

# Vom Nutzen erkenntnistheoretischer Modelle für PsychotherapeutInnen

Katharina Sternek, Wien<sup>1</sup>

Erkenntnistheorie ist ein Thema, das in der psychotherapeutischen Landschaft trotz seiner Bedeutung selten explizit behandelt wird. Mein Beitrag zu diesem Thema ist zwar vorwiegend aus der psychotherapeutischen Perspektive gestaltet, aber verbunden mit der Hoffnung, dass die Übertragbarkeit auf sämtliche Berufsfelder, in denen es um die Begleitung von Menschen bei ihren Entwicklungs- und Lernprozessen geht, erkennbar wird. Mit dieser Aufgabe sind verschiedene Anforderungen verbunden, allen voran die Forderung, den anvertrauten Menschen in ihrer Lebens- und Erlebniswirklichkeit gerecht zu werden, und dies ist nicht zuletzt eine Frage der Voraussetzungen und Möglichkeiten unserer Erkenntnis.

Aber was bedeutet in diesem Zusammenhang "Wirklichkeit", und wie lässt sich der Begriff "Wirklichkeit" verstehen? Eine derart theoretische Frage scheint doch eher von akademischem Interesse zu sein als ein Thema für praktisch tätige TherapeutInnen. Deshalb soll im Folgenden versucht werden, die Nützlichkeit der Auseinandersetzung mit erkenntnistheoretischen Fragen anhand der Darstellung des Kritischen Realismus, der erkenntnistheoretischen Position der Gestalttheoretischen Psychotherapie, aufzuzeigen. Zur

Veranschaulichung der Darstellung soll folgende kleine Geschichte dienen.

## Die Geschichte von Hans

Die Geschichte handelt von einem jungen Mann, 33 Jahre alt, namens Hans. Hans wohnt mit seiner Freundin Nina seit zwei Jahren zusammen. Hans hat wie die meisten Menschen einen unmittelbaren, man könnte auch sagen naiven Zugang zur Welt und zur Wirklichkeit – d.h. die Welt ist für ihn einfach so, wie er sie erlebt.

Eines Abends bei seiner täglichen Joggingrunde durch den Wiener Prater stößt Hans mit seinem Fuß an einer leicht aus dem Boden ragenden Baumwurzel an und verspürt einen Schmerz. Dies, obwohl er doch ganz klar gesehen hat, dass er seinen Fuß neben der Baumwurzel aufgesetzt hat. Als er gerade im Begriff ist, sich selbst ob seiner Ungeschicklichkeit zu beschimpfen, taucht stattdessen eine merkwürdige Idee in ihm auf: "Könnte es sein, dass es nicht *einen* Fuß und *eine* Baumwurzel gibt, sondern *zwei*? Je einen Fuß und eine Baumwurzel in meiner erlebten Welt und je einen Fuß und eine Baumwurzel in einer anderen Welt? Sodass mein erlebter Fuß zwar neben der erlebten Baumwurzel war, während jedoch mein anderer Fuß in einer ande-

## Zusammenfassung

In diesem Beitrag wird der Frage nach dem Nutzen und der praktischen Relevanz erkenntnistheoretischer Modelle für die Psychotherapie anhand der Darstellung des Kritischen Realismus, der erkenntnistheoretischen Position der Gestalttheoretischen Psychotherapie nachgegangen.

Zum Einstieg in die Auseinandersetzung mit der Thematik dient die Erzählung einer "Alltagsgeschichte", die Fragen zum Erleben der "Wirklichkeit" aufwirft – Fragen, die dann in weiterer Folge aus kritisch-realistischer Sicht beantwortet werden.

Mit der Herleitung und Darstellung der zentralen Grundannahmen des Kritischen Realismus soll plausibel gemacht werden, inwiefern dieses Erklärungsmodell hilfreich für ein differenziertes Verständnis der Dynamik zwischenmenschlicher Beziehungen und damit einhergehender Probleme sein kann.

