weise des *Miteinander-Seins*.

Ich habe hier absichtlich weniger vertraute Begriffe aus der Sprache der Begegnungsphilosophie gewählt, um deutlich zu machen, worum es geht:

»Miteinander-Sein«: A way of being with

■ Authentizität

- Die Person als ihr eigener Autor
- Grundlage für Vertrauen (in die Person hinter der Persona)
- Vorbedingung für Dialog

■ »Umfassendes« Verständnis

- Betroffenwerden und Betreffen
- Empathie, nicht soziale kognitive Perspektivenübernahme
- Therapie als »Kunst des Nichtwissens«⁴

■ Anerkennung

- Der andere als wahrhaft Anderer, nicht als Alter Ego
- An-erkennung des Anderen statt Erkenntnis über den Anderen: Ausdruck von Achtung und Ehrerbietung
- Proaktiv, ohne Bedingungen, wertschätzend: »aus Liebe« (»Agape«, Rogers)

IV. Die fundamentale Wir-Perspektive

Aus allem dem Gesagten wird deutlich: Das Fundament personenzentrierter Beziehungstheorie muss in einer Wir-Perspektive gesehen werden, die wie ich meine, eine ansehnliche Herausforderung an unser Selbstverständnis als Therapeutinnen und Therapeuten stellt und auch einen neuen Fokus auf die Beziehungstheorie und die Therapietheorie eröffnet.

Und zwar auf zwei Ebenen:

Interpersonalität

⁴ Therapie als „Kunst des Nichtwissens“ hängt mit Husserls „gelehrtem Nicht-Wissen“ zusammen, eine Grundeinstellung jedes Phänomenologen und eines der Fundamente personenzentrierter Erkenntnistheorie. Empathie beschreibt psychologisch, was „Kunst des Nichtwissens“ anthropologisch aussagt. Es ist die Kunst der interessierten und herausfordernden Anteilnahme am Unbekannten und Noch-nicht-Verstandenen.

- »der Dritte«
- Gruppe
- politische Herausforderung

Zum Ersten:

Das skizzierte relationale Verständnis transzendiert notwendigerweise die traditionelle Zweierbeziehung. Der Kontext (vgl. a. Barrett-Lennard 1998), das Thema, „der Dritte“, die Gesellschaft und, therapeutisch besonders relevant, die Gruppe als Schnittstelle zwischen dem Einzelnen und der Gesellschaft kommen in den Blick. Es gibt nicht nur *ein* Du, nicht nur *eine* personale Beziehung, es gibt *den* Anderen immer nur in der (wenigstens potentiellen) Gegenwart des „Dritten“, d. h. es gibt viele Andere. Daraus folgt, dass Handeln sich nicht mehr von selbst versteht und sich der Spielraum der Freiheit öffnet. (Levinas)

Statt des Paares, statt „Ich und Du“, wird nun die Gruppe und damit das „Wir“, zum Grundelement von Interpersonalität (vgl. Schmid 1998b). Wir leben nicht in der Welt *des* (einen anderen) Menschen, sondern in der Welt *der* Menschen. Begegnung ist immer auch Überschreitung der Zwei–Einheit, der sich abschließenden „Zweisamkeit“. Zu ihrem Wesen gehört der Plural.

Dies hat für eine Person–zentrierte Psychotherapie entscheidende Konsequenzen: Wiewohl gerade im deutschsprachigen Raum traditionell die Zweierbeziehung in der Therapie überschätzt und Gruppentherapie unterschätzt wird, kann in der Gruppe (als Schnittstelle zwischen Person und Gesellschaft) der natürliche und primäre Ort der Therapie gesehen werden, weil Probleme in der Regel in Gruppen entstanden sind; die Zweierbeziehung ist, so betrachtet, eine spezielle Gruppe, die besonderen Schutz bietet, der auch dort geboten werden soll, wo dies angemessen erscheint. (Schmid 1994; 1996) Ich habe dies vor einiger Zeit bei der ÄGG-Tagung in Essen genauer ausführen dürfen (ders. 1999).

