

Tell me and I forget
Teach me and I may remember,
Involve me and I learn
(Benjamin Franklin)

Bedeutung von Situation und leiblicher Kommunikation für ein (neu) phänomenologisch orientiertes Kontaktprozessmodell.

-Mit welchen Theorien fundieren wir unsere Kernkompetenz-

Die Frage dieser Tagung richtet die Aufmerksamkeit auf die Kernkompetenzen der Gestalttherapie. Die Frage, die ich mir gestellt habe ist, wie fundieren wir die Kernkompetenzen theoretisch. In der Praxis werden unendlich viele Methoden und Techniken angewendet. Lore Perls sagt in einem Interview: Man kann alles nutzen. Die Hauptsache, es ist existentiell und experimentell.

Verschiedene Gestalttherapie-Denker betonen die Notwendigkeit von relationalen Aspekten ihrer Perspektive, um sich von der individualistischen Konzeption der Gestalttherapie zu unterscheiden, die im Sinne von Perls 'späterer Arbeit und im Geiste der 1960er Jahre entwickelt wurde. Dazu gehören u.a. Wheeler, 2000; Zinker, Yontef, 2001; 2002; 2009; Staemmler, 2009; 2010; Spagnuolo Lobb, 2013a; u.a, Ich meine, Theorien brauchen Entwicklung oder werden zu einer fixierten Gestalt.

1. Theoretischer Kern der Gestalttherapie

Die allgemeinste theoretische Grundlage der Gestalttherapie bildet für mich eine Aussage von Lore Perls:

"Die Grundbegriffe der Gestalttherapie sind eher philosophisch und ästhetisch als technisch. Gestalttherapie ist eine existentiell-phänomenologische Methode und als solche erfahrungsgegründet und experimentell."
(L. Perls, 1985)

Für die Gestalttheorie gilt daher das Primat des Phänomenalen: Das bedeutet, das die Erlebniswelt des Menschen, so wie sie sich darbietet, als einzige unmittelbar gegebene Wirklichkeit anzuerkennen und ernst zu nehmen ist. Das ist nicht nur eine Grundauffassung der Phänomenologie sondern auch der Gestalttheorie, die ebenso ein Grundpfeiler der Gestalttherapie ist.

Der bisherige theoretische phänomenologische Blickwinkel in der Gestalttherapie bezieht sich überwiegend auf Husserl und zum Teil auch auf Merleau-Ponty. Der Blickwinkel der Neuen Phänomenologie von Hermann Schmitz wird in der Gestalttherapie von Francesetti 2015, Zielke 2016, und Matthies 2013 eingeführt.

Hermann Schmitz hat seit 1964 die Phänomenologie von Husserl, Heidegger und Merleau-Ponty in bisher 55 Büchern weiterentwickelt und zum Teil neu entworfen.

Im Unterschied zu den "alten" Phänomenologen hat Schmitz mit der Neuen Phänomenologie ein umfassendes philosophisches System für die praktische Anwendung geschaffen. Sie findet deshalb in immer mehr Bereichen Einfluss, u.a. in Medizin, Psychotherapie, Pädagogik, Organisationsberatung, Supervision, Pflege, wie auch in der Soziologie.

Mein Anliegen

Mein Anliegen ist es, herauszufinden und darzustellen in welcher Weise die theoretischen und praktischen Vorstellungen der Neuen Phänomenologie die Theorie und Praxis der Gestalttherapie ergänzen, differenzieren, theoretische Lücken füllen oder auch ersetzen können.

2. Gestalttherapie aus dem Blickwinkel der Neuen Phänomenologie

In der Überschrift dieses Vortrages tauchen die Begriffe Situation und leibliche Kommunikation auf. Sie beinhalten zwei zentrale Konzepte der Neuen Phänomenologie. Sie eröffnen neue Sichtweisen und haben in der Gestalttherapietheorie noch keine explizite Rollen gespielt.

Anhand des Modells des Kontaktzyklus des Erlebens nach Zinker und seinen Hinweisen in einem Interview 2002, (Zinker, J. 2002) will ich vergleichen und deutlich machen, wo und wie die Sichtweisen der Gestalttherapie erweitert oder differenziert werden können.

2. 1 Neue Phänomenologie

Hermann Schmitz, wendet sich wie auch Perls vor allem gegen eine Beschreibung der Welt, die sich allein an naturwissenschaftlichen Vorstellungen orientiert. Schmitz bezieht sich auch auf die gestaltpsychologischen Grundlagen der „Ganzheit“ (vgl. Schmitz, 1990, S. 7)

Das besondere Ziel der Neuen Phänomenologie ist es, die unwillkürliche Lebenserfahrung zu erfassen, die dem Menschen merklich widerfahren, **ohne dass sie es sich absichtlich zurechtgelegt haben.** Im Unterschied zur klassischen Gestalttherapie, geht es in der Neuen Phänomenologie nicht vorrangig um Kontakt als intentionalen Prozess, sondern um Kontakt durch leibliche Kommunikation, unwillkürliches affektives Betroffensein, so wie die Abstandnahme vom affektiven Betroffensein.

Das unwillkürliche affektive (leibliche) Betroffensein bildet quasi eine Vorstufe zur Intentionalität und dem bewussten Kontakt. Hierin liegt eine der wesentlichen Unterschiede, die eine Ergänzung oder neue Sicht für die Darstellung von Kontaktprozessen bedeutet.

Gernot Böhme (2002) beschreibt den Unterschied der "alten " und "neuen" Phänomenologie am Beispiel des Phänomens wie folgt:

Für Husserl ist ein Phänomen das im Bewusstsein Gegebene.

Für Schmitz ist das Phänomen das im leiblichen Spüren Gegebene.

Der phänomenologische Bezug bei Husserl und Schmitz

Husserl

**Ein
Phäno-
men
ist das im
Bewusst-
sein
Gegebene**
nach Böhme

Schmitz:

**Ein
Phänomen ist
das im
leiblichen Spüren
Gegebene.**

nach Böhme

3. Die Entwicklung der Kontaktprozessmodelle

Um die Bedeutung der leiblichen Kommunikation und der Situation für ein phänomenologisch orientiertes Kontaktprozessmodell zu erfassen, will ich am Beispiel des Zyklus des Erlebens der Cleveland-Schule erklären. Außerdem will ich auf die Vorläufer von Perls und Goodman hinweisen, denn die Darstellung des Kontaktprozesses hat im Laufe der Zeit einige Veränderungen mit unterschiedlichen Schwerpunkten erfahren.

3.1 Perls

Im Ansatz von Perls dominiert

a) ein biologistisch orientiertes Organismuskonzept des Kontakts. Perls nennt es den Stoffwechsel-Zyklus. Der Organismus steht in der Theorie der Gestalttherapie für einen lebendigen homöostatischen Austausch zwischen dem Individuum und dem Umweltfeld.

Gesundheit setzt Perls mit organismischer Selbstregulation gleich. Eine Unterbrechung des reibungslosen Funktionierens ist eine Störung. Deshalb ist für Perls jede "stabile Persönlichkeit" nicht stabil, sondern in seiner gesunden Funktionsweise der Homöostase bedroht.

b) Eine weitere zentrale Rolle spielt das Bewusstsein. Perls schreibt: Wenn wir glauben, dass Bewusstheit im Gehirn beheimatet sei, akzeptieren wir eine Spaltung zwischen Objektiven und Subjektiven. (F. Perls, 1976, S. 217)

Perls sprach deshalb von bewusst und nicht bewusst und nutzte als Metapher die Oberfläche des Globus, wobei das, was nicht gesehen wird, also nicht bewusst ist, trotzdem ein Teil der Oberfläche sein kann.

Freud benutzt als Metapher für das Bewusste und das Unbewusste einen Eisberg. Das Bewusste ist oberhalb des Wassers wahrzunehmen; das Unbewusste (eine psychodynamische Innenwelt) ist unterhalb des Wassers und nicht sichtbar.

Die Sicht von Perls über das Bewusstsein finden wir bei Schmitz und dem Phänomenologen und Psychiater Thomas Fuchs in ähnlicher Weise wieder.

