

GESTALT THERAPIE

Zeitschrift der
Deutschen
Vereinigung für
Gestalttherapie



Karl Landauer • Zentrale theoretische
Aspekte • »Wu Wei« • Henry David
Thoreau • Wiederverzauberung der
Welt • Wurzeln und Visionen • For-
schung • Grenzerfahrung

11. Jahrgang
Heft 2
Dezember 1997

2/97

EDITION HUMANISTISCHE PSYCHOLOGIE

GESTALT THERAPIE

11. Jahrgang Heft 2
Dezember 1997

INHALTSVERZEICHNIS

Editorial (<i>Renate Becker</i>)	1
<i>Bernd Bocian</i> : Der Frankfurter Psychoanalytiker Karl Landauer (1887-1945) – Ein vergessener Lehrer von Lore und Friedrich Perls –	3
<i>Heik Portele</i> : Was mir an der Gestalttherapie so gut gefällt	19
<i>Ulrich Lessin</i> : Wu Wei – Annäherungen – Thema und Kontrapunkt con Variazioni - Über Veränderungen (m)einer gestalttherapeutischen Haltung	32
<i>Reiner Dietz</i> : Vergnügt wie ein Gockel – Der amerikanische Dichter und Naturphilosoph Henry David Thoreau	51
<i>Renate Becker</i> : Gestalttherapie und die Wiederverzauberung der Welt	58
<i>Bertram Müller und Johanna Müller-Ebert</i> : Wurzeln und Visionen – Was macht die Gestalttherapie zu einem wichtigen Therapieverfahren des 21. Jahrhunderts?.....	72
<i>Frank.-M. Staemmler</i> : Neue Forschungsergebnisse zur Effektivität von Psychotherapie – die »Consumer- Reports«-Studie.....	88
Berichte aus der Praxis	
<i>Marita Klippel-Heidekrüger</i> : Grenzerfahrung. Ambulante Therapie und stationäre Psychiatrie – Eine Fallgeschichte –	94
Diskussion	
<i>Hilarion Petzold</i> : Der »Blick von innen« und der »Blick von außen« – some comments nach 28 Jahren in der deutschsprachigen Gestaltarbeit zu Lannie Peytons: »Gestalttherapie zwischen politischer Profilierung und Harmlosigkeit«	99
Buchbesprechungen	
<i>Renate Franke</i> : Vom Leiden zum Heilen – Über das kreative Potential im Heilerberuf (Cäcilia Arenz)	126
<i>Wolfgang Schmidbauer</i> : Wenn Helfer Fehler machen. Liebe, Mißbrauch und Narzißmus (Günter Ottersbach)	128
<i>Victor Chu</i> : Casablanca oder wohin die Sehnsucht dich trägt. Unerfüllte Liebe und andere Leidenschaften (Heide Lex)	130
Autoren	132
Veranstaltungen	133
Inserate	134

EDITORIAL

Das vorliegende Heft ist – beinahe zufällig – auch eine Antwort auf und Stellungnahme zu dem vielbeschworenen Zeitgeist aus gestalttherapeutischer Sicht geworden. Die Frage danach, was die Gestalttherapie dem kritischen Denken für die Zukunft anzubieten hat und welche Unterstützung sie in der konkreten Lebenspraxis bereithält, zieht sich wie ein roter Faden durch alle Beiträge. Die Denkanstöße gehen – teilweise unter Einschluß eines kurzen historischen Rückblicks auf die Anfänge und einer Betrachtung der gegenwärtigen therapeutischen und gesellschaftlichen Situation – in die Richtung einer eigenen, über die Gegenwart hinausgehenden Positionsbestimmung.

Der Leitartikel hat einen, wie der Autor sagt, »vergessenen Lehrer von Lore und Friedrich Perls« zum Thema: Karl Landauer. Landauer, 1887 in München geboren und 1945 im Konzentrationslager in Bergen-Belsen gestorben, Freudschüler, Lehranalytiker und ein Freund der Perls', ist bis dato in seinem Beitrag zum Gestaltansatz unberücksichtigt geblieben. Bernd Bocian schließt diese Lücke auf anschauliche und bewegende Weise. Deutlich wird, welche Rolle Landauer vor allem in Frankfurt Ende der 20er Jahre gespielt hat – er war Mitbegründer des Frankfurter Psychoanalytischen Instituts – und welchen Einfluß seine besondere Handhabung der Psychoanalyse (Ich-Analyse versus Es-Analyse) auf die Perls' gehabt hat. Der Artikel des im vorletzten Sommer verstorbenen Heik Portele ist ein emphatisches Bekenntnis zur Gestalttherapie. Er greift zentrale theoretische Aspekte der Gestalttherapie heraus, stellt sie zunächst dar und verknüpft sie zu einem feinen Netzwerk. Sein Bestreben ist hier, wie auch an anderer Stelle, immer die Betonung der therapeutischen Haltung; und ebenso vertraut ist auch die Rigorosität, mit der er für eine herrschaftsfreie Psychotherapie eintritt, die die Autonomie der Klientin im Zentrum hat. Im Rückgriff auf Buber und die Philosophie des Taoismus kommt er zu einer seiner Grundüberzeugungen: die Gestalttherapie ist ein Tun des Nichttuns und nicht machtvolles Eingreifen und Fertigwerden.

Wie Portele hat Ulrich Lessin in seinem Artikel »Wu Wei – Annäherungen« die gestalttherapeutische Grundhaltung zum Thema. Ausgangspunkt ist sein Unbehagen an dem Begriff der Arbeit – Synonym für Leistung und von außen bestimmte Ziele und Zwecke. Den Begrenzungen dieser Zweckorientiertheit gerade in bezug auf Therapie, stellt er das *Wu Wei* entgegen – das absichtslose Wirken – und das Spiel. Er plädiert dafür, der schöpferischen Indifferenz (Friedlaender) wieder jenen Raum zu gewähren, der ihr gebührt, um auf diese Weise den therapeutischen Prozeß weitgehend von einer, wie er sagt, »Ideologie der Machbarkeit« freizuhalten. Reiner Dietz beschreibt in seinem Beitrag über den amerikanischen Dichter und Naturphilosophen Henry David Thoreau, wie dieser das »Lernen ist für mich *Entdecken*« schon vor Perls praktisch gelebt hat. Dietz verknüpft Grundgedanken der Gestalttherapie mit Zitaten aus Thoreaus Texten, allerdings ohne den Dichter zu einem Vorläufer der Gestalttherapie zu machen, sondern diese Verknüpfung stellt auf anschauliche Weise eine Form der analogen Erkenntnis dar.

