

**Kathleen Höll**

**Vortrag bei den Gestalttagen 2007, Wien 26.1.2007**

## **Die Gestalttherapie: Theorie und Praxis aus einem Guß**

### Vorbemerkung

Liebe KollegInnen und Kollegen! Ich freue mich, dass wir als Organisationsteam auf diesen Gestalttagen 2007 etwas fortsetzen können, was wir auf den Gestalttagen 2004 begonnen haben: Positionen der aktuellen Gestalttherapie darzustellen. Ich freue mich sehr, dass ReferentInnen aus dem Ausland und aus dem Institut für Integrative Gestalttherapie Wien unserer Einladung gefolgt sind und ihre Erfahrungen und Erkenntnisse mit uns teilen werden. Und ich freue mich, dass ich die Gelegenheit habe, einige Ergebnisse meiner Überlegungen der letzten Zeit hier vorzutragen.

### Einleitung

Es ist ein Grundgesetz der Gestaltpsychologie, dass die Bedeutung eines Phänomens von seinem Kontext abhängt. Ich will, damit diese Veranstaltung umfassender verständlich wird, ein paar Worte zur Vorgeschichte sagen. Natürlich aus meiner persönlichen Sicht, auch das eine Grundthese der Gestaltpsychologie: man kann nur aus seiner eigenen Position heraus sprechen. Immerhin ist es die Sicht eines Gründungsmitgliedes.

Schulstreits sind nichts Ungewöhnliches in der Psychotherapie. Die Frage ist eher die, wie offen sie ausgetragen werden. Unser Verein steckt seit langem in einem Schulstreit, ebenso lang ist die Frage der Identität ungeklärt. Es ist mittlerweile sogar umstritten, ob wir als Gestalttherapeuten begonnen haben. Ein Teil der ersten Generation der Ausbilder entwickelte sich im Laufe der Jahre hin zur Integrativen Therapie, der andere Teil entwickelte sich als Gestalttherapeuten weiter.

Ein ganz normaler Vorgang wäre es gewesen, eine Trennung in zwei Vereine durchzuführen. Es war wohl die Bereitschaft nicht vorhanden, es fehlte auch an Mut. Von mir kann ich das im nachhinein jedenfalls sagen: ich fürchtete mich davor, als Lehrtherapeutin ein eigenes Programm anzubieten.

Die österreichische Lösung war: wir beließen die Unterschiede in einer Grauzone. Versuche zu diskutieren schlugen fehl. Über viele Jahre wurde von Graduierten und Kandidaten bei den Gestalttagen eine Klärung eingefordert. Das war etwa zwischen 1992 und 1998. Danach fand man eine Einigungsformel, die allerdings nicht sehr klar abgefasst war und die auch nicht von allen AusbilderInnen unterschrieben wurde.

Als später die sog. "frühen" und "schweren Störungen" zum Thema wurden, bildete sich eine weitere Untergruppe: Sie zog psychodynamische Theorien heran und bezeichnete dies als "klinische Ausrichtung" unserer Methode. Auch hier fand keine wissenschaftliche Auseinandersetzung statt, die Entscheidungen wurden in den Gremien per Mehrheitsbeschluß gefällt. Diese können aber eine offene Diskussion, auch in der

internationalen wissenschaftlichen Öffentlichkeit, niemals ersetzen.

Die wenigen Ausbilder, die weiterhin die Theorie der Gestalttherapie als die geeignetste Theorie betrachten, sahen diese Inhalte mehr und mehr schrumpfen, zum Schluß entstand der Eindruck, sie sei auf die Formel Gestalttherapie ist gleich "erlebnisaktivierende Methoden" geschrumpft.

