

Matthias Weckbecker-Erggelet

VON DER BEFREIUNG ZUR GESTALTUNG

**Personzentrierte Psychotherapie mit Jugendlichen vor dem Hintergrund
soziokultureller und personaler Veränderungen**

Theoriearbeit für die fachspezifische Psychotherapieausbildung am Institut für
Personzentrierte Studien (IPS)

Dezember, 2005

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	5
I. Abschnitt: Veränderungen auf der Makroebene der Gesellschaft	
1. Jugend – Was ist das?	12
1.1 Abschied vom modernen-neuzeitlichen Jugendbegriff	13
1.2 Strukturwandel der Lebensphase Jugend	13
1.3 Jugend als Kulturphänomen	14
1.4 In welcher Gesellschaft leben Jugendliche.....	15
1.5 Ästhetisch-gesellschaftliche Stimmung	16
1.6 Super – Nanny	17
1.7 Jugend und Gesellschaft heute	19
1.8 Jugend als existenzielle Dimension	20
2. Die seelisch-geistige Haltung junger Menschen.....	21
II. Abschnitt: Veränderungen im Binnenraum der jugendlichen Person	
1. Soziokulturelle Auswirkungen auf den Personalen Bereich	25
1.1 Vom Untertan.....	25
1.2 Zum souveränen Subjekt	26
2. Identität im Personenzentrierten Ansatz	29
2.1 Die Kohärenz des Selbst.....	30
2.2 Identitätsentwicklung durch Begegnung.....	31
3. Inkongruenz	32
3.1 Soziokulturelle Auswirkungen auf die psychischen Anpassungsmöglichkeiten	33
3.2 Aufmerksamkeitsdefizitstörung AD(H)S	34

III. Abschnitt: Personzentrierte Psychotherapie mit Jugendlichen

1.	Personzentrierte Psychotherapie mit Jugendlichen.....	37
1.1	Tradition der Personzentrierten Kinder- und Jugendpsychotherapie	38
1.2	Menschenbild.....	40
1.3	Entwicklung.....	40
2.	Der jugendliche Klient.....	41
2.1	Kontext abklären.....	42
2.2	Die erste Stunde.....	43
2.3	Berührung und Kontakt.....	44
2.4	Berührung durch Liebe.....	45
2.5	Vom Kontakt zur Beziehung.....	46
3.	Mein Verständnis der personzentrierten Grundhaltungen.....	47
3.1	„Presence“ (Gegenwärtigkeit).....	47
3.2	Die Personzentrierten Grundhaltungen.....	48
3.2.1	Empathie.....	48
3.2.2	Bedingungslose Annahme.....	50
3.2.3	Authentizität.....	51
4.	Aktualisierungstendenz.....	52
4.1	Berührung als Anfang eines personalen Dialoges.....	52
5.	Der Psychotherapeutische Raum.....	54
5.1	Raum für Wärme, Rhythmus und Konstanz.....	54
5.2	Raum für empathische Resonanz.....	55
5.3	Raum für Personale Resonanz.....	56
5.4	Raum für Beziehung.....	56
5.5	Raum für kunstvolle Lebensgestaltung.....	56
5.6	Raum für das Spiel.....	57
5.7	Raum für vielfältige Ausdrucksmöglichkeiten.....	58
5.8	Raum für Sinnsuche.....	59
5.9	Raum für magisches Denken.....	60
5.10	Raum für Berührung.....	60
5.11	Raum für Begegnung mit der eigenen und der anderen Sexualität.....	61
5.12	Raum für Phantasie und Realität.....	61
5.13	Raum für Schwäche.....	62
5.14	Raum für Euphorie und Leidenschaft.....	62
5.15	Raum für soziale Ressourcen.....	62

5.16	Raum für das freie „Denken“.....	63
6.	Welches Denken könnte einen Personzentrierten Therapeuten ausmachen.....	64
6.1	Zyklisches Denken.....	64
6.2	Kairotisches Denken.....	64
6.3	Illusionsloser Optimismus.....	65
6.4	Evolutionäres Denken.....	65
7.	Umgang mit Störungsbildern.....	66
8.	Schlussfolgerung.....	67
9.	Literaturverzeichnis.....	69

Einleitung

Der Personzentrierte Ansatz hat meine persönliche Entwicklung in den letzten Jahren ganz wesentlich geprägt. Im Rahmen meiner Ausbildung zum Psychotherapeuten bin ich Menschen begegnet, die mir großen Respekt und Vertrauen entgegengebracht haben. Seither hat sich mein Leben stark verändert. In meinem Denken und Fühlen bin ich offener geworden und mein Handeln entspricht zunehmend dem, was ich wirklich bin. Ich erlebe mich grundsätzlich zufriedener, was sich auch auf mein Menschen- und Weltbild auswirkt. Seit ich mein eigenes starres, ideologisches Denken ein Stück weit überwinden konnte, gelingt es mir besser den personzentrierten Ansatz, neben seiner sozialen und psychologischen Relevanz, vor allem auch in seiner (kultur-) philosophischen und spirituellen Bedeutung zu verstehen. Deshalb bin ich auch davon überzeugt, dass der personzentrierte Ansatz ein politisches Programm ist, das sehr viel bewegen kann, nicht nur in Bezug auf die psychodynamische Entwicklung jedes Einzelnen, sondern auch in Bezug auf das Zusammenleben der Menschen und in Bezug auf die kulturelle Neuorientierung unserer Gesellschaft. Nicht zuletzt deshalb habe ich die Entscheidung getroffen, auf der Grundlage des Personzentrierten Ansatzes therapeutisch zu arbeiten.

Seit einigen Jahren bin ich nun schon als Psychotherapeut in Ausbildung unter Supervision tätig, sowohl in freier Praxis als auch institutionell. Ich arbeite vorwiegend mit Kindern und Jugendlichen und deren Bezugspersonen. Die Arbeit mit jungen Menschen liegt mir sehr am Herzen und ich betrachte es als großes persönliches Glück eine Aufgabe gefunden zu haben, die ich von ganzem Herzen liebe, die meinem Leben auch sehr viel Sinn gibt und zugleich eine große Herausforderung darstellt. Ich empfinde tiefen Respekt für Carl Rogers und seinen Ansatz, denn ich erlebe in meiner Arbeit immer wieder, welchen wunderbaren Beitrag er für die gesunde Entwicklung von jungen Menschen leisten kann. Ich hoffe sehr, dass es mir in weiterer Folge gelingen wird meine Erfahrungen so wiederzugeben, dass seine Relevanz deutlich wird, nicht nur für eine Psychotherapie mit Jugendlichen, sondern für alle Bereiche, die den jungen Menschen in den Blick nehmen. Nun stehe ich am Ende einer sehr intensiven Ausbildung und mein Selbstverständnis als Psychotherapeut beginnt langsam Gestalt anzunehmen. Das liegt auch daran, dass ich neben der Ausbildung an einer Institution arbeite, an der ein guter Austausch mit KollegInnen, die nach unterschiedlichen therapeutischen Konzepten arbeiten, über weite Strecken möglich ist.

Es ist eine interessante Herausforderung meine eigenen Vorstellungen darüber was therapeutisch wirklich hilfreich ist, immer wieder hinterfragen zu lassen; so habe ich in den letzten Jahren sehr viel lernen dürfen. Zusätzlich haben mich meine Neugier und mein Interesse stets angetrieben, über die Beziehungen im therapeutischen Kontext hinaus, mich mit dem Umfeld junger Menschen zu beschäftigen, um den Kontext besser verstehen zu können, in dem sich das Personsein junger Menschen heute realisiert. Ich lese viel zu jugendrelevanten Themen, beschäftige mich mit Jugendforschung und interessiere mich für Trendstudien und Zukunftsforschung. Ich erinnere mich noch gut an meine eigene Jugendzeit und nicht zuletzt lerne ich täglich durch die Begegnungen mit jungen Menschen dazu. Bis zum heutigen Tag habe ich also ein gewisses Verständnis für die individuellen Sorgen, Bedürfnisse, Sehnsüchte, Freuden, Erwartungen, Krisen, Hoffnungen und Leiden heranwachsender Menschen entwickelt, und das nicht nur vor dem Hintergrund der ganz persönlichen Lebensgeschichte jedes Einzelnen, sondern auch vor dem Hintergrund einer sich rasant entwickelnden Gesellschaft, in der wir alle gleichermaßen vor neuen Herausforderungen stehen. Für mein Verständnis von Psychotherapie war es förderlich die Entwicklung junger Menschen zunächst nicht aus der Therapietheorie heraus zu betrachten, was mir sehr geholfen hat, meinen eigenen Bezug zur Theorie zu finden. Hätte ich das Theoriegebilde nicht immer wieder kritisch hinterfragt, hätte ich wohl nie die Möglichkeiten erkannt, die im personenzentrierten Ansatz stecken. So habe ich in den letzten Jahren also sehr intensiv an meiner therapeutischen Haltung gearbeitet und mein eigenes Verständnis von personenzentrierter Psychotherapie herausgearbeitet!

Im Mittelpunkt dieser Arbeit steht ganz klar die Person des Jugendlichen. Sie stellt eine erste Sammlung von Eindrücken und Erfahrungen dar, die die Auswirkungen der soziokulturellen Entwicklungen, sowohl auf die Struktur der jugendlichen Lebensphase, als auch auf den personalen Bereich junger Menschen betreffen und selbstverständlich in mein Verständnis von personenzentrierter Psychotherapie einfließen. In Zukunft wird es aber notwendig sein jeden einzelnen zentralen Begriff des Personenzentrierten Ansatzes herauszugreifen und vor dem Hintergrund der gesellschaftlichen Veränderungen zu vertiefen. Jeder Begriff bedürfte aber einer eigenen Abhandlung, um ihn in der nötigen Konsequenz zu erfassen.

Jugendliche wachsen heute unter vollkommen anderen Bedingungen auf, als die Generationen davor. Die Welt steht in einem globalen Transformationsprozess, soziale Rahmenbedingungen brechen auf, traditionelle Werte verlieren ihre Allgemeingültigkeit, kulturelle Vielfalt ist selbstverständlich.

Kapitalisierung, die Konsumierung vieler Lebensbereiche, Globalisierung, Pluralisierung, Enttraditionalisierung, Vernetzung, Digitalisierung, Virtualisierung, Individualisierung, Mediatisierung sind nur einige der zentralen Begriffe für die komplexen Prozesse, die den kulturellen Raum prägen in dem wir leben und in dem sich unser Personsein realisiert. Vor dem Hintergrund dieser Entwicklungen wächst eine Generation von jungen Menschen heran, deren Denken, Fühlen und Handeln sich grundlegend verändert hat. Der gesellschaftliche Aufbruch betrifft die zentralen Bereiche ihres Lebens, wie Werte, Glaubenseinstellungen, Lebensstile, Ästhetik, Moralvorstellungen, bis hin zur eigenen Identität. Das Selbstkonzept junger Menschen und ihr Verständnis von Beziehung bestimmen zunehmend das Zusammenleben der Menschen und sind ganz auf die „Kultur von Morgen“ ausgerichtet. Wer zu Beginn des 21. Jahrhunderts mit jungen Menschen psychotherapeutisch arbeitet, kommt also nicht umhin, neben den sozialen, ökonomischen und kulturellen Veränderungen auch den personalen Veränderungen der Heranwachsenden Rechnung zu tragen. Grundsätzlich erlebe ich die neue Generation junger Menschen zunehmend offener für die Erfahrungen der eigenen Person. Sie sind selbstbewusst und wissen meist ganz gut bescheid, was sich innerhalb des eigenen Organismus abspielt. Eigenschaften, die notwendig geworden sind, um die neuen Freiheiten zur Gestaltung des eigenen Lebens und der eigenen Identität nutzen zu können. Warum das so ist, kann ich nicht genau beantworten, aber eine Reihe von Entwicklungen auf unterschiedlichen Ebenen hat dazu beigetragen, (höhere Bildung der Frauen und Männer, technologieorientiertes Denken, kulturelle und persönliche Evolution, formative Tendenz, Befreiungskämpfe vieler Menschen, Bewusstseinsentwicklung, Energieschwingungen...).

Ich bin mir bewusst, dass es viele einzelne Beispiele geben mag, die diese Annahme widerlegen könnten, doch ich spreche hier von einem Phänomen, das sich trotz unterschiedlicher Sozialisationen, immer häufiger zeigt. Meines Erachtens wächst also eine Generation heran, die zum großen Teil in der Welt des „flexiblen Kapitalismus“ angekommen ist, ihn als Bedingungen ihrer eigenen Lebensexistenz ansieht und sich in ihm souverän bewegt. Es ist eine Generation, für die „Bastelexistenz“ und „Patchworkidentität“ Normalität ist (vgl. Keupp, H., 2004, 537). Die Komplexität und der Wandel der Lebensbedingungen in den meisten europäischen Gesellschaften stellen allerdings eine Reihe von expliziten und impliziten Anforderungen an Jugendliche und selbstverständlich sind nicht alle in gleicher Weise in der Lage, diese komplexen Anforderungen an die eigene Person zu bewältigen. Durch die starke Konzentration auf die Gestaltung der eigenen Persönlichkeit und die intensive Suche nach der personalen und sozialen Identität, entstehen Formen von Krisen und Fehlanpassungen, die

auch eine personenzentrierte Psychotherapie vor zusätzliche Herausforderungen stellen. Für den personenzentrierten Ansatz, der die Person radikal in den Mittelpunkt stellt, ist es daher sehr wichtig den Lebenswelten junger Menschen auf der Spur zu bleiben, denn sowohl die strukturellen Veränderungen dieser Lebensphase als auch die Veränderungen im Denken, Fühlen und Handeln junger Menschen werfen neue Fragen auf in Bezug auf entwicklungspsychologische Konzepte, Störungsannahmen, das Entstehen von Krisen und in Bezug auf die Konzeption therapeutischer Modelle. Ich möchte an dieser Stelle gleich vorwegnehmen, dass ich mit dieser Arbeit zeigen möchte, dass der personenzentrierte Ansatz kein „humanistisches Auslaufmodell“ ist, sondern hinreichend dazu in der Lage ist, die Herausforderungen einer „neuen“ Gesellschaft anzunehmen. Die große Aufgabe besteht aber auch darin, gerade in diesen Zeiten des kulturellen und personalen Wandels die Chance zu nutzen, personenzentrierte Philosophie noch aktiver in die Öffentlichkeit zu tragen und mit einem Selbstverständnis aufzutreten, das ihr ausreichend gerecht wird. Nicht zuletzt wird es also darauf ankommen, wie es jedem einzelnen und jeder einzelnen VertreterIn des personenzentrierten Ansatzes gelingen kann personenzentrierte Philosophie mit Haltung und Taten zu verkörpern und nach außen zu vertreten, um auch nachhaltige Veränderungen in unserer Gesellschaft bewirken zu können.

In Bezug auf ein Psychotherapieverständnis, das dem veränderten Selbstbewusstsein junger Menschen noch gerecht bleiben will, gilt es jedenfalls die eigenen Möglichkeiten radikaler auszuschöpfen. Dabei ist es nicht notwendig an der Essenz des Ansatzes zu zweifeln, vielmehr geht es darum die zentralen personenzentrierten Begriffe zu vertiefen und wieder mit Lebenserfahrung zu füllen, damit sie für junge Menschen an Bedeutung und Attraktivität gewinnen. Ich persönlich bin übrigens überzeugt davon, dass jede Herangehensweise, die dem Menschen in seiner Natur nicht gerecht wird, über kurz oder lang keinen Platz mehr haben wird in der „Kultur von Morgen“.

Konkret werde ich mich im Rahmen dieser Arbeit also auch mit dem neuen Lebensbewusstsein junger Menschen auseinandersetzen und in weiterer Folge die Frage beantworten, wie eine personenzentrierte Beziehung im Rahmen einer Psychotherapie mit Jugendlichen, vor dem Hintergrund eines neuen Verständnisses für die Bedürfnisse und Anforderungen junger Menschen, gestaltet werden kann, damit junge Menschen sich frei fühlen können und die volle Kraft und Lebendigkeit der Aktualisierungstendenz zum Ausdruck kommen kann. Die Beziehung ist eine der zentralen Dimensionen des Ansatzes und Beziehungsgestaltung wird auch immer zentraler in der neuen Kultur, in der die jungen Menschen zunehmend früher ihre sozialen Beziehungen und Bindungen selbstständig gestalten müssen. Für eine personenzentrierte Psychotherapie bedeutet

dies, dass es immer wichtiger wird die Entwicklung junger Menschen nicht nur von der Aktualisierungstendenz aus zu verstehen, sondern auch vor dem Hintergrund der Beziehungen, in die sie geboren werden, in denen sie aufwachsen und in denen sie aktuell leben (vgl. Schmid P., 1998); d.h. Krisen, Störungen, Inkongruenzen entstehen nicht nur daraus, nicht bedingungsfrei akzeptiert worden zu sein oder aus Mangel an Liebe, sondern u.a. auch:

- weil es in den aktuellen Beziehungen Diskrepanzen darüber gibt, wie miteinander vernünftig und respektvoll umgegangen werden soll. Diskrepanzen, die auf unterschiedlichen Weltbildern, Ideologien und Lebensformen beruhen können und für eine gewisse Starrheit und Rigidität in den Beziehungen sorgen. Die Folge sind fehlende Achtsamkeit im Umgang miteinander, Gewalt, Abwertungen, mangelnde Einfühlung, Kränkungen, Verletzungen usw.
- aufgrund der fehlenden „sicheren“ Strukturen sind das auch Diskrepanzen, die nicht nur zwischen den Menschen herrschen, sondern sicherlich auch ein und denselben Menschen häufig durchqueren.
- weil eine Vielzahl von Jugendlichen im Zuge der sich vertiefenden gesellschaftlichen Spaltungsprozesse von den zur selbstbestimmten Entfaltung erforderlichen Ressourcen (Bildung, Kultur, Gesundheit usw.) weitgehend ausgeschlossen bleibt und darauf mit Resignation und auch mit Aggressivität und Radikalität reagiert. Soziale Ausgrenzung, fehlende Rahmenbedingungen für z.B. Interkulturalität und Migration führen zu Diskrepanzen in den Beziehungen.
- weil viele junge Menschen in einem Umfeld aufwachsen, in dem die Vorbereitung auf ein Leben in einer offenen und flexiblen Gesellschaft nicht hinreichend gelingt. Neben Liebe und bedingungsfreier Akzeptanz fehlt es oft auch an der Vermittlung von sozialen und intellektuellen Kompetenzen, wie Flexibilität, Mobilität, Offenheit, Reflexionsfähigkeit, Strategien zur Konfliktbewältigung, Ambiguitätsdenken, Kreativität, Mut, Toleranz, Einfühlungsvermögen, Kommunikationsfähigkeit usw.
- weil entsprechende Beziehungserfahrungen fehlen, d.h. wenn im Rahmen des Sozialisationsprozesses junge Menschen in einem Umfeld aufwachsen, in dem Beziehungen nicht ausreichend vorhanden sind und Teile organismischer Erfahrungsmöglichkeiten einfach nicht erlebt und entwickelt werden können (vgl. Schmid P., 2005, 7).

Neben den notwendigen materiellen Ressourcen bedarf es also auch einer breiten Palette persönlicher und sozialer Kapazitäten, um aus der Pluralität von Erfahrungen und Optionen in sehr verschiedenen Kontexten ein positives Selbstverständnis zu entwickeln und einen selbstbestimmten Weg wählen zu können. Die rasanten Entwicklungen stellen neue Anforderungen an die eigene Person, was selbstverständlich nicht nur für den jungen Menschen gilt, sondern auch für den Erwachsenen. Eine personenzentrierte Psychotherapie Theorie braucht sich wie schon erwähnt nicht vor den gegenwärtigen Entwicklungen zu verstecken, denn als ein Handlungsfeld eines anthropologisch-sozialen Modells, entspricht es dem personenzentrierten Selbstverständnis in der Arbeit mit jungen Menschen, neben Befreiung von Fremdbestimmtheit, zunehmend auch Gemeinsamkeit, Inspiration, Austausch, Vernetzung, Kooperationsfähigkeit und Teamarbeit im Blick zu haben (vgl. Schmid P., 1998). Das neue Lebensbewusstsein junger Menschen zeigt, dass es nicht mehr alleine darum gehen kann, ein „verschüttetes Ich freizusetzen“, denn die Mehrzahl junger Menschen bringt ihr Ich sehr selbstbewusst zum Ausdruck. Vielmehr geht es auch darum Möglichkeiten zu finden, dem neuen Selbstbewusstsein eine Form zu verleihen, die selbst gewählt ist und über Haltung und Taten zum Ausdruck gebracht werden kann. Der personenzentrierte Ansatz ist also nicht nur ein Ansatz der den Menschen aus einer Opferrolle befreit, sondern es geht um eine „aktive personale Beziehung“, in der durch die (welt)offene Haltung des Therapeuten auch die zentralen Ressourcen entwickelt werden können, die heute notwendig sind, um in einer hypermodernen Gesellschaft selbstbestimmt zu handeln und sich mit anderen zusammenzuschließen. Eine Beziehung, die die Vielfalt des Lebens widerspiegelt und den jungen Menschen dabei unterstützt neue Fertigkeiten und Fähigkeiten zu kreieren und seinen eigenen individuellen Ausdruck zu finden.

„Selbstbestimmt und autonom, ist nicht schon das Selbst, das sich befreit, sondern erst dasjenige, das zur Formgebung aus Freiheit, zur Selbstgesetzgebung in der Lage ist.“ (Wilhelm Schmid)

Zweifellos möchte ich mit dieser Arbeit den gestalterischen Aspekt der personalen Begegnung im Rahmen einer Psychotherapie ganz besonders hervorheben, aber ich möchte keineswegs so verstanden werden, als ob ich zwischen beiden zentralen Dimensionen der Person eines Menschen, nämlich dem des Ausdrucks und dem der Gestaltung, die im Rahmen einer personalen Begegnung immer untrennbar miteinander verbunden sind, eine Spaltung vornehmen möchte; d.h. eine Person, die

inauthentische Beziehungserfahrungen macht, leidet immer in beiderlei Hinsicht, nämlich in ihren Ausdrucksmöglichkeiten und in ihren gestalterischen Möglichkeiten.