Fuchs schreibt, dass das Gehirn nicht über geistige Zustände oder über Bewusstsein verfügt, weil das Gehirn nicht lebt - "es ist nur das Organ eines Lebewesens, einer lebendigen Person". (Fuchs, Th., 2009, S. 283 2)

Die Welt ist nicht im Kopf. Das Subjekt ist nicht im Gehirn. Im Gehirn gibt es keine Gedanken (Thomas Fuchs, 2010)

c) Eine weitere theoretische Orientierung von Perls ist die Ablehnung von metaphysischen und metapsychologischen Spekulationen:

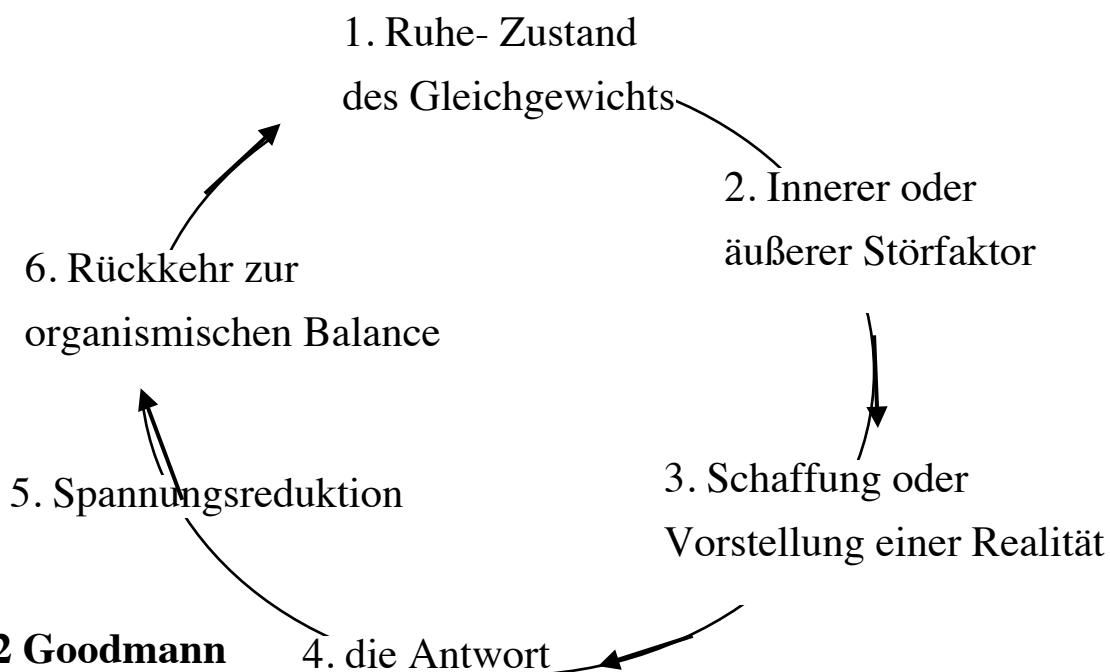
"Wir sind der Auffassung, dass alle metaphysischen und metapsychologischen Spekulationen, die unseren eingeschlossen, lediglich den Bedürfnissen entsprechen, die sie erschaffen haben." (Perls, F., S. 120 (Gestalt, Wachstum und Integration).

Darin liegt auch eine Antwort, wenn wir heute in der DVG über die Teilhabe des Transpersonalen an oder in der Gestalttherapie.

d) Im Gegensatz zu Maslow, der spirituell orientiert war, wollte Perls keine neuerliche Dichotomie zwischen einem Körper, der von höheren Wesen bewohnt sei. Deshalb lehnt er eine Seele als Innenwelt ab.

3.1.1 Stoffwechsel-Zyklus nach Perls

1947 beschrieb Perls den sogenannten Stoffwechsel-Zyklus; dieser bestand aus sechs Phasen, mit dem Ziel der organismischen Balance.



3.2 Goodmann

Goodmann orientiert sich u.a. an dem personalem Selbst und seinen Funktionen Ich, Es, Persönlichkeit und beschreibt den Kontaktprozess mit Vorkontakt - Kontaktnahme - Vollkontakt - Nachkontakt und das Selbst als ein Kontaktorgan. Kontakt findet an der Grenze zwischen Individuum und Umweltfeld statt. Störungen liegen in der Unterbrechung von Kontakt.

3.2.1 Kontaktphasen nach Goodman

(Vorkontakt, Kontaktnahme, Kontaktvollzug, Nachkontakt)

Vorkontakt

Ein vages Empfinden, eine unbestimmte Erregung zieht die Aufmerksamkeit auf sich. Ein Bedürfnis entsteht. Eine offene Gestalt beginnt sich bemerkbar zu machen.

Kontaktanbahnung

Das Bedürfnis des Organismus nimmt Gestalt an. Möglichkeiten werden abgewogen und ausgewählt. Die Bewegungsrichtung geht vom Selbst zur Umwelt.

Kontaktvollzug

Das Selbst geht in Kontakt, um das entstandene Bedürfnis zu befriedigen. Dies geschieht durch Verbinden, Greifen, Gestalten, Umgestalten dienen dem Zweck, die materielle oder immaterielle Ressource für die Bedürfnisbefriedigung nutzbar zu machen.

Nachkontakt

Es findet Assimilation und Integration statt. Der Kontakt wird gewissermaßen verdaut. Das Bedürfnis ist befriedigt. Die offene Gestalt ist geschlossen.

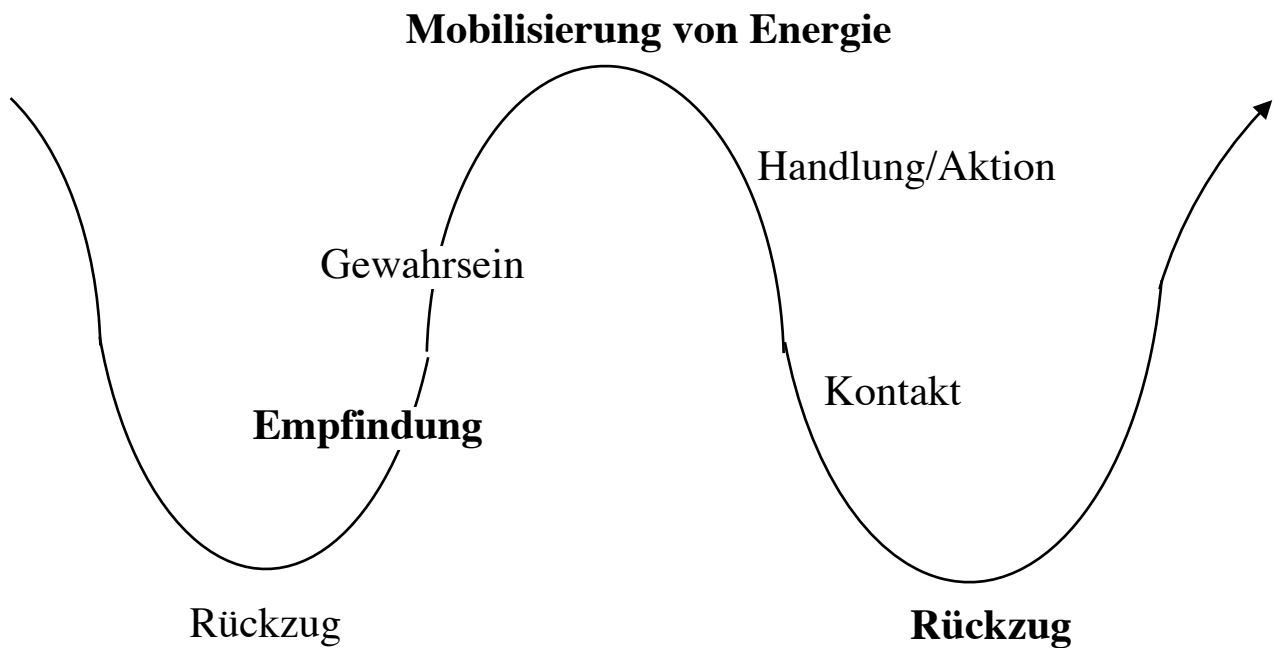
" Die Perspektive von Goodman bleibt radikal individualistisch: Der Organismus ist mit seiner Wahrnehmung und seiner Bewegung das Organisationsprinzip der >>Ganzheit<<. Der Satz >>alles hängt mit allem zusammen<< ist keine Wirklichkeitserfassung, "

"Der Begriff der Ganzheit, den Goodman von Kurt Lewin (1890-1947), Wolfgang Köhler (1887-1967) und den anderen Gestaltpsychologen übernimmt, ist dagegen ein vom Hintergrund sich abhebendes, zeitlich und räumlich eingegrenztes Sinnstück." (Blankertz, St., 2012)

