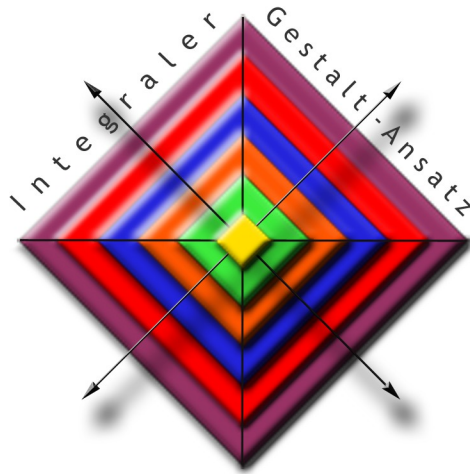


Martina Gremmler-Fuhr

INTEGRATION IM GESTALT-ANSATZ



**Studien zum
Integralen Gestalt-Ansatz**

5

**Studien zum Integralen Gestalt-Ansatz
Heft 5, 2008**

Herausgeberin

Martina Gremmler-Fuhr

Erscheinungsweise und Bezug

In der Reihe

Studien zum Integralen Gestalt-Ansatz

werden in unregelmäßigen Abständen Texte und Forschungsarbeiten zum Integralen Paradigma und zum Gestalt-Ansatz im Bereich der

- Psychotherapie, Beratung, Supervision und Coaching,
- Pädagogik und Erwachsenenbildung sowie
- Organisationsberatung

veröffentlicht.

Alle Texte sind urheberrechtlich geschützt.

Nachdrucke, auch auszugsweise, sind nur mit schriftlicher Genehmigung der Herausgeberin und mit Quellenangabe zulässig.

© **Gestalt-Zentrum Göttingen GmbH**

Bestellungen bitte an:

Gestalt-Zentrum Göttingen (GZG) GmbH

Max-Born-Ring 65

D-37077 Göttingen

Tel. 0551-3057974

Email: kontakt@gestaltzentrum.de

Internet: www.gestaltzentrum.de

ISSN 1866-3087

Integration im Gestalt-Ansatz

Dieser Artikel basiert auf einem Vortrag, den ich bei den Österreichischen Gestalttagen 2008 in Salzburg gehalten habe.

Darin stelle ich meine ganz persönlichen Gedanken zur Bedeutung von Integration in der Gestalttherapie dar, d.h. es ist keine erschöpfende oder umfassende Antwort, sondern es sind die Gedanken einer Gestalttherapeutin mit pädagogischem Background, deren Schwerpunkt immer schon Lern- und Entwicklungsprozesse bei Erwachsenen waren und sind. Als solche stelle ich meine Überlegungen hier vor, damit sich der eine oder die andere im Laufe der nächsten Minuten des Lesens vielleicht angeregt fühlt, zu eigenen Antworten zu kommen.

Dabei werde ich mich zunächst damit beschäftigen, welche Konzepte und Modelle im Gestalt-Ansatz im Zusammenhang mit Integration vorkommen. In einem zweiten Teil widme ich mich dann der Frage, was der Rahmen bei der Integration anderer Modelle und Konzepte in den Gestalt-Ansatz sein könnte.

I. Was bedeutet Integration in der Gestalttherapie

„Integration“ - eine Alternative zum Wachstumsbegriff

Ende der 90er Jahre bekamen mein Mann und ich eine Anfrage von Frank Michael Staemmler, einen Beitrag in dem von ihm herausgegebenen Buch *Gestalttherapie im Umbruch* (2001) zu schreiben. Staemmlers Anliegen war es, einige zentrale Begriffe zur Theorie der Gestalttherapie wie Verantwortung, Bewusstheit, Ganzheitlichkeit, Ich und Du, Hier und Jetzt sowie Wachstum zu beschreiben. Reinhard Fuhr und mir fiel es zu, uns Gedanken zu dem Begriff Wachstum zu machen. Und dabei kamen wir sehr schnell zu der Überzeugung, dass *Integration* unserer Meinung nach den angemesseneren Begriff für das gemeinte Phänomen – auch und gerade im gestalttherapeutischen Zusammenhang – darstellt.

Aber was bedeutet nun Integration im Gestalt-Ansatz?

Im Zusammenhang mit den im Gestalt-Ansatz vorhandenen Modellen lässt sich – wie wir damals feststellten, vor allem zu zwei Konzepten eine Verbindung herstellen: zum Kontaktzyklus und zum philosophischen Konzept der Polaritäten:

Kontaktzyklus

Aber schauen wir zuvor noch im Lexikon nach, dem Wörterbuch der Psychotherapie (Stumm & Pritz 2000). Dort schreibt unsere Kollegin Kathleen Höll in ihrer Definition von *Integration*, dass diese bei Fritz Perls vor allem im Zusammenhang von Abspaltungen von Bedeutung sei. Abspaltung sei demnach das Ergebnis einer Störung der natürlichen Selbstregulation. In der Gestalttherapie werde diese gestörte Selbstregulation dann durch Bewusstheit wieder gefördert (ebd., 313).

Das Konzept im Gestalt-Ansatz, das hier ganz wesentlich gefragt ist, ist das des Kontaktzyklus, genau genommen des Nachkontakts: dies ist die Phase, in der Integration stattfindet. Dabei kann es sich im engeren Sinn von Psychotherapie um das Nachholen verpasster Integrationen aus der Vergangenheit handeln, also dem Integrieren von beispielsweise besagter Abspaltungen. Es kann sich aber auch um den gelungenen Abschluss von aktuellen Kontaktprozessen handeln, dann sind wir im aktuellen Lern- und Entwicklungsgeschehen. In beiden Fällen handelt es sich darum, eine Kontakterfahrung zu verarbeiten und diese in das Selbst zu integrieren – und das ist es, was in der Phase des Nachkontakts geschieht (vgl. Gremmler-Fuhr in Fuhr u.a. 1999/2001, 362).

Polarität

Das zweite wichtige Konzept im Zusammenhang von Integration ist nach Meinung von Reinhard und mir in obigem Artikel das Konzept der Polaritäten (Fuhr & Gremmler-Fuhr 2001).

Die Theorie der Gestalttherapie ist, wie wir alle wissen, durch einige Konzepte aus anderen Bereichen angereichert. Im Zusammenhang mit Polaritäten sind da als Anleihen besonders Martin Buber und Salomo Friedlaender zu nennen.

Buber steht für die grundlegende Polarität Selbstverwirklichung einerseits und Gemeinschaftsentwicklung andererseits bzw. für Urdistanz und Beziehung (Buber 1978). Damit ist ein Inhalt einer existentiellen Polarität erwähnt, der erweitert werden kann zu der anthropologischen Grundpolarität von Zugehörigkeit und Eigenständigkeit.

Salomo Friedlaender steht dagegen nicht für einen expliziten Inhalt einer Polarität, sondern stellt ein Modell für das Prinzip der Polarität zur Verfügung.

Für Salomo Friedlaender (Philosoph und Schriftsteller), der ein wichtiger Lehrer von Fritz Perls war, ist die Differenzierung aller Phänomene in Polaritäten oder die Urgegensätzlichkeit das grundlegendste aller Gestaltungsprinzipien.

Wie Reinhard Fuhr im Wörterbuch der Psychotherapie (Stumm & Pritz, 2000, 520) zu Polaritäten ausführt, wird in der Gestalttherapie davon ausgegangen, dass sich alle Phänomene des Lebendigen aus der schöpferischen Indifferenz heraus in polarer Weise entfalten.