Die Identität unseres Verfahrens wurde damit immer fraglicher. Als nun deutsche Kollegen im Jahr 2005 anriefen und uns darauf aufmerksam machten, dass sie die Gestalttherapie auf Psyonline nicht finden könnten, erreichte dieser Eindruck ein alarmierendes Ausmaß. Auf Nachfrage stellte sich heraus, dass unser Verein sich dort gemeldet hatte mit der Bitte, "Integrative Gestalttherapie" als Suchbegriff umzuändern in "Integrativer Ansatz". Man muß sich vorstellen, dass dies ja nicht nur uns betraf. Gleichzeitig mit der "Integrativen Gestalttherapie" des ÖAGG konnte auch das "Institut für Integrative Gestalttherapie Wien" bei Psyonline nicht mehr unter dem Suchbegriff "Gestalttherapie" gefunden werden.

Die Identität, das Bild einer Ausbildungseinrichtung nach außen ist nicht nur unter marktwirtschaftlichen Gesichtspunkten zu sehen. Es ist auch eine Frage der Produkterkennung. Ein Produkt klar unterscheidbar von anderen zu machen, hat auch eine ethische Dimension: Interessenten nicht im Unklaren zu lassen, was sie im Lauf der Ausbildung geboten bekommen.

Klarheit und Prägnanz ist mir immer ein Anliegen gewesen. Genau deswegen habe ich für mich die Gestalttherapie ausgesucht. Sie hat mir selber geholfen, und ich kann durch sie anderen Menschen helfen. Klare Verhältnisse, Dinge genau erkennen, Dinge genau benennen, um sie bestmöglich verändern zu können... Und sich selbst auch immer genauer wahrnehmen.

Auf den Gestalttagen 2004 haben wir zu zeigen versucht, dass die psychodynamische Sichtweise eine Verengung gegenüber der gestalttherapeutischen bedeutet. Die Gefahr besteht hier im Rückgang auf ein überholtes Menschenbild (Stichwort Objektbeziehung) und im Verlust des systemischen Blicks.

Ich habe damals versucht aufzuzeigen, wie wichtig es ist, Wissenschaften außerhalb der Psychotherapie aufzugreifen, um einen umfassenden Blick auf die Diagnostik zu werfen. So zum Beispiel die Säuglingsforschung, die das Bild des von Beginn an interaktiven, mit erstaunlichen Fähigkeiten ausgestatteten Säuglings erbracht hat, welches das Menschenbild der Gestalttherapie nachhaltig bestätigt. Oder die Systemische Familientherapie von Selvini Palazzoli, die aufzeigt, wie sehr das Verhalten einzelner Menschen von der Dynamik ihres Familiensystems beeinflusst wird. Die Mechanismen des Verrücktmachens wurden angesprochen. Die historische Forschung über die Entwicklung und Veränderung psychischer Krankheitsbilder relativiert diese, indem sie ihren Kontext innerhalb kultureller und sozialökonomischer Bedingungen aufzeigt. Die Definitionen von Diagnosen wechseln ja im Schnitt alle 15 Jahre.

Zum Schluß bezog ich mich auf die Theorie der Humanmedizin von Uexküll und Wesiack – auf die sich auch Lotte Hartmann-Kottek in ihrem Lehrbuch "Gestalttherapie" bezieht. Sie entspricht dem holistischen Ansatz der Gestalttherapie, dessen Quelle Jan Christiaan Smuts' "Die holistische Welt" ist. Hier wird versucht, das

menschliche Leben vom Weltganzen her zu verstehen. Auf Basis einer Evolutionstheorie, die nicht wie Darwin den Zufall betont, sondern das Prinzip der Selbstorganisation. In dieser Theorie der Humanmedizin findet sich ein Ansatz zu einer allgemeinen Theorie menschlicher Gesundheit und Krankheit, der der Gestalttherapie sehr entspricht. Das ist Anstoß auf dem Weg zu einer Weiterentwicklung der Gestalttherapie. Dabei zeigt sich: Die GT ist nicht nur Produkt einer wissenschaftlichen Pionierzeit, nein – ich wage die Behauptung: sie ist visionär bis heute.