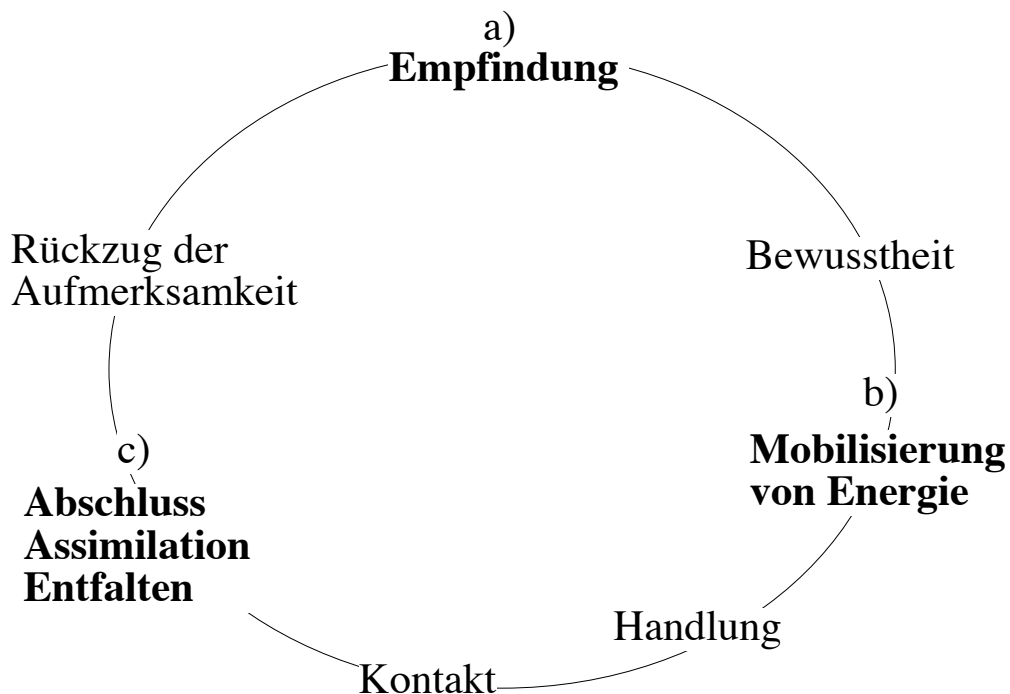
3.3 Zinker

Zinker, der für mich innovativste Vertreter der Gestalttherapie, nennt sein Prozessmodell "Gestaltzyklus des Erlebens" und differenziert das Modell von Goodman

3.3.1 Zinker: Der Gestaltzyklus des Erlebens (Cleveland School)



aus Zinker, J. , Gestalttherapie als kreativer Prozess, Paderborn 1982, S.102



Gestaltzyklus des Erlebens orientiert am Ansatz der Cleveland School

Zinker ist der Auffassung, dass es noch etwas vor der Awareness gibt und bezieht die Empfindung (sensation) (und damit den Körper) wieder explizit in sein Modell "Gestaltzyklus des Erlebens" mit ein und sagt:

a) "Wer beispielsweise die Empfindung (sensation) vom Gewahrsein ausschließt, betreibt eine Abwehr durch Verdrängung; er lässt das Entstehen einfacher sensorischer Daten nicht zu." (J.. Zinker, 1982, S. 102)
Zu beachten sei, dass die Empfindung für die Bildung der Figur von beiden Polen des Feldes beeinflusst werden - vom Organismus, wie von der Umwelt (L192)

b) In seinem Erlebenszyklus spielt die Erregung/die Mobilisierung von Energie eine bedeutende Rolle. Er positioniert sie in seinem Modell zwischen " awareness" und "action". In einem interview 2002 erklärt er dann allerdings::

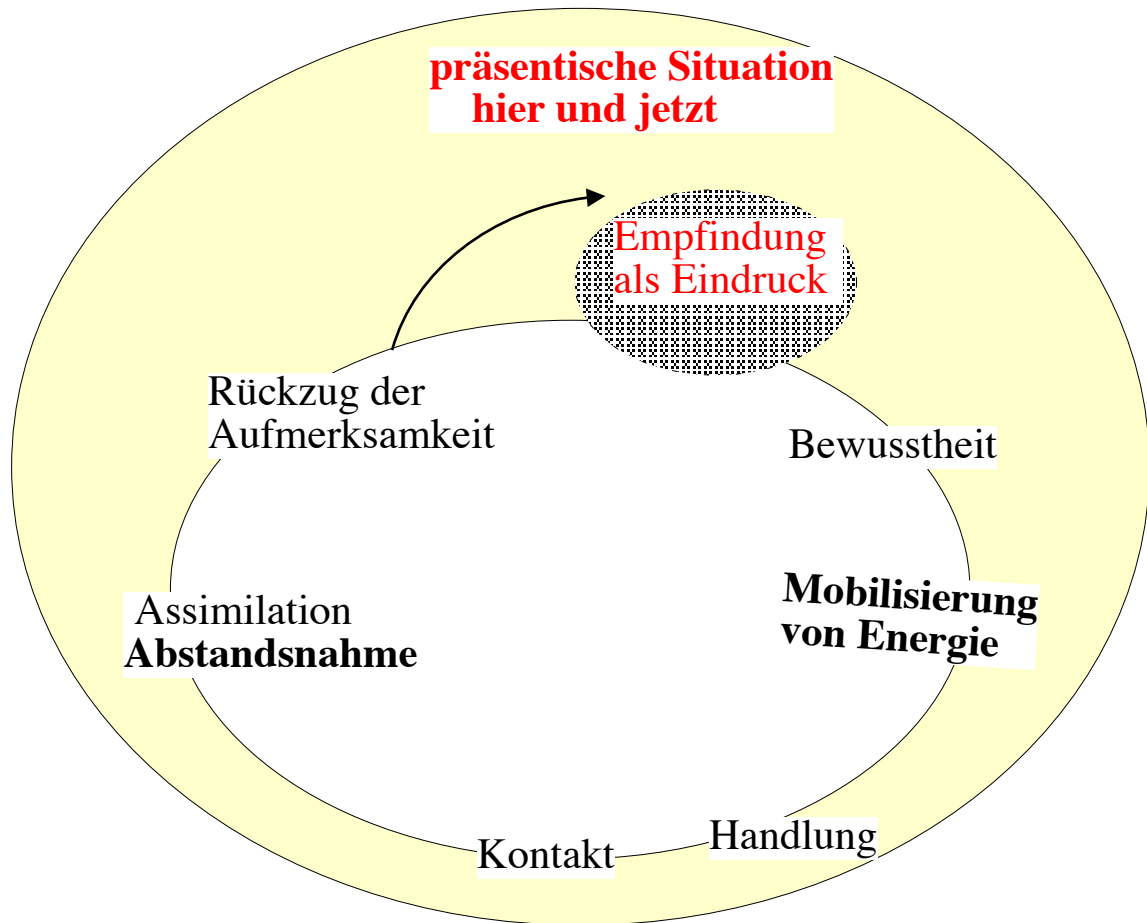
"Ausgelassen wird dabei, dass man eine Mobilisierung von Energie benötigt, lange bevor eine klare Figur sich im Gewahrsein gebildet hat." Wir verfügen auf jeder Ebene über Energie, denn die Mobilisierung von Energie findet nicht nur an einer Stelle im Prozess statt, was er in seinem Modell nicht dargestellt hat. Das hat auch Folgen für die Vorstellung wie sich Kontaktprozesse bilden.

4. Zinker's Überlegungen

4.1 Empfindung findet noch vor der Awareness statt.

4.2 Mobilisierung von Energie im Erlebenszyklus findet nicht nur an einer Stelle im Prozess statt.

4.1 Zinker : Empfindung findet noch vor der Awareness statt.



4.1.1 Situationen: Die natürlichen Einheiten der Wahrnehmung

Wenn, wie im Modell des Erleben beschrieben, so beziehen wir uns nicht allein auf das Individuum, sondern auch auf das "Umweltfeld" im Hier und Jetzt. Das Hier und Jetzt ist der gemeinsame Raum und die gemeinsame Zeit in der sich das Individuum in der Situation erlebt. In der Situation sind Umwelt und Individuum nicht getrennt.

Die Situation ist das, worin wir uns je schon befinden, sobald wir, der in Gegenwart irgendeines Gegenüber ausgesetzt sind.

"Ich bin in der Situation, das heißt: Ich bin involviert in das sich vollziehende Ereignis." (Brüssermann, J, 2017, S.13) Es ist mehr als ein individuelles Empfinden. Ich bin jetzt hier, Ich bin nicht Draufschauender, Abgegrenzter. Ich bin Teil der Situation und nicht für mich allein.

Situationen sind die Grundgegebenheiten in und aus denen Menschen leben.