Der zweite Teil des Beitrags beschäftigt sich explizit mit der Darstellung einiger Folgerungen, die sich aus dem kritisch-realistischen Modell für die praktisch-psychotherapeutische Arbeit ableiten lassen. Dabei werden insbesondere die Aspekte therapeutische Grundhaltung, therapeutische Beziehung und Praxeologie näher beleuchtet.

Der Beitrag stellt zugleich einen psychotherapiebezogenen Rahmen für die Lektüre der nachfolgenden gestalttheoretischen Grundlagentexte von Wolfgang Köhler und Wolfgang Metzger dar.

ren Welt an der Baumwurzel angestoßen ist?" Während er nach Haus läuft, gehen ihm diese Gedanken noch eine Weile im Kopf herum.

<sup>1</sup> In Anlehnung an den Vortrag bei der 20. Wissenschaftlichen Arbeitstagung der GTA (Gesellschaft für Gestalttheorie und ihre Anwendungen) am 27.04.2017 in Wien. Hilfreiche Anregungen zu diesem Beitrag verdanke ich Thomas Fuchs und Gerhard Stemberger.

Einige Stunden später befindet er sich mit seiner Freundin Nina beim jährlichen Mietertreffen der Hausbewohner. Das Treffen findet im Partyraum des Hauses statt, in dem die beiden wohnen – und es endet wie immer mit einem kleinen Umtrunk. Dort beobachtet Hans, dass seine Freundin Nina sich angeregt mit Peter, dem neuen Mieter aus dem vierten Stock, unterhält. Kurz darauf kommt sie mit einem Glas Wein auf ihn zu und erzählt ihm, dass Peter nicht nur sehr freundlich sei, sondern auch ein richtig Intellektueller, mit dem man sich spannend über verschiedenste Themen unterhalten könne. Da Hans keine Lust auf eine mühselige Diskussion mit seiner Freundin hat, schweigt er und denkt nur still für sich: "Das sieht Nina ähnlich. Die ist derart naiv und gutgläubig. Ich habe schon von Anfang an durchschaut, dass Peter ein Blender ist – von wegen Intellektueller. Der Typ benutzt doch sein intellektuelles Gerede und sein falsches Lächeln nur, um junge Frauen zu beeindrucken. Solche Typen haben doch nur das Eine im Sinn. Da kenne ich mich aus. Na ja, Nina ist halt ein bisschen weltfremd und bar jeder Menschenkenntnis."

Als er sich noch ein Bier von der Theke holt, kommt er ins Gespräch mit dem etwas älteren Ehepaar aus dem Erdgeschoß. Zu seinem Erstaunen äußern diese sich ähnlich wie seine Freundin Nina über Peter. Beide erzählen ihm, wie freundlich Peter sei, zudem gebildet und geistreich.

Hans ist verwirrt und kommt erneut ins Grübeln: "Reden wir vom selben Peter? Oder gibt es zwei oder mehrere Peter? Es scheint, als sei ‚mein‘ Peter ein anderer als der von Nina oder der Peter des Ehepaars. Wie ist denn das möglich?" Über derlei Dinge denkt er an diesem Abend noch lange nach.

### Kritisch-realistische Sicht als Erklärung des Erlebens von Hans

#### Zunächst zum 1. Teil der Geschichte:

Zur Veranschaulichung des Erlebens von Hans dienen die folgenden Skizzen.

Hans läuft und man sieht den von Hans erlebten Fuß, wie er diesen nach vorne neben die Baumwurzel bewegt (Abbildung 1: der Pfeil zeigt die Bewegungsrichtung des Fußes). Plötzlich verspürt Hans einen starken Schmerz (Abbildung 2) – er realisiert, dass sein Fuß an der Wurzel anstößt (Abbildung 3).



Abbildung 1



Abbildung 2



Abbildung 3

Das veranlasst Hans zu folgenden Fragen: Er hat doch gerade gesehen, wie er seinen erlebten Fuß neben der Wurzel aufsetzt. Oder hat sich die Baumwurzel plötzlich in Richtung seines Fußes bewegt; ist sie einfach hochgesprungen? Oder gibt es zwei Füße in je zwei verschiedenen Welten?