Mein Artikel über die Gestalttherapie und die Wiederverzauberung der Welt ist eine Auseinandersetzung mit jenen Aspekten der Moderne, die im wesentlichen dazu beigetragen haben, daß existentielle Fragen nach Einheit, Ganzheit und Sinn ausgelä-

gerten Instanzen übertragen wurden. Eine ethische Gesetzgebung beispielsweise soll dafür Sorge tragen, daß oft ambivalente moralische und ethische Entscheidungen scheinbar eindeutig lösbar werden. Die These, die hier unter besonderer Berücksichtigung der Schriften des Philosophen Emmanuel Lévinas vertreten wird, ist die: gerade die Gestalttherapie kann ein Instrumentarium dafür anbieten, die existentiellen Belange wieder aus dem Bereich des Prinzipiellen zu befreien und in den der subjektiven Verantwortung hineinzuholen. Versucht wird auch, den Anstoß zu einer Ethik des Anderen zu geben, welche die Verantwortung für den Nächsten als *a priori* setzt. Der folgende Artikel stellt die Frage nach der Gestalttherapie als einem wichtigen Therapieverfahren des 21. Jahrhunderts. Bertram Müller und Johanna Müller-Ebert nennen drei wesentliche Aspekte gegenwärtiger Verunsicherung – das sich verändernde Raum- und Zeitbewußtsein, den Zerfall des bisherigen Wertesystems und die Identitätskrise – und wie die Gestalttherapie offensiv darauf reagieren kann. Im ersteren Fall bietet die Gestalttherapie unter anderem insofern eine Perspektive, als ihr ein dynamisches, relatives Raum und Zeit verbindendes Denken eigen ist; dem Zerfall der bisherigen Werte werden die Hinwendung und Befähigung zur Wiedergewinnung der subjektiven inneren Wahrheit entgegengestellt, und die Identitätskrise wird als Herausforderung angenommen, die Fähigkeit zur schöpferischen Selbstgestaltung der Persönlichkeit in den Mittelpunkt zu rücken. Diesen Beiträgen folgt eine interessante »Consumer-Reports«-Studie zur Effektivität von Psychotherapie. Frank Staemmler berichtet von dieser 1995 in den Staaten durchgeführten Untersuchung, die neben anderen Ergebnissen eindeutig die Zunahme der Wirkung mit zunehmender Dauer der Therapie nachweist. Die Ergebnisse der Studie könnten die gegenwärtige berufspolitische Debatte um einige wesentliche Aspekte bereichern.

Dann folgt in der Rubrik: »Berichte aus der Praxis« die anschauliche Darstellung von Marita Klippel-Heidekrüger. Sie berichtet von ihrer Arbeit mit einer Klientin, während diese in stationärer Behandlung ist. Die Wirkung des psychiatrischen Kontextes auf die Therapeutin gibt mehr als nur zu denken.

Der Diskussionsbeitrag ist diesmal etwas ausführlicher. Hilarion Petzold hat den Beitrag von Lannie Peyton (GESTALT THERAPIE 2/96) zum Anlaß genommen, seine eigene Sicht der Dinge, d.h. eine Art Resümee der 28 Jahre deutschsprachiger Gestaltarbeit darzustellen. Der Beitrag erscheint deshalb in voller Länge, weil er uns auch – neben der persönlichen Einschätzung des Autors – als historisches Dokument eines Zeitzeugen wichtig erscheint.

Zum Schluß eine Bemerkung in eigener Sache. Mit dem vorliegenden Heft beginnt die seit einiger Zeit angekündigte Veränderung des *Layouts*. Das vertraute Schriftbild und die Seitengestaltung sind dieser neuen Form gewichen. Wir hoffen, daß beides Anklang findet.

Renate Becker

WAS MIR AN DER GESTALT THERAPIE SO GUT GEFÄLLT

In diesem Artikel stellt der Autor sechs zentrale theoretische Aspekte der Gestalttherapie dar – Selbstorganisation, Prozeßhaftigkeit, Autonomie, Ökologie, mittlerer Modus und Konstruktivismus. Sie hängen eng miteinander zusammen, und nachdem zunächst kurz im einzelnen auf sie eingegangen wird, soll die Beziehung der Aspekte untereinander demonstriert werden.

The reason why I like Gestalttherapy so much. The author attempts in this article to portray six major aspects of the theory of Gestalttherapy. These aspects are closely connected and are following ones: selfregulation, self as process, autonomy, ecology, the middle-mode and constructivism. After introducing them separately he will look at in detail at how they are related.

Ich möchte im folgenden sechs Aspekte der Gestalttherapie-Theorie darstellen, die für meine Auffassung für diese Theorie zentral sind. Wegen dieser sechs Aspekte gefällt mir die Gestalttherapie so gut. Die sechs Aspekte hängen eng miteinander zusammen, bilden ein Theorie-Netz. Ich will sie zunächst kurz vorstellen und dann genauer auf sie und ihre Beziehungen untereinander eingehen.

1. ÜBERBLICK

1.) Der erste und wichtigste Aspekt ist der, aus dem sich die anderen fünf herleiten, ich meine den Aspekt *Selbstorganisation*. Das Gegenteil zu Selbstorganisation ist Fremdorganisation. Übernommen wurde das Konzept aus der Gestaltpsychologie. Wolfgang Metzger, der Assistent bei Max Wertheimer und in vielem sein Nachfolger war, sagt, daß »Gebilde«, an anderer Stelle »Geschehen«, »die ihre Ordnung ausschließlich oder vorwiegend dem Wechselspiel innerer Kräfte verdanken«, »Gestalten« genannt werden. Und: »innenbedingte, sachlich notwendige, frei angestrebte, frei aufrecht erhaltene und bei Störungen wieder hergestellte Ordnung gibt es nur im Feld oder System« oder eben – was das gleiche bedeutet – in der Gestalt. Der Gegensatz ist die von außen »auferlegte« Ordnung, eine Ordnung, deren Zustandekommen und Erhaltung nur durch »irgendwelchen äußeren Zwang« gesichert ist. Ohne äußeren Zwang breche Chaos aus, so meint man, gehe die Ordnung verloren (Metzger 1986, 199). Wertheimers Kurzdefinition von Gestalt lautet: »von innen her bestimmt«, das schließt aus: von außen bestimmt.

In der Gestalttherapietheorie heißt der entsprechende Begriff »organismische Selbstregulation«. Perls hat diesen Begriff von Kurt Goldstein übernommen, der genauso wenig wie Perls damit ein biologistisches Konzept meinte, wie Hilarion Petzold immer wieder kritisiert, sondern unter »organismisch« die Ganzheit, die Untrenntheit von Körper, Geist und Seele verstand.

2.) Der zweite Aspekt ist der Aspekt der *Prozeßhaftigkeit*. Wenn Metzger formuliert, die Ordnung entstehe, erhalte sich und stelle sich bei Störungen wieder her durch »dynamisches Wechselspiel innerer Kräfte«, dann weist er auf die Prozeßhaftigkeit der Gestalt oder Selbstorganisation hin, auf ein »Geschehen« im Gegensatz zur »starrten aufgezwungenen Ordnung« (Metzger 1986, 131). In der Gestalttherapietheorie ist bekanntlich das Selbst ein Prozeß (PHG 1979).

3.) Den dritten Aspekt, den ich darstellen möchte, will ich *Autonomie* nennen. Der Gegensatz ist Heteronomie. Wir sind als Selbstorganisationssysteme autonom und nicht heteronom. Das bedeutet dreierlei – das sind Unterasspekte –:

A.) daß wir verantwortlich sind, denn nur, wenn wir autonom oder frei und nicht von außen determiniert sind, sind wir verantwortlich,

B.) daß Macht und Herrschaft nur dann auf uns einwirken, wenn wir an sie glauben und gehorsam sind (das ist die anarchistische Grundlage der Gestalttherapie, denn Anarchie heißt einfach »ohne Herrschaft«),

und

C.) daß wir nicht vorhersagbar sind, wir wären es nur, wenn wir von außen determiniert wären; aber Ereignisse von außen können uns zwar stören, aber wir entscheiden, was wir mit der Störung anfangen; wir haben immer verschiedene Antwortmöglichkeiten auf eine Störung.

4.) Den vierten Aspekt will ich das *Ökologische* der Gestalttherapietheorie nennen. Das Ökologische geht auf Kurt Lewin zurück, der mit seiner Feld-Psychologie die erste Ökopsychologie begründete. Nach Lewin ist das Verhalten einer Person die Funktion von Person *und* Umwelt. In Perls, Hefferline und Goodman heißt es, die Psychologie untersuche »die Wirkungsweise der Kontaktgrenze im Organismus/Umwelt-Feld« (PHG 1979, 11). »Aller Kontakt ist kreative gegenseitige Anpassung von Organismus und Umwelt«, heben die Autoren hervor (a. a. O., 12), das bedeutet eben, daß Kontakt weder gehorsame Anpassung des Organismus an die Umwelt ist, noch Anpassung der Umwelt an den Menschen, wie wir es in der letzten Zeit mit unseren Eingriffen in die Umwelt, in die Natur, durch Ausbeutung, Verschmutzung, Zerstörung getan haben.