Zum Schluss dieser Einleitung sei noch darauf hingewiesen, dass sich meine Erfahrungen und Beobachtungen in erster Linie auf die Arbeit mit männlichen Jugendlichen beziehen und mein Verständnis von Unterstützung und Entwicklung von meinem eigenen subjektiven Weiblichkeits- und Männlichkeitsbild geprägt ist; d.h. geschlechtsspezifische Ausprägungen der Persönlichkeit sind unbedingt zu berücksichtigen, was mir im Rahmen dieser Arbeit aber nicht in der nötigen Konsequenz möglich ist, d.h. die Auseinandersetzung mit den Auswirkungen der veränderten soziokulturellen Rahmenbedingungen auf den personalen Bereich heranwachsender Mädchen werde ich bestimmt noch führen müssen.

In Bezug auf die Geschlechterdifferenz in der Therapie sei unbedingt auf den Beitrag von Marietta Winkler hinzuweisen, der sehr ausführlich und tiefgehend Stellung zu dieser Thematik bezieht (vgl. Winkler M., 1992, 199).

Zum Aufbau der Arbeit

Diese Arbeit ist in drei Abschnitte unterteilt. In Abschnitt I setze ich mich mit dem Phänomen Jugend vor dem Hintergrund der soziokulturellen Veränderungen auf der Makroebene der Gesellschaft auseinander. Ich werde die strukturellen und inhaltlichen Veränderungen des jugendlichen Lebensabschnittes herausarbeiten und versuchen ein Jugendbild zu skizzieren, das den Möglichkeiten der neuen Generation gerecht wird.

In Abschnitt II geht es um die Auswirkungen des soziokulturellen Wandels auf den Binnenraum der Person; d.h. ich versuche zu beschreiben, wie sich die gesellschaftlichen Transformationsprozesse auf das Selbst- und Beziehungsverständnis und die Identität junger Menschen auswirkt und welche möglichen Konsequenzen sich daraus ergeben, für das personenzentrierte Konzept des „Selbst“ und für die Entstehung von Inkongruenzen.

Mit dem Abschnitt III möchte ich näher bringen, welche Erfahrungen bzw. welches Verständnis ich von Psychotherapie mit Jugendlichen habe, vor dem Hintergrund der personenzentrierten Psychotherapietheorie.

I. Abschnitt

1. Jugend – Was ist das?

Wer heute mit jungen Menschen arbeitet, ganz gleich in welcher Funktion, kommt nicht darum herum sich mit den strukturellen und inhaltlichen Veränderungen dieser Lebensphase auseinanderzusetzen. Die Welt steht in einem globalen Transformationsprozess, der ihr neue Ordnungen und eine noch unabsehbare Gestalt verleihen wird und die neue Generation von jungen Menschen spielt dabei eine zentrale Rolle, denn mit ihrer Lebenshaltung und den Fähigkeiten im Umgang mit den neuen Technologien tragen sie wesentlich dazu bei, nach welchen Prinzipien unsere Gesellschaft wieder zusammengesetzt wird. Der Wandel betrifft dabei nicht nur die Struktur der Lebensphase Jugend, die offener geworden ist, sondern auch die Bedeutung, die diese Lebensphase für die Gesellschaft hat, denn das gesellschaftliche Leben rückt zunehmend in den Mittelpunkt ihres Lebens.

Vor dem Hintergrund der globalen Entwicklungen macht es Sinn dem Phänomen Jugend eine gesellschaftliche Bedeutung zuzuweisen, die den Möglichkeiten und Grenzen dieses Lebensalters gerecht wird. An traditionellen, vorgefertigten Jugendbildern festzuhalten ist vielleicht bequem, aber bestimmt nicht mehr zeitgemäß, denn die alten Vorstellungen über Jugendliche gelten heute nicht mehr. Das Bild, das eine Gesellschaft von ihrer Jugend hat, ist meines Erachtens für diese Arbeit insofern relevant, als es immer auch in therapeutische Konzepte einfließt; d.h. nicht nur die Jugendphase muss neu definiert werden, weil sie ihre traditionelle Gestalt und Selbstverständlichkeit eingebüßt hat, sondern auch der therapeutische Umgang mit Jugendlichen scheint eine neue Qualität zu gewinnen, die auch für den person-zentrierten Ansatz relevant ist.

Mit seinem Welt- und Menschenbild kann er einen wichtigen Beitrag dazu liefern, ein Bild der Jugend zu skizzieren, das möglichst vielen Aspekten gerecht wird und zur Grundlage für ein neues Jugendverständnis werden kann. Ich hoffe, dass ich mit dieser Arbeit einige Anregungen dazu geben kann.

1.1 Abschied vom modernen-neuzeitlichen Jugendbegriff

Durch das Aufbrechen alter Normen und Ordnungen erfährt das gesellschaftliche Bild von Jugend einschneidende Veränderungen, die gegenwärtig so manches Weltbild durcheinander bringen. Zuerst gilt es endgültig Abschied zu nehmen von einem modernen-neuzeitlichen Jugendbegriff, der Anfang des 20. Jahrhunderts von den sich damals etablierenden wissenschaftlichen Disziplinen, wie der Pädagogik, Psychologie und Soziologie konstruiert wurde, im Denken vieler Generationen fest verwurzelt ist und in therapeutischen und pädagogischen Konzepten immer noch latent nachwirkt (Ferchoff, W., 1999, 68).

Die Lebensphase „Jugend“ wurde als eigenständiger und abgeschlossener Schonraum etabliert, oftmals mit der Bestrebung, Jugendliche möglichst rasch in die „Obhut“ staatlicher Institutionen zu bekommen (vgl. Polak, R., 2004, 71). Das gesellschaftliche Bild von Jugend war meist von wissenschaftlich-disziplinären Annahmen über die Jugend geprägt, nämlich von den damals aktuellen Theorieströmungen, wie der Psychoanalyse, den entwicklungspsychologischen Stufentheorien (Piaget, Erikson u. a.), aber auch von reformpädagogischen Annahmen, Anthropologien, kulturtheoretischen Perspektiven, Delinquenz- und Devianztheorien (Baacke D., 1999, 229). So entwarf die Wissenschaft im 20. Jahrhundert unterschiedliche Jugendbilder. „Jugend“ wurde als „Problem“, als zu „erziehende Größe“, als „Moratorium“, als „Ergebnis der Verhältnisse“, als „Entwicklungsaufgabe“, als „Motor für gesellschaftlichen Progress und Kreativität“ oder als „labile Phase der Identitätsbildung“ stilisiert.

Die Jugend stand also lange Zeit im Schatten übergeordneter Entwicklungsthemen und nicht zuletzt auch durch die intensiven Bemühungen der humanistischen Psychologie und den Vertretern des personenzentrierten Ansatzes sind die Spielräume für die Selbstbestimmung des Verhaltens und die Selbstorganisation der Persönlichkeit im Verlauf der letzten Jahrzehnte drastisch gestiegen.

1.2 Strukturwandel der Lebensphase Jugend

In der Jugendforschung wurde „Jugend“ also bisher so definiert, dass sie mit der Pubertät beginnt und mit dem Eintritt in das Berufsleben oder mit der Heirat endet. In der Regel liegt diese Dynamik im Entwicklungszyklus des Heranwachsens zwischen 13 und 25 Jahren. Solche alltagspraktischen Einteilungen gelten inzwischen nicht mehr. Gesellschaftliche Individualisierungs- und Pluralisierungsprozesse haben die Jugendphase „entstrukturiert“ und „entstandardisiert“ (Baacke D., 2003, 45); d.h. es gibt kein

Gesamt-Bild der Jugend mehr und alle bisher herangezogenen Bestimmungsmomente von Jugend haben heute höchstens relative Gültigkeit (ebd.).

„Jugend“ dehnt sich also immer stärker „nach oben und unten“ aus und das objektive Alter ist kein verlässliches Kriterium mehr für die Zugehörigkeit zur Kinder-, Jugend- oder Erwachsenengeneration. Die sozialwissenschaftlichen Standards, die mit klar umrissenen Altersgruppen arbeiten müssen, fassen unter „Jugend“ die Altersgruppe der 11-29 -Jährigen zusammen und unterteilen diese Gruppe in „Kids“ (ca. 11 bis 14), Jugendliche (ca. 15 bis 20) und junge Erwachsene (20 bis 29) (vgl. Großegger B., 2003, 4). Der zeitlichen Ausdehnung der Jugendphase nach vorne, ins Kindesalter hinein, entspricht eine zeitliche Ausdehnung nach hinten, in die zwanziger Lebensjahre hinein. Infolge eines längeren Bildungsprozesses und der damit verbundenen Verschiebung von Heirat und Familiengründung in ein höheres Lebensalter wird daher heute auch ein großer Teil der 20- bis 30- Jährigen der Jugend zugerechnet. Die Adoleszenz wird um die so genannte „Postadoleszenz“ erweitert. Gemeint ist mit diesem Begriff eine wachsende Zahl von Menschen, die kulturell, politisch und in der Gestaltung ihrer Lebensformen völlig autonom und selbständig sind, die also nicht mehr pädagogisch betreut werden müssen, ökonomisch jedoch häufig noch abhängig sind und damit nicht eindeutig zu definieren sind (Ferchoff W., 1999, 69).

1.3 Jugend als Kulturphänomen

Die Lebensphase Jugend, früher noch eindeutig als bloße Durchgangsphase von der Kindheit zum Erwachsensein definiert, ist heute mehr und mehr ein Kulturphänomen, zunehmend losgelöst von scharfen Altersgrenzen (vgl. Großegger B., 2003, 3). Der Übergang vom Kind zum Jugendlichen, wie auch vom Jugendlichen zum Erwachsenen wird heute großteils durch das eigene Wollen und Tun bestimmt. Als „jugendlich“ gilt eine Person dann, wenn sie in der Welt der Jugendkulturen lebt. Damit hängt zusammen, dass die Zielspannung, erwachsen zu werden, nachgelassen hat. Jugendtypische Verhaltensweisen werden den sogenannten Erwachsenen entgegen-gesetzt und als stärker empfunden. Die Zielspannung, erwachsen zu werden bedeutete immer ein Gegenüber zur Jugend und ihren Lebensformen, in der Auseinandersetzung von Generationen, die sich voneinander abgrenzen und gerade dadurch voneinander lernen. Dieses Generationenverhältnis hat sich inzwischen erheblich gewandelt; Die Kennungen jugendtypischen Verhaltens sind immer weniger an eine Altersgruppe gebunden, und entsprechend ist „Jugendlichkeit“ ein allgemein akzeptierter Wert, der nicht mehr entwicklungspsychologisch auf eine bestimmte Phase des Lebens bezogen werden

muss. Dies alles zeigt, dass die alten Strukturen, in denen Heranwachsende beschrieben wurden, nicht mehr gültig sind. Diese Bestimmung der Jugend als Übergangszeit, als Spiel- und sozialer Erprobungsraum, gilt in dem Augenblick nicht mehr, da die Anfänge und Endpunkte von Jugend sich ausfransen. Auch die Kindes-, Vater- und Mutter-Rolle steht zunehmend zur Disposition, gleichzeitig aber auch das, was zu einer „richtigen Jugend“ gehört und was nicht. Jugend ist keine Lernzeit mehr, das Erwachsenenleben kein Zeitraum mehr, in dem das Gelernte nur angewendet werden muss. Gesellschaftlich herrscht ein „kategorischer Imperativ“ zur Jugendlichkeit (vgl. Friesl C., Polak R., 2001, 16). Jugendkultur ist ein Teil der Erwachsenenkultur. Die Lebensideale der Jugendlichen werden gesellschaftlich verallgemeinert, nicht zuletzt auch durch die Vermarktung ihrer Kultur. Wir leben in einer „präfigurativen Gesellschaft“, in der die Alten von den jungen lernen können und müssen (ebd.)

In einer Welt, die Mobilität, Dynamik und Flexibilität zu Leitwerten erklärt, wollen auch Erwachsene jung bleiben. Erfahrungs- und Altersvorsprünge verlieren an Bedeutung. Viele Verhaltensweisen, vor allem im Bereich von Freizeit, Medien und Konsum, werden von Jugendlichen ausagiert und von den Erwachsenen übernommen. Eltern gehen mit ihren Kindern heute vielfach sehr partnerschaftlich um. Eine rebellische Jugendkultur wird überflüssig, da sich die Generationen näher kommen. Jugend ist damit keine Gegenüber-Konstruktion mehr, und auch die Wachstumsbegriffe werden insofern obsolet, als das Erwachsenenalter nicht mehr die Zielgerade ist, in die Jugendliche ohne weiteres einmünden. All diese Veränderungen zeigen, dass traditionelle Vorstellungen von der Jugendzeit zunehmend in Auflösung begriffen sind (ebd., 17).

1.4 In welcher Gesellschaft leben Jugendliche

Die Welt in der sich das Personsein junger Menschen heute realisiert befindet sich in einem massiven Umbruch, der in alle Lebensbereiche hineinreicht. Ökonomie, Gesellschaft, Kultur, private Welten und auch die Identität der Subjekte sind davon betroffen. Die gesellschaftlichen Entwicklungen in einem globalen Kapitalismus beschreiben die Gesellschaftsdiagnostiker der Gegenwart u.a. mit dem Prozess der „Enttraditionalisierung“, der mit einer tief greifenden „Individualisierung“ und „Pluralisierung“ einhergeht (vgl. Keupp H., 2004, 533). In dem Maße, wie sich feste Strukturen aufweichen und Grenzen in Fluss geraten, wachsen auch die Zahl der möglichen Lebensformen und damit die möglichen Vorstellungen von Normalität und Identität; d.h. Grenzerfahrungen und Grenzüberschreitungen gehören zur Normalerfahrung junger Menschen in einer „fluiden Gesellschaft“ (ebd., 534). Das Leben ist also in Bewegung und „Unterwegs

sein“ und „Beweglichkeit“ in bio-graphischer, beruflicher, geistiger und sozialer Hinsicht stellen nicht nur eine zentrale Anforderung und Chance dar, sondern etablieren sich zunehmend auch als Wert an sich. Die heutige Jugendgeneration ist also in eine Zeit hineingeboren, in der jede und jeder Einzelne immer früher als Person angesprochen ist und der Appell an die eigene Individualität und Handlungsfähigkeit immer stärker wird. Die Bindung an traditionelle Sozialzusammenhänge schwindet, die Selbstgestaltung der eigenen Biographie wird immer wichtiger (vgl. Großegger B., 2003, 6). Jugendliche, die unter den Bedingungen der Individualisierung heranwachsen, müssen schon sehr früh damit beginnen, sich über Beziehungen ihre eigene Welt zu schaffen. Die Fähigkeit, Beziehungen zu knüpfen, zu pflegen und sich mit anderen zusammenzuschließen, ist eine wichtige Ressource für psychische Ausgeglichenheit und für Lebensfreude. Wer über diese Beziehungs- und Vernetzungsfähigkeit verfügt, kann sich, über die großen gesellschaftlichen Institutionen hinaus, nicht nur ein berufliches Netz aufbauen, sondern auch ein soziales Netz, das den eigenen Werten und Bedürfnissen entspricht und ein Gefühl der emotionalen Geborgenheit gibt (ebd. 7).

1.5 Ästhetisch-gesellschaftliche Stimmung

Erwachsenwerden ist heute ein Prozess, der in eine Welt hineinführt, die zunehmend komplexer und irgendwie „unlesbar“ geworden ist, für die unsere Erfahrungen auch nicht ausreichen, um eine verlässliche Prognose zu erstellen. Insofern ist es auch schwerer geworden Jugendlichen zu vermitteln, worauf es im Leben ankommt. Dennoch besteht meines Erachtens kein Grund zu einer kulturpessimistischen Haltung, denn eigentlich sind es gerade die Heranwachsenden, die durch ihre Bewusstseinshaltung durchaus gut vorbereitet sind, auf ein „flexibles“ Leben und durch ihre Wertorientierung gestalten sie die Zukunft ja bereits auch wesentlich mit. Sie stehen also der Welt grundsätzlich offen und pragmatisch gegenüber und erkennen, dass das Leben durch die Globalisierung auch interessanter und vielfältiger werden kann (vgl. Deutsche Shell, 2002, 75). Feststeht aber, dass die fortschreitende Individualisierung mit neuen Herausforderungen an das Innere einhergeht; d.h. es ist zunehmend wichtig, dass Heranwachsende ihre persönlichen, geistigen, sozialen, körperlichen und emotionalen Ressourcen ausschöpfen, um ihr Leben eigenverantwortlich und selbstbestimmt gestalten zu können. Veränderungen von Lebensstilen, Wertsystemen, Instabilität von Rollenbildern, verbreiten bei vielen erwachsenen Menschen natürlich auch große Unsicherheit. Jeder Zerfall von Traditionen und Gewissheiten, gilt nicht nur als Chance, sondern stellt auch eine Quelle von Unruhe und Unsicherheit dar, insbesondere für

starre Strukturen, Institutionen und Weltbilder. Bis sich die notwendigen sozialen und politischen Strukturen an die neuen Entwicklungen anpassen, gilt es noch einige Diskrepanzen und Widerstände, inhaltlicher und struktureller Art zu überwinden. Dabei wird es ganz wichtig sein, dass sich auch die erwachsene Generation diesen neuen Herausforderungen an die eigene Identität offen stellt.

Viele Eltern sind gegenwärtig einfach überfordert; der Einfluss der Medien auf die Wünsche und Bedürfnisse der Heranwachsenden verunsichert sie, hinsichtlich der beruflichen und ökonomischen Perspektiven machen sie sich große Sorgen und viele wissen einfach nicht mehr, wie sie mit ihren „selbstbewussten“ Kindern umgehen sollen. Jugend ist deshalb auch eine Lebensphase, deren Bewältigung schwierig geworden ist, weil sie nach wie vor für die Erwachsenenwelt eine riesengroße Projektionsfläche für die eigenen Ängste und Verunsicherungen darstellt. So werden Heranwachsende mit projektiven Erwartungen von Erwachsenen ziemlich belastet, die die eigenen Wünsche nach einer geordneten Welt, nach einer Welt, in der Grenzverletzungen, Chaotik und Ambivalenzen unter Kontrolle gebracht sind, zum Vorschein bringen. Vor dem Hintergrund dieser Entwicklungen reagieren viele Jugendliche mit emotionaler Verunsicherung, depressiven Störungen, Hyperaktivität, Aggressivität, was ein Bedürfnis nach pädagogischer, psychologischer und therapeutischer Hilfe weckt. Gesucht wird nach klarer Orientierung, die die Wissenschaft kaum geben kann, denn auch die traditionellen pädagogischen und psychologischen Entwicklungskonzepte werden in Frage gestellt.

1.6 Super – Nanny

Vor dem Hintergrund des gesellschaftlichen Auf- und Umbruchs in vielen Lebensbereichen gibt es natürlich auch Bestrebungen, alte Denkstrukturen aufrecht-zuerhalten, denn viele Menschen sind verunsichert und fühlen sich in ihrem Weltbild bedroht. Auch innerhalb der Mainstream – Psychologie sind aktuell Strömungen wahrzunehmen, die gerade auch von Vertretern des Personzentrierten Ansatzes mit größter Skepsis zu beobachten sind und denen mit aller Kraft entgegenzuwirken ist. Die Entwicklung der Mainstream-Psychologie zeigt einen Trend, sich von Pädagogik und Philosophie abzugrenzen und sich vorwiegend an naturwissenschaftlichen Denkmodellen zu orientieren. Vor allem aus der akademischen Psychologie werden Erziehungskonzepte, aber auch therapeutische Konzepte abgeleitet (z.B. psychologische Psychotherapie), die versuchen die Herrschafts-, Unterwerfungs- und Kontrollmechanismen, die es in unserer Gesellschaft selbstverständlich gibt, zu bedienen und voranzutreiben. Als solche be-

zeichne ich auch die TV Serie „Die Super Nanny“ im deutschen TV Sender RTL. Die Erstausstrahlung der Serie erreichte knapp fünf Millionen Zuschauer. Lisa Wustinger, Leiterin des Instituts für Erziehungshilfe 11, hat in einem Beitrag zu der Serie treffend geschrieben:

„die zugrunde liegenden Ideologien arbeiten gegen Autonomie, vertreten einen pädagogischen Kurs in dem Drohung, Einschüchterung ihren durchaus legitimen Stellenwert haben. Selbst der schon vergessene Karzer wird wieder entdeckt. Unter der neuen, flotteren Bezeichnung „stille Treppe“ oder, in Ermangelung verfügbarer Stiegen, „stiller Stuhl“, ist er ein integraler Wirkfaktor in Super Nannys Trickkiste. Diese Trickkiste ist in sich bemerkenswert, besteht dieses scheinbare Arsenal an Wundermitteln doch aus Basiselementen der Verhaltenstherapie, aus simplen Verstärkern und Löschern und dem Durchbrechen von eingespielten Beziehungsmustern. Wissenschaftliche Weiterentwicklungen, die zur Erkenntnis kamen, dass ein Mensch mehr ist, als ein im Reiz-Reaktionsbogen gefangener, mechanistisch arbeitender Roboter, sind offensichtlich irrelevant.“ (vgl. Wustinger L., 2005)

Das pädagogische Konzept, das die Super Nanny transportiert ist ein autoritäres, es geht vorrangig um Gehorsam und Disziplin und klären steht über verstehen. Dadurch wird das Expertentum gefördert und der Mensch bestenfalls zum Datenmaterial für die Wissenschaft und zunehmend auch für die Medienbranche. Serien wie „die Super Nanny“ stellen in Inhalt und Form eine Missachtung der pädagogisch-psychologischen Erkenntnisse des letzten Jahrhunderts, sowie eine Missachtung der menschlichen und insbesondere der kindlichen Grundrechte und der Menschenwürde dar.

Der Personzentrierte Ansatz steht auch vor der Aufgabe, auch im Rahmen der Erziehungswissenschaften und Pädagogik, vermehrt handlungsanleitende Konzepte zu erstellen, die für einen neuen Umgang mit jungen Menschen mit zukunftstauglichen Kenntnissen und Werten ausgestattet sind.