Aus kritisch-realistischer Sicht lässt sich Hans' Frage nach „zwei Welten und zwei Füßen“ klären, da in dieser Denktradition tatsächlich folgende Unterscheidung getroffen wird: Es wird unterschieden zwischen einer physikalischen Umwelt mit physikalischen Dingen (z.B. der Baumwurzel) und einem sich in der physikalischen Umwelt befindenden physischen Organismus, in unserem Fall Hans (großes Männchen Hans und sein physischer Fuß in Abbildung 4) UND der phänomenalen Welt von Hans, seiner Erlebnis- bzw. Anschauungswelt. Die von Hans erlebte Umwelt (inkl. der erlebten Baumwurzel) und das von ihm erlebte Körper-Ich (inkl. seines erlebten Fußes) sind nicht gleichzusetzen mit der physikalischen Umwelt und dem physischen Organismus von Hans.

Vor dem Hintergrund der kritisch-realistischen Unterscheidung kann man von einer "Verdoppelung der Welt" sprechen und in diesem Sinn gibt es tatsächlich zwei Wirklichkeiten (mit zwei Füßen). Der Ablauf des Geschehens lässt sich nun folgendermaßen beschreiben: Die Bewegung des von Hans erlebten Fußes (Abbildung 4) steuert über Nervenübertragung die Bewegung seines physischen Fußes nach vorne neben die Wurzel. Dass dabei der physische Fuß an das physikalische Objekt Baumwurzel stößt, wird über Nervenübertragung (sog. propriozeptive Nerven) in die Erlebniswelt von Hans zurückgemeldet – eine

schmerzliche Rückmeldung (Abbildung 5). Diese Rückmeldung führt in Folge zu einer Korrektur des wahrgenommenen Sachverhalts in der phänomenalen Welt von Hans. Es wird deutlich, dass der ursprünglich erlebte Fuß nicht identisch war mit dem physischen Fuß (Abbildung 6).

Das Beispiel veranschaulicht somit die zentrale Grundannahme des Kritischen Realismus, die in der klaren Unterscheidung zwischen transphänomenaler Welt und phänomenaler Welt besteht. Die transphänomenale Welt, welche die physikalische Welt samt allen sich darin befindenden physikalischen Objekten und Vorgängen umfasst, ist als erlebnisjenseitige Welt zu verstehen und als solche dem Menschen nicht direkt zugänglich.

Jeder Mensch hat jedoch seine eigene phänomenale Welt, die er als Wirklichkeit erlebt. Sie ist jene Welt, die dem Menschen anschaulich gegeben ist und die ihm quasi gegenübersteht. Mit phänomenaler Welt ist die gesamte vorgefundene Welt eines Menschen gemeint, sein eigenes phänomenales Ich (erlebtes Körper-Ich im Unterschied zum physischen Organismus) und seine phänomenale Umwelt (erlebte Umwelt) einschließlich der von ihm erlebten anderen Menschen.

Das Beispiel zeigt das Verhältnis von transphänomenaler und phänomenaler Welt.<sup>2</sup> In unserem

<sup>2</sup> Der kritisch-realistische Ansatz als erkenntnistheoretische Grundlage der Gestaltpsychologie und der Gestalttheoretischen Psychotherapie wurde vor allem in folgenden Arbeiten ausgeführt: Köhler 1920,1968, 1971; Bischof 1966; Metzger 1969, 2001; Tholey 1980; Stemberger 2011,2016. Er ist verwandt, aber nicht gleichzusetzen mit dem philosophischen Kritischen Realismus von z.B. George Santayana (1863-1952, Spanien) oder Roy Bhaskar (1944-2014, England).