Und damit sind wären auch bei der politischen Relevanz des Personzentrierten Ansatzes und der Psychotherapie überhaupt. Aber das ist ein anderes Thema.

Ko-Kreativität

- Kairotische Kooperation aus Koexistenz
- Gemeinsames Antworten auf gemeinsames Erfahren (co-experiencing)
- Kokreation auf der Basis wechselseitiger Begegnung

Zum Zweiten:

Gegenwärtigkeit und Begegnung sind nur auf der Basis einer Wir-Perspektive möglich. Dies übersteigt den traditionell individualistisch orientierten Ansatz der sogenannten Humanistischen Therapien. Versteht man unsere Existenz im daseinsphilosophischen Sinn nicht nur als „Sein Mit“ sondern als „Sein Miteinander“, also aus einer Wir-Perspektive, so bedeutet das:

- Therapie ist am Kairos orientierte Kooperation aus der Erfahrung von Koexistenz [co-operation out of co-existence]

- So korrespondiert sie mit Personalisation, mit Persönlichkeitsentwicklung; sie korrespondiert, d.h. sie ist gemeinsames Antworten auf gemeinsames Erfahren [co-responding (to given experiencings) out of co-experiencing] und daher kokreativ, entwicklungsorientiert.
- Das Therapieziel könnte man entsprechend formulieren als Kokreation von Lebensentwürfen auf der Basis letztlich wechselseitiger Begegnung [co-creating out of mutual encounter].

Wir haben uns lange damit beschäftigt, was der Therapeut an Haltungen anzubieten hat.

Wir haben uns lange damit beschäftigt, was im Klienten vorgeht.

Nun ist es an der Zeit, dass wir uns dem zuwenden, was sich im Zwischen, im Miteinander, im Co, im Wir ereignet – eine theoretische Herausforderung, aber vor allem auch eine personale Herausforderung, die in jeder Therapie von neuem aufgegeben ist.

Ich danke Ihnen.

Literatur

- Barrett–Lennard, Godfrey T. (1998), Carl Rogers' helping system. Journey and substance, London (Sage) 1998
- Buber, Martin (1923), Ich und Du, in: Dialogisches Leben, Zürich 1923; zit. n. d. Ausg. Heidelberg (Lambert Schneider) ⁸1974
- (1962/63), Werke, Bd. I, München (Kösel) 1962f
- Geller, Shari / Greenberg, Leslie (2002), Therapeutic Presence. Therapists' Experience of Presence in the Psychotherapy Encounter, in: Person-Centered and Experiential Psychotherapies 1,1&2 (2002)
- Guardini, Romano (1955), Die Begegnung. Ein Beitrag zur Struktur des Daseins, in: Hochland 47,3 (1955) 224–234
- Levinas, Emmanuel (1959), Der Untergang der Vorstellung, in: Die Spur des Anderen. Untersuchungen zur Phänomenologie und Sozialphilosophie, Freiburg (Alber) 1983, ³1992, 120-139; orig. in: Husserl 1859-1959. Recueil commémoratif publié a l'occasion du centenaire du philosophe, (Phaenomenologica VI), Den Haag (Nijhoff) 1959
- (1987), Totalität und Unendlichkeit. Versuch über die Exteriorität, Freiburg (Alber) 1987; orig.: Totalité et infini. Essai sur l'extériorité, Den Haag (Nijhoff) 1961; ⁷1980
- Rogers, Carl R. (1955a), Persons or science? A philosophical question, in: American Psychologist 10,7 (1955) 267–278; dt. Menschen oder die Wissenschaft? Eine philosophische Frage, in: Rogers 1961a, dt. 1973, 197–222
- (1961a), On becoming a person. A therapist's view of psychotherapy, Boston (Houghton Mifflin) 1961; dt.: Entwicklung der Persönlichkeit. Psychotherapie aus der Sicht eines Therapeuten, Stuttgart (Klett) 1973
- (1962a), The interpersonal relationship. the core of guidance, in: Harvard Educational Review 4,32 (1962) 416–429; dt.: Die zwischenmenschliche Beziehung: Das tragende Element in der Therapie, in: ders., Therapeut und Klient. Grundlagen der Gesprächspsychotherapie München (Kindler) 1977; ¹⁴1999, 180–196
- (1970a), On encounter groups, New York (Harper & Row) 1970; dt.: Encounter–Gruppen. Das Erlebnis der menschlichen Begegnung, München (Kindler) 1974
- (1975a), Empathic – an unappreciated way of being, in: The Counseling Psychologist 5,2 (1975) 2–10; dt.: Eine neue Definition von Einfühlung, in: Jankowski, Peter / Tscheulin, Dieter / Fietkau, Hans–Joachim / Mann Frida (Hg.), Klientenzentrierte Psychotherapie heute, Göttingen (Hogrefe) 1976