1.7 Jugend und Gesellschaft heute

Der „globale Netzwerkkapitalismus“ der letzten Jahre hat also eine gewaltige Dynamik in alle gesellschaftlichen Lebensbereiche gebracht. Die Märkte durchdringen alle Sozialsysteme und erreichen die einzelnen Biographien der jungen Menschen. Im Sog des Marktes scheint die Konkurrenz allgegenwärtig zu sein und das bekommen schon ganz junge Menschen zu spüren. Durch die Verschränkung von Mediatisierung und Vermarktung werden Kinder und Jugendliche zu einer selbstbestimmten und marktorientierten Lebensführung aufgefordert. Generationenverhältnisse werden irritiert, denn die Eltern verlieren als Sozialisationsinstanz zunehmend an Einfluss. Kinder und Jugendliche müssen sich nicht mehr als klein und machtlos erleben. Rigide, starre und unbewegliche Strukturen weichen also zunehmend auf und die Welt rückt immer mehr zusammen. Grenzüberschreitungen bzw. Grenzvermischungen bewirken, dass die sozialen und kulturellen Räume, in denen sich das Personsein junger Menschen heute realisiert, neu definiert werden müssen. Entwicklungen, die auch den personalen Bereich der Menschen betreffen, denn sie gehen einher mit neuen Anforderungen an das eigene Selbst- und Beziehungserleben. Wertschätzung, Respekt und Offenheit sind wesentliche Haltungen, die notwendig geworden sind, um diese Entwicklungen mitzutragen und notwendige wirtschaftliche, politische und soziale Rahmenbedingungen zu schaffen, damit ein gemeinsames Zusammenleben möglich wird, ohne Ausgrenzung, Hierarchien und Ungerechtigkeiten. Jugendliche stehen also prinzipiell vor den gleichen kulturellen Herausforderungen, wie Erwachsene und sind heute gemeinsam mit den Erwachsenen mit der Gestaltung der Zukunft konfrontiert. Freiheit, Solidarität, Spiritualität und Sinn sind die zentralen Zukunftswerte der Gesellschaft (vgl. Polak R., 2004, 84). Eine Gesellschaft, die wirklich Zukunft haben will, wird mit den Jugendlichen gemeinsam am Leitfaden dieser Werte entlang Zukunft entwickeln; wird junge Menschen zur Partizipation ermutigen, ermächtigen und befähigen und vor allem mitentscheiden lassen. Sie wird sich von jungen Menschen in Frage stellen lassen, oder sie wird nicht lange frei, solidarisch, spirituell oder sinnvoll sein (ebd.).

Der Personzentrierte Ansatz kann auch im Rahmen einer Psychotherapie einen wichtigen Beitrag dazu leisten Autonomie und Solidarität junger Menschen zu unterstützen und Werte, wie Offenheit, Toleranz und Gemeinschaftssinn wieder in das Bewusstsein zu rücken.

1.8 Jugend als existenzielle Dimension

Jugend kann unter vielen Gesichtspunkten betrachtet werden und bislang habe ich Jugend vor allem als kulturelles Phänomen beschrieben. Gerade aber in Hinblick auf eine therapeutische Beziehung ist es erleuchtend Jugend nicht nur als epochal-bedingte Verlaufsform zu sehen, sondern auch als eine einzigartige Lebensphase, die ihre eigene Schönheit und ihren ganz besonderen Wert hat.

Romano Guardini beschreibt Jugend als eine eigene Existenzdimension und „Wertfigur“, extra-epochaler, überzeitlich gültiger Art. Jugend bedeutet für ihn immer Anfang des Menschseins und Erwartung von Welt und Gott, Leben und Tod. Jugend ist volle Weise personalen Menschseins (vgl. Guardini R., 2005). Die Bestimmung des jungen Menschen ist also mehr als eine von der Situation gestellte Aufgabe, sondern vielmehr ein durch seine Eigenschaft bestimmter Daseinsauftrag. Sie ist nicht psychologischer, sondern existenzieller Natur. Grundsätzlich hängt sie weder am Alter, noch am körperlich-seelischen Zustand, noch an der Begabung, sondern an der geistigen Seele, die in jedem Menschen ist. Es geht um ihre personale Verwirklichung, deren Urgesetze zu aller Zeit gleich bleiben. Das Ethos dieses Lebensalters besteht für Guardini im Mut zu sich selbst, zur eigenen Person und ihrer Verantwortung, zur eigenen Vitalität und ihren Kräften, im zuversichtlichen Hineingehen ins eigene Leben (Guardini R., 1953, 35). Diese Persönlichkeit gibt dem Menschen seine Würde und macht ihn zum Subjekt“. Jugend hat also ihren Sinn nicht erst dadurch, dass sie den Menschen in eine andere Lebensphase führt. Der Jugendliche ist nicht nur dafür da, dass er erwachsen wird, sondern zuallererst, dass er ein Jugendlicher ist und als Jugendlicher ein Mensch ist. Denn Mensch ist der Lebende in jeder Phase seines Lebens. Wachsen ist ein Weg, den man nicht nur geht, um anzukommen, sondern im Gehen vollzieht sich das Leben (ebd. 29).

„Jugend ist nicht nur Vorbereitungszeit, sondern sie hat ihren eigenen unersetzlichen Wert, ihre eigene Schönheit und das Recht auf ein eigenes Leben, auf die Möglichkeit der Entfaltung ihrer besonderen Art“

Aus der Tageszeitung der Spiegel, 28.07.2005

Auf Grund ihres Wesens ist die Jugend heute durchaus in der Lage sich zu gestalten und zu verwirklichen, dazu braucht sie aber Raum und Hilfe. Nur wer dem Wesen der Jugend gerecht wird, wird im Jugendlichen die innere Substanz ansprechen, die auch der Gesellschaft neue Hoffnung geben kann. Sie benötigt dazu Menschen und Bezie-

hungen, die in der Lage sind, Jugend das sein und tun zu lassen, was Jugend sein und tun will!

2. Die seelisch-geistige Haltung junger Menschen

Bereits in der Einleitung habe ich darauf hingewiesen, dass ich unter der neuen Generation von Heranwachsenden eine veränderte Bewusstseinshaltung wahrnehme, welche ihr Denken, Fühlen und Handeln beeinflusst. Dabei beziehe ich mich nicht auf empirische Belege, sondern auf meine Beobachtungen, Wahrnehmungen und auf meine eigenen Erfahrungen. Dieses neue Lebensbewusstsein junger Menschen gilt noch nicht in gleicher Weise rund um die Erde, es charakterisiert aber meines Erachtens eine Eigenheit unserer europäischen Kultur und existiert an unterschiedlichen Orten, teilweise gleichzeitig, teilweise zeitversetzt. Ich habe diesen Sommer 2005 den Weltjugendtag in Köln mitverfolgt und die große Begeisterung und Leidenschaft, mit der sich junge Menschen aus der ganzen Welt friedlich zusammengefunden haben, hat mir große Hoffnung gemacht, dass dieser geistige- und kulturelle Transformationsprozess weiter getragen wird und Impulse setzen wird für eine humanere und gerechtere Welt. Dieses Lebensbewusstsein trifft auch nicht auf alle Jugendliche zu, aber es ist Ausdruck einer Stimmung, die bei aller Unterschiedlichkeit die heranwachsende Generation eint. Ich behaupte, dass dieses Bewusstsein nun endgültig mit alten Denkstrukturen und Weltbildern gebrochen hat und ein Paradigma eingeleitet hat, das sich wesentlich von einer modernen bzw. postmodernen Lebenshaltung unterscheidet. Diese paradigmatische Veränderung in der Haltung junger Menschen ist wahrscheinlich die Folge von vielen komplexen Entwicklungen auf unterschiedlichen Ebenen, (z.B. Befreiungskampf vieler Individuen, höhere Bildung von Frauen und Männern, Technologien, Schwingungsenergien, Evolution usw., so genau kann ich das nicht beantworten), meine Vision besteht jedenfalls darin, dass sie den Ausgangspunkt für die Entstehung einer gemeinsamen, humaneren Weltgesellschaft darstellt. Junge Menschen wachsen heute mit einem Bewusstsein auf, das zunehmend frei ist von konventionellen Bindungen, vom Herkunftsort und der geschlechtlichen Rollenverteilung. Traditionelle Formen des Lebens, feste Beziehungen der Menschen zueinander, zu den Dingen, zur Welt und zu Gott, sind im Umbruch. In einer Welt, in der Traditionen und Normen nicht mehr überzeugend sind und die Individuen zunehmend Selbstverantwortung übernehmen müssen, stellt sich auch die Frage nach einer neuen Lebenshaltung. Vor der Aufgabe stehen wir heute alle, nicht nur die heranwachsende Generation.

Seit geraumer Zeit schon beobachte ich junge Menschen in ihrem gemeinsamen Tun, sei es in Parks, in der Straßenbahn, auf Sportplätzen und nicht zuletzt in der eigenen Praxis, und überall dort, wo diese friedlich und freiwillig zusammenkommen, erlebe ich, dass sie durchaus über das Leben nachdenken, Freude haben an inspirierenden Gesprächen und Ideen und Visionen entwickeln. Die Gesellschaft steht immer mehr im Mittelpunkt ihres Bewusstseins und sie wird als eine Lebenswelt erfahren, an deren Strukturen sie auch aktiv mitgestalten können. Auf eine sehr spielerische Art und Weise werden in den jugendlichen Lebenswelten neue Formen des Zusammenlebens ausprobiert und neue moralische Standards entwickelt, als Teil ihres persönlichen Lebensentwurfes. Junge Menschen lieben also die Freiheit, davon gehe ich aus, und überall dort wo Menschen Erfahrungen machen, die ihnen entsprechen, nutzen sie auch die Freiheit, zu sehr kreativen und schöpferischen Prozessen, die nicht nur bestimmend sind für die individuelle Lebensführung sondern auch für die Entwicklung der Gesellschaft; d.h. Jugendliche belassen es heute nicht mehr beim bloßen Zustand des Befreitseins, sondern erleben Freiheit auch als positive Freiheit, des Freiseins zu selbstgewählten Beziehungen, Bindungen und Begrenzungen. Es geht jungen Menschen also nicht in erster Linie um die Befreiung von Bindungen und das Zerschneiden von Beziehungen, sondern es geht zunehmend um die richtige Gestaltung von Beziehungen. Junge Menschen wollen Erfahrungen machen, die tief berühren, beeindrucken und das Leben nachhaltig verändern. Ich bin fasziniert, wie junge Menschen grundsätzlich lustvoll, kreativ und spielerisch Lebensbereiche miteinander zusammenspannen können, die früher klar von einander getrennt waren. In den Parks wird mit Rädern „getanzt“, mit Bällen gekünstelt, es wird gemeinsam gesungen und gefeiert, aber es werden auch Gemeinschaften gebildet, um etwas neues zu kreieren, z.B. neue Berufe, neue Wege, um an der Gesellschaft zu partizipieren, mit Handlungen, die Spaß machen. Es geht immer weniger darum, wer besser, schneller oder stärker ist, sondern darum, wie gemeinsam etwas „schönes“ gestaltet werden kann. Das ist eine ästhetisch-sinnliche Entwicklung, die trotz aller Schwierigkeiten und sozialer Ungerechtigkeiten, doch spürbar wahrnehmbar ist.

Der kulturelle Raum in dem junge Menschen heute aufwachsen ist natürlich geprägt von widersprüchlichen Grundstrukturen und von Widersprüchen zwischen „übrig gebliebenen Kräften“, die im Raum verharren wollen und denen, die den Fortschritt suchen. Die Art und Weise, wie junge Menschen heute mit Widersprüchen umgehen, zeigt aber eine „neue Logik“ des „sowohl als auch“ Denkens, die geprägt ist von Verflechtungen, Überschneidungen und Grenzüberschreitungen. In seinem Buch „Philosophie der Lebenskunst“, beschreibt W. Schmid diese neue Lebenshaltung junger

Menschen, als den Versuch auf andere Weise mit Widersprüchen leben zu lernen (Schmid W., 1998, 111). Das gilt vor allem für den Grundwiderspruch von Zeit und Raum. Er kommt zum Vorschein als Widerspruch zwischen rationalistischer Pragmatik und träumerischer Romantik. Jugendliche haben heute einen Modus vivendi gefunden, der Widersprüche nicht nur anerkennt sondern neu modifiziert.

„Nur zwischen Widersprüchen, die sich auszuschließen scheinen und die vollendet ineinander wirken, besteht die Spannung, die die größte Intensität des Lebens spürbar werden lässt“ (ebd.)

Das Lebensbewusstsein junger Menschen erzeugt eine pragmatische Romantik. Es verzichtet nicht auf den Impuls der Romantik, um nach Sinn und Bedeutung zu suchen und die Frage nach dem wahren Leben zu stellen. In der Romantik eröffnen sich Sinnlichkeit, Spiritualität, Träume und Sinnhorizonte, auch die Idee, das eigene Leben zum Kunstwerk zu machen (ebd. 112). Nur in der Romantik ist die Wärme der Humanität zu finden. Andererseits prüfen Jugendliche Wertvorstellungen nüchtern auf ihre Praxisrelevanz, was aber nicht automatisch Beliebigkeit, Oberflächlichkeit oder Egoismus bedeutet. Die pragmatische Romantik bemüht sich um freie Formen, die das Maximum an lebbarer Freiheit immer wieder neu erkunden. Eine Lebensführung zwischen Heteronomie und Autonomie. Unterwegssein, als Form der Existenz, die aus verschiedenen Traditionen und Kulturen die Formen aufnimmt, die brauchbar erscheinen, um ein Leben über kulturelle Grenzen hinweg zu führen. Eine Lebensführung, die Bereitschaft zeigt, das Selbst immer wieder irritieren zu lassen und offen ist für das Unerwartete, Überraschende, für den Zufall und bereit ist die unterschiedlichen und widersprüchlichen Bestandteile des Lebens untereinander zu verknüpfen und dem ganzen Gestalt zu geben (ebd. 119). Das neue Bewusstsein bezeichnet W. Schmid auch als Kultur des Selbst. Eine Kultur des Selbst umfasst die Gestaltung seines Verhältnisses zu sich, zu Anderen und zur Welt und geht vom einzelnen Subjekt aus. Kultur ist die Haltung des Selbst, wie es sich verhält, wie es anderen begegnet, wie es denkt und fühlt. Eine Kultur des Selbst, bedeutet Widersprüche zusammenzuspannen, Freiheit neu zu erproben und Formen zu gießen, gegebene Formen neu zu interpretieren und sich anzueignen. Die Spielräume der Wirklichkeit werden zunehmend auch als Räume zum Spielen entdeckt. Kultur des Selbst bedeutet Experimentieren mit Möglichkeiten (ebd. 130).

Diese neue aktive und kreative Haltung junger Menschen, hat den Sinn nicht nur das Selbst, sondern auch die Gesellschaft zum Kunstwerk zu machen. Grundsätzlich ist es

möglich, diesen Prozess als sehr lustvoll, sinnlich und ästhetisch zu erleben. Jugendliche suchen auch bewusst nach Erfahrungen, in denen das eigene Selbst intensiv erlebbar wird. Jugendliche gestalten ihre Beziehungen immer freier von Abhängigkeiten, denn sie fühlen sich stark genug, in sich selbst und aus sich selbst heraus spielerisch und meisterhaft ihr Leben ganz frei zu leben. Partnerschaften und Gruppen dienen zunehmend dem gemeinsamen Austausch, der Steigerung der Erlebnisintensität. Die Lebenshaltung junger Menschen zeigt aber auch, dass es nicht nur um die Sorge, um sich selbst geht, also um eine innere Kohärenz geht, sondern Selbstsorge bedeutet auch Sorge um den Anderen, Sorge um die Gesellschaft. Der junge Mensch wendet sich nach Außen, um sich mit anderen zu vernetzen, um seine externe Kohärenz zu organisieren. Nicht nur das individuelle Leben, sondern auch das gesellschaftliche Leben rückt in den Mittelpunkt und wird zum Kunstwerk, an dem jeder Einzelne auf seine Weise arbeitet. Die Suche nach einer gemeinschaftlichen Verankerung ist kein fliehen vor der Herausforderung der modernen Freiheit in die Geborgenheit der Gemeinschaft, sondern dient der Ausarbeitung einer neuen Praxis der Freiheit, auf der Grundlage von Toleranz und Gerechtigkeit.

Ich bin davon überzeugt, dass das neue Lebensbewusstsein junger Menschen noch viel „Gutes“ für unsere Gesellschaft, unsere Kultur und unsere Welt bewirken wird. Das heißt nicht dass die Jugend alles richtig macht und mir ist auch bewusst, dass es immer Widerstände bzw. Gegenbewegungen geben wird, aber sobald es keinen tiefen Glauben mehr an das Potential des heranwachsenden Menschen gibt, wird es auch keine schönere und humanere Welt geben! Dieses Potential gibt es und es ist in jedem jungen Menschen zu erkennen, wenn man es sehen will! Personzentrierte Psychotherapie kann in diesem Sinne nur bedeuten, das „Schöne“ wieder in den Blick zu bekommen und zur Entfaltung zu bringen.

II. Abschnitt

1. Soziokulturelle Auswirkungen auf den Personalen Bereich

In diesem Abschnitt versuche ich die Auswirkungen der gesellschaftlichen Veränderungen auf den personalen Bereich des heranwachsenden Menschen herauszuarbeiten (Selbst- und Beziehungsgestaltung, Subjekt, Identität). Dabei handelt es sich um einen vielschichtigen und tief greifenden Prozess, der auch die zentralen theoretischen Konzeptionen des PZA betrifft, den ich aber im Rahmen dieser Arbeit nicht in der nötigen Ausführlichkeit und Differenziertheit behandeln kann. Mein Anliegen besteht vorläufig darin einen ersten Blick auf ein neues Selbst- und Beziehungsverständnis junger Menschen zu richten, mit dem ich in meiner therapeutischen Arbeit immer öfters konfrontiert bin, um in weiterer Folge therapiepraktische Konsequenzen daraus abzuleiten. Diese Entwicklung gilt selbstverständlich nicht für alle Jugendlichen in gleicher Weise.

1.1 Vom Untertan ...

Angesichts der erörterten Umbrüche von Sozialformen und Sozialbindungen (Auflösung der traditionellen Bindungen, Wandel der Familienstrukturen und Rollenbilder usw.), kommt es zu qualitativen Veränderungen, die das Subjekt in seiner Wechselwirkung zwischen „dem Eigenen“ und dem „Fremden“ betreffen, d.h. die intimen Beziehungen verändern sich in ihrer inneren Struktur. Was bedeutet das nun für die Konzeption des „Selbst“ und welche Auswirkungen lassen sich erkennen in Bezug auf die Selbst- und Beziehungsgestaltung:

Das „Selbst“ ist die wichtigste Variable in der Persönlichkeitsdynamik des personenzentrierten Ansatzes und Veränderungen im Selbst stellen die markantesten und bedeutendsten Veränderungen der Therapie dar (Rogers 1959 a, 28). Das Selbst, das sich im Rahmen von Interaktionen und auf der dem Organismus innewohnenden Tendenz zur Aktualisierung und Differenzierung (vgl. Spielhofer H., S. 68) entwickelt, stellt eine Konfiguration aus Erfahrungen und Wahrnehmungen des eigenen Seins und Handelns in Beziehungen mit anderen und der Umwelt dar, sowie die Bewertungen der Erfahrungen der Person. Es bildet einen konstanten Bezugspunkt für eine Person. Das Selbst ist nichts Fixes, sondern eine in sich geschlossene, organisierte Gestalt (Rogers 1959a, 26). Carl Rogers postuliert weiters, dass das Individuum mit dem Gewahrsein

des Selbst auch ein Bedürfnis nach positiver Beachtung entwickelt, ein Bedürfnis nach Zuneigung und Liebe, das angeboren ist. Hier sieht Rogers u.a. den Ausgangspunkt für mögliche problematische bis pathologische Entwicklungen (ebd. 49).

Carl Rogers (1902-1987) ist in eine Zeit hineingeboren, in der die gesellschaftlichen Verhältnisse stark von fanatisch-fundamentalistischen Haltungen geprägt waren. Die Macht der Familie, Repressalien im Berufsleben und gesellschaftliche Zwänge machten ein selbstbestimmtes Aufwachsen fast unmöglich. So stand für Rogers zu Beginn seiner Theorieentwicklung der revolutionäre, emanzipatorische Befreiungskampf des Selbst im Vordergrund, in den er all seine Kraft und Energie gesteckt hat, nicht aber ohne zu erkennen, welche immensen Möglichkeiten in der Entwicklung der Welt und des Menschen stecken. Carl Rogers hat demnach Erfahrungen und Beobachtungen gemacht, die ihn die Theorie über das Selbst formulieren ließ, dass es für das Kind um so schwieriger ist eigene organismische Erfahrungen wahrzunehmen, zu verstehen und auszudrücken, je rigider die Aufmerksamkeit, Wertschätzung und Liebe wichtiger Bezugspersonen für ihr heranwachsendes Kind an bestimmte Wertvorstellungen und Bedingungen geknüpft ist. In Folge werden diese Erfahrungen verzerrt, verleugnet oder verneint, andere Erfahrungen als positiv erachtet, die nicht wirklich als organismisch befriedigend erlebt werden, andere wiederum als negativ bewertet, obwohl sie nicht wirklich unbefriedigend erfahren worden sind (Rogers 1959a, 50). Der Ausdruck der positiven Beachtung durch einen anderen kann also von größerer Bedeutung sein, als der eigene organismische Bewertungsprozess. Das Kind beginnt seine Erfahrungen selbst nach den introjizierten Werten zu beurteilen, ohne Rücksicht auf die organismischen Konsequenzen. Als Folge der Inkongruenz von Selbst und organismischer Erfahrung treten Gefühle der Angst und Bedrohung auf, in Bezug auf Erfahrungen, die nicht mit dem Selbstkonzept vereinbar sind, und die Verletzlichkeit der Person steigt. Die Folge sind Defizite der substanzialen Authentizität („nicht der zu sein, der oder die man ist“) und/oder der relationalen Authentizität (es gibt Inkongruenzen zwischen den anderen, wie sie vom Selbst wahrgenommen werden und den anderen als wirklich Andere (vgl. Schmid P., 2005, 8).

Innerhalb des personenzentrierten Ansatzes gibt es natürlich bedeutende Weiterentwicklungen, die die theoretische Konzeption des Selbst betreffen (Heinerth, Spielhofer, Warner, Stern...), das Erleben von Beziehungen bildet aber das Kernstück in der personenzentrierten Persönlichkeitsdynamik.