Wir dürfen unser eigenes in der Situation sein (eigenen "Situiertheit") nicht ausklammern, da wir selbst Teil der Situation (Situierthe) sind.

Sobald ich mich selber in einer Situation erfasse und involviere, bin ich schon in Kontakt als Teil einer Situation (Ich bin "Situierter"). Ich befinde mich in einer Situation und damit bin ich in Kontakt. Dieser Kontakt wird als ein unmittelbarer ganzheitlicher Eindruck gespürt. Wesentlich ist, dass der Eindruck noch nicht in Einzelheiten aufgespalten ist. Der Kontakt ist deshalb absolut und noch nicht intentional.

"Ich bin in der Situation, die Situation ist um mich: Sie ist dasjenige Ereignis, in dessen Verlauf ich hier und jetzt einbegriffen bin." Brüse-
mann, 2017, S. 14

"Ereignisse sind solange keine Situationen, wie niemand in sie involviert ist. Ein Sturm auf dem Meer ist nur dann eine Situation, wenn er um jemanden tobt." S. 20/21

"Was im Gehirn geschieht, ist bloßes Ereignis, nicht mehr meine Situation, weil ich mich nicht als involviert erfahre." Brüse-
mann, 2017, S. 21

"Deshalb ist das, was sich in meinem Gehirn ereignet, niemals meine Situation, meine Situation ist nur das Ereignis, worin ich mich involviert selbst erfahre.

"In dieser Situation zu sein heißt: Es ist so, jetzt hier zu sein (Brüse-
mann, 2017, S. 22) (Schmitz (ich bin jetzt wirklich hier))

4.1.2 Meine und deine Situation werden nicht zur gemeinsamen Situation

Meine und Deine Situation machen nicht summativ die Teile unserer gemeinsamen Situation aus. Es treffen nicht zwei einzelne Situationen zusammen, sondern sowohl meine als auch deine Situation. Die gemeinsame Situation ist etwas Anderes als die Summe beider Einzelsituationen.

"Wenn ich von unserer Situation spreche, spreche ich in meinem Sinne nicht von derselben Situation, von der du sprichst, wenn Du über unsere Situation sprichst. Ich rede über die Situation, in der du mir begegnest, du redest über diejenige, in der ich dir begegne. Diese zwei Situationen sind nicht zwei Elemente eines komplexen Gebildes, sie addieren sich nicht zu unserer Situation." Brüse-
mann, 2017, S. 201/202 (Das Gesamte ist etwas Anderes als die Summe seiner Einzelteile.)

"Die Berührung im weitesten Sinne der einander wider- und wider-ge-
spiegelten leiblichen Aufgerührtheit von deinem Verhalten mir gegen-
über hat phänomenal immer schon begonnen, ohne dass jemals zu ent-
scheiden wäre, wer von uns das Spiel initiiert, auf wen von uns es zu-
rückgeht. (...)

Das Spiegelspiel beginnt weder in oder bei mir, noch bei oder in dir, we-
der hebt es durch mich an noch durch dich; es hat mit unserer Situation
immer schon angefangen und wir finden uns in unserer Situation schon
als in ihr begriffen. (Brüsermann, 2017, S. 206)

Jede Situation bildet durch die unmittelbaren Ereignisse den Rhythmus,
die Dynamik, die Intensität und die Bedeutung für das Individuum ab.

Damit wird das jeweilige Betroffensein mit der Situation quasi zum "Herzschlag" im Umweltfeld.

4.1.3 Situationen sind binnendiffus und abgegrenzt

Da in jeder aktuellen Situation auch vergangene (zuständige) Situationen und prospektive Anteile enthalten sind, bildet der Umgang mit den unmittelbaren, aktuellen Situationen die Basis für therapeutisches, beratendes und supervisorisches Handeln.

Das Übersehen der Bedeutung von Situationen liegt darin, dass die Situation uns so selbstverständlich ist und doch auch unvertraut, weil wir bisher keine Sprache, keine Definition dafür hatten.

Hermann Schmitz hat sich ausführlich mit dem Begriff der Situation und seiner Bedeutung für die persönliche Entwicklung auseinandergesetzt: Alle Wahrnehmung ist Wahrnehmung in und von Situationen. (Schmitz 2010, S. 42)

Situationen sind die natürlichen Einheiten der Wahrnehmung. Es sind keine einzelne Sinnesdaten oder Dinge, sondern vielsagende Eindrücke und die natürliche Einheit der erlebten Ganzheit. Sie sind subjektive Tatsachen. (Schmitz 2010, S. 42)

Eine Situation ist binnendiffus und abgegrenzt. Sie hat Raum und Zeit für eine bestimmte Zeit und Kontinuität durch den Charakter der Atmosphäre. Alles ist für eine Zeit der Situation zugehörig. Die Situation ist der Grundgegenstand unserer Erfahrung. Die vorhandenen Phänomene sind Sachverhalte mit Bedeutungen, die Teil der subjektiven Wirklichkeit sind.

Die Sachverhalte bilden eine chaotisch, mannigfaltige binnendiffuse Bedeutsamkeit, die zur Situation wird, wenn Ganzheit (d.h. Zusammenhalt in sich und Abgehobenheit nach Außen) hinzukommt. Die Bedeutsamkeit ist primär. Es ist also nicht etwa so, dass sich bedeutsame Dinge oder Ereignisse nachträglich von Lebewesen mit Bedeutung ausgestattet wird.

Eine Situation ist binnendiffus, d.h. in ihr ist nicht alles (eventuell gar nichts) einzeln; d.h. ich nehme nicht sofort alle Einzelheiten wahr.

Eine Situation wird durch ihre Bedeutsamkeit zusammengehalten.

4.1.4 Mannigfaltige Situation und einzelne Merkmale des Feldes

Um zu Bedeutungen zu kommen, die über das Individuum hinausgehen, wird in der Regel die Feldorientierung als Hintergrund beschrieben.

Schmitz lehnt die topologische Vektoren der Psychologie von Lewin ab.

"Die Begriffsbildung wird am Modell eines Feldes orientiert, auf dem sich Figuren zu einander, und im Fall des Menschen nach Pleßner ausnahmsweise auch zu sich, verhalten. Dieses Denkschema reicht anthropologisch nicht aus; die Quelle seiner Unzulänglichkeit liegt u.a. darin, dass das Feld als aus einzelnen Merkmalen bestehend angenommen wird)." (Nominalismus).

Der Situationsbegriff ist unmittelbarer und deshalb dem Feldbegriff für die Beschreibung von Kontaktprozessen vorzuziehen.

"Die am Festkörper orientierte Ontologie mit der Trias (...) Ursache - Wirkung und Interdependenz verkennt die Einbeziehung der Situation und setzt statt dessen Subjekt und Objekt als zwei Substanzen voraus, zwischen dem nachher eine Brücke geschlagen werden muss, in dem das Subjekt bei dem Objekt oder das Objekt bei dem Subjekt einen Besuch macht. "Situationen entziehen sich der säuberlichen der Verteilung von Subjekt auf Objekt," (...) (Schmitz, H., 1990 S. 75)

Die Anwendung des Feldbegriffes führt oft zur Irritationen, auch weil er oft unterschiedlich benutzt wird.

So beschreibt Perls das Feld als Organismus plus Umwelt. (Perls, F., 1976, S.37)

"Jedes Verhalten oder jede sonstige Veränderung innerhalb eines psychologischen Feldes ist einzig und allein vom psychologischen Feld **zu dieser Zeit** abhängig." (Lewin, K., 2012, S.88 (in Blankertz, S. 30)"es ist immer das Feld einer bestimmten Person zu einer bestimmten Zeit.

Das Feld irgendeiner anderen Person zu jedem Zeitpunkt ist ein anderes Feld; das Gleiche gilt für das Feld derselben Personen zu irgendeinem anderen Zeitpunkt." (Staemmler, S. 38 GT/2/2006)

Es wird häufig übersehen, dass das Feld als ein " Feld zu gegebenen Zeit" definiert ist. Eine gegebene Zeit ist eine Situation. Lewin selbst hat die Bedeutung der Situationswahrnehmung und Situationsbewertung durch das Individuum hervorgehoben. Er hat die Situation allerdings nicht als besondere Erfahrung betrachtet.

4.1.5 Situation als Erfahrung von subjektiven Tatsachen

Um das Involviert sein und die Situation als eine Einheit zu betrachten, ist es erforderlich, dass ich mir das Involviertsein in dieser Situation zuschreiben kann, d.h. für mich eine subjektiv Tatsache ist.