5.) Der fünfte Aspekt ist der Aspekt *mittlerer Modus*. Das Selbst wird in der Gestalttherapietheorie als das »System der Kontakte« definiert (a. a. O., 162). Und: »Das Selbst ist spontan, im mittleren Modus (im Hinblick auf Tun und Erleiden) und geht in den Situationen auf (...)« (a. a. O., 164). Mit *mittlerer Modus* wird ein Verhältnis des Organismus oder des Selbst oder des Menschen zur Umwelt beschrieben, das nicht entweder aktiv eingreifend oder passiv geschehen lassend ist, sondern das »zugleich aktiv und passiv« ist. Das entspricht Bubers (1962) Übersetzung des taoistischen *wu wei*, das üblicherweise mit »Nicht-Handeln« übersetzt wird, Buber übersetzt es mit »Tun des Nichttuns«. Dies wiederum entspricht der Buberschen »Begegnung« in der »Ich-Du-Beziehung« im Gegensatz zur »Ich-Es-Beziehung« des »Eingreifens«, »Gebrauchens« und des »Fertig-werdens«. Die Begegnung bei Buber ist ohne Macht und Herrschaft, also herrschaftsfrei und machtfrei. Laura Perls sagt zum Zentralbegriff der Gestalttherapietheorie *Kontakt*: »Was Buber 'Begegnung' nannte, nannten wir »Kontakt« (1989, 179), und sie weist immer wieder auf den *Dialog* im Sinne Bubers hin, der eben auch in der Therapie den Klienten nicht zum *Objekt* macht, sondern ihm *begegnet*.

6.) Der sechste Aspekt soll *Konstruktivismus* heißen. Da wir autonome Selbstorganisationssysteme sind, die auf Störungen aus der Umwelt autonom reagieren und von

der Umwelt nicht determiniert werden, nehmen wir die Umwelt nicht wahr, wie sie ist, sondern wir konstruieren sie. Wir konstruieren sie nicht allein, sondern zusammen mit anderen über die Sprache. Heinz von Foerster hat das auf die Kurzformel gebracht: »Wirklichkeit = Gemeinschaft«. Sehr ähnlich äußert sich Fritz Perls immer wieder, z.B.: »Realität ist etwas Verschiedenes für jedes Individuum, jede Gruppe, jede Kultur« (1976, 21). Dann ist der Anspruch auf »objektives Wissen«, z. B. in der Diagnostik oder in der Therapie, »eine absolute Forderung nach Gehorsam« wie Maturana (in Krüll u. a. 1987) sagt. Die Gestaltpsychologen sprachen von der »erlebnisjenseitigen Welt«, die wir nicht erfassen können, weil wir immer nur unsere Erlebnisse haben und höchstens Erlebnisse mit Erlebnissen vergleichen können, aber nie die Erlebnisse mit der »erlebnisjenseitigen Welt«. Wir müssen uns klar sein: Wir machen die »Unterschiede, die einen Unterschied machen« (Bateson 1981), dadurch, daß wir Unterschiede machen, d. h. Unterscheidungen treffen (Spencer-Brown 1979).

2.1. SELBSTORGANISATION

Wie kommt die Ordnung in die Welt? Dadurch, daß sie von außen organisiert wird, aufgezwungen, oder dadurch, daß sie von innen heraus von selbst entsteht, sich organisiert?

Als Selbstorganisationstheorie ist die Gestalttherapietheorie eine sehr moderne Theorie. Es ist erstaunlich, wie viele Übereinstimmungen es gibt mit der Autopoiesetheorie von Maturana und Varela, mit der Theorie der Synergetik von Haken und der Theorie der dissipativen Strukturen von Prigogine. Metzger schreibt zu recht: »In der zunächst altägyptischen und altjüdischen, dann mittelmeerischen und zuletzt europäisch-amerikanischen Kulturgemeinschaft hat man seit mindestens viertausend Jahren die auferlegte Ordnung für die einzig mögliche Ordnung gehalten« (1986, 207). Die Selbstorganisationstheorien sagen aus, daß Ordnung *von sich aus* – das ist die beste Übersetzung von dem für die Gestalttherapie so wichtigen Konzept der *Spontaneität* – von innen heraus, autonom entsteht und sich erhält oder sich wieder herstellt nach einer Störung. Goethe hat den Gestaltbegriff in den »Wahlverwandtschaften« bekanntlich auch verwendet, auch bei ihm geht es um dynamische Wechselwirkung, jede Stelle des Ganzen wirkt auf jede andere ein und empfängt zugleich selbst Einwirkungen von jeder anderen, jede Stelle trägt und hält dabei jede andere Stelle und wird zugleich von der Gesamtheit der anderen getragen und gehalten. In den oben erwähnten, modernen Selbstorganisationstheorien wurde dieses Grundprinzip bestätigt. Die neuen Ordnungen sind, darauf hat schon Mach hingewiesen, nicht nur geordneter, sondern stärker durchgegliedert, differenzierter, komplexer als die Ordnungen (oder das Chaos), aus denen sie entstanden sind.

Wir haben Schwierigkeiten mit dem Selbstorganisationskonzept, wir glauben nicht so recht daran, daß es diese freie, dynamische Ordnung wirklich gibt, und daß sie sich wirklich immer *spontan* bildet. Wir mißverstehen nach wie vor den Zweiten Hauptsatz der Thermodynamik, daß spätere Zustände eines gegebenen Bereichs stets weniger geordnet sind als frühere, also daß Chaos entsteht, Unordnung, wenn man nicht von außen eingreift und Zwang ausübt, bzw. starre Vorrichtungen schafft. Schon Metzger hat die Idee der Selbstorganisation – später tat das Paul Goodman – auf die Erziehung ausgedehnt. Er verweist auf Maria Montessori, die feststellte, daß man z. B.

die Schlafenszeiten der Kinder nicht festlegen muß, sondern ihnen selbst überlassen kann, und »daß dabei kein Chaos, sondern durchaus brauchbare Regelungen zustande kommen« (Metzger 1986, 206). An anderer Stelle verweist er auf die politische Dimension: Die »europäische Vorliebe für auferlegte Ordnungen« feiere »gerade heute in den totalitären Gesellschaften Orgien, die noch vor kurzem niemand für möglich gehalten hätte« (a. a. O., 201). Ich glaube allerdings nicht, daß Metzger Anarchist war. »Anarchismus ist nicht Chaos, sondern Ordnung ohne Herrschaft« – so hieß es als Unterüberschrift in einer anarchistischen Zeitschrift.