1.2 ... zum souveränen Subjekt

Heute wachsen Jugendliche unter vollkommen anderen Bedingungen auf als die Generationen davor. Die gesellschaftlichen Machtverhältnisse haben sich in ihrer Form gewandelt. Repressive, rigide, unbewegliche Strukturen in allen Lebensbereichen weichen sich auf und reichen bis in den personalen Bereich der Selbststruktur hinein. Die Kontexte aus denen junge Menschen heute ihre persönlichen Beziehungen rekrutieren haben rasant zugenommen und das führt dazu, dass sie immer weniger darauf angewiesen sind, sich ein akzeptables Bild von sich selbst zu erhalten, das nicht den eigenen Bedürfnissen entspricht. Immer mehr junge Menschen wachsen also mit einem Bewusstsein auf, das herausgefallen ist aus Traditionen, Konventionen und „strengen“ Strukturen und sich immer früher in Bezug setzen kann zu sich und den anderen. Dadurch wird ein Bewusstwerdungsprozess in Gang gesetzt, der zu einem „aufgeklärten Interesse“ am eigenen Selbst und zur aktiven, vom Selbst initiierten „klugen Sorge“ führt, in der das Selbstbewusstsein und die Selbstgestaltung eng miteinander verzahnt sind (Schmid W., 2004, 245). Durch die größere Offenheit für neue Erfahrungen steigt auch das Eigeninteresse des Selbst. Durch die „Sorge“ um sich selbst, die der junge Mensch übernehmen muss, steigt auch seine Fähigkeit zur Selbstreflexivität (ebd.); d.h. die Offenheit für die eigenen organismischen Bedürfnisse steigt und Erfahrungen, die nicht dem eigenen Organismus entsprechen, können wahrgenommen werden und werden nicht einfach ungeprüft ins Selbstkonzept integriert. Ich teile daher an dieser Stelle die Ansicht Spielhofers, ein Subjekt bzw. „Ich“ herauszulösen, aus der Verflechtung mit einem vorwiegend biologistischen Organismus, mit den Funktionen der Wahrnehmung, des Denkens, Bewertens von Erfahrungen und des Treffens von Entscheidungen (vgl. Spielhofer, 2005, 78); d.h. neben dem Selbst als Wahrnehmungsobjekt, kristallisiert sich also immer früher ein sich selbst reflektierendes und autonom entscheidendes Subjekt heraus, das zwischen den Bedürfnissen und Wünschen des Individuums einerseits, sowie den Anforderungen der Umwelt und dem Selbstbild andererseits zu vermitteln beginnt (ebd.).

Im Lichte des neuen Selbstbewusstseins gewinnen Beziehungen eine neue Qualität, denn je freier das Individuum von Verflechtungen wird, desto mehr rückt auch der andere bzw. die Welt in den Mittelpunkt des eigenen Lebens. Dadurch verschwimmen die Grenzen zwischen Privatem und Öffentlichem zunehmend und Heranwachsende suchen auch in der Öffentlichkeit nach Intimität. Die Individuen begreifen, dass sie sich weder im Konflikt noch in der Isolation, sondern nur in Beziehungen entwickeln können. Beziehungen werden daher intensiver gesucht, um vielfältige und tiefe organismi-

sche Erfahrungen zu machen, um das Selbst im Ausdruck zu erleben und zu entwickeln, um die eigenen organismischen Möglichkeiten zu erkennen und zu verwirklichen. Beziehungen dienen also der Suche nach Erfahrungen, die dem eigenen Organismus entsprechen und gleichzeitig auch der Realisierung von Zusammenleben mit anderen und der Welt nach eigenen Werten und Bedürfnissen. Dadurch wird die Qualität der Beziehung zunehmend wechselseitiger, offener und prozesshafter. Beziehungen dienen nicht mehr dazu Fertiges zu übernehmen oder in Abhängigkeit und Gefälligkeit zu leben, sondern gesucht werden verlässliche und stabile Beziehungen, die neue Erfahrungen des Selbst möglich machen, um am Kunstwerk des Lebens gestalterisch mitwirken. d.h. es gibt unter den jungen Menschen nicht nur die existenzielle Angewiesenheit auf die Beziehung, sondern grundsätzlich auch eine neue sinnliche Lust an der Selbstinszenierung.

Fazit:

Ich denke, dass die Auswirkungen der Globalisierungsprozesse auf die personalen Strukturen in ihrem Ausmaß noch nicht erkennbar sind, aber es macht wenig Sinn eine Spaltung in Gut und Schlecht vorzunehmen. Faktum ist, dass aus der Sicht der Erwachsenen sich Kinder und Jugendliche heute zunehmend wie kleine Erwachsene benehmen, sie erscheinen altklug, genial und wenig kindlich, und es wird gerätselt, ob sie hochbegabt oder verhaltensauffällig sind (Hantel-Quitmann, W., 2002, 22). Die neue Generation heranwachsender Menschen scheint mit ihrem Selbstverständnis in der Lage zu sein, das existenzielle Spannungsverhältnis zwischen Substantialität und Relationalität anders lösen zu wollen; d.h. mit ihrer Haltung meiden sie nicht nur jegliche rigide Systeme und Beziehungen, die Abhängigkeit fördern, sondern sie stellen auch zunehmend Beziehungsstrukturen her, die Flexibilität und Mobilität einerseits und Intimität, Verlässlichkeit und Stabilität vereinbaren lassen.

Für die psychotherapeutische Beziehung bedeutet diese Entwicklung, dass der junge Mensch nicht in erster Linie daran interessiert ist sein Selbst im Ausdruck zu verstehen, sondern, dass er vielmehr nach neuen Erfahrungen sucht, die in der intimen Beziehung mit dem Therapeuten gemeinsam erlebt und gestaltet werden können, der eigenen Natur entsprechen und den Aufbau eines gesunden Selbst erst ermöglichen.

2. Identität im Personzentrierten Ansatz

Im Zusammenhang mit dem Jugendalter ist häufig die Rede von Identität und dass es wichtig sei, einem Heranwachsenden zu seiner Identität zu verhelfen. Das Wort ist Bestandteil der Alltagssprache geworden und es gelingt kaum, diesen Begriff in eine scharfe und abgrenzende Definition zu bringen. Identität fasst eine Vielzahl von Aspekten in sich zusammen, deren Gemeinsames darin besteht, dass jemand „ich“ sagen kann (Baacke D., 1999, 178). Nur so kann er sich wirkungsvoll mit seiner sozialen Umwelt auseinandersetzen. Seine Identität zu finden ist also eine zentrale Aufgabe des jungen Menschen. Als wesentlich für die Identitätsfindung in der Moderne galt vor allem,

- die Vorbereitung auf den Beruf
- die Auseinandersetzung mit tradierten Werten
- die soziale Verantwortung in der Gesellschaft
- die Ablösung vom Elternhaus
- die Gründung einer Familie
- die Vorbereitung auf den Beruf

Dieser Typus von stabiler und gleichmäßiger Lebensführung brachte die Vorstellung von einem einheitlichen personalen Kern hervor, der die Identität eines Menschen definierte: d.h. Ich – Konstruktionen gingen davon aus, dass es einen personalen Wesenskern gibt, der sich äußeren Einflüssen gegenüber verschließt (Baacke D., 1999, 179). In die Konzeptionen des Selbst hat also etwas von einer „logischen Identität“ Eingang gefunden, wonach ein Selbst auch bei innerer und äußerer Veränderung mit sich identisch bleiben muss. Das Konzept der Identität ist ein kulturelles Konstrukt und in Anbetracht des gesellschaftlichen und personalen Wandels macht es Sinn diesen Begriff neu zu definieren. Die soziokulturellen Rahmenbedingungen haben sich deutlich verändert, das Verständnis der eigenen Geschlechtsrolle, von Werten, Familie, Partnerschaft, Beruf usw. entwickelt sich weiter. Das Selbst wird vielfältiger aber auch widersprüchlicher. Die gängigen postmodernen Theorien haben diese Entwicklung aufgegriffen und tendieren nun dazu, von der Unitarität der Identität zur Multiplizität und Flexibilität zu schwenken (vgl. Schmid, W., 2005); Vertreter der postmodernen Theorien sehen das Selbst als eine Art „Text“, der unablässig durch den sozialen Diskurs entwickelt und verändert wird. Jeder Moment, in dem wir in sozialem Austausch stehen, bringt eine neue Facette unseres selbst zum Vorschein. Gergen plädiert dafür, die Multiziplizität der inneren Facetten anzuerkennen und nicht länger nach einer Einheit zu suchen. In einer Welt, die immer mehr Flexibilität in der Selbstdarstellung verlangt, mag es sinnvoller sein, Identität als lockere Konföderation verschiedener Facetten zu betrachten, als zu

versuchen, mit einer einzigen Antwort auf die Frage „wer bin ich“ auszukommen (vgl. Maja, S., 1999, 75).

Die Diskussion um die Multiplizität der postmodernen Identität wird immer durch das „Schreckgespenst“ der Fragmentation überschattet. Auch Gergen weiß nicht genau, ob er den Zustand der Identität als Verheißung großer Freiheit begrüßen soll, oder er ihn unter dem Aspekt der drohenden Fragmentierung eher bedauern soll. Wieviel Multiplizität verträgt der Mensch, fragt sich Gergen (ebd.).

Ich denke, dass man der Person des Menschen nicht gerecht wird, wenn Identität entweder als ständiges „Sich-Gleich-Bleiben“, oder als beliebige Verwendbarkeit des Individuums, das keinen Punkt der Resistenz mehr in sich hat, verstanden wird.

2.1 Die Kohärenz des Selbst

Die personenzentrierte Persönlichkeitstheorie löst das Problem der Identität mit ihrer Organisation des Selbst, bei der es darum geht das Konglomerat dieses Selbst zu organisieren und einen Zusammenhang herzustellen, weit unterhalb der rigiden Einheit, aber weit oberhalb der bloßen Beliebigkeit. Das Selbst wird in der personenzentrierten Theorie als Konfiguration von zahlreichen Aspekten der eigenen Person betrachtet, die einem ständigen Wandel unterliegt; d.h. die Flexibilität der Selbstwahrnehmung ist ein Zeichen für psychische Gesundheit (vgl. Stumm G., Keil W., 2002, 11). Das Selbst konstituiert sich also aus einer Vielzahl von unterschiedlichen, teils widersprüchlichen Erfahrungen der eigenen Person und der Bewertungen der Erfahrungen und auch für den heranwachsenden jungen Menschen ist es nicht immer leicht ein stabiles Selbst zu entwickeln und psychisch gesund zu bleiben. Das Selbst bzw. die Selbstes werden im personenzentrierten Ansatz eher als aktive Prozesse und Erlebenszustände gesehen, denn als passive und verdinglichte Größen und Selbst-Pluralität kann durchaus psychologisch gesund sein, wenn es gelingt eine Art innere Ordnung seiner vielen Erfahrungen herzustellen und miteinander in Beziehung zu bringen (vgl. Cooper, Mearns, Stiles, Warner, Elliott, 2004, 177).

Mit dem Begriff der Kohärenz soll diesem Aspekt Rechnung getragen werden.

Kohärenz ist also ein Konstrukt, das die vielen Aspekte des „Ichs“ in einem vielfarbigen Selbst in einen wechselseitigen Zusammenhang bringt und Offenheit für neue Erfahrungen lässt. Unlängst habe ich einen Text von W. Schmid zu lesen bekommen, der Kohärenz in einer Art und Weise beschreibt, die meines Erachtens der einer personenzentrierten Sichtweise sehr nahe kommt:

„Kohärenz ist das, was zusammenhängt, was organismisch zusammenhält, miteinander verwachsen und mit Anderem verbunden ist, auch wenn es in sich widersprüchlich und immer in Bewegung ist. Das Konzept der Kohärenz trägt dem Umstand Rechnung, dass wir, fern davon, identisch zu bleiben, unentwegt Andere sind und Anderen begegnen, die uns verändern; dass wir Erfahrungen machen und mit Zufällen und Situationen zu tun haben, die uns nicht als dieselben belassen, so dass wir sagen müssen: Ich bin dieses Selbst und bin es doch auch nicht. Die Kohärenz sorgt sich um die Integration des Anderen in jedem Sinne, arbeitet ständig neu an der Strukturierung des Selbst und ermöglicht ihm auf diese Weise, sich „selbst“ nicht zu verlieren. Die Veränderung des Subjekts in der Zeit, seine Zerstreung im Raum, seine vielfältigen Wahlmöglichkeiten, aber auch seine Gebrochenheit in sich, wie sie vom modernen Subjekt der Identität negiert und vom postmodernen Subjekt der Multiplizität affirmiert worden ist, wird in die Kohärenz aufgenommen, die nicht transzendental“, nicht zeitlos und unveränderlich ist und dennoch für die Stabilität und Kontinuität des Subjekts sorgt (Schmid W., 2005).

2.2 Identitätsentwicklung durch Begegnung

Für die psychotherapeutische Arbeit mit heranwachsenden Menschen bedeutet das, dass es unbedingt notwendig ist anzuerkennen, dass für den Umgang mit Wandel im Zeitalter der Globalisierung ein neues Verständnis von Identität notwendig geworden ist. Das Subjekt muss keine makellose, konsistente Identität haben, die verlässlich, wie eine Maschine funktioniert. Es gibt keine Widerspruchsfreiheit im Subjekt und es kommt darauf an, die Widersprüche ernst zu nehmen, mit ihnen zu arbeiten und sie im Selbst anzusiedeln. In einer kohärenten Konzeption des Selbst finden also Fragmentierungen, Widersprüche, Flexibilität ihren Platz und Heranwachsende zeigen, dass das Selbst grundsätzlich dazu in der Lage ist, Widersprüche zusammenzuspannen und unterschiedliche Erfahrungen in sich aufzunehmen, um aus dieser Spannung Kreativität zu schöpfen. Ich denke, dass es für meine Generation eine viel größere Herausforderung darstellt, den mit dieser neuen Perspektive einhergehenden Wandel in sich aufzunehmen und auch als Veränderung seiner selbst zu begreifen, als für die heranwachsende Generation. Die Herstellung der Kohärenz ist die Kunst der wechselseitigen Inbezugsetzung der verschiedenen Facetten des Selbst, um sie in ein Verhältnis zueinander zu bringen und es nicht nur bei einem Sammelsurium von „Selbsts“ zu be-

lassen. Und das kann nur im Rahmen einer stabilen Beziehung gelingen, die offen ist für diese Veränderung in der Entwicklung der jungen Person. Identität ist aber nicht nur über kognitive Prozesse und über Selbstreflexion erfahrbar, sondern vor allem durch personale Begegnung. In dem Moment, in dem ein Mensch sich verstanden, geliebt und angenommen fühlt, erlebt er sich auf eine ganz spezifische Art als Einheit. Dieses Einheitserleben wird als zutiefst beglückend erlebt und ist konstitutiv für die psychische Gesundheit. Dieser leiblich- seelische Aspekt des Identitätserlebens ist besonders wertvoll. Für die therapeutische Praxis ist es daher notwendig, Akzeptanz und Empathie auf alle Stimmen der psychologischen Welt des Klienten bzw. der Klientin auszuweiten (vgl. Cooper, Mearns, Stiles, Warner, Elliott, 2004, 177).

3. Inkongruenz

Ausgehend von meinen Erfahrungen aus der psychotherapeutischen Arbeit mit jungen Menschen, widme ich mich nun in diesem Kapitel auch der möglichen Entstehung von Inkongruenzen. Vor dem Hintergrund der gesellschaftlichen und personalen Transformationsprozesse gibt es meines Erachtens Veränderungen, die den Umgang von Heranwachsenden mit inauthentischen Beziehungserfahrungen und deren Bewertungen betreffen. Wie schon im vorherigen Abschnitt beziehe ich mich auf keine empirischen Untersuchungen sondern stütze mich auf meine subjektiven Wahrnehmungen.

Psychische Gesundheit zu erreichen ist eines der zentralen Ziele personenzentrierter Psychotherapie; damit ist gemeint, dass die Person befähigt wird, die richtige Balance zwischen den eigenen Bedürfnissen und Werten einerseits und der Realisierung des Zusammenlebens mit anderen, mit der Gesellschaft und der Welt andererseits, immer neu zu erringen und zu halten (vgl. Schmid P., 2005, 7). Das ist eine Herausforderung, die ein Leben lang anhält, nicht nur für „gestandene“ Persönlichkeiten, sondern vor allem für die heranwachsende Person. Es gibt zahlreiche Diskrepanzen, Ungerechtigkeiten und Rigiditäten, aber auch Möglichkeiten und Freiheiten, in den Beziehungen und Strukturen, die den Prozess des „Authentischwerdens“ (ebd.) erheblich durcheinander bringen können.

Der Personenzentrierte Ansatz unterscheidet folgende Möglichkeiten von psychischen Fehlanpassungen:

a) Souveränitätsmängel: substantiales Beziehungsdefizit

Die erste Möglichkeit dazu ist die Entwicklung eines inauthentischen Selbstkonzepts, die dann eintritt, wenn das Bedürfnis nach Anerkennung durch wichtige Bezugspersonen stärker ist, als das Annehmen der eigenen Erfahrungen. Die Person entwickelt ein Selbst, das den eigenen Erfahrungen entfremdet ist (ebd).

b) Beziehungsmängel: relationales Beziehungsdefizit

Die zweite Möglichkeit ist das Fehlen der Entwicklung einiger Teile organismischer Erfahrungsmöglichkeiten, also die Inkongruenz zwischen den Möglichkeiten und ihren Verwirklichungen, durch inauthentische oder zum Teil fehlenden Bezugspersonen und starre gesellschaftliche Institutionen (ebd.).

In beiden Fällen findet die Person nicht ihr authentisches Gleichgewicht, was zu einer psychischen Fehlanpassung führt und letztlich unglücklich macht. Eine unglückliche Person leidet immer in beiderlei Hinsicht; d.h. eine Person, die sich von den eigenen Bedürfnissen entfremdet hat, wird auch ihre Beziehungen nicht authentisch erleben und gestalten können und eine Person, die zwar ihre Bedürfnisse wahrnehmen kann, aber inauthentische bzw. starre Beziehungen erlebt, wird auch in ihrem Vertrauen in die eigene Autonomie erschüttert.

3.1 Soziokulturelle Auswirkungen auf die psychischen Anpassungsmöglichkeiten

Die soziokulturellen Veränderungen haben viele alternative Lebens- und Familienformen herausgebracht, wie z.B. Alleinerziehende, Stieffamilien, Pflegefamilien, Adoptivfamilien, Wohngemeinschaften usw., und betreffen meines Erachtens somit auch die Qualität der intimen Eltern-Kind Beziehung. In der Konzeption des Selbst findet die „Öffentlichkeit“, die Gesellschaft und die Welt immer früher Eingang, ein Faktum, das sich auch auf die Selbstentwicklung und auf die psychischen Anpassungsmöglichkeiten der heranwachsenden Person auswirkt. Ich erlebe immer häufiger, dass die psychische Gesundheit junger Menschen immer mehr im Zusammenhang steht mit einer guten gesellschaftlichen Integration; d.h. zu einer gesunden psychischen Entwicklung gehören gesellschaftliche Anerkennungserfahrungen wesentlich dazu. Ich lerne immer wieder Kinder und Jugendliche kennen, die in Beziehungen aufwachsen, in denen es nicht einfach ist eine authentische Balance zu halten. Dabei geht es nicht ausschließlich nur

um Beziehungen im engen Familiensystem, sondern auch um Beziehungserfahrungen außerhalb der Familie (Schule, Freunde, Institutionen, Organisationen...). Sie wachsen mit Grenzerfahrungen bzw. Trennungserfahrungen auf und vor allem junge Burschen wachsen häufig ohne Väter auf und lernen früh, dass sie sich ihre Beziehungen und Strukturen selber gestalten müssen. Es gibt also eine Vielzahl von Bedingungen, die eine authentische Entwicklung schwierig machen. Aber trotz der ganz unterschiedlichen Erfahrungen, die die Heranwachsenden in den verschiedenen Kontexten machen, nehme ich eine gemeinsame Bewusstseinshaltung wahr, die eine hohe Autonomiefähigkeit mit sich bringt. Viele junge Menschen erscheinen in der Therapie mit einem Selbstverständnis, das in vielen Aspekten eine hohe innere Kohärenz aufweist; d.h. sie konnten ein souveränes Selbst entwickeln, das sich nicht von den eigenen Bedürfnissen entfremdet hat. Ich denke, dass diese Entwicklung mit einer Bewusstseinsentwicklung zusammenhängt, die es für das Individuum in den meisten Fällen nicht mehr als sinnvoll erachtet, eigene Erfahrungen zu leugnen. Kinder und Jugendliche fühlen sich meist nicht mehr schwach und machtlos und begeben sich schon sehr früh auf die Suche nach Beziehungen, in denen sie ein gesundes Selbst entwickeln können. Intime Beziehungen werden also immer früher in die „Öffentlichkeit“ verlagert und dienen dem intensiven Erleben und Austausch des eigenen Selbst. Kinder und Jugendliche erringen zunehmend die Fähigkeit negative Beziehungserfahrungen intuitiv wahrzunehmen, sie unmittelbar und impulsiv zum Ausdruck zu bringen oder solange in sich zu halten, bis unter den vielen Beziehungsoptionen die eine „verstehende“ Struktur gefunden wird, in der die eigenen Ressourcen entwickelt und entfaltet werden können, die Stabilität und Sicherheit in das Selbst der jungen Person bringen.

3.2 Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitäts-Störung - AD(H)S

Eine der häufigsten psychischen Erkrankungen, die gegenwärtig bei Kindern und Jugendlichen diagnostiziert wird ist die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitäts-Störung. Als Ursache dieser psychischen Auffälligkeit gilt eine genetische Disposition (Vulnerabilität), aber auch psychosoziale Faktoren, wie z.B. ungünstige Familienverhältnisse, Vernachlässigung, Misshandlungen und chaotische Umweltbedingungen. Jugendliche verhalten sich unruhig, impulsiv, hektisch und akzeptieren keine sozialen Regeln und zeigen eine niedrige Frustrationstoleranz.

Meines Erachtens spiegelt sich in diesem Störungsbild die von mir beschriebene Entwicklung im Erleben junger Menschen wieder. Jungen Menschen gelingt es zunehmend Widersprüche im Erleben in sich zu halten, was natürlichen großen Druck berei-

tet, aber auch gewährleistet, dass das Selbst sich nicht gänzlich von den eigenen Bedürfnissen entfremdet.