Von meinem Vortrag auf den Gestalttagen 2004 ausgehend habe ich dieses Thema weiter ausgebaut und beim 8. Europäischen Kongreß der Gestalttherapie in Prag, ebenfalls 2004, vorgetragen. Aufgegriffen hat diese Thematik die Schweizer Vorsitzende Gudrum Wyss in ihrer Festrede zum 25. Jubiläum der SVG. Auch Hans Peter Dreitzel bezog sich in seinem Festvortrag zum 20. Jubiläum der DVG kürzlich darauf. Ich zitiere: "Hätte die Gestalttherapie nicht ... einen wichtigen Beitrag zu leisten zur Entwicklung einer modernen, umfassenden Theorie der menschlichen Funktionsstörungen, wie sie von Uexküll und Wesiack bereits im Ansatz formuliert wurde? Es müsste dabei um die Frage gehen, ob und wie weit menschliche Funktionsstörungen tatsächlich fast immer Anpassungsleistungen an menschengemachte Umwelten sind und was unter diesen Umständen Heilung bedeuten kann." (S.23)

Was ich damit sagen will: Es lohnt sich, die immer noch aktuelle Theorie der Gestalttherapie weiter zu aktualisieren. Und dass es eine Fehleinschätzung wäre, sie auf den Müllhaufen der Geschichte zu werfen und nur ein paar "erlebnisaktivierende Methoden" beizubehalten.

### Theorie und Praxis – wie kann ich sie nur erklären

*"Wenn niemand mich danach fragt, weiß ich's. Will ich's aber einem Fragenden erklären, weiß ich's nicht."* (zit. b. Küppers, 2004)

Was Augustinus um das Jahr 400 zum Thema "Zeit" gesagt hat, ist vielen von uns ein geläufiger Stoßseufzer in Bezug auf unsere Theorie. Was kein Wunder ist angesichts der Komplexität der Theorie, die einen weiten Bogen spannt vom Holismus und der Evolutionstheorie über Phänomenologie, Existenzphilosophie, Gestaltpsychologie bis hin zur Methodenlehre. Komplexität und Kompliziertheit sind hier allerdings zu unterscheiden.

Ich bemühe mich seit langem, das großartige Theoriegebäude der Gestalttherapie immer besser zu verstehen und und so zu ordnen, dass es für andere leichter verständlich wird.

Letztlich geht es um eine unglaubliche Bandbreite menschlicher Bewusstseinsformen, Gefühlszustände, körperlicher Empfindungsweisen, mitmenschlicher Interaktionsformen, kollektiver Regelungsweisen. Alle sind Ausdruck menschlicher Möglichkeiten. Und das, was wir "Symptome" nennen, ist in gestalttherapeutischer und systemischer Sicht die Antwort eines Menschen, einer Familie, einer Gruppe, ja einer ganzen Kultur eine Antwort auf ansonsten unbewältigbar erscheinende Zustände. Eine umfassende Theorie vermag Krankheit und Gesundheit unter ein theoretisches Dach zu

bringen, denn beides gehört im menschlichen Leben auch zusammen.

Wenn ich, wie das etwa Petzold tut, mich von der Gestaltpsychologie zumindest theoretisch abkopple – er spricht nur mehr von Mustern und Schemata -, so bedeutet das aus meiner Sicht einen gewaltigen Verlust. Ich kann mein Vorgehen zwar weiterhin als phänomenologisch verstehen, da ich "unvoreingenommen meine Umwelt betrachte", doch präzisiert die Gestaltpsychologie dieses Wahrnehmen ganz entscheidend. Sie trägt die Gesetze der Gestaltbildung bei.

Ich will das anhand der gestalttherapeutischen Praxis erläutern.

### Ein erster Anlauf: wie beschreibe ich die Praxis

Einen Menschen dort abzuholen, wo er ist: das ist ja inzwischen ein Allgemeinplatz in Psychotherapie und Beratung geworden, ja, er ist sogar in der Politik angekommen. Das klingt so einfach, ist es aber ganz und gar nicht. Vor allem dann nicht, wenn ein Mensch durch seine Störung eine von der Alltagsnorm besonders abweichende Lebens- und Kommunikationsweise entwickelt hat.