Anarchisten wie Martin Buber oder Gustav Landauer, den Fritz Perls seiner Aussage nach genau gelesen hatte, oder der Co-Autor von *Gestalttherapie* Paul Goodman, behaupten ja, daß auch gesellschaftliche Ordnung eine Ordnung ohne Herrschaft sein könnte, daß diese Ordnung von sich aus und frei entstehen könnte in Selbstorganisation durch den freien Zusammenschluß der einzelnen in kleinen Einheiten – wenn man nur die auferlegte Ordnung, die Herrschaft weglassen könnte. Sie wollten die Herrschaft allerdings nicht mit Gewalt beseitigen wie die Kommunisten, sondern gewaltfrei, der Zweck heiligte bei ihnen nicht das Mittel. Es kann sich ja jeder und jede mal fragen, ob er oder sie im gesellschaftlichen Bereich oder in der Erziehung oder in der Therapie von dem Selbstorganisationsgedanken überzeugt ist. Es fällt uns ja oft schon schwer, Heilung als einen Selbstorganisationsprozeß zu sehen, bei uns oder anderen. Aber Heilung ist ein Inbegriff der Selbstorganisation, man denke nur an das Sich-schließen einer Wunde. *Natur heilt* heißt eine Aufsatzsammlung von Paul Goodman (1989), das soll an den alten lateinischen Spruch erinnern: *natura sanat non medicus*. Als Therapierende sind wir geneigt, den Heilungsprozeß des Klienten uns zuzuschreiben, und als Kranke legen wir Wert darauf, daß der Arzt etwas mit uns macht, daß man von außen eingreift.

Organismische Selbstregulation widerspricht auch unserer Auffassung, daß schließlich unser Geist über unseren Körper herrschen müsse, und daß er es könne. Ich meine, dadurch, daß wir den Dualismus und die Trennung von Geist und Körper aufrecht erhalten und wie Descartes und andere an die notwendige *Vor-Herrschaft* des Geistes – oder des Kopfes – glauben, behindern wir immer wieder massiv unsere organismische Selbstregulation, unsere Selbstorganisation. Wenn wir beispielsweise versuchen, – bei uns oder anderen – Angst zu unterdrücken oder sonst irgendwie wegzumachen mit unserem Verstand, so gelingt uns das meistens nicht, weil wir in die Selbstorganisation eingreifen und nicht den *Forderungen der Lage* – wie die Gestaltpsychologen sagen – entsprechen oder statt des *Tuns des Nichttuns* das *Eingreifen, Gebrauchen* und *Fertigwerden* ausführen, eben nicht im mittleren Modus handeln, aktiv und passiv zugleich, d. h. die Angst anerkennen, annehmen und dann durch unsere organismische Selbstregulation integrieren.

2.2. PROZESSHAFTIGKEIT

Selbstorganisation ist ein Prozeß, die Elemente, die *Stellen* sind miteinander verbunden in einem *dynamischen Wechselspiel*. Die Ordnung wird aufrechterhalten, hergestellt und wiederhergestellt durch Prozesse. Die Prozesse sind rekursiv, das heißt, es gibt hier keine lineare Kausalität, in der wir üblicherweise denken, sondern immer eine zirkuläre Kausalität, die Feedbackschleife führt in sich zurück, die Schlange beißt

sich in den eigenen Schwanz. Das heißt, mathematisch gesprochen, das Ergebnis der ersten Berechnung (des nichtlinearen Gleichungssystems) geht in die zweite Berechnung und dessen Ergebnis in die dritte Berechnung ein usw., usw. Anders ausgedrückt, das Ergebnis der ersten Operation ist die Grundlage der zweiten Operation und deren Ergebnis Grundlage der dritten usw. Die Operationen bauen aufeinander auf, insofern kann man von der *operativen Geschlossenheit* selbstorganisierter Systeme sprechen. Das bedeutet, sie bilden durch ihre Operationen, die sich rekursiv auf sich selber beziehen, einen Rand, eine Grenze. Mit dieser Grenze stoßen sie an die Umwelt, sind sie in Kontakt mit der Umwelt, und diese Grenze muß offen sein für z. B. den Energieaustausch.

Aber was gehört zum System und was zu Umwelt, worauf, auf welche Elemente soll sich die rekursive Operation beziehen? Das Selbst entsteht immer wieder neu in jedem Moment durch den Kontakt an der Grenze. Das Selbst ist ein Prozeß (PHG 167), der Prozeß, der sich rekursiv Operation nach Operation auf sich selbst bezieht und im Kontakt an der Grenze Augenblick für Augenblick entscheidet, was zum Selbst gehört und was zur Umwelt, indem es kaut und sortiert, integriert und ausspuckt, oder eben fälschlicherweise introjiziert, projiziert, retroflektiert oder konfluent ist.

Eigentlich sind es zwei Prozesse, die allerdings ineinander greifen und nur sprachlich voneinander getrennt werden können, einerseits der Prozeß der Rekursion oder Selbstreferentialität, der dauernd neu im Hier und Jetzt einen Rand bildet und andererseits der Kontaktprozeß des Selbst an diesem Rand mit der Umwelt, der Moment für Moment im Hier und Jetzt Unterscheidungen herstellt zwischen Selbst und Umwelt, d. h. die Grenze produziert, die für den Rekursionsprozeß Voraussetzung ist, damit er *weiß*, was zum Selbst gehört und was nicht.

Wir sind ja immer wieder geneigt, selbst aus Prozessen etwas Stabiles zu machen, etwas, das Bestand hat. Wir machen die Kerzenflamme zu einem *Gegenstand* ebenso wie den Fluß. Heraklit war wie die Buddhisten der Meinung, daß *alles* fließt. Bei den Zen-Leuten heißt es: »Gegenstände sind Ereignisse«. Wir wissen das eigentlich, wir wissen, daß auch der Stein vergänglich ist wie das Gebirge oder die Erde insgesamt. Im Buddhismus spricht man vom »Radikalen Werden«. Nichts hat Bestand, alles ist vergänglich. Im mittleren Buddhismus heißt es dann, daß nichts von sich aus existiert, sondern alles in Abhängigkeit entsteht. Und das wird Leere genannt. »It is dependent origination we call emptiness«. »Es ist das Entstehen in gegenseitiger Abhängigkeit, das wir Leere nennen« (Nagarjuna, nach Williams 1989, 61).

Das ist die absolute Wahrheit: nur diese Leere existiert, das Entstehen in gegenseitiger Abhängigkeit. Das gilt auch für das Selbst, für mein Selbst und für dein Selbst. Das existiert nicht von sich aus, es ist ein Prozeß, es entsteht dauernd neu in gegenseitiger Abhängigkeit, es ist nicht greifbar, es hat keine Substanz, keine Beständigkeit. Und das geht eigentlich noch weiter: Da ist nicht ein Etwas, das sich verändert, ein Kern-Selbst oder was immer, das Selbst ist Veränderung, das Selbst hat keine Substanz, nichts, woran man sich halten kann, es ist ein Nicht-Selbst.

Das ist sehr unangenehm. Wir hätten so gern ein Selbst, das Bestand hat, etwas, das das Vergehen übersteht, nicht sich dauernd in jedem Moment verändert und nicht zu greifen ist. Deshalb – so die Gestalttherapietheorie – bilden wir einen Charakter aus, das sind unsere Gewohnheiten. Diese Gewohnheiten beherrschen uns dann, üben Zwang aus, lassen uns erstarren. Gregory Bateson spricht von der »Herrschaft der Gewohnheiten« (1982). Wir verarmen dann uns und die Welt, indem wir auf das

immer wieder Neue und den Reichtum jeder Situation starr und stereotyp mit einer Gewohnheit antworten, als sei nicht jede Situation einzigartig und neu, hier und jetzt, sondern wie damals und dort längst bekannt und schon einmal dagewesen. Das ist in der Gestalttherapie das Wesen der Neurose. Bei Buber heißt es so schön:

Jede lebendige Situation hat wie ein Neugeborenes trotz aller Ähnlichkeit ein neues Gesicht, nie dagewesen, nie wiederkehrend. Sie verlangt eine Äußerung von dir, die nicht schon bereitliegen kann. Sie verlangt nichts, was gewesen ist. Sie verlangt Gegenwart, Verantwortung, dich. Sie verlangt... auf jede Situation ihrer Einmaligkeit gemäß zu reagieren (Buber 1979, 83).