Der Sitz der Subjektivität ist nicht im Individuum, sondern in den subjektiven Tatsachen der jeweiligen Situation. Damit bekommt die Vorstellung von Perls, dass Bewusstsein keinen Ort im Gehirn hat eine Erweiterung und eine Erklärung, wo das Bewusstsein ist - nämlich in der jeweiligen Situation.

Subjektivität ist keine Eigenschaft von Subjekten, sondern die Eigenart des Milieus, der für jemand subjektiven Sachverhalte, Programme und Probleme. Was heißt das für die Praxis ?

Subjektive Tatsachen sind das Ergebnis von unmittelbarem Betroffensein einer Person mittels leiblicher Kommunikation in einer Situation. In der Gestalttherapie wird davon ausgegangen, dass im Moment des Kontakts von Anfang an ein Bewusstsein darüber vorhanden ist.

4.1.4 Affektives Betroffensein geht dem Bewusstsein voraus

In der Neuen Phänomenologie gehen wir davon aus, dass die leibliche präpersonale Kommunikation dem Bewussthaben (Bewusstsein) vorausgeht; denn ohne eigenleibliches Spüren und affektives Betroffensein, würden wir nichts bemerken oder uns nicht angesprochen fühlen. Alles bliebe dann in gleichmäßiger Neutralität. Schmitz nimmt an, dass eigenleibliches Spüren und leibliches Betroffensein Ausgangspunkt jeder menschlichen Erfahrung und Entwicklung ist.

Im plötzlichen Betroffensein fallen absolute Identität und Subjektivität zusammen. Die primitive Gegenwart zeigt sich unmittelbar als spürbares Gemeintsein im Betroffensein. Dieses Erleben geht als elementare Erfahrung nie mehr verloren. Eine Person wird damit zu einem Bewussthaber seiner selbst.

Eigenleibliches Spüren, affektives Betroffensein und vielsagende Eindrücke sind die natürlichen Einheiten der ganzheitlichen Wahrnehmung und nicht einzelne bewusste Sinnesdaten oder Dinge.

Aus der vielfältigen Erfahrung von Betroffensein entsteht die Fähigkeit der Selbstzuschreibung und dem Bewussthaben.

Das durch Eindrücke erlebte, unwillkürliche Betroffensein ist ganzheitlich und die Grundlage für die Handlungs- und Orientierungssicherheit des Menschen von Kindheit an.

4.1.5 Therapeutische Konsequenzen

In der Gestalttherapie lassen wir uns von den subjektiven Tatsachen in gemeinsamen Situationen leiten (was spürst du jetzt und hier), ohne von vornherein Merkmale in ein Raster fügen zu wollen oder sie zu suchen, sondern lassen sie entstehen.

Der Umgang mit den subjektiven Tatsachen durch Spüren und Wahrnehmen in diffusen oder chaotisch mannigfaltigen Situationen ist letztlich auch die Ausgangssituation für die gestalttherapeutische Vorgehensweise.

Es ist ein Unterschied, ob ich aus der unmittelbaren Betroffenheit reagiere oder aus dem Bewusstsein, welches bereits eine Richtung oder ein Bedürfnis enthält. Das Reagieren aus dem Bewusstsein heraus betrifft das interdependente und interagierende Feld von Merkmalen. Das Betroffensein in der Situation ist der Bewusstwerdung vorangestellt.

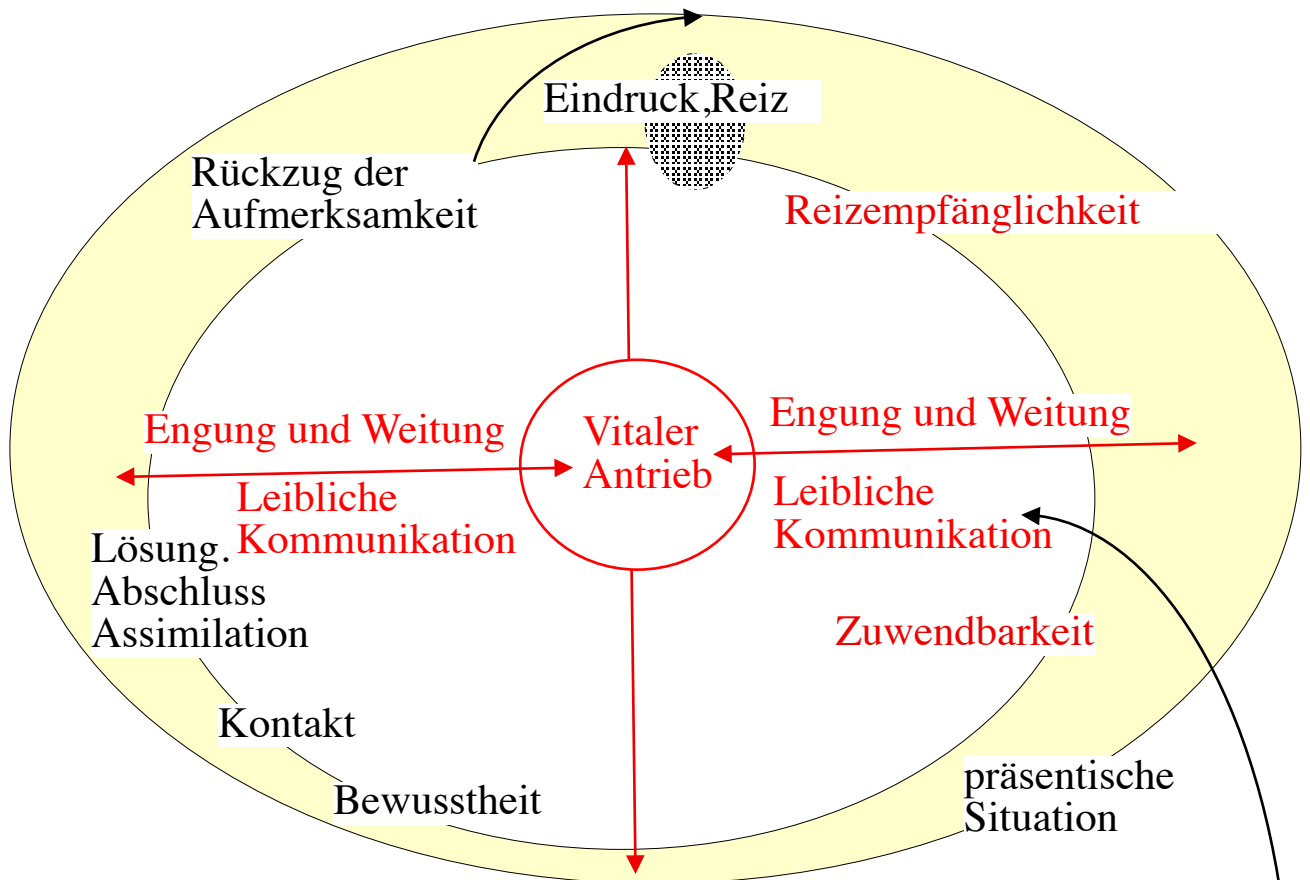
Eine zu voreilige Suche nach einzelnen Merkmalen, die miteinander in Verbindung stehen, entspricht der Suche nach bekannten Zusammenhängen und Einordnungen, d.h. Konstellationen oder Diagnosen werden gebildet. "Wirklichkeiten" könnten so beliebig konstruiert werden.

Entsteht das Reagieren aus der unmittelbaren Betroffenheit ohne dass ich mir etwas zurechtgelegt habe, komme ich in Kontakt mit meiner subjektiven Wirklichkeit, dem unmittelbaren Betroffensein. (In Kontakt sein mit dem was ich bin und nicht mit dem was ich sein möchte.)