Fallbeispiel: Paul, 10 J.

Paul ist ein 10 Jähriger Bub, der wegen AD(H)S zu mir in die Therapie geschickt wird. Die ersten 5 Stunden spielen wir meist Fußball, denn mir steht ein großer Raum zur Verfügung, in dem das gut möglich ist. Ich erlebe ihn sehr lebendig, aber nicht in einem Maße, dass es mir nicht gelingen würde, authentisch in der Beziehung zu bleiben.

Nach 5 Stunden will mir Paul etwas erzählen:

Paul: *„ich glaube meine Mama hat mich nicht lieb, ich möchte auch einfach einmal nur ganz normal frech sein können, wie jedes Kind. Außerdem gehen mir meine Eltern auf die Nerven, sie schimpfen dauernd aufeinander und ich weiß nicht wem ich glauben soll“*

Ich: *„du klingst enttäuscht und wütend“*

Paul: *„ja sicher, ich lass mir aber nichts gefallen; überhaupt freue ich mich, wenn ich schon groß bin, dann kann ich endlich ausziehen und unabhängig sein. Aber jetzt mag ich was mit dir spielen, sonst ist die Zeit bald um“*

Ich: *„ok, aber ich möchte dir nur sagen, dass ich das toll finde, dass du so großes Vertrauen in dich hast, obwohl du traurig und böse bist auf deine Eltern. So und jetzt lass uns Spaß haben“*

Paul ist fröhlich und ausgelassen, was er mir mit einer plötzlichen, blitzartigen Umarmung, die mich sehr berührt, zeigt. Mit diesem kurzen Fallbeispiel möchte ich nur zeigen, dass Paul, den ich stellvertretend für viele Jugendliche ausgewählt habe, die mir in den letzten Jahren in der therapeutischen Praxis untergekommen sind, in vielen Facetten sehr klar zwischen eigenen Bedürfnissen und Fremdbewertungen unterscheiden kann. Paul bringt auf einer sprachlichen Ebene sehr klar zum Ausdruck, dass er in seinem Prozess des „Authentischwerdens“ aus dem Gleichgewicht gekommen ist und sich nichts mehr wünscht, als eine „neue“ Beziehung, die seinen Bedürfnissen entspricht und ihn dabei unterstützt sein Gleichgewicht wieder zu finden.

Bisher ist es ihm gelungen einige der widersprüchlichen Erfahrungen in sich zu halten und im Bewusstsein zu symbolisieren. Unruhe, Hektik zeigen, dass er noch widersprüchliche Erfahrungen in sich trägt, momentan ist er aber ganz glücklich über neue Erfahrungen und wenn der Augenblick da ist, werden wir weitere Zusammenhänge in seinem Erleben herstellen können.

Fazit:

Schwindende Strukturen, größere Freiheiten, gestalten die Interaktion zwischen dem Selbst und dem anderen zunehmend offener, wobei eine gesunde Selbstentwicklung immer früher auch in Zusammenhang mit „verstehenden Beziehungserfahrungen“ außerhalb des familiären Systems steht. Es liegt in der Natur des jungen Menschen, dass er sich grundsätzlich nicht isoliert oder rebelliert, wenn „intime“ Beziehungen auch in der Öffentlichkeit möglich sind. Inauthentische Beziehungserfahrungen werden bei vielen Kindern und Jugendlichen in der Regel daher nicht mehr einfach ungeprüft in das Selbstkonzept eingearbeitet, denn junge Menschen sind psychisch flexibler geworden. Kindheit und Jugend sind aber weiterhin schützenswerte und förderungswürdige Prozesse im Erleben von Menschen und dazu brauchen sie entsprechende Beziehungen. In Zukunft wird es auch darum gehen, dass die Menschen insgesamt ein neues Verhältnis zu sich finden, zwischen Nähe und Distanz, das den eigenen Möglichkeiten und Bedürfnissen entspricht. Ich glaube, dass wir in dieser Hinsicht noch einiges von der Haltung junger Menschen lernen werden.

Für die psychotherapeutische Beziehung gilt es nun, diese Entwicklung aufzugreifen und die größere Beweglichkeit des Selbst zu nutzen. Wenn der junge Mensch im Rahmen einer personalen Beziehung die Möglichkeit hat, seine Wirklichkeit zum Ausdruck zu bringen und es dem Therapeuten gelingt diese in den Blick zu bekommen und zu „berühren“, dann findet er in der Regel sehr schnell zu seinen eigenen Ressourcen und der gestalterische Aspekt der Beziehung rückt immer stärker in den Vordergrund. Dazu ist aber eine intime und flexible Beziehung notwendig, die den jungen Menschen genug Freiraum lässt, um zu dem zu werden, der er werden kann.

Die richtige Balance zu halten, zwischen Intimität und Distanz, im Rahmen einer vertrauten „Bindung“, gehört wesentlich zu einem verantwortungsvollen psychotherapeutischen Umgang mit heranwachsenden Menschen dazu.

III. Abschnitt

1. Personzentrierte Psychotherapie mit Jugendlichen

In den letzten Jahren habe ich im Rahmen meiner Arbeit an der Institution, einige Fortbildungsveranstaltungen zum Thema Kinder- und Jugendpsychotherapie besucht, die von ganz unterschiedlichen interdisziplinären Interessensgemeinschaften ausgerichtet wurden. Diese Veranstaltungen gleichen zwar häufig einer politischen Bühne für die Wissenschaft und das Expertentum, doch es gibt einen Trend wahrzunehmen, der nicht zu übersehen ist. Die Experten werden sich zunehmend einig darüber, dass die wechselseitige, dialogische Beziehung und die Arbeit an der Beziehung immer mehr an Bedeutung gewinnt. Es gibt vermehrt empirische Belege für soziale, psychologische, biologische und neuronale Auswirkungen einer Beziehung. Es wird auch anerkannt, dass Empathie und Resonanz, ganz wesentliche Wirkfaktoren einer Beziehung sind, dafür gibt es auch zahlreiche empirische Untersuchungen aus der Säuglingsforschung, die auch vorgestellt werden. d.h. jede Berufung auf monokausale Erklärungen, die den Menschen aus der Verantwortung der Beziehung befreien, verliert zunehmend an Überzeugungskraft. Meist enden diese Veranstaltungen aber an dem Punkt, wenn es darum geht zu präzisieren, wie denn eine entwicklungsfördernde Beziehung gestaltet werden kann. Der Personzentrierte Ansatz hat demnach nichts an Aktualität verloren; ganz im Gegenteil, denn durch seine besondere Sicht des Menschen und seine Beziehungen, kann er viel dazu beitragen, um diese Lücke zu füllen.

Definition:

Personzentrierte Psychotherapie versteht sich als Versuch psychisches Leiden zu mindern oder zu heilen, indem Beziehungsbedingungen geschaffen werden, die eine Symbolisierung abgewehrten Erlebens zulassen, eine Minimierung der Inkongruenzen zwischen Selbst und Erfahrung, und durch korrektive Erfahrungen eine Integration dessen möglich machen, was in der Entwicklung schief gelaufen oder defizitär ist. Personzentrierte Psychotherapie ist Selbsterfahrung in Beziehungen und Persönlichkeitsentwicklung durch personale Begegnung (vgl. Schmid P., 2002, 88).

Personzentrierte Psychotherapie hilft den Unterschied zwischen Erleben und Symbolisierung anzuerkennen und was die fehlende Aktualisierung von Potential betrifft, hilft Therapie, sich zu entwickeln und (nach) zureifen (vgl. Schmid P., 2005, 9).

Zusatzqualifikation:

Bisher ist es in Österreich so, dass zugelassene PsychotherapeutInnen auch mit Kindern und Jugendlichen arbeiten dürfen. Die Sozialversicherungsträger bemühen sich aber zunehmend um die Einführung zusätzlicher Qualitätsstandards, in Form von zielgruppenorientierten Spezialisierungen. Deshalb gibt es auch seit kurzem am IPS ein eigenes Curriculum für personenzentrierte Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie. Ich persönlich bin der Meinung, dass es sinnvoll ist die Besonderheiten des Kindes- und Jugendalters in der Therapieausbildung unbedingt zu berücksichtigen, aber ich denke nicht, dass dies in einer eigenen Zusatzqualifikation oder gar in einem eigenen Berufsstand Niederschlag finden sollte.

1.1 Tradition der Personenzentrierten Kinder- und Jugendpsychotherapie

Personenzentrierte Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen hat eine lange Tradition. Rogers selbst hat schon während seines Studiums im Rahmen eines Stipendiums am „Institute for Child Guidance“ gearbeitet und nach Beendigung seines Studiums und der klinischen Ausbildung 1928 seine erste Stelle am „Child Study Department of Rochester Society for the prevention of Cruelty to children“ angenommen (vgl. Hinz, A., Behr M., 2002, 201). 1939 erschien sein Buch „The clinical Treatment of the Problem child“, in dem sich schon die grundlegenden Ideen seiner psychotherapeutischen Richtung wieder finden. Mit dem Bezug auf Otto Ranks Begriff der „relationship Therapy“ entwickelte sich seine therapeutische Behandlung zu immer persönlicheren Gesprächen und Rogers grenzte sich immer klarer von psychoanalytischen und verhaltenstherapeutischen Ansätzen ab (ebd., 202). In den 40er Jahren waren es unter anderem Virginia Axline, Charlotte Ellinwood und Elaine Dorfman, die mit Arbeiten zur Personenzentrierten Kinderpsychotherapie bekannt wurden. Die „non-direktive“ Spieltherapie geht auf Rogers' Doktorandin Virginia Axline zurück. Ihr Konzept ist ausführlich in ihrem Buch "Play Therapy" (1947) dargestellt. In ihrem populären Buch "Dibs" (1964) schildert sie den Verlauf einer Kindertherapie und das therapeutische Vorgehen (vgl. Fehringer C., Reisel B., 2002, 339). In den letzten 20 Jahren hat sich Personenzentrierte Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen als wissenschaftlich fundiertes psychotherapeutisches Verfahren auch im deutschsprachigen Europa etabliert. Zu Beginn der 80er Jahre gab es noch eine breite Anzahl von Veröffentlichungen, die das ursprüngliche Konzept von Axline auf den deutschsprachigen Raum übertrug und weiterentwi-

ckelte und noch vereinzelte Fallstudien und Veröffentlichungen (Schmidtchen, Behrs, Fröhlich-Gildhoff). Erst in den letzten 5 Jahren ist die theoretische Diskussion wieder vermehrt aufgenommen worden:

Folgende Werke und Beiträge sind mir zum Thema personenzentrierte Kinder und Jugendpsychotherapie bekannt:

Boeck-Singelmann, C., Ehlers, B., Hensel, T., Kemper, F. & Monden-Engelhardt, C. (Hrsg): 3 Bände zur Personenzentrierten Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen, Verlag für Psychologie: Hogrefe

Fehringer C., Reisel, B., (2002), Personenzentrierte Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen, In: Keil W., Stumm G. (2002), Die vielen Gesichter der Personenzentrierten Psychotherapie, Springer Verlag: Wien

Goetze, H., Jaede, W., (1974), Nicht - direktive Spieltherapie - München (Kindler)

Pelinka B., (2000), Klientenzentrierte Kindertherapie – Neue Aspekte vor dem Hintergrund der Persönlichkeitstheorie von Carl Rogers, In: PERSON 1/2000, Facultas WUV Universitätverlag

Reisel, B., (2001), The Clinical Treatment of the Problem Child. Carl Rogers als Kinderpsychotherapeut, In. PERSON 2/200, Facultas WUV Universitätverlag

Reisel, B., (2002), Wenn die Erfahrung zum Feind wird. Zum Verständnis kindlicher Verhaltensauffälligkeiten im Personenzentrierten Ansatz, In: Iseli, Keil, Korbei, Nemeskeri, Rasch-Owald, Schmid, Wacker (2002), Identität – Begegnung – Kooperation, Person-/Klientenzentrierte Psychotherapie und Beratung an der Jahrhundertwende, GwG Verlag: Köln

Schmidtchen S., (1976), Klientenzentrierte Spieltherapie , 2. Auflage - Weinheim, Basel (Beltz).

Weinberger, S. (2001), Kindern spielend helfen, eine personenzentrierte Lern- und Praxisanleitung, Juventa Verlag:Weinheim und München
Eva-Maria Biermann-Ratjen

Walkobinger, C., (2000), Der Therapieprozess in der Personenzentrierten Kindertherapie, In: PERSON 1/2000, Facultas WUV Universitätsverlag

1.2 Menschenbild

Das Menschenbild, das der Personzentrierten Psychotherapie zugrunde liegt, gilt natürlich auch für den jungen Menschen; d.h. der junge Mensch wird als Person verstanden, sowohl in ihrer Einzigartigkeit, ihrer Souveränität und Selbstbestimmung, in ihrer Selbstständigkeit und Autonomie, als auch in ihrer Beziehungsoffenheit und Beziehungsangewiesenheit und ihrer Fähigkeit zu Engagement und Solidarität (vgl. Schmid P., 1999, 12). Aus diesem dialektischen Spannungsverhältnis von Selbstständigkeit und Beziehungsangewiesenheit entspringt auch die Formulierung des Personzentrierten Axioms: Dass der Mensch die Fähigkeit und Tendenz zur Entwicklung in sich selbst trägt, er aber der Beziehung bedarf, damit diese Entwicklung tatsächlich stattfinden kann (ebd). Das Personzentrierte Menschenbild beruht also auf der Basis, dass jede Person und damit auch jeder junge Mensch das Potential und die Fähigkeit besitzt, ihr Leben zu gestalten und ihre Schwierigkeiten in individuell wie sozial konstruktiver Weise zu meistern.

1.3 Entwicklung

Der Mensch ist also ein selbstbestimmtes Wesen, mit dem Willen sich selbst zu erhalten und sich weiter zu entwickeln. Dieses Postulat findet sich wieder in der von Rogers beschriebenen Aktualisierungstendenz (Rogers C., 1959a, 21): Dies ist „die dem Organismus innewohnende Tendenz zur Entwicklung all seiner Möglichkeiten; und zwar so, dass sie der Erhaltung und/oder Förderung des Organismus dienen. Der Begriff beinhaltet die Tendenz des Organismus zur Differenzierung seines Selbst und seiner Funktionen. So hat der Mensch die grundsätzliche Tendenz zum inneren Wachstum, dieses Wachstum erfolgt im wechselseitigen Austausch mit anderen Menschen. Diese Grundannahme ist bestätigt worden durch die neuere Entwicklungspsychologie, vor allem die empirische Säuglingsforschung: Am Anfang des Lebens steht ein „aktiver, kompetenter Säugling“ (vgl. Fröhlich Gildhoff K., 2003), der nicht hilflos seinen Trieben oder seiner Umwelt ausgeliefert ist; der Säugling nimmt von der ersten Lebensminute an aktiv Einfluss auf seine Umwelt und ist bestrebt, sich mit dieser auseinander zu setzen und sich diese handelnd anzueignen, ein Paradigma, das auch für den personzentrierten Ansatz zentral ist. Die frühkindlichen Erfahrungen und ihre organismischen Bewertungen sind ausschlaggebend für die Entstehung und Entwicklung des Selbst. Das Individuum befindet sich lebenslang in einer Bewegung zwischen den Polen Autonomie, dem Streben nach Unabhängigkeit und Eigenständigkeit einerseits, sowie Ab-

hängigkeit, also der Suche nach Nähe und Sicherheit andererseits. Pfeiffer beschreibt zwei Grundmotivationen des Menschen: „Einerseits die Tendenz, sich selbst/seine Möglichkeiten zu aktualisieren; hier steht das „Für-Sich-Sein“ im Vordergrund, andererseits das Bedürfnis, in positiven sozialen Beziehungen zu leben. Hier rückt der Andere in den Vordergrund“ (ebd.).

2. Der jugendliche Klient

In Abschnitt II habe ich meine Beobachtungen und Wahrnehmungen zu den Auswirkungen der gesellschaftlichen Entwicklungen auf das „Selbst“ der heranwachsenden Menschen in den letzten Jahren geschildert, die ich mit einigen kurzen Sätzen noch einmal vor Augen führen möchte, da sie für mein therapeutisches Handeln von wesentlicher Bedeutung sind:

Ich habe also die Beobachtung gemacht, dass die neue Generation von jungen Menschen eine Bewusstseinshaltung auszeichnet, die schon sehr früh zur Selbst-reflexion und Selbstgestaltung befähigt. Dadurch rückt auch die Gesellschaft bzw. die Welt immer früher in den Mittelpunkt ihres Lebens und spielt für die Sozialisation eine ebenso bedeutende Rolle, wie die unmittelbare „Bezugswelt“. Die Familie scheint also nicht mehr die einzige Wirklichkeit im Leben schon ganz junger Menschen zu sein, was die Chance in sich birgt, dass trotz ungünstiger Bedingungen des Aufwachsens der heranwachsende Mensch in vielen Fällen eine gewisse Form von Souveränität entwickeln kann, mit einem Selbst, das sich nicht in Richtung Gefälligkeit und Abhängigkeit entfremdet und eine hohe innere Kohärenz aufweist. Es gibt also ein Wissen darum, was gut für die eigene Person ist (intuitiv/bewusst), das früh wahrgenommen und ernst genommen wird und Erfahrungen, die nicht dem eigenen Organismus entsprechen werden nicht mehr ungeprüft übernommen und können in sich gehalten werden. Spannungen, Ängste und Fehlanpassungen entstehen u.a., wenn die entsprechenden Erfahrungen fehlen, die notwendig sind, um die eigenen organismischen Ressourcen zu erkennen, zu symbolisieren und/oder zu entfalten bzw. wenn die Beziehungen fehlen, um aus den widersprüchlichen Erfahrungen ein kohärentes Selbstbild zu formen. Das ist auch der Grund warum für viele junge Menschen psychotherapeutische Unterstützung gesucht wird. Mängel in den aktuellen Beziehungen werden also immer zentraler für die Entstehung von Störungen und Inkongruenzen und der gestalterische und schöpferische Aspekt von Beziehungen rückt zunehmend mehr in den Mittelpunkt des therapeutischen Handelns. Es geht also nicht nur darum, sein Selbst von übernommenen Wertungen, Normen und Zuschreibungen von anderen, insbesondere elterlichen Be-

zugspersonen loszulösen, sondern auch darum, eigene Wertungen zu kreieren und kohärente Beziehungen zu gestalten, die den eigenen Bedürfnissen entsprechen. Das ist letztlich auch der Grund warum Jugendliche dann auch gerne in die Therapie kommen, denn sie suchen konstante, rhythmische und inspirierende Beziehungen, die sie in ihrer Entwicklung unterstützen. Ich plädiere deshalb für eine therapeutische Haltung, die nicht hinter jedem Selbstaussdruck des Klienten einem verzerrten organismischen Bedürfnis auf die Spur kommen möchte, sondern für eine Haltung, die den Selbstaussdruck auch für die gemeinsame Gestaltung von neuen Erfahrungen nutzt. Vom Misstrauen zum tiefen Vertrauen!

Ich muss ganz klar dazu sagen, dass sich mein Wissen in erster Linie auf meine Beobachtungen und Erfahrungen aus der eigenen Arbeit bezieht und speziell auf Jugendliche, die unter „relativ normalen“ Bedingungen aufgewachsen sind. Selbstverständlich sind schwere und frühe Störungen des Selbst möglich, die einen veränderten Kontext für die personenzentrierte Herangehensweise darstellen; in Bezug auf den klinischen Bereich fehlen mir jedoch die entsprechenden Erfahrungen.

Im folgenden Abschnitt möchte ich einen Überblick darüber geben, was speziell in der Arbeit mit Jugendlichen zu berücksichtigen ist und wie ich ganz persönlich den personenzentrierten Ansatz in der Gestaltung der therapeutischen Beziehung verkörpere:

2.1 Kontext abklären

„Personenzentriertes Arbeiten heißt personenzentriert handeln und systemisch (sozialpsychologisch) denken“, (Frenzel, pers. Äußerung). In der Regel kommen Jugendliche nicht aus eigenem Antrieb in die psychotherapeutische Praxis, meist werden sie von Eltern, Schulen, Jugendämtern oder anderen Institutionen überwiesen. Daher gilt es schon im Vorfeld mit aller Sorgfalt zu überprüfen, wie tragfähig eine psychotherapeutische Beziehung im Rahmen einer oft komplexen Beziehungskonstellation (Therapeut/Klient/Eltern/Institution) überhaupt sein kann und welche Ansprüche und Erwartungen an den Therapeuten herangetragen werden. Es macht wenig Sinn mit einer Psychotherapie zu beginnen, wenn beispielsweise Eltern und Jugendamt im Clinch liegen, d.h. in vielen Fällen ist es notwendig mit den Bezugspersonen Vorarbeit zu leisten, um in weiterer Folge in Ruhe therapeutisch arbeiten zu können. Oft gehen damit schon positive Veränderungen im Familiensystem einher, so dass eine Psychotherapie mit dem jungen Menschen hinfällig wird. Neben dem familiären Hintergrund und dem kulturellen und sozialen Bezugsrahmen innerhalb dessen sich das Personsein des/der

Jugendlichen realisiert, stellt der Überweisungskontext also auch ein wichtiges Element dar.

2.2. Die erste Stunde

Sind einmal die Rahmenbedingungen im Vorfeld geklärt und wird eine Psychotherapie als sinnvoll erachtet, dann erst kann eine Beziehungsaufnahme mit dem/der Jugendlichen beginnen. In der Regel sitze ich dann einem jungen Menschen gegenüber, der gekränkt, verärgert und verunsichert ist, denn weder weiß er genau warum er da ist, oder wer ihn geschickt hat, noch was ihn überhaupt erwartet und schon gar nicht ist er freiwillig hier. Durch diese anfängliche Kränkung ist die Bereitschaft sich mit dem eigenen Selbst auseinanderzusetzen verständlicherweise sehr gering, abgesehen davon, dass der Leidensdruck in diesem Alter oft noch nicht im Bewusstsein symbolisiert ist. Die Gestaltung der ersten Stunde ist meines Erachtens also ganz wesentlich entscheidend sowohl für die Bereitschaft des/der Jugendlichen, sich überhaupt auf eine Beziehung einzulassen als auch für die Vereinbarung eines „gemeinsamen Weges“. Gerade in Bezug auf diese ersten Momente der Beziehung, habe ich ganz wichtige Erfahrungen gemacht, deshalb möchte ich auch kurz auf die Gestaltung der ersten Stunde eingehen, in der ich persönlich großen Wert auf Offenheit und Transparenz lege, sofern es die Ressourcen des Heranwachsenden erlauben:

1) Begrüßung:

Meist beginne ich die Stunde, indem ich mich mit Namen und Tätigkeit (an der Institution) vorstelle und wir eine Form vereinbaren, mit der wir uns zukünftig ansprechen wollen.