Aber wir wollen festhalten, wenigstens etwas, wenigstens uns. Wir wollen von unserer Vergänglichkeit möglichst nichts wissen, deshalb tun wir so, als gäbe es Gegenstände, als gäbe es ein stabiles überdauerndes Ich. *Anhaftungen* seien das, sagen die Buddhisten dazu.

Mein Eindruck ist, daß die Mehrheit der Gestalttherapeuten und der Gestalttherapeutinnen sich nicht klar ist, was die so zentrale Prozeßhaftigkeit des Selbst in der Gestalttherapietheorie bedeutet, nämlich das, was ich oben versucht habe, kurz darzustellen: Das Selbst ist eigentlich ein Nicht-Selbst.

2.3. AUTONOMIE

Die meisten unserer Klienten und Klientinnen kommen – zumindest wenn sie zum ersten Mal kommen – mit der festen Überzeugung, von außen bestimmt zu sein, heteronom bestimmt zu sein, nicht autonom zu sein. Sie konnten nicht anders handeln, sein, reagieren, denn der Ehemann liebt sie nicht mehr, oder sie sind arbeitslos, oder die Mutter war in der Kindheit nie da, oder die Scham übermannt sie, wenn sie... usw., usw. Die Vorstellung, die der Problemsicht zugrunde liegt, ist immer wieder die gleiche, dem – inzwischen längst veralteten – Modell der körperlichen Krankheit entlehnt: da kommen von außen Bakterien, und die machen mich krank.

Aber wir sind autonom und frei und verantwortlich. In Reaktion auf die Verhältnisse im Dritten Reich formulierte Sartre seine These, daß wir »zur Freiheit verdammt« seien, er wollte damit deutlich machen, daß sowohl die Täter wie die Mitläufer, wie die Kollaborateure verantwortlich sind dafür, was sie im Dritten Reich getan oder unterlassen haben. Niemand kann sich darauf berufen, daß die Umstände ihn zwangen, die Gestapo oder die SS, Täter zu werden oder Mitläufer oder Kollaborateur. Er – oder sie – hatte die Entscheidung, auch in diesen Extremfällen war er oder sie *zur Freiheit verdammt*.

Ich kann am Tod meiner Mutter nichts ändern, aber es gibt viele Möglichkeiten, mich zum Tod meiner Mutter zu verhalten. Sicher, ich werde sterben, ich kann meinen Tod nicht wegmachen, aber ich kann sehr verschieden mich zu ihm verhalten, ich kann ihn leugnen, so tun, als gäbe es ihn nicht, ich kann ihn hassen, ich kann ihn fürchten, ich kann mich mit ihm auseinandersetzen, ich kann ihn zum Freund gewinnen usw. Ich kann immer frei antworten auf das Ereignis, die Gegebenheit.

Wir möchten gern Verantwortung vermeiden. Die Umstände sind schuld, das Schicksal, die Hexe – wir haben viele Namen erfunden, dafür, daß wir nicht verant-

wortlich sein müssen. Verantwortung übersetzt Perls mit *response-ability*, der Fähigkeit, zu antworten auf das jeweilige Ereignis. Bei Buber heißt es:

Echte Verantwortung gibt es nur, wo es wirkliches Antworten gibt. Antworten worauf? Auf das, was einem widerfährt, was man zu sehen, zu hören, zu spüren bekommt. Jede konkrete Stunde... ist dem Aufmerkenden Sprache (Buber a. a. O.).

Und weiter oben habe ich bereits zitiert, jede »lebendige Situation« »...verlangt Gegenwart, Verantwortung, dich. Sie verlangt... auf jede Situation ihrer Einmaligkeit zu reagieren.« Es mag befremdlich erscheinen, daß in der »unerzungenen«, »freien und direkten Antwort« Paul Goodman das Wesen des Anarchismus sieht. Es heißt bei ihm: »Anarchismus gründet sich auf einen geradezu endgültigen Lehrsatz: Daß wertvolles Verhalten nur geschieht durch die freie und direkte Antwort der Individuen oder freiwilligen Gruppen auf die Bedingungen, die durch die historische Umwelt gegeben sind.« (Goodman 1977, 176). So einfach ist das: Anarchie heißt eben *ohne Herrschaft*, dann können auch die Gegebenheiten oder Ereignisse der historischen Umwelt weder Herrschaft noch Zwang ausüben. Ich kann frei antworten, und es ist sinnvoll, auf die Gegebenheit und Situation ihrer Einmaligkeit entsprechend zu antworten. Und auch nicht zum Beispiel mich der »Herrschaft der Gewohnheit«, wie Bateson das nennt, zu unterwerfen. »Aller Kontakt«, heißt es in der Gestalttherapie, »ist kreative gegenseitige Anpassung von Organismus und Umwelt« (PHG, 12) und: »Das Selbst ist das System kreativer Anpassungen« (PHG, 17). *Kreative Anpassung* ist für mich das, was unter »freier und direkter Antwort« zu verstehen ist.

Wenn wir frei sind, Selbstorganisationssysteme, die von innen her bestimmt sind und nicht von außen bestimmbar, dann muß es verwundern, daß es soviel Macht und Herrschaft gibt und soviel Gehorsam und Unterwerfung. Bateson nannte Macht provozierend eine quasiphysikalische Metapher (1982), Macht gäbe es überhaupt nicht. Er hat insofern recht, als nur dadurch, daß ich an die Macht glaube, es Macht gibt. Der schöne Satz von Brecht: »Der Herr ist nur so ein Herr, wie der Knecht es ihn sein läßt«, macht deutlich, daß es des Gehorsams bedarf, damit Macht Macht ist. Der Befehlende oder Mächtige, dem keiner gehorcht, ist machtlos.

In den mit Fritz Perls aufgezeichneten Demonstrationssitzungen gibt es viele Beispiele, wie er den Klienten oder Klientinnen demonstriert, wie sie frei und verantwortlich handeln könnten. Wie oben bereits erwähnt, kommen die meisten Klienten und Klientinnen mit dem Glauben an die Macht der Therapeuten und der Therapeutinnen zu uns. Sie tun, was wir ihnen sagen. Das ist natürlich eine Versuchung für uns. Und es ist wirklich nicht leicht, ihnen den Glauben an die Macht zu nehmen, hier den Glauben, daß wir sie heilen – im weitesten Sinne – könnten. Deshalb ist das *heilige Nein* der Klientin oder des Klienten so wichtig. Und eines der ersten Therapieziele ist es, dem Therapeuten gegenüber Nein zu sagen, also nicht zu gehorchen. Worauf es ankommt – das ist eigentlich selbstverständlich – daß sowohl der Machtausübende wie der Machtunterworfenen den Irrglauben an die Macht aufgeben können.

Wenn wir frei uns entscheiden, frei und direkt antworten auf die jeweils einmalige Situation, sind wir nicht vorhersagbar. Das ist für das Zusammenleben oft beschwerlich, deshalb versuchen wir, uns gegenseitig Regelmäßigkeiten und Regeln beizubringen, uns in Normen und Regeln einzupassen. Vorhersagbarkeit kann man natürlich auch – vielleicht etwas mühsamer – aushandeln. Ich muß nicht immer um sechs Uhr

abends zu Hause sein, wir können das jedesmal neu ausmachen, wann wir gemeinsam abendessen. Gewohnheiten machen uns auch vorhersagbar, das ist dann eben nicht mehr kreative Anpassung an die jeweiligen Gegebenheiten.