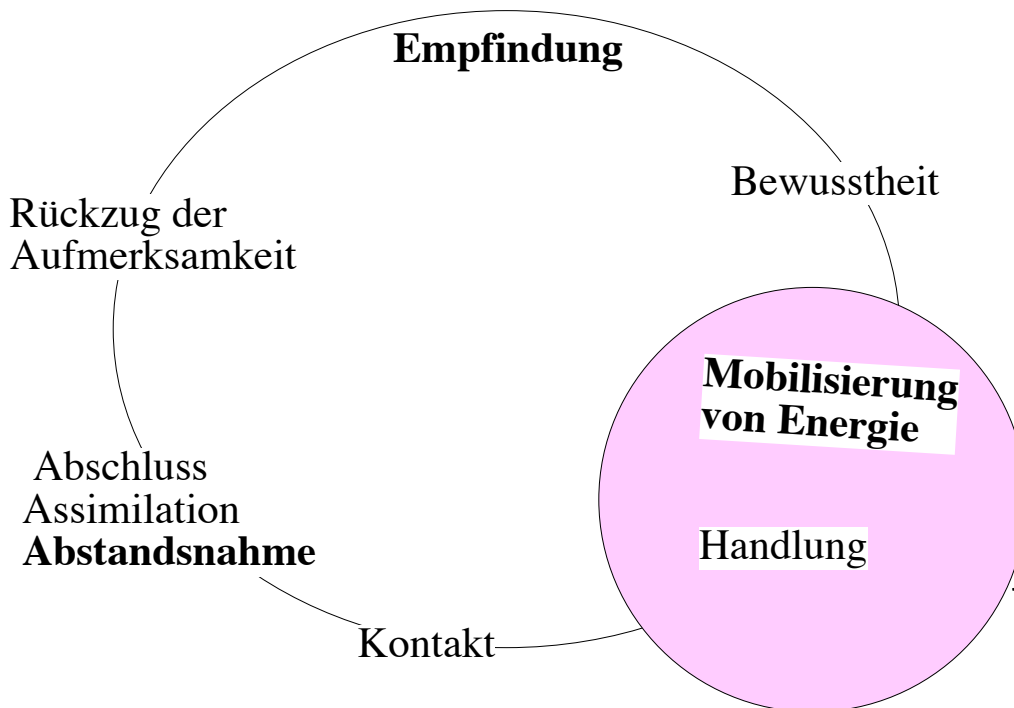
Wenn der Bezug zum Thema des Klienten oder zur persönlichen und gemeinsamen Situation vornehmlich aus ausgewählten Merkmalen/ Konstellationen erfasst wird, geht das auf Kosten des eigenleiblichen Spürens. Die affektive Betroffenheit als unwillkürliche Lebenserfahrung geht verloren und die Erfahrung gilt der Bestätigung des Selbst. Es geht nicht darum das Bilden von Konstellationen insgesamt zu verbannen. Um sich in der Welt zurechtzufinden, ist es auch erforderlich, von dem Spüren und der persönlichen Betroffenheit wieder Abstand nehmen zu können.

Die Bildung von Konstellationen durch Explikation und Abstandnahme von dem persönlichen Betroffensein ist ein unerläßlicher Vorgang, um eine relative und flexible Identität zu bilden, um sich dann in der Welt zu verstehen und zurecht zu finden. Dazu gehören dann auch alle Formen des Sichschützens, des Vermeidens, des Unentschiedenseins oder des Neutralisierens von Erfahrungen und Informationen.

4.2 Zinker: Die Mobilisierung von Energie im Erlebenszyklus findet nicht nur an einer Stelle im Prozess statt.



Vitaler Antrieb und leibliche Kommunikation



Gestaltzyklus des Erlebens (Cleveland School)

4.2.1 Organismus, lebendiger Leib oder Leib und Körper

Aus gestalttheoretischer Sicht ist zu unterscheiden zwischen dem physikalischen Organismus einerseits und dem phänomenalen Körper-Ich andererseits. (Sternberger). Diese Unterscheidung trifft Perls nicht. Die Auffassung von Perls ist eine Vermischung von physikalischen und dem phänomenalen Körper.

Perls vertritt ein Organismusmodell, wo der Organismus sich im Ruhegleichgewicht befindet und durch einen inneren oder äußeren Reiz aktiviert wird, um dann den Ruhezustand nach Befriedigung wieder herzustellen.

Perls hat die Auffassung, dass der Organismus einfach als ein System betrachtet wird, "das im Gleichgewicht ist und jedes Ungleichgewicht als ein Bedürfnis erlebt wird, dieses zu korrigieren". " Wenn Du keine Bedürfnisse hättest, würdest Du keinen Finger rühren" (Perls, 1988, S. 25, 29 Gestalttherapie in Aktion, 5 Auflage) Diese Vorstellung stimmt nicht mit der gestaltpsychologischen Theorie überein. Diese lautet:

Der Organismus ist an jeder Stelle des Organismus in einem Ungleichgewicht, der Geschehenszustände aufrechterhält; Reize werden als Veränderung der Rahmenbedingungen einer ohnehin ständig ablaufenden, sich selbst regulierenden Tätigkeit des Organismus gesehen.

Der Begriff des lebendigen Leibes geht auf Kurt Goldstein zurück.

Dem naturwissenschaftlichen Körper wird Lebendigkeit zugesetzt und zwar das, was man als Verhalten kennt, so wie das Gefühl und das absichtlich gesteuerte Ausdrucksverhalten.

Das Verhalten kann nicht wie physiologische meßbare Flächen und Dimensionen naturwissenschaftlich erfasst werden, sondern in der Einstellung der verstehenden Psychologie, die den Eindruck des Begegnenden aufnimmt und analysiert, um den ganzen Menschen zu erreichen.

Für Goldstein lag es nahe, so Hermann Schmitz, " die unmittelbaren Reaktionen auf die optische und taktile Wahrnehmung, die man vorher als Reflexe aufgefasst hatte, aus dieser naturwissenschaftlichen Sicht in eine ganzheitliche, verstehende zu überführen und damit den Aufbau des lebendigen Organismus" auf die Weise einzuleiten (Schmitz, H. 2017, S. 35)

Allerdings geht Goldstein in seiner Beschreibung auf der Ebene des Erkennens und Handelns zu weit.

"Gleichartige Versuche, vom naturwissenschaftlichen Körper her, durch Aufstockung des menschlichen Verhaltens in der Sicht der verstehenden Psychologie den ganzen Menschen als lebendigen Organismus zu beschreiben, sind z.B. auch von Merleau-Ponty und Thomas Fuchs unternommen worden.

4.2.2 Unterscheidung von Körper und Leib

In der Neuen Phänomenologie wird zwischen einem physiologischen Körper und einem wahrnehmenden Leib unterschieden. Körper und Leib haben einen gemeinsamen Ort mit unterschiedlichen Funktionen.

Während der Körper am Ort gebunden ist, kann der Leib mittels seiner Sinne z. B. hören, sehen über den gemeinsamen Ort hinaus wahrnehmen. Der Körper umfasst nach Schmitz den physiologischen Bereich. Durch Tasten, Sehen oder auch Untersuchungen können Lage und Abstände sowie Grenzen genau festgelegt werden. Mit dem Leib ist das eigenleibliche Spüren gemeint, das im Zentrum der Wahrnehmung steht. „Leiblich ist, was jemand in der Gegend (nicht immer in den Grenzen) seines Körpers von sich selbst als zu sich zugehörig spüren kann, ohne sich der fünf Sinne, namentlich des Sehens und Tastens, und des aus den Erfahrungen gewonnenen perzeptiven Körperschemas zu bedienen.“ (Schmitz, 2011, S. 8)

"Der Körper ist stetig ausgedehnt, von Flächen begrenzt und durch Flächen schneidbar, bestimmte Lagen und Abstände seiner Teile. Alles Leibliche dagegen ist flächenlos. Am eigenen Leibe kann man keine Flächen spüren, während man sie am eigenen Körper besehen und betasten kann."

Der Leib ist im Unterschied zum Körper zwar nicht sichtbar oder fassbar, jedoch sehr wohl wahrnehmbar und spürbar. Der Leib dehnt sich in der Begegnung zu einem flächenlosen Raum aus wie z.B. der Schall. Der Leib wird als "eingekörpert" empfunden. Leib und Körper werden nicht getrennt gesehen, sie werden erst in der Betrachtung vereinzelt. Leicht macht man sich den Unterschied am Kopfschmerz klar. Der Leib teilt sein Lokal mit dem Kopf, einer festen, durch Schnitte zerlegbaren, dreidimensionalen Masse. Der Kopfschmerz ist auf anderer Weise räumlich ausgedehnt, als eine verschwommene und geengte Masse, unscharf begrenzt, zwar von dynamischen Akzenten (Pochen, Hämmern, Klopfen) durchsetzt, daher auch nicht in Teile zerlegbar." (Schmitz, H., 2017, S. 66)

Schmitz hat darauf hingewiesen, dass es ein dem Verhalten vorgeordnetes Spüren am eigenen Leibe gibt, das allen Menschen von sich selbst als zu sich zugehörig spüren, und zwar in der Gegend (nicht immer in den Grenzen) ihres Körpers, ohne sich der fünf Sinne zu bedienen. Dazugehören die bloßen leiblichen Regungen wie z.B. Hunger, Durst, Schmerzen, Frische, Müdigkeit und die leiblichen Regungen durch das leibliches Ergriffensein von Gefühlen, und die gespürte Motorik, usw.. " Es ist ein Irrtum, die leiblichen Regungen als empfundene Körperzustände aufzufassen. Dabei übersieht man den Unterschied in der Art der räumlichen Ausdehnung." (Schmitz, H. 2017, S. 66)

Den Vorwurf, dass Schmitz den Leib nur introvertiert als den eigenen

und nicht in der Gemeinschaft zum Thema macht ist ein Missverständnis; denn mit dem Konzept der leiblichen Kommunikation geschieht die Einbeziehung der Umwelt durch absoluten und relativen Kontakt.