Diese unterschiedlichen Polaritäten menschlicher Existenz gilt es dann jeweils durch *Integration* zu transzendieren. Beispiele für solche existentiellen Polaritäten können die bereits bei Buber erwähnte anthropologische Grundpolarität von Eigenständigkeit und Zugehörigkeit, von Leben und Sterben oder auch von Wachstum und Zerfall sein. Werden solche Polaritäten nun nicht länger als Entweder-Oder-Realitäten empfunden oder behandelt, bzw. als sich ausschließende oder unabhängig voneinander existierende Phänomene, *beginnt der Prozess der Integration*. So wie hier gerade angedeutet entspricht diese Qualität der in der Gestalttherapietheorie beschriebenen Bewusstseinsqualität des „mittleren Modus“. Dieser beschreibt eine Bewusstseinsqualität jenseits von aktueller Bewusstheit (Achtsamkeit) und umfassender Bewusstheit (Gewahrsein) - der Zustand des mittleren Modus stellt sich jenseits dieser Polaritäten ein. In diesen Zusammenhang gehören denn auch die auf Friedlaender zurückgehenden Konzepte der „Schöpferischen Indifferenz“, des „Nullpunkts“, der „fruchtbaren Leere“, aus denen heraus sich kreative, lebendige Prozesse entfalten können.

Meiner Auffassung nach stellt der Prozess des Transzendierens von Polaritäten eine wesentliche Qualität dessen dar, was in der Gestalttherapie mit dem Begriff der Integration gemeint ist. Integration in diesem Sinne stellt einen Prozess der Entwicklung dar, des Wachsens vor allem in qualitativer, weniger in quantitativer Weise.

Wenn wir nun diesen Gedanken konsequent zu Ende denken, müssen wir uns jedoch fragen: Was passiert denn nun mit so einem „integrierten Ergebnis“ - da ist es uns gelungen, konkrete Polaritäten zu transzendieren, und wo befinden wir uns jetzt ... sind wir jetzt jenseits des Konzepts von Polaritäten? Natürlich nicht ... jedes „Ergebnis“ einer Integration ist – zumindest potentiell - der Ausgangspunkt für den nächsten Zyklus auf der nächsten Ebene. Mit anderen Worten: Die gelungene Integration einer Polarität bildet auf der nächsten Ebene den neuen Pol einer neuen Polarität. Damit hat Integration in diesem Sinne immer wieder „Holon“-Qualitäten, indem sie sowohl Ganzheit (als Ergebnis der Transzendenz von Polaritäten) als auch Teil eines Ganzen (als Pol der nächsten zu integrierenden Polarität) ist.

Wenn sich das für Sie gerade noch etwas kompliziert angehört haben sollte, werden Sie gleich wieder vertrauterer Gelände erkennen, denn:

Ich spreche im Grunde ja über nichts anderes als den ständigen Prozess mit dem Pol *Integration* auf der einen Seite, und dem Pol *Differenzierung* auf der anderen Seite. Und diese Polarität zwischen Differenzierung und Integration ist ja auch im Kontaktzyklus angelegt: Bevor ich Kontakt mit dem Umweltfeld aufnehmen, muss sich eine „Grenze“¹ zwischen mir und dem Umweltfeld bilden, muss eine *Differenzierung* zwischen „Ich“ und „Nicht-Ich“ realisiert werden. An der „Grenze“ kann dann Berührung und Austausch und nachfolgend die „*Integration des Assimilierten*“ erfolgen. Hier manifestiert sich ein grundlegendes Prozessverständnis, das von der in der Regel wenig bewussten Konfluenz über die Differenzierung zur Integration verläuft.

Wenn wir uns diesen Prozess nun wirklich zirkulär und stufenübergreifend vorstellen, sind wir bei vertikaler Entwicklung angelangt, die mehr ist als Variationen des Alten, sondern bei der grundlegend Neues entwickelt und gelernt wird.

Mit den Grundkonzepten und zugrunde liegenden Verständnissen vom Kontaktzyklus und von Polaritäten hat die Gestalttherapietheorie notwendige Voraussetzungen für eine solche qualitative Entwicklung bzw. für transformative Lernprozesse aufzuweisen.

Was heißt Integration im persönlichen Entwicklungsprozess (am Beispiel von Narzissmus - transformatives Lernen)

Diejenigen von Ihnen, die ein wenig mit meinen und unseren Veröffentlichungen vertraut sind, wird es nicht überraschen, wenn mich die weitere Beschäftigung mit dem Begriff „Integration“ nun tiefer in die Bereiche transformativen Lernens und qualitative persönliche Entwicklung führt.

Ich möchte an dieser Stelle nur ganz kurz andeuten, was es heißen kann, sich diesem Prozess von Konfluenz oder Identifikation zu Differenzierung zu Integration auszusetzen. Und da meine ich zunächst einmal Sie als Privatperson, die immer noch oder mehr denn je neugierig ist darauf, zu werden der und die Sie sind.

Was läge näher, als das Thema dieser Tagung zum Aufhänger zu nehmen und mal zu reflektieren, wo wir selbst gerade sind mit dem Thema „Narzissmus“:

„Wo stehen Sie in Ihrem narzisstischen Prozess – oder schlicht gefragt: Wie steht es mit Ihrer Selbstliebe?“

Besonders in existentiellen Krisenzeiten weiß sicherlich jeder von Ihnen aus eigener Erfahrung, welch einen Unterschied es macht, ob man nach dem Fallen auf einen Boden von Selbstliebe trifft, ob man Zeuge ist, wie er dabei entsteht, oder ob dieser ernsthaft in Frage steht.

Für mich ist der narzisstische Prozess (im gesunden Sinn) jener komplexe, immer wieder zu beantwortende Prozess des Sich-Akzeptieren-Könnens, wie man ist ohne stehen zu bleiben (merken Sie, schon wieder Polaritäten). D.h. beispielsweise, seinen Selbstwert nicht abhängig zu machen davon, wie andere mit einem umgehen, welche Leistung man bringt, ob man Erfolg hat ...usw., da werden wir von meinen Kollegen und Kolleginnen noch differenziertere Beiträge hören dürfen. - Nur ein kleines Beispiel noch zur Anregung einerseits und zum Respekt vor der Komplexität der Thematik der Selbstliebe andererseits:

Herman van Veen, ein auch in Österreich tourendes niederländisches Gesamtkunstwerk in Sachen Musik, Gesang, Geschichtenerzählen und noch so einiges, hat in einem seiner Bühnenprogramme einmal folgenden Witz erzählt, den ich seitdem zu meinen Favourites zähle (ich versuche mal, ihn sinngemäß zu erzählen, aber es gibt vieles, was ich besser kann, das sage ich Ihnen gleich):

Kommt ein Mann zum Psychotherapeuten und klagt sein Leid: „Das Leben ist so hart, die

1 Ich setze „Grenze“ hier in Anführungszeichen, da es sich zwar um eine physische Metapher handelt, die jedoch nur in seltenen Fällen (etwa bei Grundstücksgrenzen), Territorialgrenzen oder Raumteilern) physische Gestalt annimmt (vgl. auch Staemmler 1996).

Menschen sind auch nicht mehr das, was sie waren ... morgens schon überfällt einen der Trübsinn angesichts all dessen, und dann schlägt man die Zeitung auf ... nix als Katastrophen, Probleme ohne Lösung ...“ So geht das einige Zeit, bis der Psychotherapeut zu seiner ersten Intervention ausholt und ganz einfach fragt: „Lieben Sie sich selbst?“ - Lange Pause, bis der Mann antwortet: „Ja! - Aber es ist nicht gegenseitig!“

Wie unterstützt man das als Therapeut?

Wechseln wir also unsere Perspektive wieder hin zur professionellen Rolle. Wie können wir Integration bei unseren Klienten und Patienten unterstützen? – Die Antwort ist wieder einmal ebenso einfach in den Worten wie schwierig in der Umsetzung, nämlich:

Indem man die wichtigsten Modelle / Konzepte *kennt!*

Das muss ich natürlich näher erläutern – was sind wichtige Modelle / Konzepte und was heißt „kennen“?

Hier stelle ich Ihnen meine subjektive Auswahl von „wichtigen“ Modellen / Konzepten vor – zuvor jedoch noch eine allgemeine Erläuterung dazu, was in diesem Zusammenhang „wichtig“ heißt: Wichtige Modelle / Konzepte sind für mich solche, die hilfreich dabei sind, unsere Erfahrungen bzw. die Realität (oder was immer wir dafür halten – aber das sprengt an dieser Stelle den Rahmen) zu verstehen. Es sind Landkarten, die bei der Orientierung helfen – aber sie sind nicht das Gebiet, sie sind nicht die Landschaft!