Autonom heißt nicht autark, das wird immer wieder verwechselt, wir sind auf die Umwelt angewiesen, auf Luft, Nahrung, Schwerkraft usw. Am Rande sei vermerkt, daß autonom nicht mit frei gleichzusetzen ist, auch Tiere sind autonom, sie sind auch von innen her bestimmt, aber sie sind nicht frei, eben weil sie von innen her *bestimmt* sind, erst die Sprache macht uns Menschen frei.

2.4. DAS ÖKOLOGISCHE UND DER MITTLERE MODUS

Ich möchte diese beiden Aspekte – Aspekt 4 *Das Ökologische* und Aspekt 5 *Der mittlere Modus* – zusammennehmen, weil sie für mich ganz eng zusammengehören.

Bei Perls und Goodman heißt es programmatisch: »... die Definition eines Lebewesens bezieht, ..., seine Umwelt mit ein... die Definition eines Organismus ist die Definition eines Organismus/Umwelt-Feldes; und die Kontaktgrenze ist sozusagen das spezifische Organ für das Gewahrsein der neuen Situation im Feld,...« (PHG, 40-41). Das sind selbst heute, mehr als 40 Jahre nachdem diese Sätze formuliert wurden, revolutionäre Auffassungen. Die Autoren gingen damals auf Lewins Feldbegriff zurück, aber auch Lewin ist heute noch revolutionär. Die gegenseitige Verbundenheit und Zugehörigkeit, das Aufeinander-angewiesen-sein von Lebewesen und Umwelt in einem Feld kann man nicht deutlicher in den Mittelpunkt rücken.

Dieses Feld bleibt *leer*, wenn nicht von irgend jemandem eine Unterscheidung getroffen wird zwischen Etwas und dem, was nicht Etwas ist, also z. B. zwischen Organismus oder System auf der einen Seite und Umwelt auf der anderen Seite. Derjenige, der unterscheidet, zieht eine Grenze zwischen System und Umwelt, das ist dann offensichtlich die Kontaktgrenze. Der Beobachter, der das Feld von außen betrachtet und die Unterscheidung vollzieht, indem er die Grenze zieht, hat es da relativ einfach. Wir als Lebewesen oder als Systeme, die wir im Feld sind, und zu unterscheiden haben zwischen dem, was ich bin – ich nenne das *Selbst* – und dem, was ich nicht bin – ich nenne das *Umwelt* – haben ein permanentes Problem: Das Unterscheiden und Grenze-ziehen zwischen Selbst und Umwelt ist kein einmaliger Akt, auch kein Akt, der immer wieder in gleicher Weise wiederholt werden muß, sondern wir müssen dauernd neu unterscheiden oder eine Grenze ziehen. Wenn wir als Selbst leben wollen, uns unterscheiden wollen von der Umwelt, müssen wir andauernd diese Grenze ziehen.

Deshalb ist das Selbst »die Kontaktgrenze in Tätigkeit«, so Perls und Goodman. Die Grenze ist die Grenze zwischen Innen und Außen: Was gehört zu mir und was zur Umwelt? Was paßt zu mir und was nicht? Dauernd muß ich kauen, prüfen, ausspucken oder zu mir nehmen – in diese Metapher faßte es Fritz Perls. Das Selbst ist ein Prozeß, der Prozeß des Unterscheidens zwischen Selbst und Umwelt. Man kann auch sagen: Leben ist der Prozeß des Unterscheidens zwischen mir und Umwelt. Daß das gar nicht so leicht ist, darauf weisen Perls und Goodman mit ihren *Kontaktunterbrechungen*, wie Projektion, Introjektion, Retrofektion, Konfluenz und Egotismus, hin. Paul Goodman hat in seinem letzten Buch *Stoßgebete* geschrieben, daß es ihm in seinem Leben gelungen sei, jeweils das »abzuwehren und zurückzuweisen, das nicht zu mir paßt« (1992, 47), und daß es schwerer sei, herauszufinden, was zu einem paßt.

Lore Perls meint, Kontakt sei eine Tätigkeit (Lore Perls 1989, 109), also nichts Stabiles, es sei die »Anerkennung des 'Anderseins', die Bewußtheit der Unterschiedlichkeit« (a.a.O., 53) und an anderer Stelle »das Anerkennen und Umgehen mit dem Anderen, dem Nicht-ich, dem Verschiedenartigen, dem Fremden« (a.a.O., 100). Aber sie weist in einfachen Worten auch darauf hin, daß die Grenze »Ort der Berührung und der Trennung« (a.a.O., 179) sei, was ja nichts anderes heißt, als daß das System und die Umwelt ein Feld sind und zusammengehören. Üblicherweise nehmen wir an, daß die Grenze zum Selbst oder zum System gehört. Perls und Goodman nehmen ausdrücklich dagegen Stellung: »...aber die Grenze ist ihrerseits nicht isoliert von der Umwelt; sie vermittelt den Kontakt zur Umwelt und gehört beidem an, dem Organismus wie der Umwelt. Kontakt ist Berühren, das *etwas* berührt« (PHG, 161).

Meines Erachtens wollen sie damit betonen, daß System und Umwelt oder Selbst und Umwelt zwar unterschieden werden können, aber nicht voneinander getrennt: die Grenze »gehört beidem an«.

Da es keine Trennung zwischen System und Umwelt gibt, nur eine gemeinsame Grenze, lassen sich insgesamt drei Relationen zwischen System und Umwelt denken:

1. Das System bestimmt die Umwelt, das System ist aktiv, die Umwelt passiv, die Umwelt ist heteronom bestimmt. Die Umwelt wird angepaßt.
2. Die Umwelt bestimmt das System, die Umwelt ist aktiv, das System ist passiv, das System ist heteronom bestimmt. Das System wird angepaßt.
3. Das System beeinflusst die Umwelt, *und* die Umwelt beeinflusst das System, beide, System und Umwelt, sind sowohl aktiv als auch passiv, das heißt, sie sind im mittleren Modus. Dann können System und Umwelt sich nicht mehr jeweils gegenseitig bestimmen, aber sie beeinflussen einander als autonome Gegebenheiten, also: »kreative gegenseitige Anpassung von Organismus und Umwelt« (PHG, 12).

Perls und Goodman schreiben: »Aller Kontakt ist kreative gegenseitige Anpassung von Organismus und Umwelt«, d.h. nur wenn es sich um kreative gegenseitige Anpassung handelt, handelt es sich um Kontakt. Und diese kreative gegenseitige Anpassung ist sicherlich das Ursprüngliche. Der Biber beispielsweise verändert kreativ mit seinem gestauten See die Umwelt ziemlich massiv, und gleichzeitig paßt er sich kreativ an die Umwelt an. Der Baum, der im Gebirge sich im Gestein festkrallt, paßt sich kreativ an seine Umwelt an und verändert sie kreativ. Die kreative wechselseitige Anpassung ist zum Beispiel ganz deutlich sichtbar, wenn zwei Bäume eng nebeneinander hochwachsen.