4.2.3 Die leibliche Dynamik

Die Darstellung von Schmitz ist an der Vorstellung der Gestaltpsychologie angelehnt, wo der Organismus an jeder Stelle in einem Ungleichgewicht ist und die Geschehenszustände aufrechterhält; Reize werden als Veränderung der Rahmenbedingungen einer ohnehin ständig ablaufenden, sich selbst regulierenden Tätigkeit des Organismus gesehen.

Statt des allgemeinen Begriffs Organismus, benutzt Schmitz allerdings den Begriff des vitalen Antriebs. Der vitale Antrieb wirkt als ständige, ineinander verschränkte leibliche Dynamik mit den Dimensionen von Engung (Spannung) und Weitung (Schwellung). Der Antrieb ist zunächst ziellos und protopathisch (auch diffus, randlos) (siehe wie beim Atmen).

Vital und aktiv wird der Antrieb durch seine Empfänglichkeit für Reize (Reizempfänglichkeit) und durch seine Fähigkeit, sich diesen Reizen zuzuwenden (Zuwendbarkeit). Der Antrieb benötigt für die Auslese eine epikritische d. h. richtungsgebende (spitze) Tendenz.

Die teils kontraktive, teils expansive Dynamik des Antriebes bewirkt einen antagonistisch konkurrierenden Rhythmus von Engung (wie beim Schreck oder Plötzlichem) und Weitung (wie bei Freude). Jeder kann diese Dynamik durch Spannung (kontraktiv) und Schwellung (expansiv geschwellte Brust) am eigenen Leibe nachvollziehen, z.B. beim Atmen. Die Stärke und Intensität der Reizempfänglichkeit und der Zuwendbarkeit wird bei jedem Menschen durch unterschiedliche Bindungsformen (bathmothym, schizothym, zykllothym) an den vitalen Antrieb beeinflusst.

4.2.4 Leibliche Kommunikation und Einleibung

Die leibliche Dynamik und leibliche Kommunikation bilden die präpersonale "Unterstimme" für die personale Entwicklung. (Schmitz)

Leibliche Kommunikation ist die grundlegende Form der Wahrnehmung. (Schmitz, H., 2005,147) Die normale Wahrnehmung ist von vornherein ein Bemerkens, was los ist, nicht ein Aufnehmen von Empfindungen aus Sinnesreizen mit nachträglicher Verarbeitung durch den Verstand, (Schmitz, H., 1999, S. 41). Leibliche Kommunikation geschieht überwiegend präpersonal, d.h. nicht bewusst.

Leibliche Kommunikation tritt damit an die Stelle von Signalübertragung über Sinnesorgane durch einzelne physikalische Reize zwischen Innen- und Außenwelt.

Der Leib ist nicht an anatomische Grenzen gebunden und kann z. B. durch das Sehen und Hören die eigenen Grenzen überschreiten. In der

Begegnung mit anderen bildet sich dabei ein gemeinsamer, übergreifender Leib. Dieser führt zur wechselseitigen Einleibung/ antagonistischen Einleibung.

Koagieren ohne Reaktionszeit ist das Leitsymptom der Einleibung. Man erlebt dies z. B. bei Reiter und Pferd, beim Rudern, Tanzen usw., wie Leiber über ihren vitalen Antrieb miteinander koagieren. Die Einleibung ist dann wechselseitig. Ein Beispiel ist der über den Leib der Person hinausgehende Blickwechsel, wenn diese zum Beispiel einem Gegenstand oder einer anderen Person ausweicht. Das Ausweichen kann nur geschehen, weil man mehr wahrnimmt, als man mit den Augen sieht.

Man koagiert mit dem Wahrgenommenen und kann so ohne Reaktionszeit handeln.

Einleibung geschieht nicht nur zwischen Menschen, sondern auch mit Tieren, Pflanzen, Bildern und Gegenständen und erhält damit eine Dimension, die über das Soziale hinausgeht.

Leibliche Kommunikation und antagonistische Einleibung ersetzt das Modell vom Einzelkontakt an der Grenze.

Wahrnehmung ist demnach nicht nur die Aufnahme und Verarbeitung von Signalen, sondern eine Art Koagieren von Wahrnehmenden und Wahrgenommenen. Folglich **machen** wir nicht nur Erfahrungen, sondern sie widerfahren uns auch.

Während in der Gestalttherapie das Organismuskonzept auf Bedürfnisse und Intentionalität ausgerichtet ist, geht es Schmitz besonders um das unwillkürliche Betroffensein als Ausgang aller Lebenserfahrungen und einem vitalen Antrieb, der nicht allein von Intentionalität geleitet wird. Unwillkürliches Betroffensein und Intentionalität sind für Schmitz Polaritäten. Darin unterscheidet sich die Neue Phänomenologie auch von der Phänomenologie Husserls.

Eine Grundeigenschaft des Bewusstseins ist nach Husserl eine vom Ich ausgehende Gerichtetheit auf etwas. Das setzt eine Distanz zum Objekt voraus und das Ich müsste durch einschlagen einer Richtung diese Distanz überbrücken. Husserl ignoriert somit den Unterschied zwischen Vorfinden von Etwas und dem unmittelbar affektiven Betroffensein.

5. Prozess Personalier Regression und personaler Emanzipation

Die leibliche Kommunikation wird begleitet von einem Prozess personaler Regression und personaler Emanzipation. Aus beiden Prozessen entwickeln sich eine Sphäre des Eigenen und des Fremden in Gestalt einer persönlichen Welt und persönlichen Situation (Persönlichkeit). Personale Regression und personale Emanzipation bilden im Zusammenhang mit der leiblichen Dynamik die Basis für Kontakt und Entwicklung. Die Grundlagen des Personseins sind nicht seelisch, sondern leiblich (auch nicht körperlich oder das Gehirn).

Ohne personale Emanzipation bliebe der Mensch tierisch und würde nicht zur Person; ohne personale Regression könnte man sich den Menschen

wie einen Computer vorstellen. Als personale Regression bezeichnet Schmitz leibliches Betroffensein (subjektive Tatsachen) auf unterschiedlichen Niveaus, vom Sich-gemeint-fühlen bis zum extremem affektiven Betroffensein. Letzteres bezeichnet Schmitz als die primitive Gegenwart. In der primitiven Gegenwart ist alles Erleben für einen Moment auf etwas nicht Unterscheidbares zusammengeschnitten. Es ist nichts mehr oder noch nichts wieder einzeln. Es ist ein diffuses oder chaotisches mannigfaltiges Ganzes, wie beim Schreck oder plötzlichem Sturz. Eine Form primitiver Gegenwart ist der Moment des täglichen Erwachens.

Die primitive Gegenwart wird zwar als zu sich zugehörig gespürt, ist aber ein noch nicht differenzierter komplexer Kontakt und wird deshalb auch als absoluten Kontakt bezeichnet (Matthies, 2012, S. 87). Der Kontakt, ist absolut, weil er noch nicht auf etwas gerichtet ist.