Zur Anregung nun also Modelle / Konzepte, die ich in meiner Arbeit in diesem Sinne hilfreich finde – Sie werden bei der Reflexion Ihrer Arbeit Ihre eigenen Favoriten finden:

- Kontaktzyklus
- Kontaktfunktionen
- Polaritäten
- Funktionen des Selbst
- Figur-Hintergrund-Modell
- Organismus-Umweltfeld;
- ...
- *Integrale Philosophie*

Wie Sie gemerkt haben werden, handelt es sich bei dem letzten Modell / Konzept nicht um eines, das dem Gestalt-Ansatz ursprünglich angehört.

Zusammen mit Reinhard Fuhr habe ich in den letzten zehn Jahren ein **holarchisches Entwicklungsmodell** und ein **Modell für Multiperspektivität** für den Dialogischen Gestalt-Ansatz adaptiert – beides abgeleitet aus den Arbeiten von Ken Wilber und anderen Entwicklungstheorien für Erwachsene (vgl. Fuhr 1999/2001; Fuhr & Gremmler-Fuhr 2004; Gremmler-Fuhr 2006). Im Folgenden werde ich das sehr verkürzt versuchen darzustellen.

Die Integrale Philosophie im Integralen Gestalt-Ansatz (INTEGA)

a) zum holarchischen Entwicklungsmodell im INTEGA

Ich möchte an dieser Stelle - was den theoretischen Hintergrund angeht - nur das Nötigste dazu sagen: Im Zusammenhang mit den Ausführungen zu Polaritäten bzw. der Holon-Qualität von Integration habe ich Ihnen implizit bereits die Idee der Holarchie vorgestellt. Expliziter formuliert ist es ein Stufenmodell der Entwicklung, bei dem die nächste Stufe die vorhergehenden Stufen *einschließt und transzendiert*. Das heißt, es gibt eine *Richtung der Entwicklung* hin zu mehr Komplexität, von egozentrischem Bewusstsein zu weltzentrischem Bewusstsein und weiter in transpersonale Bereiche.

Diese Entwicklung vollzieht sich allerdings nicht für alle denkbaren Dimensionen parallel, so dass die emotionale Entwicklung ihren gegenwärtigen *center of gravity*² auf der einen, die ethische Entwicklung auf einer anderen, die kognitive Entwicklung wieder auf einer anderen Ebene sein kann.

An dieser Stelle möchte ich zur Veranschaulichung dieser Komplexität ein längeres Zitat aus der Erzählung *Illusionen* von Richard Bach (1978/1989) anführen, in dem es um ethische Entwicklungsstufen geht.

Die Erzählung handelt von Donald Shimoda, einem Messias wider Willen, der ebenso wie Richard als Anbieter von Rundflügen in einem Doppeldecker in den USA herumzieht. Donald Shimoda ist aber auch so etwas wie der geistige Lehrmeister von Richard. Er vertritt mit letzter Konsequenz die existentiellen *ultimate concerns*, wie sie von Irvin Yalom (1989) in seinem wunderbaren Lehrbuch „Existenzielle Psychotherapie“ ausgeführt wurden – lassen Sie sich überraschen:

„Es steht uns allen frei, zu tun, was auch immer wir tun wollen“, sagte Donald an jenem Abend. „Ist das nicht einfach und sauber und eindeutig? Wäre das nicht das Gegebene, um ein Universum zu regieren?“

„Fast. Aber du hast etwas ziemlich Wichtiges unberücksichtigt gelassen“, entgegnete ich. „So?“

„Solange wir keinem damit weh tun“, sagte ich vorwurfsvoll. „Ich weiß, dass du es so gemeint hast; aber du solltest auch sagen, was du meinst.“

Auf einmal raschelte es im Dunkeln, und ich fuhr herum. „Hast du das gehört?“

„Hmm. Klingt tatsächlich, als ob da jemand ist ...“ Er stand auf und ging ins Dunkel. Dann hörte ich ihn plötzlich lachen und einen Namen nennen, den ich nicht mitbekam. „Ist in Ordnung“, sagte er, „nein, wir freuen uns, wenn Sie kommen ... Sie brauchen hier nicht sitzen zu bleiben ... kommen Sie doch, Sie sind uns wirklich willkommen.“

Die Stimme hatte einen schweren Akzent, nicht eigentlich russisch und auch nicht tschechisch, eher siebenbürgerisch.

„Danke sehr. Ich will Ihr abendliches Zusammensein nicht stören ...“

Der Mann, den er an unser Feuer brachte, war ... nun ... eine ungewöhnliche Erscheinung, der man nicht alle Tage im Mittelwesten Amerikas begegnet. Ein kleiner, magerer, wölfisch aussehender Kerl, Furcht einflößend, in einem Abendanzug und einem mit roter Seide

2 Lange haben Reinhard und ich nach einer deutschen Entsprechung gesucht, allerdings ohne wirklich zu einem zufrieden stellenden Ergebnis zu kommen. Sehr frei übersetzt finde ich zur Zeit die Umschreibung „Reife“ noch am angemessensten.

abgefütterten Cape. Der Lichtschein störte ihn offenbar.

„Ich kam gerade vorbei“, sagte er. Über das Feld führt eine Abkürzung zu meinem Haus ...“

„Tatsächlich?“ Shimoda glaubte dem Mann wohl nicht, ja er wusste, dass er log und gab sich trotzdem Mühe, nicht laut herauszuplatzen. Ich hoffte, ebenfalls bald zu verstehen.

„Bitte machen Sie sich's gemütlich“, sagte ich. „Womit können wir Ihnen dienen?“ In Wahrheit fühlte ich mich gar nicht so hilfsbereit, aber er erschien mir so scheu und zurückhaltend, dass ich ihm gern aus seiner Verlegenheit herausgeholfen hätte.

Er sah mich mit einem verzweifelten Lächeln an, das mir das Blut in den Adern stocken ließ. „Ja, Sie können mir helfen. Ich brauche es sehr dringend, sonst würde ich Sie nicht darum bitten. Darf ich Ihr Blut trinken? Nur einen Schluck? Es ist meine Nahrung, ich muss Menschenblut haben, sonst ...“

Kann sein, dass es der fremdländische Akzent war oder dass sein Englisch nicht ausreichte und dass ich ihn nicht verstand ... jedenfalls war ich mit Windeseile auf den Beinen. Strohhalme stoben ins Feuer, so schnell hatte ich mich bewegt.

Der Mann machte einen Schritt zurück. Ich bin zwar im allgemeinen harmlos, aber ich bin nicht gerade klein geraten und könnte wohl bedrohlich ausgesehen haben. Er wandte den Kopf zur Seite.

„Mein Herr, es tut mir leid, es tut mir wirklich leid! Bitte vergessen Sie, dass ich irgendetwas über Blut gesagt haben! Aber sehen Sie ...“

„Was wollen Sie andeuten?“ Ich war nun umso wütender, weil ich Angst hatte. „Was *zum Teufel* wollen Sie andeuten? Ich weiß nicht, was Sie sind, sind Sie vielleicht eine Art VAM...?“

Shimoda fiel mir ins Wort, ehe ich zu Ende sprechen konnte.

„Richard, unser Gast hat gerade etwas gesagt. Du hast ihn unterbrochen. Sprechen Sie weiter, Sir; mein Freund ist etwas zu hastig.“

„Donald“, sagte ich, „dieser Kerl ...“

„Halt den Mund!“

Ich war so überrascht, dass ich den Mund hielt und den Mann, der dort aus dem Dunkeln in unseren Feuerschein gekommen war, nur erschreckt und fragend anstarrte.

„Bitte zu verstehen. Ich habe nicht gewählt Vampirdasein. Ist bedauerlich. Ich habe nicht viel Freunde. Aber ich muss ein gewisses Quantum frisches Blut jede Nacht bekommen, sonst muss ich ganz schreckliche Schmerzen erleiden. Wenn ich längere Zeit ohne Blut bin, kann ich nicht leben. Bitte, lassen Sie mich nicht so sehr leiden, ich werde sterben, wenn Sie mir nicht erlauben, Ihr Blut zu trinken ... nur ein wenig. Mehr als einen halben Liter brauche ich nicht.“

Er machte einen Schritt auf mich zu. Er fuhr sich mit der Zunge über die Lippen. Anscheinend vermutete er, dass ich Shimoda hörig war und dieser mich gefügig machen würde.