Die Gestalttherapie kreist um dieses Thema, wie genau dieses Abholen geht. Während die meisten Therapieverfahren Anhaltspunkte oder gar Vorschriften und Pläne entwickeln, wie mit dem und jenem Problem umzugehen sei, verweilt die Gestalttherapie ganz lange im Moment. Dem berühmten Hier und Jetzt. Es braucht Jahre, um in sein Zentrum zu kommen, schrieb Fritz Perls.

1)Die tragende Basis für das geduldige Erfahren des Hier und Jetzt ist jedenfalls die therapeutische Beziehung. Ich stelle mich als Therapeutin in den Dienst der Klientin und übernehme die Verantwortung für die kognitiven und emotionalen Bedingungen, die den Prozeß der Klientin ermöglichen. Dazu gehört, dass ich geschult bin in der Wahrnehmung meiner selbst, anderer Menschen und ihrer Interaktionen. Nicht Empathie allein genügt hier, es bedarf auch des Gegenpols, der Differenzierung, der Neutralität.

Die therapeutische Beziehung ist inzwischen als Wirkfaktor durch die Forschung allgemein anerkannt worden.

2)Wahrnehmung ist die Basis der gestalttherapeutischen Praxis. John O. Stevens Buch heißt nicht umsonst "Die Kunst der Wahrnehmung".

a.) Was nehme ich im Hier und Jetzt wahr.

b.)Die Zonen der Wahrnehmung trennen, Phantasie von Sinneswahrnehmungen, und Gefühlen

c.)Figur und Hintergrund zu trennen

d.)Das Pendeln zwischen Eigenwahrnehmung und Wahrnehmung des Klienten.

e.)Das Wahrnehmen des Feldes bzw. der Situation als ganzer.

Ein Spezialfall ist hierbei die Wahrnehmung von Übertragung und Gegenübertragung.

3)Die Therapie lässt sich im Großen und Ganzen verstehen als der Prozeß, der sich anhand der ständig bewusst gemachten Wahrnehmung weiterentwickelt.

### Was heißt denn nun "Gestalt" und was bedeuten die Gestaltgesetze in diesem Zusammenhang?

Es ist schwierig, die Theorie der Gestalttherapie, die das Bilden von prägnanten Gestalten als zentrales Prinzip menschlichen Lebens betont, selbst als prägnante Gestalt zu erkennen.

H.P. Dreitzel brachte dies letztes Jahr in seiner Festrede zum 20. Jubiläum der "Deutschen Vereinigung für Gestalttherapie" zur Sprache. Er zitierte eine Presseverlautbarung der DVG:

"Ziel der Therapie ist es, Gestalten zu erkennen, sie zu schließen und loslassen zu können, was befreit und ein neues, volles Einlassen auf das Leben im Jetzt ermöglicht." Er bezweifelte die Verständlichkeit dieser Aussage. Er bezweifelte auch die Gültigkeit der Aussage, dass es sich bei der Grundidee "Gestalt" um einen sehr verständlichen Ansatz handelt.

Die Gestaltpsychologie entdeckt grundlegende Strukturen der Wahrnehmung, des Denkens, des Handelns. Alle sind als Gestaltbildungsprozesse zu verstehen, das bedeutet die Bildung sinnvoller Einheiten.

Das Neue an dieser Theorie ist: sie ist formaler Natur. Das heißt sie behauptet nicht Zusammenhänge von einfacher kausaler Art wie: A verursacht B, sondern komplexe strukturelle Zusammenhänge, wo jedes einzelne Detail abhängig von den anderen Details und dem Zustand des Ganzen ist.