Die anderen beiden Verhältnisse lassen sich, vom System aus gesehen, wie folgt benennen: Wenn das System die Umwelt bestimmt, haben wir es mit einem Machtverhältnis zu tun, wenn die Umwelt das System bestimmt, handelt es sich um ein Gehorsamsverhältnis. Die Folgen des Machtverhältnisses zur Umwelt kennen wir zur Genüge, die Umwelt wurde zerstört, ausgebeutet, vernichtet, kontaminiert. Wir Menschen haben uns fast gar nicht mehr kreativ an die Umwelt angepaßt, sondern die Umwelt unterdrückt, uns zu eigen gemacht, die Umwelt an uns angepaßt. Gernot Böhme (1985) hat immer wieder darauf hingewiesen, daß wir in unserem Leib Natur ganz nahe haben, aber das Verhältnis zu dem Leib, der wir sind, ist das gleiche, wie das Verhältnis, das wir zur Natur draußen haben. Wir ziehen eine Grenze zwischen Geist und Körper, unterscheiden also zwischen Geist und Körper, und dann soll der Körper dem Geist gefälligst gehorchen. Statt Gehorsam vom Körper zu verlangen, so die Lehrerin von Fritz und Laura Perls, Elsa Gindler, sollten wir besser wieder lernen, den

Körper »ohne Einmischung« funktionieren zu lassen, wie Kinder es noch tun. Martin Buber nennt die Tätigkeit in diesem Machtverhältnis »eingreifen« und »fertigwerden« und »gebrauchen«. Eingreifen und fertigwerden und gebrauchen wollen wir natürlich oft auch im Verhältnis zu anderen Menschen aus der Umwelt. Nicht nur in der Erziehung – so Buber – herrscht dieses Eingreifen und Fertigwerden und Gebrauchen vor, sondern häufig auch in der Therapie. Es geht nicht darum, daß Kind und Erziehungsperson gleich sein sollen, oder Therapeutin und Klient, sie sind verschieden; weder soll das Kind die Erziehungsperson erziehen noch der Klient die Therapeutin therapieren, aber Therapeutin und Erziehungsperson sollen nicht eingreifen und fertigwerden und gebrauchen, sondern ein anderes Verhältnis finden, nämlich das, was Buber »bestätigen« und »umfassen« nennt. (Buber 1962, 1979) Ich komme darauf zurück.

Weiter oben habe ich bereits erwähnt, daß unsere Klienten häufig mit der Überzeugung in die Therapie kommen, daß die Umwelt über sie bestimmt. Sie stehen in einem Gehorsamsverhältnis zur Umwelt, aber nur, weil sie überzeugt sind, daß sie nicht autonom sind, sondern fremdbestimmt, weil sie der Umwelt – oder Personen in der Umwelt – die Macht geben. So soll es nicht sein.

Fast hymnisch beschreiben Perls und Goodman das Selbst: »Das Selbst ist spontan, im mittleren Modus (im Hinblick auf Tun und Erleiden) und geht in seinen Situationen auf...« (PHG, 164). Spontaneität ist die »Einheit vor (und nach) der Trennung von Aktivität und Passivität, die beides einschließt«. Ich habe mehrfach darauf hingewiesen, daß das, was in der Gestalttherapietheorie *mittlerer Modus* heißt, im Taoismus *wu wei* genannt wird und daß Buber *wu wei* nicht wie üblich mit Nicht-tun übersetzt, sondern mit *Tun des Nichttuns*. *Wu wei* ist wirklich nicht nichts tun, sondern eben ein Tun, das nicht nur aktiv ist, wie wir uns das Tun im Westen immer gleich vorstellen, sondern ein Tun, das im mittleren Modus ist, also aktiv und passiv zugleich. Buber beschreibt das so:

Da greift er nicht mehr ein, und er läßt doch auch nicht bloß geschehen. Er lauscht dem aus sich Werdenden, dem Weg des Wesens in die Welt; nicht um von ihm getragen zu werden: um es selber so zu verwirklichen, wie es von ihm, dessen es bedarf, verwirklicht werden will (Buber 1979, 62).

Es geht also weder um aktives Eingreifen und Fertigwerden noch um passives Geschehen-lassen, es ist ein Tun – aktiv und passiv zugleich – das darauf aus ist, etwas Vorgegebenes zu verwirklichen, indem man gleichsam darauf lauscht, das zu tun, »dessen es bedarf«.

Bei den Gestaltpsychologen, die sich u.a. wohl auch wegen des Dritten Reiches als emigrierte Juden mit Ethik beschäftigt haben, gibt es den Ausdruck »Forderungen der Lage«, es käme darauf an, den »Forderungen der Lage« zu entsprechen. Heinrich Jacoby – er und Elsa Gindler haben immer wieder zusammengearbeitet – spricht vom »Empfinden für das Stimmende«, das wir wieder entwickeln müßten. Das zu tun, was den Forderungen der Lage entspricht, mit dem Empfinden für das Stimmende, ist glaube ich, das, was unter Tun des Nichttuns verstanden wird.

Buber ergänzt im Sinne des Chassidismus den christlichen Gebetssatz: »Herr, Dein Wille geschehe« zu »Herr, Dein Wille geschehe, durch mich, den du brauchst«. Ich, jeder von uns ist aufgefordert, durch dieses Tun des Nichttuns die Schöpfung zu verwirklichen. Lore Perls behauptet, wie bereits erwähnt, daß *Kontakt* in der Gestalttherapie und *Begegnung* in Bubers Dialogischer Philosophie identisch seien. *Begeg-*

nung ist Tun des Nichttuns in voller Gegenseitigkeit. In der Erziehung und in der Therapie ist diese volle Gegenseitigkeit nicht möglich, der Erziehende und der Therapierende üben das Tun des Nichttuns aus, sie *bestätigen* den zu Erziehenden oder zu Therapierenden in seiner Einmaligkeit und Einzigartigkeit und *umfassen* ihn ganz, auch in dem, »was zu werden er bestimmt ist«.

Immer wieder höre ich, Erziehung oder Therapie ohne Macht sei unmöglich, der Glaube daran romantisch. Ich bin überzeugt davon, daß die Gestalttherapie ein Tun des Nichttuns ist und nicht machtvolles Eingreifen und Fertigwerden. Deshalb gefällt mir die Gestalttherapie so gut.

Und weiter heißt es – wie oben zitiert – über das Selbst, es »gehe in seinen Situationen auf«. Das ist das beste, was wir tun können, bei dem, was wir tun, ganz dabei zu sein, mit voller Bewußtheit (*awareness*), mit voller *Achtsamkeit*, wie es im Buddhismus heißt: Wenn ich gehe, gehe ich, wenn ich esse, esse ich, wenn ich Tee trinke, trinke ich Tee. Gerda Verden-Zöller und Humberto Maturana (1990) weisen darauf hin, wie wichtig es für die Entwicklung des Kindes ist, daß die Mutter ganz da ist, ohne Absicht, ohne Hintergedanken – einfach da: Liebe als Spiel. Aber wie leicht geschieht immer wieder das *Eingreifen*. Buber formuliert treffend: »...das Eingreifen einzelner Handlungen in Art und Ordnung der Dinge. Es ist in die Zwecke verstrickt.« (1962, 1072)

2.5. KONSTRUKTIVISMUS

Fritz Perls hat kaum jemandem mehr Bedeutung für bestimmte Aspekte seiner Theorie zuerkannt als Salomo Friedlaender, obwohl er meist dessen Vornamen falsch wiedergibt. Friedlaenders wichtigstes Werk ist die *Schöpferische Indifferenz*. »Seit alters her«, sagt Friedlaender,

hat man beim Polarisieren mehr auf die Pole als auf deren Indifferenz geachtet. In dieser aber steckt das eigentliche Geheimnis, der schöpferische Wille, der Polarisierende selber, der eben objektiv gar nichts ist. Ohne ihn aber gäbe es keine Welt. (Friedlaender 1918, 337)

Wenn wir eine Grenze ziehen oder einen Unterschied machen, dann bekommen wir Gegensätze, Etwas und das, was nicht dieses Etwas ist, also A und Nicht-A. In einer anderen Sprache ausgedrückt: Wenn wir eine Figur von einem Hintergrund herausheben, machen wir einen Unterschied und bekommen den Gegensatz Figur/Grund. Der Konstruktivismus betont nun lediglich, daß *wir* die Grenze ziehen, *wir* die Unterschiede machen, *wir* die Figur vom Hintergrund abheben. In der Denkweise des Figur/Grund-Modells ist es selbstverständlich, daß *wir* die Figur vom Grund abheben, z. B. das Gesicht vom Hintergrund der Gesprächsgruppe oder den Mund vom Hintergrund des Gesichts des Sprechenden, oder das Gesagte von der Musik im Hintergrund. Es liegt an uns. Daß mit dem Ziehen einer Grenze jeweils ein Universum entsteht, darauf hat nach Friedlaender Spencer Brown in seinem zur Zeit vielbeachteten Kalkül *Laws of Form* (1979) hingewiesen, dessen wichtiger Satz am Anfang lautet: »Draw a distinction«. Und das war lange vorher das, was Friedlaender und später Perls so fasziniert hat: Im Nullpunkt zwischen den Polen ist zwar nichts (*no thing, no-thing-ness*), weil noch nichts differenziert ist, aber gleichzeitig auch alles, weil alles

noch nicht differenzierte differenziert werden kann, auf unendlich verschiedene Weisen. Deshalb heißt dieser Punkt *Schöpferische Indifferenz*.