„Noch einen Schritt, und es fließt tatsächlich Blut, Mann! Wenn Sie mich anfassen, bringe ich Sie um ...“ Natürlich würde ich ihn nicht umgebracht haben, aber ich wollte ihn mindestens fesseln, ehe wir weitersprachen.

Das musste gesessen haben, denn er war stehen geblieben und seufzte. Dann wandte er sich an Shimoda. „Hat das Ihren Zweck erfüllt?“

„Glaub' schon. Danke!“

Der Vampir sah zu mir auf und lächelte gelassen. Anscheinend war er belustigt und zufrieden,

wie ein Schauspieler, der seine Rolle überzeugend dargestellt hat. „Nein, Richard“, sagte er, und der Akzent war plötzlich ganz weit weg, „ich werde dein Blut nicht saugen.“ Und vor meinen Augen verblasste er, als hätte er sein eigenes Licht ausgeschaltet ... in fünf Sekunden war er verschwunden.

Shimoda setzte sich wieder ans Feuer. „Bin ich aber froh darüber, dass du nicht meinst, was du sagst.“

Das Adrenalin in meinen Adern ließ mich noch immer erzittern, denn ich war bereit gewesen, es mit dem Ungeheuer aufzunehmen. „Don, das ist nichts für mich. Vielleicht erklärst du mir, was hier vorgeht. Zum Beispiel, was ... was war das?“

„Ein Vampir aus Siebenbürgen war das“, entgegnete er und ließ seine Stimme noch fremdländischer klingen als die der Kreatur. „Oder besser: Die *Verkörperung* eines Vampirs aus Siebenbürgen. Es ist ganz einfach: Jedesmal, wenn man etwas klarmachen will, wenn man meint, der andere hört nicht zu, braucht man nur einen Gedanken zu *verkörpern*. Im Handumdrehen hat man demonstriert, was man meint. Glaubst du, ich hätte eben etwas übertrieben, mit dem Cape, den Eckzähnen und diesem Akzent? War er für dich allzu erschreckend?“

„Das Cape war Klasse, Don. Aber es war die primitivste, groteskete Klischeevorstellung ... nein, ich hatte kein bisschen Angst.“ Er seufzte. „Gut. Aber du verstehst mich zumindest, und darauf kommt es an.“

„Verstehe was?“

„Richard, deine Aggression dem Vampir gegenüber war der Beweis dafür, was du im Sinn hattest, obwohl du wusstest, dass du damit einem anderen weh tun würdest. Er hat dir sogar *erklärt*, er würde leiden, wenn ...“

„Aber er wollte mir doch das Blut aussaugen!“

„Genau das tun wir jedem an, dem wir erklären, wir würden leiden, wenn sie nicht unsere Art von Leben lebten.“

Ich verstummte und dachte lange über seine Worte nach. Ich hatte immer geglaubt, dass es uns freistünde, zu tun, wonach es uns gelüstet, vorausgesetzt, wir tun einander nicht weh damit. Doch dieses Beispiel passte nicht ins Schema. Es fehlte etwas.

„Worüber du dir den Kopf zerbrichst“, sagte er, „das ist nur eine Redewendung, eine Maxime, die eben unmöglich ist. Es geht um die Worte: *Jemandem anderen weh tun*. Wir allein bestimmen, ob uns weh getan wird oder nicht, ganz gleich, was geschieht. Wir sind es, die das entscheiden, Niemand sonst. Mein Vampir hat dir erklärt, er würde leiden, wenn du ihn nicht liebtest, stimmt's? Er hatte sich dafür entschlossen zu leiden, es war seine Wahl. Gib ihm Blut, ignoriere ihn, binde ihn fest, treibe ihm einen eichenen Pfahl durchs Herz. Wenn er den eichenen Pfahl ablehnt, steht es ihm frei, sich auf jede Art, die ihm passt, zu wehren. Und so geht es weiter, immer weiter: Wir müssen wählen, wählen, wählen ...“

„Nun ja, wenn man es so betrachtet ...“

„Hör zu“, sagte er, „es ist wichtig. WIR SIND ALLE ... FREI ... UM ZU TUN ... WAS IMMER WIR WOLLEN.“ (Richard Bach; 1978/1989, 109-113)

Die ethische Prämisse von Donald Shimoda ist also folgende: „Es steht uns allen frei, zu tun, was auch immer wir tun wollen!“

Das beweist er seinem Freund Richard sehr eindrücklich mit der Vampir-Inszenierung. Und dennoch – der anfängliche Einwand von Richard ist so überflüssig nicht. Er führt die Norm des Mitgefühls, des Mitleids, der Gewaltlosigkeit oder wie immer man es nennen will ein, und dies ist ein Fortschritt, eine Weiterentwicklung in der ethischen Orientierung gegenüber einer solchen, in der beispielsweise nur das Recht des Stärkeren gilt.

Shimodas Orientierung ist eine integrale, und um das zu leben, muss man fortgeschritten sein in der Entwicklung wesentlicher Dimensionen der Persönlichkeit. Bei Richard hat er ein Gegenüber, das genau an diesem Übergang steht, und deshalb ist die „Kontakterfahrung“ mit dem Vampir genau die richtige Mischung von Konfrontation und Unterstützung, um für Richard zu einer stimmigen Transformation seiner ethischen Entwicklung zu werden. Aber eben vor allem deshalb, weil er die vorhergehenden Lektionen, zu denen es auch gehört, anderen nicht weh zu tun, gelernt hat. Nun jedoch ist es an der Zeit, diese zu umfassen und zu transzendieren, wie es für jede holarchische Entwicklung charakteristisch ist. In ihrer konkreten Form muss sie jetzt neu formuliert werden – und dann sind wir in diesem Fall bei Donalds Prämisse angekommen.

Noch eines: An diesem Beispiel kann ich auch zeigen, dass es nicht sinnvoll wäre, einfach neue Normen zu introjizieren. Dann würden wir die vorherigen Stufen einfach überspringen, was nicht funktionieren kann. Dann leben wir ein Sammelsurium von anspruchsvollen Normen, was man natürlich tun kann, aber dann wird man von diesen Normen gelebt und das ist alles andere, als eine integrierte Persönlichkeit. - Nehmen wir die Idee von Donald, dass wir allein bestimmen, ob uns weh getan wird oder nicht, ganz gleich, was geschieht. Als Introjekt würden wir damit die ganzen Lektionen vermeiden zu lernen, was es heißt, sich in Beziehungen wichtig zu nehmen. Bevor man etwas loslassen kann, etwas transzendieren kann, muss man es erst einmal gehabt haben, sich damit identifiziert haben – sonst ist es Selbstbetrug. Deshalb ist es sehr wichtig, sein Ego erst einmal zu entwickeln bis man an Grenzen stößt, die einen dann schon zeigen, was Selbsttranszendenz ist. Im glücklichen Fall mehren sich dann die Situationen, in denen man frei wählen kann, ob man sich jetzt wichtig nehmen will oder sich mal relativiert – bzw. bekommt das Sich-Wichtig-Nehmen dann eine Qualität, die mehr mit Lebensqualität zu tun hat als mit Selbstwert-Demonstrationen.

Insofern ist diese Geschichte auch eine schöne Beschreibung eines transformativen Prozesses beim Übergang zur integralen Stufe der ethischen, emotionalen und kognitiven Dimension.

Was hat das alles nun mit dem Gestalt-Ansatz zu tun?