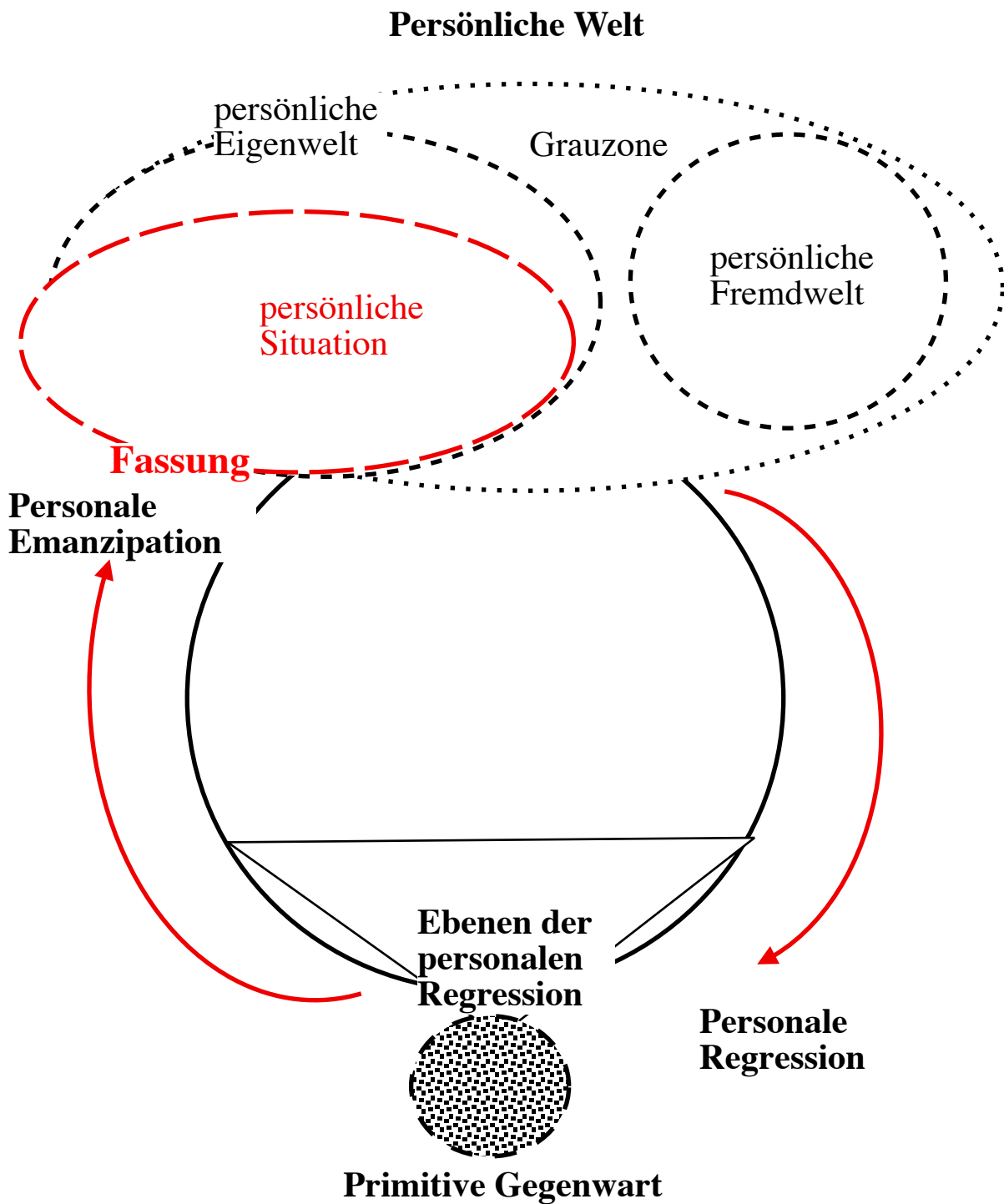
Die Involvierung ist eine subjektive Tatsache in einer Situation. Jede neue Situation aktiviert und resubjektiviert affektives Betroffensein auf dem Hintergrund von zuständlicher Situation.

Das Betroffensein in primitiver Gegenwart, erfordert Abstandsnahme und Neutralisierung, um nicht im Diffusen, affektiven Betroffensein hängen zu bleiben. Primitive Gegenwart bezeichnet das Heraustreten aus dem Zustand chaotischer Mannigfaltigkeit - Erwachen ! Explikation bewirkt eine Auflösung der primitiven Gegenwart. (wo bin ich, wie ist es.) Es ist der Beginn personaler Emanzipation. Das diffuse Ganze wird vereinzelt, neutralisiert, zugeordnet und vernetzt zu Konstellationen (in einem Feld).

Die Bildung von Konstellationen ist ein unerläßlicher Vorgang, um eine relative und flexible Identität zu entwickeln, die Welt zu verstehen, sich darin zurechtzufinden und um sich in Beziehung zu setzen.

"Die Person beruht immer auf dem präpersonalen Leben aus primitiver Gegenwart, über das sie epigenetisch sich (beständig weiterentwickelnd) durch Vereinzeltung und Neutralisierung von Bedeutungen hinaussteigt, so dass sie zwiespältig, zwischen personaler Emanzipation und personaler Regression schwebt. " Schmitz, H., 2017, persönliche Mitteilung).

Der Prozess personaler Regression und personaler Emanzipation bildet die persönliche Situation



Literatur

- BLANKERTZ, St., Kurt Lewins Kritik der Ganzheit, 2017, Norderstedt
- BLANKERTZ, DOUBRAWA, Lexikon der Gestalttherapie, 2005, Wuppertal
- BRÜSSERMANN, J. Sein und Situation, Alber Verlag Freiburg, München 2017
- FRANCESETTI, G. , u.a. , Gestalttherapie-Therapie in der klinischen Praxis. EHOP Gevelsberg, 2016
- FUCHS, TH. Das Gehirn - ein Beziehungsorgan, Stuttgart 2009 /2
- FUCHS, TH., Leib Raum Person, Stuttgart 2000
- HARTMANN-KOTTEK, L., 2012, Gestalttherapie, Springer 2012
- JULMI, CH, SCHERM, E. 2012, Subjektivität als Ausdruck von Lebendigkeit, Internationale Zeitschrift für Philosophie und Psychosomatik (IZPP), Ausgabe 1/2012, Fernuniversität Hagen, Hg. Eirund, W. und Heil, J.
- LEWIN, K. Feldtheorie in den Sozialwissenschaften, Bern 2012, S.88) (Zitiert in Blankertz S. 30)
- MATTHIES, F., 2013, Leibliche Kommunikation – Grundlage des wechselseitigen Verstehens, in Gestalttherapie 2/2013
- MERLEAU-PONTY, Phänomenologie der Wahrnehmung, Berlin 1966
- PERLS, F., Das Ich, der Hunger und die Aggression, Stuttgart 1978
- PERLS, F. , Grundlagen der Gestalttherapie, München 1976,
- PERLS, F.S., Gestalt-Wahrnehmung-Verworfenes und Wiedergefundenes aus meiner Mülltonne, Frankfurt 1969/1981 Fritz Perls. Perls 1981, S 181.
- PERLS, L. Begriffe und Fehlbegriffe in Gestalt, Wachstum - Integration, Junfermann Verlag, 1985 S. 256)
- PERLS, F., HEFFERLINE, R.H.,GOODMAN, P., Gestalttherapie, Grundlagen der Lebensfreude und Persönlichkeitsentfaltung, Stuttgart 2006
- ROSA, H., Resonanz, Eine Soziologie der Wechselbeziehung, Berlin 2017
- SCHMITZ, H, Der unerschöpfliche Gegenstand, Bonn 1990
- SCHMITZ, H., 1990, Der unerschöpfliche Gegenstand, Bonn 1990
- SCHMITZ, H., 2003, Was ist Neue Phänomenologie, Koch Verlag Rostock 2003
- SCHMITZ, H., 2005, Situation und Konstellation, Freiburg
- SCHMITZ, H., 2009, Kurze Einführung in die Neue Phänomenologie, Freiburg, 2009
- SCHMITZ, H., 2010, 2: Jenseits des Naturalismus. Neue Phänomenologie, Bd. 14, Freiburg 2010

- SCHMITZ, H , 2011, Der Leib, Berlin 2011
- SCHMITZ, H., 2012, Die Weltspaltung und ihre Überwindung, Rostocker Phänomenologische Manuskripte 14 (vgl. Schmitz, 2012, S.10).
- SCHMITZ, H., 2015, Selbst sein, Alber Verlag Freiburg/München 2015
- SPAGNUOLO-LOBB, M. - Borderline: Die Wunde der verletzten Grenze, EHP, 2016, S. 590 in FRANCESETTI, GECELE, ROUBAL (HRSG.), Gestalttherapie in der klinischen Praxis.
- STAEMMLER, F. , Babylonische Sprachverwirrung ? In Gestalttherapie 2.2006,
- VOTSMEYER, A., Gestalttherapie und die >>organismische Theorie<< - Der Einfluss Kurt Goldsteins in Gestalttherapie 1/1995
- STERNBERGER, G., Kritisches zum "Gestalt-Geschwätz", Teil I und II, in ÖAGP-Informationen 4. Jg., 3/1995
- WHEELER, G., Kontakt und Widerspruch, 1993 Köln, EHP
- ZINKER, J., Gestalttherapie als kreativer Prozess, Paderborn 1982,
- ZINKER, J.C. Interview: Gestalttherapie - Entwicklung phänomenologischer Sinnesschärfe in Gestaltkritik 1-2002)

Kontaktprozessmodell auf der Grundlage der Neuen Phänomenologie