2) Daseinsgrund abklären:

Weiters hat der junge Mensch das Recht zu erfahren, was ich bereits über ihn weiß, mit wem ich schon gesprochen habe und warum wir jetzt beide da sind. Wichtig ist auch zu erfahren, wie der/die Jugendliche eigentlich die Situation sieht und ob es eventuell ganz andere Anliegen gibt.

3) Befindlichkeit ansprechen:

Um einen größeren Freiraum für eine offene Beziehung schaffen zu können, ist es wichtig auch die Fantasien und Emotionen anzusprechen, die im Zusammenhang mit der Überweisung entstehen. Ist er/sie enttäuscht, verärgert oder ist es ihm/ihr egal,

dass jemand glaubt, er/sie muss eine Therapie machen? Viele Jugendliche haben die Fantasie, dass sie möglicherweise weg von zu Hause in eine Wohngemeinschaft müssen, oder in ein Internat kommen.

4) Erfahrungen mit Therapien:

Es gibt Jugendliche, die schon an verschiedenen Institutionen getestet wurden und die unterschiedlichsten Erfahrungen mit PsychologInnen und PsychagogInnen gemacht haben. Über diese Erfahrungen zu sprechen, hilft auch dabei ein Gefühl dafür zu bekommen, welchen Umgang sich der/die Jugendliche mit seiner/ihrer Person wünscht.

5) Erklärung:

Mit wenigen Worten versuche ich jugendgerecht zu erklären, was in einer Psychotherapie gemeinsam möglich ist und betone dabei insbesondere die Verschwiegenheitspflicht. Ich spreche auch die Wichtigkeit der Zusammenarbeit mit den Eltern an, die aber nur in Absprache mit dem/der Jugendlichen stattfindet.

6) Probezeit vereinbaren:

Grundsätzlich vereinbare ich eine „Probezeit“ von 5 Stunden, um uns die Möglichkeit zu geben einander kennen zu lernen und auch dem jungen Menschen zu signalisieren, dass er in seiner Eigenverantwortung gefragt und gefordert wird.

2.3 Berührung und Kontakt

In diesen ersten Momenten der Kontaktaufnahme geht es mir natürlich nicht in erster Linie nur um die inhaltlichen Informationen, sondern ich achte sehr darauf, durch Sensibilität und Feingefühl, mit meiner ganzen Person eine Verbindung zum jungen Menschen aufzunehmen, d.h. bevor ich mich ihm zuwende, lasse ich mich von ihm berühren, um ihn als Person wahrzunehmen. Körperhaltung, Sprache, Blicke sollen ein „warmes Interesse“ vermitteln, das wirklich aufrichtig ist und nichts zu tun hat mit einer fassadenhaften emotionalen Überbetonung. Wenn es dann gelingt sich auch achtsam der Person des jungen Menschen zuzuwenden und sie in ihrem Wesen zu berühren und der junge Mensch auch offen bzw. bereit dazu ist sich berühren zu lassen, dann entsteht im Augenblick dieser Berührung eine „Form von Energie“, die trotz der geringen Psychotherapiemotivation und der zwiespältigen Haltung Erwachsenen gegenüber, eine gewisse Neugier und ein Interesse beim Jugendlichen hervorruft, welche meines Erachtens aus dem intuitiven Wissen darüber entspringen, was gut für den ei-

genen Organismus ist. Neugier und Interesse sind zwar oft noch überlagert von Gefühlen, wie Misstrauen, Kränkung, Ärger usw., dennoch ist es wahrnehmbar, ob diese erste Berührung im Erleben des jungen Menschen etwas ausgelöst hat. Die erste Stunde ist also meist schon richtungweisend hinsichtlich der Möglichkeit, einen gesunden Entwicklungsprozess einzuleiten. Berührung ist also eine Voraussetzung dafür, dass überhaupt eine tiefere Beziehung entstehen kann. Sie stellt in der Theorie der Persönlichkeitsveränderung von Carl Rogers, auch die erste von sechs Grundbedingungen (Rogers C., 1959a, 40) für Persönlichkeitsentwicklung dar. Rogers postuliert, dass Klient und Therapeut sich in einem „psychologischen Kontakt“ befinden müssen, damit sich ein therapeutischer Prozess entwickelt. Er hat den Begriff Kontakt ausgewählt, um deutlich zu machen, dass es sich um das Erfahrungsminimum handelt, das man Beziehung nennen kann (ebd 34).

Eine Form von Berührung stellt also die wesentliche „Initialzündung“ dafür dar, dass sich Jugendliche angesprochen fühlen, sich zu öffnen, zu zeigen und zu verändern. Eine Berührung ist wie eine Einladung und ein Versprechen. Die Frage ist, wie Berührung entsteht und was sie bewirken kann.

2.4 Berührung durch Liebe

„Damit ein Kind sich normal entwickelt, muss jemand auf ganz irrationale Weise vernarrt sein in diesen kleinen Menschen.“ (Uri Bronfenner)

Ich denke, dass ein großer Teil des Geheimnisses der Personzentrierten Wirkweise mit einem Grundprinzip unseres Daseins erklärt werden kann, nämlich dem der „Liebe“. Eine Liebe, die jedes menschliche Wesen braucht, um sich voll entfalten zu können. Liebe kann man nicht empirisch messen, kaum erklären, üben oder absichtlich herstellen, deshalb wird sie auch meist in den Bereich der Esoterik oder der Theologie verbannt und auch von vielen Therapeuten gemieden. Liebe ist ein wesentliches Grundprinzip, das der Personzentrierten Psychotherapie zu Grunde liegt und wer diese Liebe in sich spüren kann, wird sie auch über die notwendigen und hinreichenden Grundhaltungen von Carl Rogers entfalten können. Ich spreche nicht von einer romantischen Liebe, die in den meisten Fällen an Interessen und Bedingungen geknüpft ist, sondern von einer Form von bedingungsloser Offenheit und Bewusstheit, um auch vom Anderen berührt werden zu können. Mir ist dieser Begriff der Liebe deshalb so wichtig, weil er nicht nur eine tiefe warme, offene Grundhaltung ausdrückt, die notwendig ist, um von Menschen erreicht zu werden und Menschen wiederum zu erreichen, sondern

Liebe impliziert auch einen tiefen Glauben an die Natur des Menschen. Letztendlich war es auch Carl Rogers tiefer Glaube daran, dass der menschliche Organismus sich in Richtung auf positives und selbst-transzendentes Wachstum bewegt, der ihn zu seiner Philosophie über den Menschen führte (Land D., 1992, 263).

Jede Begegnung zwischen Menschen ist also eine neue Chance sich zu öffnen, denn nur dort, wo sich Menschen wirklich erreichen und aneinander glauben, ist auch Bewegung, Entwicklung und Entfaltung möglich, die dem Wesen der Person entspricht.

2.5 Vom Kontakt zur „Beziehung“

„Vieles kann der Mensch entbehren, nur den Menschen nicht“ (Ludwig Börne)

Ist es einmal gelungen mit dem jungen Menschen in Kontakt zu kommen, der auch zu einer Beziehung führt, dann ist es die Aufgabe des Psychotherapeuten diesen Kontakt aufrechtzuerhalten und zu vertiefen, sodass eine möglichst wechselseitige Beziehung entstehen kann. Carl Rogers hat die Erfahrung gemacht, dass der Mensch die Möglichkeiten in sich trägt, sich in einer konstruktiven Weise zu entwickeln, wenn eine bestimmte Art von Beziehung vorherrscht (Rogers C., 1961, 47). Das geht auch aus den sechs Grundannahmen deutlich hervor. Die Beziehung bildet also die Grundlage für die eigentliche psychotherapeutische Arbeit. Empathie, bedingungslose Annahme und Authentizität sind dabei die notwendigen und hinreichenden Grundhaltungen (ebd., 277), deren Verwirklichung persönliche und soziale Veränderung bewirkt. Wahrscheinlich gibt es so viele Arten und Weisen diese Grundhaltungen zu verstehen und zu verwirklichen, wie es Menschen gibt, denn es handelt sich dabei um eine Seinsweise, die auch immer im Zusammenhang mit der Bewusstseinshaltung der eigenen Person steht. Selbst Carl Rogers hat von einem anfänglich psychologischen Verständnis, den Weg zu einer philosophischen bis zu einer noch tieferen mystisch/spirituellen Ausrichtung seiner Haltung gefunden.

3. Mein Verständnis der personzentrierten Grundhaltungen

Nach meinen persönlichen Erfahrungen aus dem eigenen Leben und aus der Arbeit mit den Jugendlichen ist „Liebe“, verbunden mit einem tiefen Glauben, die wesentliche Haltung für eine förderliche und inspirierende Beziehung.

Es ist eine Haltung, die der Person des Menschen entgegengebracht wird, was auch immer sie von sich zeigt, wobei ich mit Sicherheit eine Zielgruppe gewählt habe, in der mir größtmögliche Offenheit und Glauben möglich ist und in der ich meine Ressourcen am besten einbringen kann. Ich kenne auch keinen anderen Begriff, der Liebe im gleichen Sinn ersetzen kann. Darum berührt mich auch besonders die philosophische Betrachtungsweise von Empathie, bedingungsfree Akzeptieren und Authentizität, weil in ihnen Liebe als Grundlage des Seins und Handelns ihren Platz gefunden hat. Ich werde versuchen in aller Kürze herauszuarbeiten, was mir für die Vertiefung einer Beziehung als wesentlich erscheint.

3.1 „Presence“ (Gegenwärtigkeit)

Carl Rogers hat in seinen letzten Jahren die Bedingungen für Persönlichkeitsentwicklung noch um das Konzept der „Presence“ (Gegenwärtigkeit) ergänzt. Damit beschreibt er nicht nur einen seltenen Moment einer Begegnung, sondern auch einen transzendierenden Bewusstseinszustand:

„wenn ich als Therapeut ganz auf meinem Höhepunkt bin, wenn ich meinem inneren, intuitiven Selbst ganz nah bin, wenn ich mich vielleicht in einem etwas veränderten Bewusstseinszustand in der Beziehung befinde, scheint einfach meine Gegenwart befreiend und hilfreich. In solchen Augenblicken scheint es, als ob mein innerer Sinn sich hinausgestreckt und den inneren Sinn des anderen berührt hat. Unsere Beziehung transzendiert sich selbst und wird Teil von etwas Größerem.“ (Rogers 1986, in: Schmid, P., 1994, 228),

Presence ist eine Seinsweise, die eine tiefe Verwirklichung der Grundhaltungen darstellt. Presence (Gegenwärtigkeit) bedeutet sinnlich-zärtliche, gegenseitige Teilnahme am Leben des Anderen und in jedem Augenblick bei dem zu bleiben, was gerade da ist oder kommt, offen zu sein für den Anderen und für sich selbst. (Schmid P., 1994, 285) „Presence“ hat also ganz stark mit Liebe zu tun, d.h. mit einem Gefühl, das den anderen Menschen als eigenständiges Individuum achtet und nicht Besitz von ihm ergreift.

Es ist eine Art der Zuneigung, die Kraft hat und die nicht fordert (Schmid P., 1996, 535).

„In geänderten Bewusstseinszuständen scheinen Personen das Gefühl zu haben, mit ihrem Evolutionsstrom in Berührung zu stehen und dessen Bedeutung zu erfassen. Sie erfassen ihn als etwas, was an eine transzendierende Einheits- erfahrung heranreicht. Sie sehen das individuelle Selbst in einer Ära höherer Werte, besonders der Schönheit, des Einklangs und der Liebe aufgelöst. Die Person fühlt sich eins mit dem Kosmos.“ (Rogers 1979, In: Schmid P., 1994, 231)

3.2 Die Personzentrierten Grundhaltungen:

3.2.1 Empathie

Der Begriff der Empathie stammt ursprünglich aus dem Altgriechischen („en“, „pathos“) und bedeutet sich in das Gemüt eines anderen Menschen hineinzusetzen, um seine Gefühle, sein Leiden zu teilen (vgl. Schmid P., 2001, 54). Der Begriff wurde dann im Zusammenhang mit der Kunstbetrachtung verwendet, um seine eigenen Gefühle und Stimmungen zu beschreiben, die in das Kunstwerk einfließen. Die Psychologie (Max Weber) hat den Begriff als Einfühlung, Einstimmen, mit(er)leben in ihren Reihen etabliert und Carl Rogers hat diesen Begriff im Sinne eines „aktiven Zuhörens“ übernommen, um den Menschen primär einmal die Bedeutung von Verstehens- und Wahrnehmungsprozessen in Beziehungen nahe zu bringen. Unter anderem bedeutet Empathie für ihn:

„den inneren Bezugsrahmen des anderen möglichst exakt wahrzunehmen, mit all seinen emotionalen Komponenten und Bedeutungen, gerade so, als ob man die Person wäre, jedoch ohne jemals die „als ob“ Position aufzugeben“
(Rogers C., 1959a, 37)

Empathie ist ein komplexer Begriff mit ganz vielen unterschiedlichen Definitionen, die aus der Psychologie und Philosophie kommen und nicht immer geht klar hervor, was Empathie als konkreter Vorgang eigentlich bedeutet. Im Rahmen dieser Arbeit ist es mir deshalb wichtig folgendes wesentliche Verständnis von Empathie im personzentrierten Ansatz herauszustreichen.

Empathie ist keine psychologische Fertigkeit, die man getrennt von seinem eigenen Erleben erlernen kann, sondern Empathie ist eine ganz persönliche emotionale Fähigkeit und eine Beziehungseinstellung des Individuums, die schon von früher Kindheit an entwickelt wird; d.h. Empathie ist ein emotionaler Prozess und eine Qualität von Sein und Handeln, die einen ganz persönlichen Ausdruck von Solidarität darstellen. Empathie ist daher ganz klar abzugrenzen von einer Haltung, die Ute Binder als „soziale-kognitive“ Perspektivenübernahme“ bezeichnet, mit der es darum geht, sich in den anderen hineinzusetzen, um eigene Ziele zu verfolgen (vgl. Schmid P., 2001, 56). Empathie kann man daher nicht lernen, indem Inhalte und Fertigkeiten übernommen werden, sondern Empathie entwickelt sich im Rahmen von Beziehungen. Unter dem Aspekt gibt es einige Beschreibungen der Empathie, die mich besonders berühren:

- Empathie ist körperliche, geistige und seelische Resonanz
- Empathie bedeutet Mitschwingen mit dem Erleben des Anderen
- Empathie bedeutet Zuwendung mit dem Herzen
- Empathie schafft Intimität, liebevolles Zugehen auf den Anderen
- Empathie ist absichtslos und fordert nichts
- Empathie bedeutet pendeln zwischen dem Sich einfühlen in den anderen und dem Sich-selbst-spüren
- Empathie bedeutet zeitweilig das Leben dieser Person zu leben; sich vorsichtig darin zu bewegen, ohne vorschnell Urteile zu fällen.
- Empathie schließt ein, dass man die eigenen Empfindungen über die Welt dieser Person mitteilt.
- Empathie bedeutet nie den eigenen Standpunkt zu verlieren

Empathie bedeutet in der therapeutischen Arbeit einer unvollständigen Symbolisierung entgegenzuwirken und im personenzentrierten Ansatz gibt es nicht nur ein Verständnis darüber, was Empathie im philosophischen Sinn bedeutet, sondern es gibt auch eine differenzierte psychologische Darstellung, wie konkret vorzugehen ist. Aus dem letzten IPS Theorieworkshop möchte ich zwei Formen der empathischen Resonanz anführen, die Peter Schmid erwähnte: (Theorieworkshop 15. 10. 2005)

Konkordante Empathie: Es wird das Erleben direkt angesprochen, das der Klient selber, mit seinen Worten ausgesprochen hat

Komplementäre Empathie: der Therapeut konfrontiert den Klienten, mit dem was er noch nicht ausgesprochen hat, aber offensichtlich, unterschwellig zum Ausdruck gebracht hat

Fallbeispiel für mangelnde Empathie:

Ich schildere kurz eine Situation aus einer Therapiestunde vor einigen Wochen, in der ich weit weg war vom Erleben des 15-jährigen David und schnell darauf aufmerksam gemacht wurde.

Ich: *„wie geht es dir denn, wie war deine Woche“?*

David: *„Na, es geht so“*
(sein Gesichtsausdruck ist wie so oft trübsinnig und leer):

Ich: *„ich wünschte mir, du würdest einmal lachen können“*
(ich war sehr gut aufgelegt, habe mich gefreut David zu sehen und habe ihn deshalb aus dem Blick verloren)

David: *„man kann im Leben nicht immer nur lachen“*

Ich: *„ja, du hast Recht, es tut mir leid, dass ich nicht gesehen habe, dass dir nicht zum lachen ist“*

Meine Intervention war weder komplementär, noch konkordant und alles andere als empathisch; d.h. ich habe auf meine eigenen Gefühle geantwortet und war nicht wirklich mit dem Erleben von David in Verbindung.

3.2.2 Bedingungslose Annahme

Bedingungslose, positive Beachtung beschreibt die Haltung des Therapeuten, der sich dem Klienten mit bedingungsloser, ungeteilter Aufmerksamkeit zuwendet. Eine Warme und zärtliche Anteilnahme, die der von Eltern zu ihren Kindern gleicht, was nicht bedeutet alles gutzuheißen was der Klient denkt oder tut. Es ist eine Anteilnahme

gegenüber dem Klienten als einem besonderen und Selbstständigen Menschen, dem es erlaubt ist eigene Empfindungen und Erlebnisse zu haben und darin eigene Bedeutungen zu finden, mögen sie auch schmerzlich, ängstlich oder destruktiv sein (Rogers C., 1961, 277). Grundlage der Liebe ist das Akzeptieren des Andersseins des Anderen, so wie er ist. Liebe bedeutet, den Anderen zu bejahen, indem ich ihn sein lasse, nichts haben will (Schmid P., 1996, 537). Bedingungslose Annahme bedeutet somit tiefen Respekt vor der Person des Anderen und davor, wie er sich versteht. Eine Liebe, die nicht an Bedingungen geknüpft ist und bewirkt, dass der junge Mensch Vertrauen fasst sich selbst zu lieben.

In der Arbeit mit jungen Menschen, die in inauthentischen Beziehungen leben, ist es sinnvoll, begleitend auch die Eltern zu einer Haltung zu führen, die wieder an eine bedingungslose „Liebe“ für das eigene Kind anknüpfen kann. Deshalb ist es auch ganz wichtig, Eltern bedingungslos zu respektieren, auch wenn das manchmal wirklich nicht leicht ist; aber das Erfahren von bedingungsloser Akzeptanz ist die Voraussetzung für Veränderung und Entwicklung.

3.2.3 Authentizität

Zur Liebe gehört das unverfälschte Sein-Können und Sein-lassen-Können (ebd.) Das bedeutet, dass der Therapeut seiner selbst gewahr ist, dass ihm seine Gefühle und Erfahrungen nicht nur zugänglich sind, sondern dass er sie auch durch sein Sein und Erleben in die Beziehung zum Klienten einbringen kann (Schmid P., 1994, 175).

Authentisch zu sein heißt auch auf jegliche Methoden und Techniken zu verzichten und sich kreativ und spontan auf jede neue Beziehung einzulassen. Authentizität ist meiner Erfahrung nach die wesentliche Grundhaltung in der Arbeit mit jungen Menschen, auch wenn sie selbstverständlich nur zusammen mit den anderen Grundhaltungen zur Geltung kommen kann. Wer sich aber offen und natürlich zeigt, sich auch nicht davor scheut, seine eigene Unvollkommenheit anzuerkennen und wer aus integren Absichten handelt, kann es sich auch einmal erlauben in seinem „Verstehen“ daneben zu liegen.

„Es gilt Leib und Seele ernster zu nehmen und nicht nur Gedanken und Gefühle gelten zu lassen. Dies bedeutet natürlich auch die andere Person umfassender wahrzunehmen. Dies bedeutet eine Liebe zu sich selbst, die ein solches Selbstvertrauen einschließt, das es erlaubt Risiken einzugehen und keine Angst davor zu haben, die Kontrolle zu verlieren.“ (vgl. Thorne B., 1994, 236).

4. Aktualisierungstendenz

Wenn es also gelingt die Person des jungen Menschen zu berühren und die Beziehung zu vertiefen, dann wird eine Energie freigesetzt, die in gleichen Maßen befreiend wie schöpferisch wirken kann. Carl Rogers nennt diesen Prozess „Aktualisierungstendenz“. Der Begriff bezeichnet die dem Organismus innewohnende Tendenz zur Entwicklung all seiner Möglichkeiten; und zwar so, dass sie der Erhaltung oder Förderung des Organismus dienen (Rogers C., 1959a, 21). Sie wirkt wie eine Energie- und Aktionsquelle (Lebensquelle), die dem Organismus innewohnt, ihn erhält und entwickelt und stellt die heilende Kraft der Psychotherapie dar (Schmid P., 1994, 415).

Wenn der Mensch seine Natur zum Ausdruck bringen kann, dann kann er sich mehr und mehr zu jener Person entwickeln, die er ist. Die Aktualisierungskraft, ist also jene Lebensenergie, die dem Menschen Ausdruck verleiht und in einer Person wirklich werden lässt, was möglich ist. Sie ist der Ausdruck des vitalen Kerns der Person, eine auf Erhaltung und Entfaltung, auf Differenzierung und Steigerung gerichtete Kraft, die die Person auf das hin bewegt, was mit den Begriffen Wachstum, Reife, Lebensbereicherung, voll entwickelte Persönlichkeit gemeint ist. (ebd.). Sie bewirkt, dass der Mensch innerlich wachsen will, dass er seine körperlichen und geistigen Möglichkeiten zu leben und entwickeln sucht. Die Aktualisierungstendenz ist nicht nur Ausdruck einer Person, sondern indem sie aktualisiert, was gerade zum Vorschein kommen will, setzt sie die Person in Beziehung und damit wird auch die gestalterische Dimension der Aktualisierungstendenz deutlich, die für das therapeutische Handeln so wichtig ist. Aktualisieren heißt also nicht nur entfalten, was schon vorher da war, sondern auch kreieren, schöpfen von etwas neuem noch nicht da gewesenen (ebd. 420).