Ein solches holarchisches Entwicklungsmodell unterstützt den Gestalt-Ansatz in besonderer Weise. Das holarchische Entwicklungsmodell stellt gewissermaßen eine Struktur zur Verfügung, mit deren Hilfe die Zirkularität und die transformative Qualität des Gestalt-Ansatzes abgebildet werden kann. Es liefert also gewissermaßen eine Landkarte für diese beiden wichtigen Qualitäten des Gestalt-Ansatzes.

b) zum Modell für Multiperspektivität im INTEGA

Zum Integralen Gestalt-Ansatz gehört ein weiteres Modell, das auf das so genannte Quadrantenmodell von Ken Wilber zurück geht. Darin werden vier Perspektiven der Wirklichkeit beschrieben, die es ermöglichen, sich mit seiner jeweiligen Perspektive zu verorten und von da aus mögliche Multiperspektivität anzustreben.

Dabei geht es letztlich um die Koexistenz von Objektivität und Subjektivität, die noch einmal in eine individuelle und kollektive Perspektive unterschieden werden. Sind es „Einzelne“ oder „Viele“ - das zu identifizieren dürfte relativ einfach sein. Ist es „Subjektiv“ bzw. die Innenperspektive wie es bei Wilber heißt, oder „Objektiv“ bzw. die Außenperspektive – auch dafür gibt es relativ einfache Kriterien: Das Objektive ist letztlich immer mit irgendwelchen Instrumenten von außen messbar;

das Subjektive dagegen ist immer nur im Dialog herauszufinden, d.h. der oder die Betroffenen müssen selbst Auskunft über ihr subjektives Erleben und das eigene Menschen- und Weltbild geben.

Für manche von Ihnen sind das vermutlich Banalitäten, aber ich staune immer wieder darüber, wie sehr wir in den alten Dualitäten noch verhaftet sind und wie schwierig es ist, wirklich multiperspektivisch zu denken und zu handeln.

Die enorme Herausforderung, die in einem solchen multiperspektivischen Modell der Realität liegt, wurde mir in den letzten Wochen auf packende Weise erneut deutlich, als ich ein altes Buch wieder entdeckte, ein Kultbuch aus den 80ern von Robert Pirsig (1976/1995): *Zen und die Kunst ein Motorrad zu warten* – dort gibt es dramatische Beispiele für den Kampf, den das Subjektive und das Objektive in der Wissenschaft damals ausfochten (und ich wüsste aus eigener leidvoller Erfahrung auch aktuellere Beispiele zu berichten ...). Es gibt aber auch wundervolle Beispiele für die Herausforderung, das Subjektive und das Objektive auf der Suche nach Qualität im Tun mit dem Alltag zu verknüpfen – nämlich am Beispiel der Motorradwartung. Ich möchte Ihnen gern folgende längere Passage daraus zitieren [angereichert mit meinen Kommentaren in eckigen Klammern]:

Festsitzen. Darüber will ich heute sprechen.

Wie Sie sich erinnern werden, habe ich neulich, als wir Miles City hinter uns hatten, davon gesprochen, wie man die formale wissenschaftliche Methode auf die Motorradreparatur anwenden kann, indem man die Kausalitätsketten studiert und sich der experimentellen Methode bedient, um diese Ketten zu bestimmen. Damals wollte ich damals veranschaulichen, was man unter klassischer Rationalität versteht.

Jetzt möchte ich zeigen, dass dieses klassische Muster der Rationalität sich gewaltig verbessern und erweitern läßt und viel leistungsfähiger wird, wenn man die Rolle, die dabei die Qualität spielt, formal anerkennt. [Wir sind beim Quadrantenmodell, das Rationale als Außenperspektive, Qualität als Innenperspektive, und dem Plädoyer dafür, beide anzuerkennen.]³ Vorher sollte ich aber wohl erst noch einige der negativen Aspekte herkömmlicher Motorradwartung besprechen, um zu zeigen, wo die Probleme liegen. [Wir kommen jetzt zu einer sehr schönen Beschreibung dessen, was wir in der Theorie zum Gestalt-Ansatz als Impasse oder Sackgasse kennen. - Zurück also im Text zu den negativen Aspekten herkömmlicher Motorradwartung.]

Das erste davon ist das Festsitzen, ein geistiges Festsitzen, das immer dann auftritt, wenn an dem Gegenstand, an dem man gerade arbeitet, physisch etwas festsitzt. (...) Beispielsweise kann ein Schraube an einem Seitendeckel Ihres Motorrads festsitzen. Sie schauen im Werkstatthandbuch nach, um festzustellen, ob es einen besonderen Grund dafür gibt, dass diese Schraube sich nicht lösen läßt, aber da steht nur „Seitendeckel abnehmen“, in jenem bewundernswert lakonischen technischen Stil, der einem nie sagt, was man wissen will. Sie haben auch bei bisherigen Arbeit nichts übersehen, was schuld daran sein könnte, dass die Schrauben des Deckels so fest sitzen.

Wenn Sie viel Erfahrung haben, werden Sie wahrscheinlich in dieser Lage ein Rostlösemittel und einen Schlagschrauber nehmen. Aber gesetzt den Fall, Sie sind unerfahren, klemmen die Klinge ihres Schraubenziehers in einen verstellbaren Schraubenschlüssel und drehen aus Leibeskräften, ein Verfahren, mit dem Sie bisher immer Erfolg hatten, das aber diesmal nur dazu führt, daß der Schlitz der Schraube deformiert wird.

Sie waren in Gedanken schon viel weiter und haben überlegt, was Sie tun würden, wenn der Seitendeckel ab ist, und deshalb dauert es eine Zeit, bis Ihnen aufgeht, dass dieses lästige kleine Missgeschick eines zerstörten Schraubenkopfes nicht bloß eine lästige Kleinigkeit ist. Sie sitzen fest. Können nicht mehr weiter. Aus und vorbei. Auf einmal ist es völlig unmöglich geworden,

3 Die Kommentare in den [] sind von Martina Gremmler-Fuhr.

das Motorrad zu reparieren.

Das ist nicht etwa ein seltenes Ereignis in Wissenschaft oder Technik. Es ist das allerhäufigste. Man sitzt einfach *fest*. In der herkömmlichen Motorradwartung ist das der schlimmste aller Momente, so schlimm, dass man lieber gar nicht daran denkt, bevor er eintritt.

Ihr Werkstatthandbuch hilft Ihnen jetzt auch nicht weiter. Wissenschaftliche Vernunft ebensowenig. Sie brauchen kein wissenschaftliches Experiment anzustellen, um herauszufinden, wo der Fehler liegt. Sie wissen ja genau, wo der Fehler liegt. Was Sie brauchen, ist eine Hypothese dafür, wie Sie die schlitzlose Schraube da rauskriegen, und die wissenschaftliche Methode liefert keine solchen Hypothesen. Sie funktioniert erst, wenn die Hypothesen schon vorliegen.

Das ist der Moment Null des Bewusstseins. [Der, wenn man aufhört sich dagegen zu wehren, der Nullpunkt bei der schöpferischen Indifferenz, Friedlaender, sein kann bzw. die Qualität des mittleren Modus erreicht. Bei Pirsig sind wir allerdings noch zwei Schritte davor, zunächst dem Anschlag auf das Ego und danach der aufkommenen Wut:] Man sitzt fest. Keine Antwort. Alles aus. Fix und fertig. Es ist ein Tiefschlag fürs Selbstbewusstsein. Man verliert Zeit. Man ist unfähig. Man weiß nicht, was man tut. Man sollte sich über sich selbst schämen. Man sollte die Maschine zu einem *richtigen* Mechaniker bringen, der sich mit solchen Sachen auskennt. [So viel zum Anschlag auf das Ego, jetzt kommen wir zur Wut:]

Es ist völlig normal, wenn in solch einem Augenblick das Angst-Wut-Syndrom auftritt und man diesen Seitendeckel am liebsten mit Hammer und Meißel bearbeiten oder mit einem Vorschlaghammer abschlagen würde. Man überlegt, und je länger man überlegt, um so größer wird die Versuchung, die Maschine auf eine hohe Brücke zu schaffen und sie in den Fluss zu schmeißen. Es ist ja auch wirklich nicht einzusehen, dass man an so einem winzigen Schlitz in einer Schraube so restlos scheitern soll.