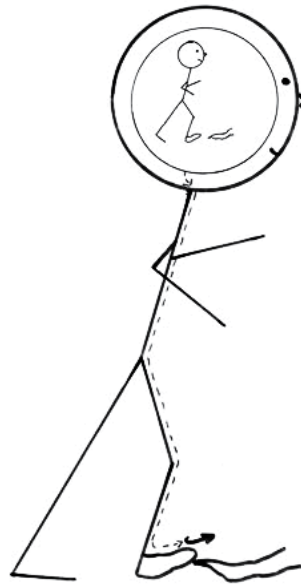


Abbildung 4

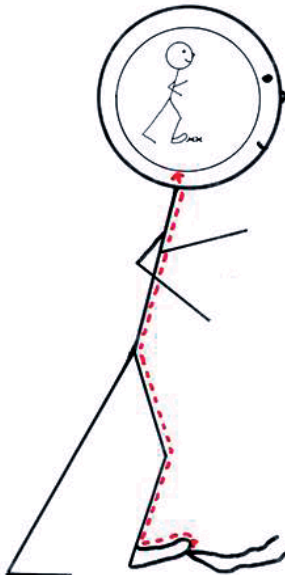


Abbildung 5

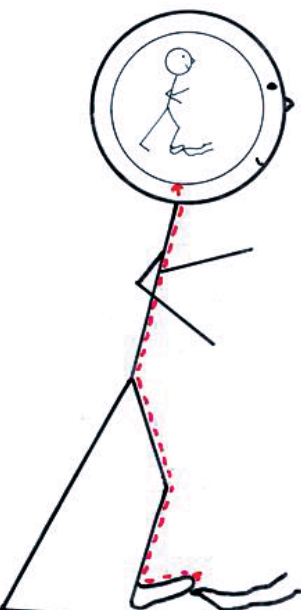


Abbildung 6

alltäglichen Leben präsentiert sich uns unsere phänomenale Welt in aller Regel als die einzig reale – es kommt aber immer wieder zu Erlebnissen oder Wahrnehmungen in dieser phänomenalen Welt, die auf die Existenz einer transphänomenalen Welt verweisen (wie etwa in unserem Beispiel die schmerzhaft Rückmeldung aus dieser transphänomenalen Welt). Des Weiteren wird erkennbar, dass eine Wechselwirkung zwischen der transphänomenalen bzw. physikalischen Welt und der phänomenalen Welt besteht. Der Organismus unseres Protagonisten Hans bewegt sich in der physikalischen Welt. Seine phänomenale Welt ist dabei offen für Einwirkungen aus der transphänomenalen Welt, was im Fall von Hans in Form des erlebten Schmerzes zur Korrektur in seiner phänomenalen Welt führt.

Im Kritischen Realismus wird davon ausgegangen, dass beide Welten, phänomenale und transphänomenale Welt, eine strukturelle Ähnlichkeit aufweisen, wobei die phänomenale Welt die transphänomenale Welt gewissermaßen "abbildet" (siehe weiter unten genauer). Das ist aus funktionaler Sicht sehr sinnvoll, weil es so dem Organismus ermöglicht wird, mit der phänomenalen Welt als „Steuerungsorgan“ in seiner physikalischen Umwelt einschließlich seiner Mitmenschen entsprechend seinen Lebensbedürfnissen zu interagieren (vgl. Metzger 1969/1986).

*Zum 2. Teil der Geschichte:*

Das Treffen der Hausbewohner löst noch weitere Fragen bei Hans aus: Wie ist es möglich, dass die anderen (Nina, das Ehepaar) nicht merken, wie Peter wirklich ist? Gibt es zwei oder mehrere Peter? Wenn man den von Nina erlebten