Die Aktualisierungstendenz ist daher nicht nur defizitorientiert zu verstehen, als Aufarbeitung verschütteter Möglichkeiten, sondern auch ressourcenorientiert, als gemeinsame Kreation neuer Erfahrungen.

4.1 Berührung als Anfang eines personalen Dialoges

Am Anfang jeder Beziehung steht also die Berührung, als eine erste Erfahrung des Menschen über sein Menschsein: er ist ein von anderen Geliebter, noch bevor er Liebe schenken kann. (Schmid P., 1995, 118). Personzentrierte Psychotherapie ist eine Beziehungserfahrung, die unter die Haut und ans Herz geht und die befreiende und schöpferische Energie der Aktualisierungstendenz freisetzt. Wenn es gelingt das We-

sen des Anderen zu berühren, so kann eine Entwicklung in Gang gesetzt werden, die in ihrem Ausdruck so vielfältig und intensiv sein kann, wie das Leben an sich. Die Entscheidung den Anderen zu berühren impliziert in erster Linie einen verantwortungsvollen Umgang mit der Person des Menschen, denn mit der Haltung wird eine Einladung und ein Versprechen ausgedrückt, sich zu öffnen und dem Anderen zuzuwenden. Eine Form der Berührung, die Mut, Hoffnung, aber auch Angst macht und die therapeutische Kunst besteht nicht nur darin etwas in Gang zu setzen, sondern vielmehr im Einlösen eines Versprechens, d.h. sich im Auftrag des Klienten als „echte“ Person zu zeigen, mit all seinen Möglichkeiten und Grenzen und im achtsamen Umgang mit dem Leben des Anderen. Die ethische Entscheidung sich dem Klienten zuzuwenden und die achtsame und professionelle Verwirklichung der notwendigen und hinreichenden Grundhaltungen stellen so den Anfang eines möglichen Dialoges dar und ermöglichen die Entfaltung eines personalen Raumes zwischen Therapeut und Klient, auf dessen Grund und Boden sich das Leben wieder einrichten lässt! Ein Raum, in dem das Grundprinzip des Lebens, nämlich bedingungslose Liebe zum fließen kommen kann, welches nicht nur das individuelle Leben des Klienten und des Therapeuten erfasst, sondern sich über die ganze Menschheit bis in den Kosmos erstreckt.

„Wenn wir ohne Urteil schauen, umfassen wir mit unserem Blick die ganze Menschheit“ (Stephen Mitchell)

5. Der Psychotherapeutische Raum

Wenn zwischen Therapeut und dem jungen Klienten ein personaler Raum entsteht, dann lässt sich wie schon erwähnt auf dessen Grund und Boden das Leben wieder so einrichten, dass ein authentisches Gleichgewicht im eigenen Erleben und im Erleben von Beziehungen wieder möglich wird. Es ist ein Raum mit einer ganz besonderen Atmosphäre und ich werde nur einige zentrale Aspekte des Lebens nennen, die in ihm zum Ausdruck und zur Gestaltung kommen können.

5.1 Raum für Wärme, Rhythmus und Konstanz

Am Anfang vor jeder Reflexion, steht also die Erfahrung des Menschen über sein Menschsein, die Erfahrung ein Angesprochener, Geliebter zu sein (Schmid P., 1995, 118). Die Liebe bzw. Gegenwärtigkeit des Therapeuten erfüllt den personalen Raum und schafft die Substanz, die der Klient für sein Person-Sein und Person-Werden nutzt. Wenn ein junger Mensch zu mir in die Therapie kommt, dann bin ich vom ersten Augenblick an mit meinem Herzen und mit meiner Aufmerksamkeit ganz bei ihm und die erste Erfahrung, die für ihn auch körperlich spürbar ist, ist in erster Linie eine „warme Neugier“ für seine Person.

Fallbeispiel: Nach 5 Stunden Probezeit, entscheidet sich Jens 11 J. für die Therapie:

Ich: warum hast du dich für die Therapie entschieden, darf ich dich das fragen?

Jens: ja sicher kann ich das, ich komme gerne, weil du mich magst, zu Hause trinkt mein Papa nur immer Tee oder sitzt die ganze Zeit auf dem Klo und hier interessierst du dich für mich.

Ich: wir lachen beide!

Der Grund, warum sich Jens für die Therapie entschieden hat, liegt in der Erfahrung, dass es da jemanden gibt, der ihn wirklich gerne hat; und er konnte das spüren, weil ich ihn wirklich auch sehr gerne mag.

Weiters sind Rhythmus und Konstanz wesentliche Elemente des psychotherapeutischen Raumes. Rhythmus ist der Ausdruck von Sicherheit in einer verlässlichen Beziehung. Rhythmus ist das Versprechen von Kontinuität und es ist das Versprechen, dass der Therapeut sich immer in gleicher Weise dem jungen Menschen hinwendet. In einer Personzentrierten Beziehung muss sich der junge Mensch darauf verlassen können, dass ihm der Therapeut immer mit der gleichen absichtslosen und hilfreichen, fördernden Haltung begegnet. Nur wer Empathie, Wertschätzung und bedingungslose Annahme konstant und verlässlich erfährt, kann ein gesundes Selbstbild entwickeln.

5.2 Raum für „empathische“ Resonanz“

Was es bedeutet mit allen Sinnen in Verbindung zu stehen, mit dem was der Klient zum Ausdruck bringt, beschreibt Peter Schmid mit dem Begriff der „empathischen Resonanz“ (vgl. Punkt 3.2.1). Um einer unvollständigen Symbolisierung entgegenzuwirken ist es wichtig, dass der Klient verstehen lernt, was er zum Ausdruck bringt; das ist ein notwendiger Prozess im Rahmen einer Therapie. Durch eine „konkordante“ und „komplementäre“ Empathie wird das angesprochen, was der Klient tatsächlich ausgesprochen hat und er wird damit konfrontiert, was er noch nicht ausgesprochen hat, aber unterschwellig zum Ausdruck gebracht hat. Wenn junge Menschen sich zum Ausdruck bringen, dann tun sie das meist sehr lebendig, in einer rasanten Geschwindigkeit und äußerst widersprüchlich und es ist nicht immer leicht ihnen auf der Spur zu bleiben. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass es meist wenig Sinn macht aus der Beziehung auszusteigen, um auf einer reflexiven Ebene das Erlebte anzusprechen. Vielmehr besteht die Kunst darin, in der Beziehung zu bleiben und als ganze Person unmittelbar auf das zu antworten, was der/die Jugendliche zeigt. Dabei gilt es eine gute Balance zu finden, zwischen sich zurückzunehmen, um dem Entwicklungsprozess des jungen Menschen fließen zu lassen und nicht durch therapeutische Absichten zu unterbrechen, und sich „ins Spiel zu bringen“, wenn es förderlich und hilfreich ist. In vielen Fällen ist es bei jungen Menschen gar nicht so bedeutungsvoll was zum Ausdruck gebracht wird, als dass es zum Ausdruck gelangt, denn im Ausdruck erleben sie die Kraft und Vitalität der Aktualisierungstendenz. Es ist wirklich spannend die Energie der Aktualisierungstendenz zu spüren, sie entfalten zu lassen, mit ihr spielerisch zu arbeiten und sich von ihr auch führen zu lassen und darauf zu vertrauen, dass etwas Gutes dabei entstehen wird.

5.3 Raum für „Personale Resonanz“: Präsenz – Resonanz - Konfrontation

Durch die konstante Realisierung der Grundhaltungen entsteht zwischen Therapeut und dem jugendlichen Klienten eine personale Resonanz und bildet den Anfang eines Dialoges, der sich kreativ und spontan ereignet und immer mit dem Klienten zu tun haben muss (Schmid, P., Theorieworkshop 15. 10. 2005). Personale Resonanz bedeutet nicht nur als „Verstärker“ des/der Jugendlichen zu dienen, sondern für ihn eine „Anderer“ Person zu sein, mit eigenen Werten, Meinungen und Stellungnahmen. Personale Resonanz bedeutet in diesem Sinne:

„miteinander Sein“ und „gegenüber Sein“ („Being with“/ „being counter“)
verstehen und nicht verstehen
nicken und Kopf schütteln
Intimität und Freiraum...

5.4 Raum für Beziehung

Mit dem veränderten Selbstbewusstsein der neuen Generation haben sich die Ansprüche an Beziehungen verändert. Der personale Raum zwischen Therapeut und Klient ist deshalb nicht nur als geschützter Schonraum zu verstehen, sondern vor allem als vielfältiger, bunter Raum, der kunstvoll und ästhetisch gestaltet werden kann, damit intensive Erfahrungen des Selbst möglich werden, denn junge Menschen brauchen Erfahrungen der eigenen Möglichkeiten, um neues kreieren zu können. Es handelt sich in erster Linie um einen Beziehungsraum, innerhalb dessen sich der Reflexionsraum entfalten kann (vgl. Depestele, F., 2005, 43). Ein Beziehungsraum, der weder dem Therapeuten, noch dem Klienten dazu dienen soll, sich darin „einzunisten“, um es sich gemütlich zu machen, sondern größtmögliche Offenheit zu jeder Zeit fördern soll. Psychotherapie ist die „Kultur des Selbst“, in der es darum geht Horizonte voller Möglichkeiten zu erschließen, um darin die eine zu finden, die dem Selbst ermöglicht, sich voll zu entfalten. Alles was in diesem Raum passiert soll Ausdruck personaler Begegnung sein und hat sich ausschließlich an der Person des jugendlichen Klienten zu orientieren.

5.5 Raum für kunstvolle Lebensgestaltung

Die Person rückt zunehmend auf eine andere Weise ins Zentrum, nicht mehr nur als sich befreiendes, sondern auch als Freiheitsformen schaffendes Individuum. Nicht mehr nur als negative Freiheit der Befreiung, des Freiseins von, sondern auch als posi-

tive Freiheit des Freiseins zu Bindungen, Beziehungen, Begrenzungen, die vom Individuum selbst gewählt und festgehalten werden (Schmid W., 2004, 14). Mit dem was der Klient in der Therapie zum Ausdruck bringt stellt er sein Leben dar und indem er es in Beziehung zum Therapeuten setzt, ist er auch Gestalter seines Lebens. Grundlegend für die Lebenskunst ist die Wahl des Klienten sich auf den Weg von der Möglichkeit zur Wirklichkeit zu machen. Ein Weg, der von einer rigiden Fixiertheit und Starrheit von Einstellungen, Konstrukten und Wahrnehmungen zu einer fließenden Veränderlichkeit und Flexibilität (Offenheit) führen kann. In diesem Sinne bedeutet Therapie auch kunstvolle Gestaltung des Selbst und seiner Existenz. Zur Kunstform wird die Therapie dann, wenn sie nichts Künstliches mehr an sich hat, sondern wenn sie zur „zweiten Natur“ geworden ist (ebd. 21).

5.6 Raum für das Spiel

„Der Mensch ist nur da ganz Mensch, wo er spielt“ Friedrich Schiller

Der Satz vom Menschen, der spielt, gewinnt erst dann seine große Bedeutung, wenn er auf den ganzen Ernst von Pflicht und Schicksal angewandt werde, um auf spielerische, gestaltende Weise mit dem existenziellen Ernst umzugehen und Schönheit zu realisieren. Existenziell ist dasjenige, was nicht abgewiesen und revidiert werden kann. Schön ist das, was aus freien Stücken bejaht werden kann und jene lebende Gestalt beseelt, die Gegenstand des Spieltriebes ist (Schiller 1795, in: Schmid W., 2004, 63).

In unserer Zeit gewinnt das Leben als Spiel an Bedeutung, da es für die Individuen aufgrund des Freiseins von Bindungen und äußerer Zwecksetzung notwendig wird zu experimentieren, auszuprobieren und in diesem Sinne zu spielen und Formen der Freiheit für sich zu finden. Der psychotherapeutische Raum soll auch Schönheit und Leichtigkeit vermitteln, wo mit Ängsten und Wünschen spielerisch umgegangen werden kann. Das Spiel ist eine ganz persönliche Qualität des Menschen aus sich herauszugehen, asketisch und ekstatisch, liebevoll und ernst, leidenschaftlich und selbstironisch, ängstlich und mutig, nachsichtig und unnachsichtig, emotional und reflektiert, überlegt und manchmal unüberlegt, ohne Scheu vor einer Dummheit, darin besteht die Kunst des Spielens und auf diese Weise entsteht Klugheit (ebd. 21). Im Spiel vollzieht sich die schöpferische Freiheit des Menschen, die Personalisation wider die Selbstentfremdung, die permanente „Transzendierung des Status quo“. Der Mensch verwirklicht sich im Spiel. Er bringt darin seine Möglichkeiten zum Ausdruck. Das Spiel ist Aus-

druck der Aktualisierungstendenz und zugleich bietet es der Aktualisierungstendenz den nötigen Raum seine Möglichkeiten zu verwirklichen. (Schmid P., 1994, 300)

„Man kann das Leben nur rückwärts verstehen, aber man muss es vorwärts leben.“ (Sören Kierkegaard)

Das Leben als Spiel zu verstehen bewirkt ein wertvolles Nachdenken über das Leben, seine Bedingungen und Möglichkeiten. Das Leben ist nur durch das Leben zu erlernen und gelegentlich ist innezuhalten und nachzudenken, um sich zu orientieren. Jugendliche sind oft sehr widersprüchlich in ihrem Erleben und sind meist noch nicht darin geübt, das sprachlich zum Ausdruck zu bringen. Deshalb bietet das kreative und spontane Handeln eine adäquate Möglichkeit Vergangenes zu symbolisieren bzw. neue Erfahrungen zu internalisieren. Die Aktualisierungstendenz setzt also auch sehr spielerische Impulse frei und diese gestalterisch zu nutzen ist eine Kunst, die der Therapeut beherrschen sollte.

„Wenn der Therapeut nicht spielen kann, ist er für diese Arbeit nicht geeignet“
(Winnicott)

5.7 Raum für vielfältige Ausdrucksmöglichkeiten

Um von Beginn an die Beziehung gemeinsam lebendig zu gestalten, gibt es in meiner Praxis die Möglichkeit eine Wegwerfkamera mitzunehmen und Fotos von seinem Leben „draußen“ zu machen, die dann von mir entwickelt werden. Junge Menschen nutzen das üblicherweise sehr gerne, um mir zu zeigen wie sie leben, wer zu ihrer Familie oder zu ihren Freunden gehört, was ihre Hobbys sind, welche Schule sie besuchen, wo sie wohnen, was ihnen wichtig ist, oder was sie überhaupt nicht mögen usw. Sie bringen wirklich ein Stück reales Leben in die therapeutische Praxis, an dem wir gemeinsam ansetzen können.

Es ist auf jeden Fall sinnvoll jungen Menschen vielfältige Ausdrucks- und Gestaltungsmittel bereitzustellen, die auch ihrer Lebenswelt entsprechen. In dem Raum, in dem ich mit Jugendlichen arbeite, gibt es die Möglichkeit zum Fußball- und Tischtennis spielen, es gibt Gesellschaftsspiele, Figuren, Waffen, eine tolle Malstaffelei und auch Multimedia-Spiele, wie z.B. eine Playstation.

Wenn diese Mittel spontan, freiwillig und absichtslos zum Einsatz kommen, helfen sie jungen Mensch immer ein Stück ihrer Wirklichkeit zu zeigen, ihre Not und auch ihre

Möglichkeiten und Wünsche. Diese Wirklichkeit in den Blick zu bekommen, egal ob sie dem Therapeuten psychisch, physisch oder geistig anvertraut wird, ist entscheidend für die Therapie.

5.8 Raum für Sinnsuche

Angesichts der Komplexität moderner Gesellschaften und der vielschichtigen Transformationsprozesse in allen gesellschaftlichen Bereichen, bricht eine ganze Skala von existenziellen Lebensfragen wieder auf. Die moderne Auflösung von Zusammenhängen, die das Selbst an sich selbst erlebt, erfährt es oft als Sinnlosigkeit seiner selbst und der Welt, sodass die Arbeit an inneren und äußeren Zusammenhängen sinnstiftend ist. In der Spiritualität liegt die Quelle der Identität der Person und der spirituelle Auftrag des Therapeuten besteht darin, auf der Basis der Gegenwärtigkeit, den Klienten auf seiner Suche nach Sinn und Wahrheit zu begleiten (vgl. Thorne B., 2000, 23). Einen solchen Raum des Innehaltens und Nachdenkens bietet auch die Psychotherapie.

- ist dieses Leben, das individuelle, das gesellschaftliche, auf dem richtigen Weg?
- was ist Leben für mich?
- was halte ich für wichtig: Freundschaft, Liebe, ein Leben in Zurückgezogenheit oder in der Öffentlichkeit?
- wie kann ich mein Leben führen? Welchen Sinn haben Ängste, Lüste, Schmerzen, Krankheit und Leid?
- welches Verhältnis habe ich zum Tod?
- woran kann dieses Leben orientiert werden? Was ist schön und bejahenswert für mich, was sind die Werte, denen ich in meinem Leben Bedeutung geben will?
- was ist in meinen Augen Glück? Was ist der Sinn des Lebens?

Im Personenzentrierten Ansatz geht es um einen Prozess des Werdens, in dem die Kreativität der Aktualisierungstendenz für Bewegung sorgt. Ein Prozess, der verbunden ist mit Dekonstruktionen, Rekonstruktionen und Neukonstruktionen, mit dem Ziel der Gegenwärtigkeit, um ein glückliches Leben nach eigenen Visionen zu leben.

5.10 Raum für magisches Denken

Ich erlebe immer wieder junge Menschen, die annehmen, dass die Wirklichkeit jenseits von Kausalzusammenhängen und Logik weitergeht. Es gibt einen Glauben daran, dass Gedanken, Worte oder kultische Handlungen ein bestimmtes Ereignis hervorrufen oder verhindern können, um die Welt nach eigenen Wünschen verändern zu können. Ich denke, dass die Welt der übernatürlichen, magischen Phänomene nicht erst seit Harry Potter besonders von Kindern und Jugendlichen erschlossen wird. Sie kann ihnen auch dabei helfen aus sich herauszugehen, sich zuzuwenden und ihre Erlebniswelt mit ihren Ängsten zu bewältigen. Es gibt Sicherheit, in einer Welt voller Hektik, mit Ekeltieren und Horrorwesen, alle Möglichkeiten des Handelns auszuschöpfen und gewappnet zu sein, um am Ende die Erfahrung zu machen: auch wenn manchmal schreckliche Dinge passieren, ist gewiss, dass das Gute siegen wird.

Der psychotherapeutische Raum hat also auch Platz für die magisch, übersinnlichen Möglichkeiten der Aktualisierungstendenz, nicht nur zur Bewältigung von Ängsten, sondern auch zur Entwicklung neuer Kräfte und zur Entfaltung des eigenen Bewusstseins.

5.11 Raum für Berührung

Der Umgang mit Inkongruenzen bedarf einer „Kunst der Berührung“, vor allem der zärtlichen Berührung und dies gilt für die körperliche ebenso, wie für die seelische, geistige und metaphysische Berührung. Jede Berührung vermittelt eine Erfahrung von Transzendenz, einer Überschreitung der engen Grenzen des Ichs. Mit der Berührung eines anderen wächst das Selbst über sich hinaus. Sein Selbst von Ideen und Gedanken junger Menschen berühren lassen und diese selbst wiederum zu berühren schafft Intimität und Lebendigkeit. In meiner Arbeit sind es vor allem die jüngeren Jugendlichen, die immer wieder die unmittelbare körperliche Berührung suchen, wenn der Ausdruck noch nicht über die Sprache erfolgen kann und ich mache durchaus spannende Erfahrungen, im Umgang mit dem körperlichen Ausdruck der Aktualisierungstendenz.

Durch körperliche Berührung ist es dem Jugendlichen möglich ein Selbstverständnis für die eigene Kraft und Stärke zu entwickeln und in der Beziehung ein richtiges Verhältnis von Nähe und Distanz zu gestalten. Jede körperliche Begegnung bedeutet also Begegnung mit dem eigenen Geschlecht und in der Gestaltung der Körperlichkeit geht es immer auch um Identifikation und Abgrenzung.

5.12 Raum für Begegnung mit dem eigenen und dem anderen Geschlecht

Die Pubertät ist die Zeit großer körperlicher Veränderungen. Der Körper verändert sich sehr stark in kurzer Zeit, das Heranreifen zur jungen Frau bzw. zum jungen Mann ist unübersehbar. Zu beobachten ist ein deutlicher Wachstumsschub, bei Burschen ein Muskelzuwachs, das Sprießen von Scham- und Achselbeharrung, die Herausbildung der Geschlechtsmerkmale. Hormonelle Veränderungen bedingen unreine Haut, die Geschlechtsreife wird erreicht, die erste Menstruation, der erste Samenerguss ereignen sich und Sexualität als neue Qualität des Empfindens wird zu einem großen Thema. Dieser Wandel im Körper löst oft Verunsicherung und große Stimmungsschwankungen in den jungen Menschen aus. Der eigene Körper wird genauestens beobachtet und die Frage wie eine Frau bzw. ein Mann sein soll wird zu einem wichtigen Thema.

Vor dem Hintergrund dieser Entwicklung bekommt auch die Geschlechtlichkeit des Therapeuten eine neue Bedeutung. Ich erlebe, dass sich junge Burschen durch Identifikation und Abgrenzung mit meiner Männlichkeit, mit dem Erleben der eigenen Sexualität und der Geschlechtsrolle auseinandersetzen, während junge Mädchen die Beziehung zu mir eher als „Übungsfeld“ für ihre aufsteigende Erotik und für Verliebtheitsgefühle nutzen. Die sorgsame Auseinandersetzung mit der eigenen Geschlechtsrolle ist daher immens wichtig, nicht nur um sich über die eigenen Vorstellungen von Männlichkeit und Weiblichkeit klar zu werden, sondern auch um die eigenen „narzisstischen“ Bedürfnisse in den Blick zu bekommen (vgl. Teichmann-Wirth B., 1992, 301). Wenn das gelingt, dann ist auch ein Sprechen über Sexualität möglich, ohne dass der junge Mann bzw. die junge Frau verletzt wird.