In Wirklichkeit steht man vor der großen Unbekannten, der Leere allen abendländischen Denkens. Man braucht irgendeine Idee, irgendwelche Hypothesen. Die herkömmliche wissenschaftliche Methode hat es leider nie so weit gebracht, dass sie einem sagen würde, wie man es anstellen soll, neue Hypothesen zu finden. Die herkömmliche wissenschaftliche Methode ist seit jeher überwiegend nach rückwärts gewandt. Sie ist brauchbar, wenn man die Wahrheit dessen überprüfen will, was man zu wissen glaubt, aber sie kann einem nicht sagen, *wohin* man gehen soll, es sei denn, man braucht nur in der bisherigen Richtung weiterzugehen. Kreativität, Originalität, Erfindungsreichtum, Intuition, Phantasie – mit anderen Worten: alles, was verhindern könnte, dass man immer wieder einmal „festsitzt“ - liegen völlig außerhalb ihrer Reichweite. [Hier geht es um Impulse zur schöpferischen Anpassung; oder um Anregungen zu lernen, wie man lernt etc.]

[...]

Wir sitzen immer noch mit dieser Schraube fest, und wenn wir sie jemals wieder losbekommen wollen, müssen wir darauf verzichten, die Schraube weiterhin nach der traditionellen wissenschaftlichen Methode zu betrachten. Das führt nämlich zu nichts. Wir müssen vielmehr die traditionelle wissenschaftliche Methode im Licht dieser festsitzenden Schraube betrachten.

Wir haben diese Schraube bisher „objektiv“ gesehen. Nach der Lehre von der „Objektivität“, die ein integraler Bestandteil der wissenschaftlichen Methode ist, spielt es für die Richtigkeit unseres Denkens keine Rolle, was uns an dieser Schraube gefällt oder nicht gefällt. Wir dürfen keine Werturteile über das fällen, was wir sehen. Wir müssen dafür sorgen, dass unser Geist eine leere Tafel bleibt, die die Natur für uns beschreibt, und dann unvoreingenommene Schlüsse aus den beobachteten Tatsachen ziehen.

Aber wenn wir wirklich versuchen, diese feststehende Schraube unvoreingenommen zu betrachten, wird uns klar, dass die ganze Idee mit dem unvoreingenommenen Beobachten Unfug ist. Wo *sind* denn diese Tatsachen? Was sollen wir denn unvoreingenommen beobachten? [Und jetzt zählt er die objektiv beobachtbaren Fakten auf:] Den deformierten Schlitz? Den feststehenden Seitendeckel? Die Farbe der Lackierung? Den Tacho? Den Haltebügel? Wie Poincaré [ein französischer Physiker, Mathematiker und Philosoph] gesagt hätte, gibt es unendlich viele Tatsachen im Zusammenhang mit dem Motorrad, und es ist nicht so, dass die richtigen von alleine angetanzt kommen und sich uns vorstellen. Die richtigen Tatsachen, die die wir wirklich brauchen, sind nicht nur passiv, sie sind auch verdammt schwer ausfindig zu machen, und wir können uns nicht einfach bequem zurechtsetzen und sie „beobachten“. Wir müssen uns schon näher damit einlassen und aktiv nach ihnen *suchen*, sonst sitzen wir da, bis wir schwarz werden. (...) [Was Pirsig hier mit richtigen Tatsachen meint, ist nicht nur die Integration von subjektiv und objektiv, sondern wenn wir ihm noch etwas weiter folgen, spricht er von dem ganzheitlichen Lernprozess, der dabei stattfindet und der eben auch die Integration und Transzendenz von Polaritäten meint, z.B. Aktiv-suchen-und-loslassen-Können:]

Was einen guten Mechaniker – oder Mathematiker – von einem schlechten unterscheidet, ist eben diese Fähigkeit, auf der Grundlage der Qualität die brauchbaren Tatsachen aus der Vielzahl der überflüssigen *auszusondern*. Es muss ihm *etwas daran liegen*. Das ist eine Fähigkeit, über die sich die traditionelle wissenschaftliche Methode ausschweigt. (...) [Die Lösung liegt nach Pirsig (298) in dem, was er Qualität nennt, zu der man aber nicht kommt, solange man die Welt in Subjekt und Objekt aufteilt – sondern, wie ich mit dem Quadrantmodell sagen würde, in der Bewusstheit von der Multiperspektivität.] (aus: Pirsig, Robert 1976/1995, 293-298)

Zurück zum holarchischen Entwicklungsmodell:

Wenn Sie das Grundkonzept der Polaritäten anerkennen, dann geht damit eigentlich konsequenterweise ein holarchisches Entwicklungsmodell einher.

Integration von Polaritäten braucht einen holarchischen Ansatz, da das Ergebnis jeder Integration – wie ich bereits ausgeführt habe - wieder Ausgangspunkt oder Pol für die nächste Ebene der Integration ist (auch der Nachkontakt im Kontaktzyklus ist solch ein zyklischer Prozess).

Ein anderer Aspekt dessen, was wir als Gestalttherapeuten davon haben könnten, wenn wir unsere Modelle und Konzepte auf der Basis eines holarchischen Entwicklungsmodells anwenden, ist auch folgender:

Da wir in einem dialogischen Kontaktprozess mit unseren Klienten stehen möchten, auch um sie zunächst da abholen zu können, wo sie sind, ist es sinnvoll, verschiedene Ausdrucksformen von beispielsweise Gefühlen, kognitiven Kompetenzen, moralischen und ethischen Orientierungen usw. zu kennen.

Ein holarchisches Entwicklungsmodell liefert Orientierungen für diese Ausdrucksmöglichkeiten unterschiedlicher Dimensionen (vgl. Gremmler-Fuhr 2006). Diese Ausdrucksmöglichkeiten bauen in einem holarchischen Entwicklungsmodell in eben dieser Qualität aufeinander auf.

Ein solches Modell zu kennen hilft uns, angemessene Diagnosen zu stellen und Therapieprozesse anzustreben, die die Klienten weder über- noch unterfordern. Je nachdem, ob die mit einer Entwicklung verbundene Lernherausforderung eine Variation auf der gleichen Entwicklungsstufe sein würde, oder ob sie einen Lernprozess mit transformativer Qualität darstellt – ist es in einem Fall eine Erweiterung des Repertoires und im anderen das Kennenlernen einer neuen Welt.

Um solche Prozesse angemessen unterstützen zu können, brauchen wir Orientierungsmodelle und

sollten selbst im Prozess der Entwicklung sein.

Damit ist ein enormer Anspruch formuliert, das ist mir klar. Er besteht darin, dass wir immer wieder aus der integralen Entwicklungsstufe heraus intervenieren (eine Entwicklungsstufe, in der wir das Prinzip der Integration von Polaritäten selbstverständlich finden und praktizieren)

Was heißt „Modelle / Konzepte kennen“?

„Kennen“ heißt in diesem Zusammenhang natürlich wieder eine Integration der Prozesse der *theoretischen Aneignung* der Konzepte, also zu wissen, was da beschrieben wird einerseits, sowie der *Erfahrung* dessen, was in diesen Modellen beschrieben wird andererseits.

Dabei wird sowohl das Verständnis der Theorie als auch die Tiefe der Erfahrung profitieren, was wiederum eine potentiell ständig neue Ausgangsbasis für Integration schafft.

Dieses vorausgesetzt haben wir in unserer Rolle als Professionelle einen sich ständig lebendig haltenden Pool von ganzheitlich erworbenen Wissen (dazu gehört es, die eigenen Erfahrungen zu reflektieren bzw. supervidieren zu lassen) aus dem wir im professionellen Hier-und-Jetzt schöpfen können. Und als Weiter-Lerner in dem eigenen Entwicklungsprozess loten wir auf diese Weise eigene Möglichkeiten und Grenzen immer wieder neu aus.

II. Integration in den Gestalt-Ansatz

Wenden wir uns jetzt noch einmal explizit der Frage zu, was die Integration anderer Konzepte oder Modelle in den Gestalt-Ansatz bestimmen könnte.