In den letzten Jahrzehnten entwickelten sich nun zahlreiche neue Wissenschaften, die genauso wie sie auf formalen Gesetzen aufbauen. Die bekanntesten sind wohl die Systemtheorie und die Kybernetik, die Ökologie als Systemtheorie der Umwelt, die Chaostheorie... Alle zusammen münden seit einigen Jahren in "Strukturwissenschaften" bzw. "Theorien komplexer Systeme" wie die Synergetik. All diese Wissenschaften legen denselben Schluß nahe: Diese wunderbare Welt, in der wir leben, baute sich im Lauf der Evolution aus einfachen Elementen und anhand einfacher Gesetze auf. Die Vielfalt, die sie uns bietet, entsteht durch die Wiederholung einfacher Operationen. Deren Ausgangsbedingungen sind entscheidend dafür, wie sich das jeweilige System entwickelt.

Die mehr als 100 Gestalt-Gesetze kumulieren im Prägnanzgesetz ("Gesetz der guten Gestalt"). Prägnanz bedeutet, die vielfältigen Aspekte eines Phänomens zu erkennen, und diese Differenziertheit in eine möglichst leicht erkennbare Ordnung zu bringen.

Die Gehirnforschung bestätigt heute, dass das Gehirn tatsächlich nach Gestaltprinzipien arbeitet. Das scheint durchaus nachvollziehbar zu sein: Wenn die Welt nicht tatsächlich aus solchen charakteristischen Formen aufgebaut wäre, würde das Gehirn nicht nach Gestaltprinzipien arbeiten.

Zurück zu uns Menschen: Wir können also gar nicht anders, als den Gesetzen der Gestaltbildung, nach denen unser Gehirn arbeitet, zu folgen. Auch das Denken, Fühlen und Handeln ordnet sich zu sinnvollen Einheiten – insofern diese ganzheitlichen Prozesse nicht beeinträchtigt werden bzw. von vornherein wegen mangelnden Supports sich nicht ausreichend ausbilden konnten.

### Selbstorganisation als zentrales Konzept

Die Gestalttheorie beschreibt die frei fließende Gestaltbildung, die ständig stattfindet, als Medium von Selbstorganisation. Gestalt drückt hierbei implizit die sichtbare Struktur eines Systems aus, eines Ganzen, eines Lebewesens, eines Menschen, einer Wahrnehmung, einer Handlung.

Dementsprechend drückt Selbstorganisation den Prozeß aus, der zur Entstehung, Erhaltung und Weiterentwicklung eines Menschen, führt.

Wir haben ästhetische Kriterien dafür, ob so ein Prozeß gut gelungen ist, d. h. unter günstigen Bedingungen stattgefunden hat.

Als "prägnant" empfinden wir solche Phänomene, deren spezifischen Eigenschaften sich deutlich und unverwechselbar erkennen lassen.

Der Kontaktzyklus zeigt die charakteristische Form solcher Gestaltbildungsprozesse auf.

### Zurück zur Praxis

Ich habe hier ein sehr einfaches theoretisches Gerüst für meine Praxis gefunden: Gesunde Entwicklung beruht auf möglichst ungestörten Gestaltbildungsprozessen, die genügend Unterstützung erfahren.

Störungen der Entwicklung und Entfaltung beruhen auf gestörten Selbstorganisationsprozessen durch:

Ungenügenden Support, Störung durch zu viel Eingriffe von außen, durch zu viel Kontrolle, durch Überforderung und oder Unterforderung.

### Grundregel für die Praxis, diesmal gestalttheoretisch ausgedrückt:

Ich schwinde mich in möglichst wenig gestörter Selbstorganisation - unterstützt durch ausreichende Erfahrung, Fachwissen und Sozialkompetenz -

auf die Selbstorganisation des Menschen ein, der sich mir in der Therapiesitzung anvertraut.

Ich gebe Resonanz auf dessen Gestaltbildungsprozesse und leite diese Person zur Selbstwahrnehmung hinsichtlich dieser Prozesse an.