Das schmerzliche Problem ist, daß die Spaltung, die mit dem Menschen in die Welt kommt, unvermeidbar ist. Denn bevor er in der Welt Unterschiede machen kann, hat er schon den Unterschied, die Trennung zwischen Ich und Welt gemacht, Subjekt und Objekt, weil er »ohne Selbst-Differenzierung seine Identität nicht zur Geltung bringen kann« (Cardorff 1988, 11).

Zwar streiten sich die Wissenschaftler, wann diese Trennung zwischen Ich und Welt geschieht beim Kleinkind, vor der Entwicklung der Sprache schon, wie Stern (1979) behauptet, oder erst mit der Sprache, wie Piaget (1976) behauptet, und was mir plausibler erscheint. Wir kommen um diese Trennung von der Welt nicht herum, es sei denn, wir lösen – wie der Buddhismus das meint – unser Ich auf und lösen uns in der Welt auf, oder wie es im Buddhismus heißt, wir erkennen die *Leere*, nämlich das *Entstehen in Abhängigkeit*.

Für Fritz Perls hatte diese Auffassung zwei konkrete praktische Konsequenzen, die eine beschreibt er so: »Indem wir wachsam im Zentrum bleiben, können wir schöpferische Fähigkeiten erwerben, beide Seiten eines Vorkommnisses zu sehen und jede unvollständige Hälfte zu ergänzen« (1978, 19). Es geht darum, aus den Gegensätzen, sich ergänzende Polaritäten zu machen, aus dem *Entweder-oder* das *Sowohl-als auch*. Wir sind nicht entweder böse oder gut, sondern beides, böse *und* gut, krank *und* gesund, abhängig *und* selbständig, *sowohl* Mann *als auch* Frau usw. Man kann das auch anders ausdrücken: Die Figur hat immer einen Grund (das System immer eine Umwelt), und es ist sicherlich von Nachteil und nicht im Sinne der Gestalttherapie, wenn man nur die Figur allein betrachtet, als sei sie unabhängig vom Grund – oder Kontext. Die Flexibilität in der Fähigkeit, immer wieder neue Figuren zu bilden und nicht an fixierten Figuren festzuhalten, ist ja ein wichtiges Kriterium für *Gesundheit* in der Gestalttherapie.

Die zweite praktische Konsequenz aus der Schöpferischen Indifferenz ist bei Perls seine Auffassung der *fruchtbaren Leere*, einer Stufe im Therapieprozeß im *Fünf-Schichten-Modell* der Neurose. Perls war eine Zeitlang sehr stolz darauf, daß die Gestalttherapie seiner Meinung nach die einzige Therapieform war, die über den *Impasse* – den *Engpaß*, die *Sackgasse* – hinausging. Seiner Auffassung nach findet wirkliche Veränderung nur dann statt, wenn der Klient und die Klientin ihr herkömmliches, rollenmäßiges Verhalten aufgeben – überhaupt jede Sicherheit durch z. B. Denkgewohnheiten – und einen Zustand zulassen, in dem sie buchstäblich nicht mehr ein noch aus wissen im *Impasse* und sich der *fruchtbaren Leere* oder der *schöpferischen Indifferenz* anheimgeben und damit dem Selbstorganisationsprozeß, den sie genau in diesem Zustand nicht mehr steuern, und in dem etwas wirklich Neues entstehen kann, aber eben nur ohne ihr Eingreifen in den Prozeß, aber mit ihrem Mitgehen – also auch wieder im mittleren Modus.

LITERATUR

- Bateson, G. (1981): *Ökologie des Geistes*. Frankfurt/M. (Suhrkamp)
Böhme, G. (1985): *Anthropologie in pragmatischer Hinsicht*. Darmstädter Vorlesungen. Frankfurt/M. (Suhrkamp)

- Buber, M. (1962): Werke. Erster Band. Schriften zur Philosophie. München und Heidelberg (Kösel und Lambert Schneider)
- Buber, M. (1979): Das dialogische Prinzip. Heidelberg (Lambert Schneider) Neuauflage: 1984
- Cardorff, P. (1988): Friedlaender (MYNONA) zur Einführung. Hamburg (Junius)
- Foerster, H. von (1985a): Sicht und Einsicht. Versuche zu einer operativen Erkenntnistheorie. Braunschweig, Wiesbaden (Vieweg)
- Goodman, P. (1989): Natur heilt. Psychologische Essays. Köln (Edition Humanistische Psychologie)
- Goodman, P. (1992): Stossgebiete und anderes über mich. Köln (Edition Humanistische Psychologie)
- Friedlaender, S. (1918): Schöpferische Indifferenz, München (Georg Müller)
- Krüll, M.; Luhmann, N.; Maturana, H. (1987): Grundkonzepte der Theorie autopoietischer Systeme. Neun Fragen an Niklas Luhmann und Humberto Maturana und ihre Antworten. Zeitschrift für systemische Therapie 5, 1, 4 - 25.
- Metzger, W. (1986): Gestalt-Psychologie. Frankfurt am Main (Waldemar Kramer)
- Perls, F. (1976): Grundlagen der Gestalttherapie. München (Pfeiffer)
- Perls, F. (1978): Das Ich, der Hunger und die Aggression. Stuttgart (Klett-Cotta)
- Perls, F.; Hefferline, R.F.; Goodman, P. (1972): Gestalt Therapy. Harmondsworth (Penguin Books 1951)
- Perls, F.; Hefferline, R.F.; Goodman, P. (1979): Gestalttherapie. Lebensfreude und Persönlichkeitsentfaltung. Stuttgart (Klett-Cotta)
- Perls, L. (1989): Leben an der Grenze. Essays und Anmerkungen. Herausgegeben von Milan Srekovic. Köln (Edition Humanistische Psychologie)
- Piaget, J. (1976): Die Äquilibration der kognitiven Strukturen. Stuttgart (Klett-Cotta)
- Spencer-Brown, G. (1979): Laws of Form. New York (E. P. Dutton)
- Stern, D. (1979): Mutter und Kind. Die erste Beziehung. Stuttgart (Klett-Cotta)
- Verden-Zöller, G.; Maturana, H. (1990): Spiel: ein vernachlässigter Weg. Delfin XIII, 23 - 32.
- Wertheimer, M. (1925): Über Gestalttheorie. Vortrag, gehalten in der Kant-Gesellschaft Berlin am 17. Dezember 1924. Erlangen (Verlag der Philosophischen Akademie)
- Williams, P. (1989): Mahayana Buddhism. The Doctrinal Foundations. London, New York (Routledge)