5.13 Raum für Phantasie und Realität

Nach meinem Verständnis von personaler Begegnung, ist eine Polarisierung zwischen Phantasie und Realität aufzuheben, zu Gunsten einer Beziehung, in der die Möglichkeit besteht Phantasien und Bedürfnisse des Klienten zu erkennen und zur Reflexion zu bringen, als auch neue reale und korrigierende Beziehungserfahrungen zu machen, im Rahmen der persönlichen, therapeutischen und institutionellen Möglichkeiten.

5.14 Raum für Schwäche

Der personale Raum ist auch ein Ort, in dem der junge Mensch sich freimachen kann von der ständigen Anstrengung stark sein zu müssen und Schwäche zu überspielen.

„Menschen scheitern eher an ihrer Stärke, als an ihrer Schwäche“ (W. Schmid)

Schwäche, bedeutet ernst zu nehmen, dass das Selbst momentan über wenige Möglichkeiten verfügt. Schwäche treibt Sensibilität hervor und schärft das Bewusstsein, dadurch kommen auch neue Möglichkeiten der Begegnung in den Blick, denn der der schwach ist, öffnet sich für andere, wenn auch aus purer Not. Personenzentrierte Psychotherapie bedeutet die Autonomie des Einzelnen zu achten und ihn dennoch nicht alleine zu lassen.

5.17 Raum für Euphorie und Leidenschaft

Die Realisierung der personenzentrierten Grundhaltung schafft eine Atmosphäre der Intimität und Offenheit, die den jungen Menschen anregt, sich frei zu fühlen und sich zum Ausdruck zu bringen. Wenn die Aktualisierungstendenz bei jungen Menschen zum fließen kommt, dann entsteht häufig eine Art von Euphorie und Leidenschaft, die starke Impulse auslösen kann. Jugendliche beginnen aus sich herauszugehen, wälzen sich am Boden, grimassieren, stoßen Laute aus und es scheint als würde in diesen Augenblicken das ganze Glück und die gesamte Not aufeinander treffen.

Der psychotherapeutische Raum geht auch mit diesen Gefühlen, mögen sie noch so negativ und destruktiv sein, behutsam um, denn in ihnen steckt der tiefe Wunsch verstanden zu werden.

5.16 Raum für soziale Ressourcen

Der psychotherapeutische Raum ist auch gefordert dem Wandel der gesellschaftlichen Rahmenbedingungen dadurch zu begegnen, dass er Jugendliche bei einer produktiven Lebensbewältigung unterstützt und die dafür erforderlichen Lebenskompetenzen fördert, um Lebenssouveränität zu erreichen, z.b.

Zuhören

Toleranz

Offenheit

Mut

Kommunikation	Fähigkeit des argumentativen Dialoges
Flexibilität	Toleranz
Kreativität	Gestaltungskompetenz
Intuition	Instinkt
Selbstachtsamkeit	Risikobereitschaft
Spontaneität	Kontextualität
Interkulturalität	Einfühlungsvermögen
Kohärenzsinn	Fähigkeit zum Austragen von Konflikten

Die Förderung der sozialen Ressourcen ist nicht als Vermittlung von Inhalten zu verstehen, sondern als Resultat eines Prozesses. Indem der Therapeut mit seiner (welt) offenen Haltung all diese Qualitäten in einer authentischen Seinsweise vorlebt, kann er sie auch dem jungen Menschen nahe bringen.

5.9 Raum für das freie „Denken“

Durch die Kraft der Aktualisierungstendenz wird der junge Mensch auch angeregt seinen Geist zu öffnen und in Konversation zu treten. Er entwickelt Haltungen, Visionen und Werte und möchte sie zum Ausdruck bringen. Der psychotherapeutische Raum dient also auch dazu, einen geistigen Raum zu eröffnen, der zwischen Therapeut und Klient entsteht, innerhalb dessen Lebensfragen gestellt und erörtert werden können. Insofern betrachte ich den psychotherapeutischen Raum auch als einen Raum, in dem Werte, klare Stellungnahmen und Meinungen nicht nur zum Ausdruck kommen können, sondern auch entstehen können.

„Selbstsein heißt Empfindungen, Gedanken, Interessen, Meinungen zu haben. So gesehen macht es keinen Sinn, vom Sein als eine Existenzweise zu sprechen, in der man nichts hat und nichts zu haben begehrt“ (Erich Fromm)

6. Welches Denken könnte einen Personzentrierten Therapeuten ausmachen

6.1 Zyklisches Denken

Der psychotherapeutische Raum ist kein lineares System, das einer Abfolge von Handlungsanleitungen gleicht; d.h. Empathie, Anerkennung und Authentizität haben keine funktionale Bedeutung, sondern sind Ausdruck einer personalen Beziehung.

Um junge Menschen grundsätzlich besser zu verstehen, macht es Sinn dem zyklischen Denken wieder mehr Raum zu geben, in dem auf eine Polarisierung zwischen dem Selbst und dem Anderen, die auf eine binäre Logik aufbaut, verzichtet wird und in dem die Kategorien „entweder – oder“, die Trennungen und Polarisierungen zwischen „reinen“, abgeschlossenen Systemen, zunehmend an Gültigkeit verlieren und abgelöst werden durch eine Logik des „sowohl als auch“, geprägt durch Verflechtungen, Überschneidungen, Grenzüberschreitungen sowie den Reichtum an interner Differenz. Im Raum- Denken gibt es kein besser oder schlechter, sondern alles hat seinen Platz. Die Spannung, die durch die Unterschiedlichkeit entsteht, ist das, was anzieht und woraus neue Kreation entsteht. Zyklisches Denken hat viel mit „Gegenwärtig-Sein“ gemeinsam. Es kommt nicht auf jede Stunde und Minute an. Die Zeit beginnt nicht an einem Punkt und endet an einem anderen. Was gestern geschah, ist nicht für immer vorbei". Die Zeit, die heute nicht genutzt wurde, kommt morgen wieder." Das zyklische Denken ermöglicht es, tiefere Zusammenhänge zu verstehen, innerhalb und außerhalb von Raum und Zeit. Es gibt weder Anfang noch Ende, nur die Form der Energie und der eigene Blickwinkel dazu verschieben sich.

6.2 Kairotisches Denken

Kairotisches denken heißt, dass jeder Augenblick einmalig ist und versäumtes sich nicht einfach nachholen lässt. Das bedeutet: wenn man einen günstigen Augenblick nicht nutzt, ist er vorbei, denn der günstige Moment ist immer hier und jetzt. Der Moment etwas zu ändern ist jetzt und hier, der Augenblick die Zukunft zu beeinflussen ist hier und jetzt. Der Augenblick, um von der Vergangenheit zu profitieren ist hier und jetzt (Schmid P. 1994, 207). Der Anspruch des Kairos ist es wachsam zu sein und sich der Gegenwart zu stellen: mit einer gewissen Gelassenheit aber auch einem Wagnis!

Wenn der junge Mensch dem Therapeuten seine Wirklichkeit anvertraut, dann ist immer auch ein Stück Hoffnung damit verbunden, verstanden zu werden und sich weiter zu entwickeln. Jeder Augenblick ist daher ein ganz besonderer, denn er wird so nie wieder kommen. In jedem Augenblick liegt ein Stück Hoffnung auf die Zukunft und wenn es gelingt eine therapeutische Beziehung zu vertiefen, dann entsteht ein persönlicher Raum, in den viele solcher wertvollen Augenblicke einfließen!

6.3 Illusionsloser Optimismus

Die Welt befindet sich im Umbruch, die Menschen verändern sich und keiner kann wirklich sagen, wo wir uns hin bewegen. Personenzentriert denken heißt ein grundsätzliches Vertrauen in die Entwicklung der Welt zu haben. Es ist gut die Welt zu sehen wie sie ist, aber es ist besser sie an ihren Möglichkeiten zu messen.

„Es gibt zu viele Möglichkeiten, als dass man Pessimist sein kann. Es gibt natürlich auch zu viele Krisen, als dass man einfach Optimist sein kann. Ich sage immer: Ich bin Possibilist, ich sehe Möglichkeiten.“ Jakob von Uexküll

6.4 Evolutionäres Denken statt Ideologisches denken

Auch ein Psychotherapeut ist nicht gefeit davor, es sich in Vorstellungen über den Menschen und die Welt „gemütlich“ zu machen. Wichtig ist es stets offen zu sein für neue Erfahrungen, ohne sich gekränkt oder bedroht zu fühlen. Interessen sind vielfältig und nur in ihren Dialogen passiert konstruktive Entwicklung. Gegenwärtig befinden wir uns in einem soziokulturellen Um- und Aufbruch und gerade in der Begegnung mit jungen Menschen bedarf es eines wachen Geistes, um für die vielfältigen neuen Interessen offen zu sein. Zu einem evolutionären Denken gehört auch die Einsicht, dass es keine Lösungen gibt, sondern nur Prozesse. Das personenzentrierte Menschenbild beruht auch auf der Überzeugung, dass jede Person ihr eigener existenzieller Prozess ist (vgl. Schmid P., 2005, 9) und evolutionäres Denken ist eine Voraussetzung dafür, nicht mit dem Verstehen aufhören zu müssen, um mit Erklärungen anzufangen!

7. Umgang mit „Störungsbildern“ im PZA

Zum Abschluss möchte ich noch ganz kurz Stellung dazu nehmen, wie ich persönlich im Rahmen meiner institutionellen Arbeit mit Störungsbildern bzw. Störungswissen umgehe. Psychologische Tests, das Erstellen von Diagnosen gehören zur täglichen Routine in der Arbeit an einer Institution, die einen Vertrag mit den Sozialversicherungsträgern hat. Zumindest an unserer Institution erlebe ich das Erstellen von Diagnosen eher als lästiges Blättern im ICD-10 und habe nicht den Eindruck, dass daraus eine besondere Handlungsanleitung entnommen wird. Ich muss auch dazu sagen, dass der ICD-10 Störungen schon viel prozesshafter beschreibt, als es noch in alten Klassifikationsschemata vorzufinden ist.

Meine Beschäftigung mit medizinischen Diagnosen und Störungsbildern dient also in erster Linie dazu, mich an einer gemeinsamen internen Verständigung zu beteiligen, haben aber für meine therapeutische Praxis keine Relevanz.

Das heißt aber nicht, dass im personenzentrierten Ansatz kein „störungsspezifisches“ Wissen notwendig ist. Zu einer personenzentrierten Psychotherapeutik gehört das systematische Erfassen von Erfahrungen und Beobachtungen, die den Prozess von Menschen betreffen auf jeden Fall dazu. Da aber das personenzentrierte Menschenbild auf der Annahme beruht, dass die Person ihr eigener existenzieller Prozess bzw. ihr eigenes Erleben ist, macht es nur Sinn, prozessspezifische Konzepte zu erstellen, mit personalen statt problemzentrierten Kriterien, die nichts mit den traditionellen Vorstellungen von Diagnose zu tun haben (vgl. Schmid P., 2005, 9).

8. Schlussfolgerung

Die Welt, die Gesellschaft, die Menschen und die Beziehungen haben sich in den letzten Jahren drastisch verändert. Junge Menschen sind selbstbewusster geworden und erheben zunehmend Anspruch auf gesellschaftliche Integration und Partizipation, die ihren Möglichkeiten entsprechen. Sie wollen nicht mehr rebellieren, aber auch nicht in der Isolation leben, sondern suchen Wege und Möglichkeiten an der Neugestaltung der Gesellschaft teilzuhaben. Solidarität ist eine Beziehungsqualität, die zunehmend zum Ausdruck des neuen Selbstverständnisses junger Menschen gehört. Mit ihrer Bewusstseinshaltung haben sie nun endgültig mit alten ideologischen Denkstrukturen gebrochen und versuchen nun ihrerseits Beziehungsstrukturen zu schaffen, die Intimität und Flexibilität gewährleisten und nicht in Abhängigkeiten enden. Um die eigenen Ressourcen zu entdecken, zu entwickeln und zu entfalten brauchen Jugendliche aber „verstehende“ Beziehungen innerhalb und außerhalb des familiären Systems, die sie dabei unterstützen. Gegenwärtig werden wir alle mit unterschiedlichen, oft diskrepanten Weltbildern und Lebensformen konfrontiert, was häufig zu Missverständnissen und Spannungen führt und ein authentisches Hineinwachsen in die Gesellschaft erschweren. Offenheit, Wertschätzung und Einfühlungsvermögen sind Haltungen, die unsere Welt gegenwärtig besonders braucht, um humaner und gerechter zu werden.

Auch eine personenzentrierte Psychotherapie kann dieser Entwicklung Rechnung tragen und bedeutet in diesem Sinne nicht nur Befreiung von Fremdbestimmtheit, sondern auch kreatives und spontanes kreieren und gestalten von neuen Möglichkeiten, die ein selbstbestimmtes aufwachsen in einer komplexen Welt möglich machen. Ich erlebe, dass im Ausdruck junger Menschen, auch wenn die Not noch so groß ist, immer auch der Wunsch und die Hoffnung nach einer besseren Zukunft stecken. Deshalb sollten wir uns nicht davor scheuen den psychotherapeutischen Raum als einen Ort zu sehen, in dem gemeinsam auch etwas „schönes“ Platz hat, wo junge Menschen lachen können und sich wohlfühlen dürfen, denn darum kommen sie in erster Linie und nicht deshalb, um zu erfahren was schiefgelaufen ist. Es gibt nichts Schöneres für mich, wie wenn junge Menschen mit ihren Augen strahlen, weil sie so sein dürfen, wie sie wirklich sind.

Nur so kann Offenheit und Reflexivität entstehen; wir dürfen nur unseren tiefen Glauben an die Natur des Menschen nicht selbst in Frage stellen bzw. in Frage stellen lassen, und dazu gehören Mut und eine ordentliche Portion Gelassenheit!

Ich bin sehr glücklich, dass ich diese Arbeit geschrieben habe; inhaltlich ist sie zwar an vielen Stellen konfus und nicht zu Ende gedacht, aber sie hat mich in meiner Entwicklung zum Psychotherapeuten um Längen vorangetrieben und mich wieder meinen eigenen Möglichkeiten ein Stück näher gebracht!

Und jetzt ist Schluss!



9. Literaturverzeichnis

Axline, V., (1947), Kinder-Spieltherapie im nondirektiven Verfahren: München, Kindler

Axline, V., (1964), Dibs-die wunderbare Entfaltung eines menschlichen Wesens: München, Knauer

Baacke D., (1999), Jugend und Jugendkulturen, 3. Auflage: Juventa Verlag München

Baacke D., (2003), Die 13-18-Jährigen, Einführung in die Probleme des Jugendalters, 8. Auflage: Beltz Verlag, Weinheim und Basel

Boeck-Singelmann, Ehlers, Hensel, Kemper, Monden Engelhardt (1997), Personzentrierte Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen Band 2

Depestele, F. (2005), Prozessdifferenzierung durch Raumdifferenzierung in der Experienziellen Psychotherapie, In: Person-Centered & Experiential Psychotherapies PCEP, Number 3, Volume 4, Spring 2005

Deutsche Shell, Hurrelmann K., Albert M. (2002), 14. Shell Jugendstudie, Jugend 2002, Fischer Taschenbuch Verlag

Fehringer C., Reisel, B., (2002), Personzentrierte Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen, In: Keil W., Stumm G. (2002), Die vielen Gesichter der Personzentrierten Psychotherapie, Springer Verlag: Wien

Ferchoff W. (1999), Jugend an der Wende vom 20. zum 21. Jahrhundert, Lebensformen und Lebensstile, 2. Auflage:Opladen

Friessl C., Polak R. (2001), In: Experiment Jung-Sein, Wertewelt österreichischer Jugendlicher, Czernin Verlag: Wien

Fröhlich Gildhoff K. (2003), Vortrag: Grundelemente einer modernen Personzentrierten Kinder- und Jugendpsychotherapie, Bad Homburg 28.06.2003

Großegger, B. (2003), In: 4. Bericht zur Lage der Jugend in Österreich, Teil A: Jugendradar 2003, Anmerkungen zum Jugendbegriff Im Auftrag von: Bundesministerium für soziale Sicherheit, Generationen und Konsumentenschutz: Wien

Guardini, R., (2005), das Wesensbild der Jugend In:
<http://www.kirchspiel-wenden.de/intern/aktuelles/downloads/wortgottes.pdf>,

Guardini R. (1953), Die Lebensalter, Ihre ethische und pädagogische Bedeutung, 11. Auflage, 2004: Matthias Grünewald Verlag Mainz

Hantel-Quitmann W., (2002), Die Zukunft intimer Beziehungen im Zeitalter der Globalisierung, In: Hantel-Quitmann W., Kastner P. (2002), Die Globalisierung der Intimität, Die Zukunft intimer Beziehungen im Zeitalter der Globalisierung, Psychosozial-Verlag: Gießen

Hinz A., Behr M., (2002), In: GwG, Gesellschaft für wissenschaftliche Gesprächspsychotherapie 3/2002, Schwerpunktthema Carl Rogers, GwG Verlag: Köln

- Iseli, Keil, Korbei, Nemeskeri, Rasch-Owald, Schmid, Wacker** (2002), Identität – Begegnung – Kooperation, Person-/Klientenzentrierte Psychotherapie und Beratung an der Jahrhundertwende, GwG Verlag: Köln
- Keil W., Stumm G.** (2002), Die vielen Gesichter der Personzentrierten Psychotherapie, Springer Verlag: Wien
- Keupp H.** (2004), In: *Cierpka M., Lemkuhl U., Lenz A., Seiffge-Krenke I., Streeck-Fischer A.* (08/04), Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie: Göttingen
- Land D.** (1992), In: Frenzel P., Schmid P., Winkler M., Handbuch der Personzentrierten Psychotherapie: Edition Humanistische Psychologie
- Storch, M.** (1999), Identität in der Postmoderne - mögliche Fragen und mögliche Antworten. In H. Dohrenbusch & J. Blickenstorfer (Hrsg.), Allgemeine Heilpädagogik. Eine interdisziplinäre Einführung (S. 70-84), Band II. Edition SZH. Luzern
- Cooper M., Mearns D., Stiles W., Warner M., Elliott R.,** (2004), In: Person-Centered & Experiential Psychotherapies PCEP, Number 3, Volume 3, Autumn 2004, PCCS Books: United Kingdom
- Rogers C.** (1961), Entwicklung der Persönlichkeit 13. Auflage, 2000, Klett-Cotta: Stuttgart
- Rogers C.** (1959a), dt: Eine Theorie der Psychotherapie der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen, Verlag GwG: Köln, 3.Auflage 1991.
Orig.: A theory of therapy, personality, and interpersonal relationship, as developed in the client-centered framework. In: Koch, Sigmund (1959), A study of a science, New York, Toronto, London
- Schmid P.** (1994), Personzentrierte Gruppenpsychotherapie, I. Solidarität und Autonomie, Edition Humanistische Psychologie: Köln
- Schmid P.** (1995), Personale Begegnung, 2. Auflage: Würzburg
- Schmid P.** (1996), Personzentrierte Gruppenpsychotherapie in der Praxis, Die Kunst der Begegnung, Junfermann Verlag: Paderborn
- Schmid P.** (1998), Paper: State of the art personzentrierten Handelns als Vermächtnis und Herausforderung: WUV-Verlag
- Schmid P.** (1999), Paper: Personzentrierte Psychotherapie: Eine Einführung
- Schmid P.** (2001), In: Sheila Haugh, Tony Merry, Empathy, Rogers Therapeutic Conditions: Evolution, Theory and Practice, Volume 2, PCCS Books: United Kingdom
- Schmid P.** (2002), In: Stumm G., Keil W., Die vielen Gesichter der Personzentrierten Psychotherapie, Springer Verlag: Wien
- Schmid P.** (2005), Kreatives Nicht-Wissen. Zu Diagnose, störungsspezifischem Vorgehen und zum gesellschaftlichen Anspruch des personzentrierten Ansatzes, In: PERSON, Internationale Zeitschrift für Personzentrierte und Experienzielle Psychotherapie und Beratung (1/2005), WUV-Universitätsverlag

Schmid W. (1998), Philosophie der Lebenskunst, 1. Auflage, Suhrkamp Verlag: Frankfurt am Main

Schmid W. (2004), Mit sich selbst befreundet sein, 1. Auflage, Suhrkamp Verlag: Frankfurt am Main

Schmid W., (2005), Globalisierung als Chance: Individueller Umgang mit Wandel, In: <http://www.lpb.bwue.de/publikat/global/schmie.htm>

Polak R. (2004), frei-solidarisch-spirituell-sinnsuchend, Jugendliche sind die Gegenwart Europas In: Integration und Partizipation von Jugendlichen in Europa-ein Resümee, In: „Die Jugend ist die Zukunft Europas-aber bitte noch nicht jetzt“, Symposium 3.12.2004: Wien

Spielhofer H. (2005), PERSON, Internationale Zeitschrift für Personzentrierte und Experienzielle Psychotherapie und Beratung (1/2005),

Stumm G., Keil W. (2002), Die vielen Gesichter der Personzentrierten Psychotherapie, Springer Verlag: Wien

Teichmann-Wirth B. (1992), Personzentrierte Therapie: Jenseits der Sexualität? In: Frenzel P., Schmid P., Winkler M (Hrsg.): Handbuch der Personzentrierten Psychotherapie 1992, Edition Humanistische Psychologie

Thorne B. (2000), Spirituelle Verantwortung in einem säkularen Beruf, In: PERSON, Zeitschrift für Personzentrierte Psychotherapie und personzentrierte Ansätze (1/2000), WUV-Universitätsverlag

Thorne B. (1994), In: Personzentrierte Gruppenpsychotherapie, I. Solidarität und Autonomie: Edition Humanistische Psychologie: Köln

Winkler M. (1992), Geschlechterdifferenz in der therapeutischen Interaktion, In: Frenzel P., Schmid P., Winkler M (Hrsg.): Handbuch der Personzentrierten Psychotherapie 1992, Edition Humanistische Psychologie

Wustinger L. (2005), Paper: Die Super-Nanny, 23.06.2005