Ich führe diesen Menschen zur Konzentration auf die Blockade der Gestaltbildung hin und leite dazu an, den Hintergrund, den Kontext dieser Blockade zu vergegenwärtigen. Das kann in Form einer Szene geschehen oder in der symbolischen Darstellung einer sozialen Struktur, etwa der Familie oder des Teams, in der der Mensch arbeitet. Oder in einem noch weiter reichenden Kontext. Es kann auch der historische Kontext erfahren werden, etwa in einer Panoramadarstellung.

Die paradoxe Theorie der Veränderung besagt, dass diese Bewusstwerdung per se eine Korrektur des Selbstorganisationsprozesses ermöglicht.

Es macht den Weg frei für das Hinfinden zu neuen Erlebens- und Handlungsmöglichkeiten.

Bewusstheit bzw. Awareness bedeutet, den Fokus auf diesen Prozeß der Selbstorganisation zu lenken und dadurch Wege der Veränderung zu eröffnen.

Aggression ist eine Bezeichnung für die Energie, die der Organismus anbietet, um in einen aktiven Austausch zu treten

Das dialogische Prinzip benennt eine Form der Kommunikation, in der sich zwei Menschen als Lebewesen gegenüber treten, die sich ihrer eigenen Selbstorganisation anvertrauen und den anderen Menschen in seiner Selbstorganisation umfassend wahrnehmen und respektieren.

### Beispiele

Ein Beispiel für ein bereits gespürtes partielles Herausgefallen aus der Selbstorganisation:

Ein Klient spricht davon, ein bitteres Gefühl steige auf. "Ich habe eine Fremddrehung, ich bin fremdbestimmt."

Beispiele bieten Familien, wo es tabu ist, eigene Wünsche und Bedürfnisse auszusprechen. Es kommt zu einer merkwürdig verdrehten Form der Kommunikation, in der die anderen in Richtung des eigenen Bedürfnisses manipuliert werden.

Familien, in denen so viel Kontrolle auf die Klientin ausgeübt wird, dass sie diese Kontrolle paradox aufgreift: einerseits kontrolliert sie den Körper über das Essen, zum anderen gibt ihr das eine große Macht über die, die sie zuvor kontrollierten.

Ein Beispiel für Selbstorganisation im Großen ist derzeit das Klima auf dieser Erde.

Eine schöne Illustration für das Organismus-Umwelt-Feld-Konzept der Gestalttherapie brachte kürzlich Muhamad Yusuf, der diesjährige Träger des Nobelpreises für Ökonomie. Er sagte: Menschen sind wie Bäume. Wenn man sie in einen fruchtbaren

Acker pflanzt, werden sie groß und prächtig. Pflanzte man sie in einen Topf, werden sie Bonsai-Bäume.

### Schlussbemerkungen

Übersetzt man die Theorie der Gestaltbildung und die Theorie der Selbstorganisation auf eine zutiefst menschliche Ebene, kommt man zum Prinzip der Wahrhaftigkeit. Sich der eigenen Selbstorganisation anvertrauen heißt, sich der eigenen Wahrheit zu stellen. Und diese Wahrheit schließt immer auch die Wahr-Nehmung der Kollektive ein, in denen wir uns bewegen und deren Dynamiken uns mehr oder weniger bestimmen.

"Sagen was ist" diese Formulierung fand Hanna Arendt für das, was hier gemeint ist.

### Die Hauptkapitel der gestalttherapeutischen Theorie, durch das Konzept der Selbstorganisation geordnet

-

-

-

### MENSCHENBILD

Mensch als bio-psycho-soziale Ganzheit

als komplexer, sich wandelnder und eingebundener und Organismus

Selbstorganisation auf den folgenden, auf einander einwirkenden Ebenen:

anorganisch

---

organisch

---

psychologisch

---

soziologisch

---



## **THEORIE DER ENTWICKLUNG**

### **Selbstorganisation von Beginn an:**

**Basis: tragende Atmosphäre, Empathie, Fürsorglichkeit, Körperkontakt**

**Interaktion von Beginn an**

**angeborene Potentiale der Gestaltbildung von Beginn an**

**frühzeitig einsetzende Gestalt-Wahrnehmung**

**Kreuzmodalität: Ganzheitlichkeit der Sinne**

**Angewiesenheit auf Prägnanz (Verstehbarkeit)**

**Stimmigkeit von Verbal/Nonverbal**

**Kognition/Emotion;**

**Signal/Reaktion (Spiegelung)**

**Mittleres Erregungsniveau ist förderlich**

**Jeder gelungene Kontaktzyklus verstärkt das Supportsystem**

**Herausforderungen müssen angemessen sein**

-

-

-

## **THEORIE DER STÖRUNGEN**

### **Störungen/Blockaden der Selbstorganisation:**

**Empathie, Beziehung, soziale Akzeptanz als tragende Faktoren zu gering vorhanden**

**zu viel oder falsche Eingebundenheit**

**zu durchlässige, zu wenig durchlässige Grenze**

**ungenügender, "falscher" Support bei Spiegelung, Empathie**

**Unterforderung und/oder Überforderung auf den verschiedenen Ebenen**

**feindliche Stimmungen, Atmosphären, Handlungen**

**verrückt machender Kommunikationsstil**

**Missbrauch, Gewalt**

**Störungen des sozialen Organismus, des ökologischen Feldes**

**Katastrophen, Kriege**

**inkohärentes Weltbild**

**Reaktion darauf:**

**Ausweichen in Kontaktunterbrechungen: Widerstand**

**Katastrophenreaktion**

**Folgen:**

**Störungen der Gestaltbildung,**

**des Kontaktzyklus**

**Wachstum verhindert**

## **THEORIE DER BEHANDLUNG VON STÖRUNGEN**

**Basis: tragende, bereitstellende Beziehung**

**Mit der eigenen Selbstorganisation einschwingen auf die**

**Selbstorganisation der Patientin**

## **Kontakt-Support-Konzept**

### **Allgemein:**

**Fokussierung auf das Hier und Jetzt der Aktion/Interaktion**

**Konzentration**

**Förderung der Selbstorganisation durch:**

**Wahrnehmung, Bewusstheit, des Denkens, Fühlens, Empfindens, des**

**Ausdrucks, des eigenen Willens und des Handelns**

**Bewusstmachen von: Blockaden, Widerstand**

**Rückgängigmachen von störenden Einwirkungen**

**Defizite auffüllen**

**Trauma: Sicherheit wieder herstellen**

**Kognitive Dissonanzen: Prägnanz, Eindeutigkeit herstellen**

**Unterstimulierung: Stimulierung**

**Überstimulierung: Beruhigung**

**Ausdrucksübungen, Imagination, Experimente: Umsetzen in Handlung**

**Zusammengefaßt: durch gelungene Kontaktzyklen Stabilisierung und Wachstum**

**ermöglichen**

**Modi der Diagnose: entsprechend der Ebene der Störung:**

**sozial/historisch, kognitiv/emotional, physiologisch**

**Lebensphase**

**Intersubjektiv, sozial, politisch, ökonomisch, historisch**

**Geschichte, Familiengeschichte**

**Familiendynamik, Geschwisterreihe**

**Geschlecht, Schicht, Aufstiegs-/Abstiegsdynamik**

**Symptome: nicht monokausal zuordenbar**

**Ausdruck der Selbstregulation**

**Interventionen: auf Basis der Beziehung**

**Wahrnehmung anleiten**

**Ausdruck ermutigen**

**Zeitfaktor: Jetzt**

**Bewusstheit: welche Gestaltbildung jetzt?**

**Blockaden erkennen, sich aneignen**

**Fluss der Gestaltbildung zulassen**

**Stimulieren**

**Reflektieren**

**Methoden: Gruppendynamik, Familiensystem, Topologie, Genealogie, Kreative**

**Medien, Traumarbeit...**

**Anwendungsbereiche: Individuum, Paar, Familie, Organisation**

**Setting: Ambulant, Team, Klinik**