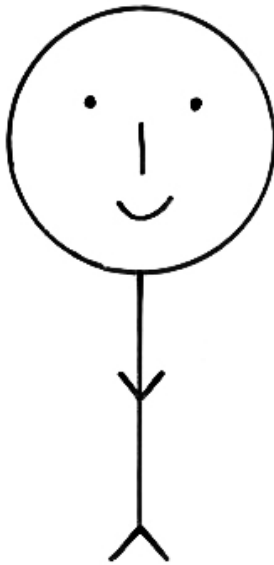


Abbildung 7

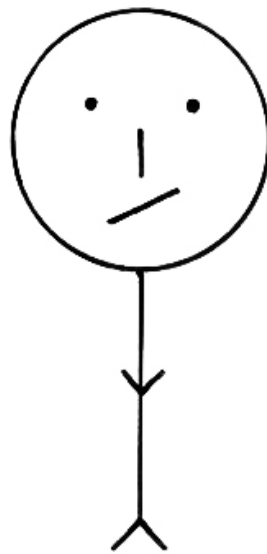


Abbildung 8

Peter (Abbildung 7) und den von Hans erlebten Peter (Abbildung 8) ansieht, zeigen sich deutliche Unterschiede.

Aus kritisch-realistischer Sicht bietet sich auch hier ein Erklärungsmodell an.

Die Darstellung in Abbildung 9 zeigt, dass sich die physikalischen Organismen von „Hans“ und „Nina“ wie auch der von „Peter“ in einer gemeinsamen physikalischen (also transphänomenalen) Welt befinden. In dieser physikalischen Welt gibt es nur einen physikali-

schen „Peter“, auf welchen sich sowohl der Peter in Ninas phänomenaler Welt als auch der in Hans' phänomenaler Welt beziehen. Die auf dem physikalischen „Peter“ beruhenden phänomenalen Peter in den phänomenalen Welten von Nina und Hans werden von diesen sehr unterschiedlich wahrgenommen bzw. erlebt<sup>3</sup>.

Im Kritischen Realismus geht man – wie bereits vorher erwähnt – davon aus, dass die phänomenale Welt die transphänomenale Welt in angemessener Weise „abbildet“. Dabei handelt es sich aber um kein einfaches "passives Abbild" (Tholey 1986 in Tholey 2018, 247), sondern vielmehr um das Endergebnis eines komplexen Prozesses, der vereinfacht beschrieben folgendermaßen abläuft: Physikalische Reize aus der physi-

<sup>3</sup> Auch Peter hat natürlich seine eigene phänomenale Welt, die in dieser stark vereinfachten Darstellung nicht eingezeichnet wurde.