- (1980b), Client-centered psychotherapy, in: Kaplan, H. I. / Sadock, B. J. / Freedman, A. M. (Hg.), *Comprehensive textbook of psychiatry, III*, Baltimore, MD (Williams and Wilkins) 1980, 2153–2168; dt.: Klientenzentrierte Psychotherapie, in: Rogers/Schmid 1991, 185–237
- (1986h), A client-centered / person-centered approach to therapy, in: Kutash, I. L. / Wolf, A. (Hg.), *Psychotherapist's casebook. Theory and technique in the practice of modern times*, San Francisco (Jossey-Bass) 1986, 197–208; dt.: Ein klientenzentrierter bzw. personzentrierter Ansatz in der Psychotherapie, in: Rogers/Schmid 1991, 238–256
- Schmid, Peter F. (1991), Souveränität und Engagement. Zu einem personzentrierten Verständnis von „Person“, in: Rogers, Carl R. / Schmid, Peter F. (1991), *Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis*, Mainz (Grünewald) 1991; ³1998, 15–164
- (1994), *Personzentrierte Gruppenpsychotherapie. Ein Handbuch. Bd. I: Solidarität und Autonomie*, Köln (Edition Humanistische Psychologie) 1994
- (1996), *Personzentrierte Gruppenpsychotherapie in der Praxis. Ein Handbuch. Bd. II: Die Kunst der Begegnung*, Paderborn (Junfermann) 1996
- (1998a), Begegnung von Person zu Person. Zur Beziehungstheorie und zur Weiterentwicklung der Personzentrierten Psychotherapie, in: *Psychotherapie Forum* 1 (1998) 20–32
- (1998b), »On becoming a person-centered approach«. A person-centred understanding of the person, in: Thorne, Brian / Lambers, Elke (Hg.), *Person-centred therapy. A European perspective*, London (Sage) 1998, 38–52
- (1999), Der Stellenwert der Gruppe in der Personzentrierten Psychotherapie. Zur Anthropologie, Therapietheorie und Praxis, Referat im Rahmen der ÄGG-Tagung „Trauer und Depression“, Essen, 7. 11. 1999
- (2002a) Anspruch und Antwort. Personzentrierte Psychotherapie als Begegnung von Person zu Person, in: *Keil, Wolfgang / Stumm, Gerhard* (Hg.), *Die vielen Gesichter der Personzentrierten Psychotherapie*, Wien (Springer) 2002, 75-105
- (2002b) The person in the center of therapy. The ongoing challenge of Carl Rogers for psychotherapy. Hauptvortrag, 3. Weltkongress für Psychotherapie, Symposium zum 100. Geburtstag von Carl Rogers „Reflections - Encounters - Perspectives“, Wien, 16. Juli 2002
- (2002b) The Characteristics of a Person-Centered Approach to Therapy and Counseling. Criteria for Identity and Coherence. Vortrag Carl Rogers Symposium „Honoring 100 years of Carl Rogers. His life. Our Work. A Global Vision.“ University of California, San Diego, La Jolla, 27. Juli 2002
- Thorne, Brian (1991), *Person-centred counselling. Therapeutic and spiritual dimensions*, London (Whurr) 1991
- (1998), *Person-centred counselling and Christian spirituality. The secular and the holy*, London (Whurr) 1996
- Tillich, Paul (1956), *Systematische Theologie, Bd. I*, Berlin (de Gruyter) ³1956