Zunächst einmal ist – wenn ich von mir ausgehe – ein solcher Adaptions-Versuch anderer Konzepte und auch Methoden unter anderem von dem eigenen Stil, wie es Laura Perls nannte, von den Erfordernissen der eigenen Praxis, von eigenen Neigungen und Interessen usw. geprägt.

Aber was könnte der Rahmen des Gestalt-Ansatzes für die Auswahl solcher Integrations-Versuche sein?

Mein Vorschlag einer Antwort wäre es, diesen Rahmen im Menschenbild des Gestalt-Ansatzes zu suchen.

Bei meinen Ausführungen dazu werde ich mich im wesentlichen auf einen Artikel beziehen, den ich zusammen mit Reinhard Fuhr und Milan Sreckovic für ein Buchprojekt von Hilarion Petzold verfasst habe, in dem es um die Beschreibung der Menschenbilder psychotherapeutischer Schulen ging – was wir drei eben für die Gestalttherapie übernommen hatten (Fuhr u.a. 2006).

Nach Laura Perls, einer der drei Begründerinnen der Gestalttherapie, ist der Gestalt-Ansatz bzw. die Gestalttherapie⁴ vor allem eine Philosophie und Ästhetik und keine Methode oder Technik (z.B. *L. Perls* 1989, 107). Sie betonte immer wieder, dass es bei der Gestalttherapie auf die grundlegenden Sichtweisen zur Realität, den Einstellungen und Haltungen zu sich und seiner Umwelt sowie auf

4 Wir beschränken uns dabei auf die ursprüngliche Gestalttherapie, wie sie von den Begründern konzipiert und weiterentwickelt wurde, und sparen jene Konzepte aus, die die Gestalttherapie entweder als Methodenrepertoire nutzen (wie etwa NLP und viele andere Therapieansätze) oder die zentrale Theorie-Elemente und Konzepte in ein neues Therapiekonzept eingegliedert und diesem Konzept entsprechend weiterentwickelt haben (wie etwa die „Integrative Therapie“ von H. *Petzold*). - Dabei ist das Kriterium für „Weiterentwicklungen der Gestalttherapie“ natürlich nicht ganz frei von einigen Setzungen und Selektionen. - Diese Nutzung der Gestalttherapie ist u.E. natürlich ebenso legitim, wie es ja auch für die Gestalttherapie legitim war, die verschiedensten Konzepte unter einem neuen Dach zu integrieren. Aber es geht dann eben nicht mehr um „Gestalttherapie“.

das gemeinsame Sich-Einlassen auf existentiell bedeutsame Prozesse geht.

Reinhard, Milan und ich kamen zu folgender Essenz, was die Frage des Menschenbildes im Gestalt-Ansatz betrifft:

Der gesamte gestalttherapeutische Ansatz versteht sich von der Intention ihrer drei Begründer her letztlich als **eine Konkretisierung und ständige praktische und theoretische Weiterentwicklung eben der grundlegenden philosophischen, ästhetischen und erkenntnistheoretischen Prämissen, die unter dem Begriff „Menschenbild“ zusammengefasst werden kann.**

Bei unserem Versuch, das Menschenbild zu konkretisieren, haben wir drei Bereiche unterschieden, in denen sich das Menschenbild spiegelt:

in ihren Meta-Theorien,

in ihren expliziteren Theorien und

in ihrer Praxistheorie.

Meta-Theorie der Gestalttherapie - Grundannahmen und Grundprinzipien

Dabei geht es darum, die philosophischen und erkenntnistheoretischen Grundannahmen der Gestalttherapie unter einigen übergreifenden Prinzipien zusammenzufassen

Wir beschränken uns dabei auf fünf allgemeine Prinzipien, (die die philosophischen und erkenntnistheoretischen Grundannahmen der Gestalttherapie zusammenfassen - dabei fließen nicht nur Annahmen über die „Natur des Menschen“ allgemein, sondern auch epistemologische sowie gesellschafts- und entwicklungstheoretische Grundannahmen mit ein). Diese Prinzipien mögen im einzelnen nicht immer trennscharf sein, doch können sie wesentliche Akzente für den gestalttherapeutischen Ansatz verdeutlichen:

- (1) Ganzheitlichkeit
- (2) relativierende Realitätswahrnehmung
- (3) Selbstregulation und schöpferische Anpassung
- (4) dialogische Prozessorientierung
- (5) Differenzierung und Integration

Theorie der Gestalttherapie – d.h. Elemente einer Persönlichkeitstheorie

Als Kernkomponenten eines Persönlichkeitsverständnisses in der Gestalttherapie betrachten Reinhard Fuhr, Milan Sreckovic und ich die Einbindung der Persönlichkeit in ihr Umweltfeld, die Konzeption der Selbstaktualisierung sowie das Konstrukt einer neurotischen Persönlichkeit – und damit verbunden auch das spezifische Verständnis von Diagnostik.

Theorie der Gestalttherapie: Elemente einer Persönlichkeitstheorie

- (1) Die „eingebundene Persönlichkeit“ (in eine Situation, ein Feld etc.)

(2) Funktionen des Selbst

- Es-Funktion
- Ich-Funktion
- Persönlichkeitsfunktion

(3) Existentielle Aspekte des Selbst

(4) Die „neurotische Persönlichkeit“ (was ist psychisch krank oder gesund?)

- Dynamisches Verständnis von Krankheit/Gesundheit
- Dialogische Diagnostik

Praxistheorie - Gestalttherapeutische Praxiskonzepte

Dabei geht es darum, wie sich die beiden ersten Punkte (Grundannahmen und Persönlichkeitstheorie) in Konzepten für die Praxis niederschlagen.

Praxistheorie: Gestalttherapeutische Praxiskonzepte

- (1) Dialogische Beziehungsgestaltung
- (2) Bewusstseinskontinuum (Achtsamkeit [Bewusstheit mit Fokus] – Gewährsein [Wahrnehmen des Hintergrundes oder größerer Zusammenhänge] – mittlerer Modus [gelassene absichtslose Wachheit, Ruhen im Sein])
- (3) Phänomenologisch-hermeneutisches Erforschen (phänomenologische Wahrnehmung und hermeneutische Interpretation)

Fazit: Was heißt das nun genau für die Auswahl zu integrierender Systeme?

Mit dieser Aufzählung ist versuchsweise und auf der Basis der subjektiven Einschätzung der drei Autoren der Rahmen umschrieben, der die Auswahl für die Integration von Teilen anderer Ansätze begrenzen könnte.

Wir könnten uns jetzt damit zufrieden geben, aber kommen wir damit in der Praxis wirklich weiter? Bis zu diesem Punkt kennen wir nur diese angenommenen Grundpfeiler. Wenn wir sie als Auswahlkriterien für die Integration neuer Konzepte benutzen wollen, können wir sie beispielsweise als *Forderungen* an solche Konzepte lesen.

Schauen wir uns die Punkte noch einmal unter dieser Perspektive an. – Was für ein Katalog von Ansprüchen ... welches Konzept kann diese Forderungen schon alle erfüllen?

Was also tun? - Vielleicht hilft uns folgendes weiter?

Wie formulierten wir es in dem bereits zitierten Artikel als Essenz zum Gestalt-Ansatz:

Die Gestalttherapie ist **eine Konkretisierung und ständige praktische und theoretische**

Weiterentwicklung eben der grundlegenden philosophischen, ästhetischen und erkenntnistheoretischen Prämissen, die unter dem Begriff „Menschenbild“ zusammengefasst werden kann.

Das heißt zweierlei:

1. Gestalttherapie wird als Konkretisierung des Menschenbildes verstanden und
2. dieses Menschenbild soll ständig praktisch und theoretisch weiterentwickelt werden.

Damit wird es langsam etwas deutlicher, wenn auch nicht anspruchsloser.

Wenn Gestalttherapie die Konkretisierung des Menschenbildes ist, dann müssen wir als Gestalttherapeuten die Grundpfeiler dieses Menschenbildes zunächst einmal kennen und über sie verfügen können. Das heißt, wir müssen sie kennen lernen, wissen, was sich dahinter verbirgt, sie uns verfügbar machen und schließlich Erfahrungen damit machen.