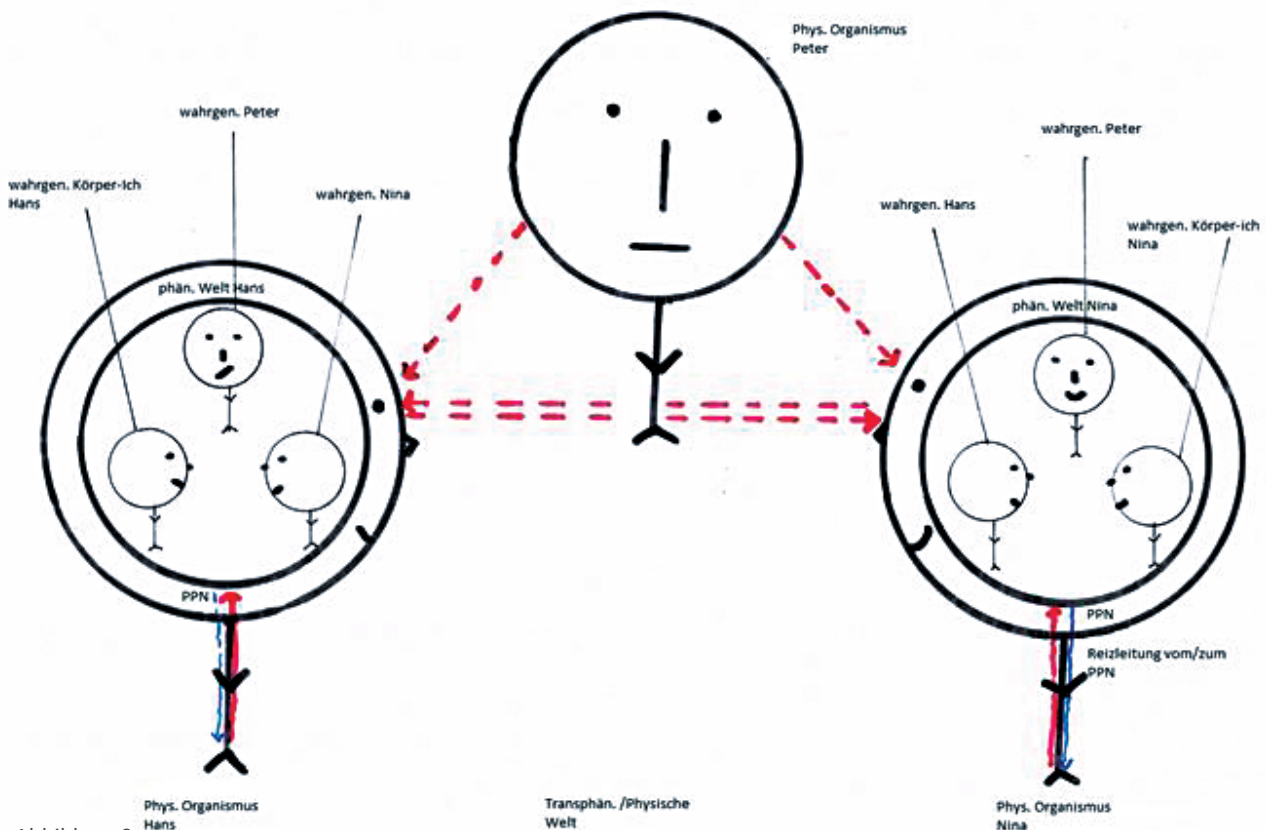


Abbildung 9



kalischen Umwelt treffen auf unsere physischen Sinnesorgane und gelangen (ebenso wie propriozeptive Reize aus dem physischen Körper) über afferente Nervenbahnen in das Gehirn zu einem Bereich in der Großhirnrinde, für den der Gestaltpsychologe Wolfgang Köhler den Ausdruck "Psychophysisches Niveau" (PPN) verwendet hat (vgl. Köhler 1920; 1971). Im PPN findet auf der Basis physikalisch-physiologischer Prozesse eine Umwandlung der Reize statt, in deren Folge bestimmte Inhalte psychisch erlebbar werden. Köhler ging in seiner Forschung dabei von der sog. Isomorphie-Annahme aus, also einer Strukturgleichheit zwischen physikalisch-physiologischen Prozessen (Gehirnvorgängen) und psychischen Vorgängen. Das bedeutet, dass es für jedes Phänomen im Erleben des Individuums ein entsprechendes neurophysiologisches Geschehen im Sinne eines zentralnervösen Pendants gibt (vgl. Köhler 1971).

Es kommt jedoch trotz gleicher Reizgrundlage zu unterschiedlichem Erleben in den Wahrnehmungs- und Anschauungswelten von Menschen, wie im Beispiel von Hans und Nina ersichtlich. Die Unterschiede in den phänomenalen Welten verschiedener Menschen hängen auch damit zusammen, dass die Vorgänge in den jeweiligen phänomenalen Welten als Feldgeschehen zu verstehen sind. Die phänomenalen Welten sind im Sinne dieses Feld-Begriffs dynamisch organisiert, so dass das Erleben und Verhalten der betreffenden Person auf dem Wirken von Feldkräften zwischen der Person und der von ihr erlebten Umwelt beruhen (vgl. Lewin, Feldtheorie). Aufgrund des Wirkens verschiedener anziehender oder abstoßender Feldkräfte haben die Anschauungsdinge in der phänomenalen Welt eines Menschen entsprechend den durch seine Bedürfnisse und Vorhaben bestimmten Spannungszuständen positiven

oder negativen Aufforderungscharakter. Auf die erzählte Geschichte bezogen lässt sich sagen, dass für Nina von Peter eine anziehende, positive Kraft ausgeht, wohingegen für Hans von Peter eine abstoßende, negative Kraft ausgeht (Abbildung 10).