Dies führt dann im günstigen Fall eigentlich direkt zu der zweiten „Forderung“, nämlich der ständigen theoretischen und praktischen Weiterentwicklung.

Wenn der Prozess an sich in diesen zwei Schritten geschieht, dann kann an dem Integrationsprozess eigentlich nicht so viel schief gehen. Denn dann habe ich mich zunächst mit dem Gestalt-Ansatz vertraut gemacht, so dass ich ihn immer wieder neu integriere. Dann bin ich immer wieder dabei, ihn zu verstehen, zu begreifen, zu erleben und zu leben.

Noch eines zur **Integration von Methoden** war uns Dreien wichtig:

Wenn ich den Gestalt-Ansatz in diesem Sinne begonnen habe zu leben, dann kann ich – wie es die Begründer ja auch gemacht haben (ich erinnere nur an die psychodramatischen Methoden) – natürlich Methoden einsetzen, die auch von anderen Ansätzen genutzt werden oder aus ihnen stammen.

Allerdings bleibt immer zu bedenken, dass es auf dem Hintergrund des Menschen- und Weltbildes der Gestalttherapie beim Einsatz solcher Methoden eigentlich um nicht mehr geht als um Hilfsmittel zur Erweiterung der verschiedenen Modi des Bewusstseins und dem Experimentieren mit verschiedenen Haltungen und Verhaltensweisen. Methoden und Techniken dürften vor allem nicht den unmittelbaren Kontaktprozess zwischen Therapeut und Klient erschweren, sich also nicht quasi zwischen Therapeuten und Klienten schieben; keinesfalls dürfen sie die Würde des Klienten verletzen oder zum Pushen verleiten und damit die Grenzen - auch die neurotisch bedingten Grenzen - des Klienten außer Kraft setzen oder überspringen. viel sensibler und zurückhaltender im Einsatz dieser „experimentiellen“ Methoden geworden.⁵

Worauf es am Ende hinausläuft, ist folgendes:

Wenn wir Integration als Prozess des Lernens und der Entwicklung verstehen, dann steht und fällt es genau damit, wo wir selbst persönlich und professionell in diesem Prozess stehen.

Die eigentliche und größte Herausforderung dabei ist also der eigene Prozess der Weiterentwicklung, diesen ganzheitlich mit Verstand, Herz, Geist und Seele zu vollziehen.

Immer wieder begegne und höre ich von Experten, die sicher wundervoll behandeln können, die aber selbst aufgehört oder nie wirklich begonnen haben, ihr Wissen auf sich selbst anzuwenden und

⁵ Mündliche Bestätigung für diese Annahme kam beispielsweise auch von Miriam und Erving Polster in ihren Workshops.

das Abenteuer des transformativen Lernens anzunehmen. Damit verschenkt man die große Chance, einen unerschöpflichen Pool für die persönliche und professionelle Entwicklung zu nutzen, und gibt sich statt dessen mit dem ersten Schritt eines umfassenderen Lernprozesses zufrieden. Man bleibt in einem solchen Fall stecken im Einüben und Ausüben einer Technik, einer Methode eines Ansatzes – und dann mag man vielleicht einen ganzheitlichen Inhalt vertreten, die Vermittlung und Anwendung ist jedoch zu einer Technik erstarrt.

Resümee

Lassen Sie mich also schließen mit diesem Plädoyer für lebenslange Entwicklung:

Der Gestalt-Ansatz bietet einen denkbar günstigen Rahmen für diese ständige Weiterentwicklung von uns Ausübenden. Wir haben das Glück, durch unsere Konzepte sowohl Orientierung als auch Aufforderung zu erhalten für diese Entwicklungs- und Lernprozesse.

Der Gestalt-Ansatz ist aber auch angewiesen darauf, dass wir ihn in dieser kreativen und innovativen Weise leben, ständig im Prozess der Selbstaktualisierung, wenn Sie so wollen. Denn das hält ihn selbst lebendig, bringt ihn immer wieder auf die Höhe der Zeit und ihrer neueren Entwicklungen.

die schlechte Nachricht: das ist ein sehr hoher Anspruch;

die gute Nachricht: Integration ist ein Prozess, kein Endergebnis!

Bevor ich zu meinem Schlusswort komme, lassen Sie mich ein Gedicht zitieren, das Reinhard und ich bereits in unserem Buch *Gestalt-Ansatz* übernommen hatten, es ist aus dem bereits zuvor zitierten Buch *Illusionen* von Richard Bach:

Lernen

ist herausfinden, was du bereits weißt.

Handeln ist zeigen, daß du es weißt.

Lehren

ist andere wissen zu lassen, daß sie es

genauso gut wissen,

wie du selbst.

Ihr alle seid Lernende,

Handelnde, Lehrer.

Deine einzige Verpflichtung

im Leben ist, dir selbst treu

zu bleiben.

Einem anderen Menschen oder einer
anderen Sache treu zu bleiben,
das ist nicht nur unmöglich,
es ist das Zeichen eines falschen Messias.

Die einfachsten Fragen sind die tiefsinnigen.
Wo bist du geboren? Wo ist deine Heimat?
Wohin gehst du?
Was tust du?
Denke manchmal darüber nach und
du wirst sehen, wie sich deine Antworten verändern.

Du lehrst am besten, was du selbst am
dringendsten lernen mußt.

[Richard Bach (1978/1989), *Illusionen* (51f.)]

So weit Richard Bach -

Also, je nachdem, wo Sie sind mit diesem Prozess:

- fangen Sie wieder an bzw.
- machen Sie weiter ...

das ist die ganzheitlichste Fortbildung, die ich mir vorstellen kann.

Literatur:

Bach, Richard (1978/1989): Illusionen. München (Ullstein)

Buber, Martin (1978): Urdistanz und Beziehung – Beiträge zu einer philosophischen Anthropologie; Heidelberg (Lambert Schneider)

Fuhr, Reinhard (1999/2001): Ansätze einer Entwicklungstheorie in der Gestalttherapie. In: Handbuch der Gestalttherapie. Göttingen (Hogrefe)

Fuhr, Reinhard (2000): Polaritäten. In: Stumm & Pritz (Hrsg.) (2000): Wörterbuch der Psychotherapie; 520

Fuhr, Reinhard & Gremmler-Fuhr, Martina (2001): Wachstum - Vom Beschwören eines Mythos zur Unterstützung von Qualität in der Gestalttherapie. In: Staemmler, Frank-M. (Hg.): Gestalttherapie im Umbruch. Von alten Begriffen zu neuen Ideen (87-116). Köln (Edition Humanistische Psychologie)

Fuhr, Reinhard & Gremmler-Fuhr, Martina (2004): Kommunikationsentwicklung und Konfliktklämung – ein Integraler Gestalt-Ansatz. Göttingen (Hogrefe)

Fuhr, Reinhard, Sreckovic, Milan, Gremmler-Fuhr, Martina (1999/2001): Handbuch der Gestalttherapie. Göttingen (Hogrefe)

Fuhr, Reinhard, Sreckovic, Milan, Gremmler-Fuhr, Martina (2006): Das Menschenbild der Gestalttherapie von Frederick S. Perls, Laura Perls und Paul Goodman. In: Integrative Therapie. 1 / 2; 117-155

Gremmler-Fuhr (2006): Transformative Lernprozesse im Erwachsenenalter. Orientierungskonzept für Anleitung und Unterstützung relationaler Lernprozesse. kassel university press

Höll, Kathleen (2000): Polaritäten. In: Stumm, Gerhard & Pritz, Alfred (Hrsg.) (2000): Wörterbuch der Psychotherapie. Wien (Springer), 313

Pirsig, Robert (1976/1995): Zen und die Kunst ein Motorrad zu warten; Fischer (Frankfurt/M)

Staemmler, Frank-M. (2001): Gestalttherapie im Umbruch. Köln (Edition Humanistische Psychologie)

Stumm, Gerhard & Pritz, Alfred (Hrsg.) (2000): Wörterbuch der Psychotherapie; Wien (Springer), 520

Yalom, Irvin (1989): Existentielle Psychotherapie; Köln (Edition Humanistische Psychologie)