Von Bedeutung ist, dass Hans und Nina sich trotz der Unterschiede in ihrer Wahrnehmung und ihrem Erleben von Peter über ihr jeweiliges Erleben austauschen können. Denn es gilt, dass trotz aller Unterschiede im Erleben zweier Menschen ihre phänomenalen Welten [...] nach grundsätzlich gleichartigen Prinzipien aufgebaut sind und arbeiten" (Stemberger 2016, 34). Diese Entsprechungen in Struktur und Funktion stellen auch die Grundlage für die Kommunikation zwischen den individuellen Mikrokosmen dar und bilden damit auch die grundlegende Voraussetzung für psychotherapeutische Arbeit.

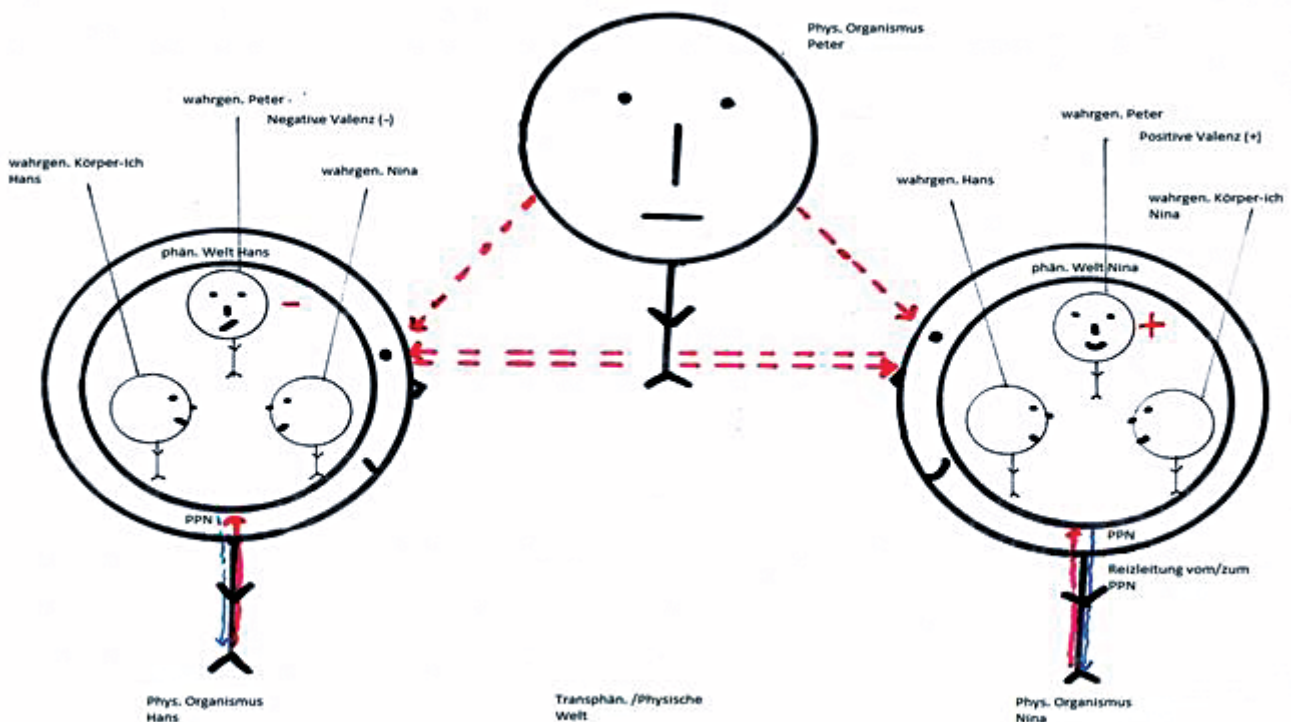


Abbildung 10

## Grundhaltung der gestalttheoretischen Psychotherapeutin

Tholey charakterisiert die Grundposition des Kritischen Realismus folgendermaßen:

"(1) Außer der phänomenalen Welt, in der ich bin, Dinge und Geschehnisse vorfinde, in der ich denke, fühle, Entscheidungen treffe und mit anderen Menschen kommuniziere, die wie ich mit 'Leib und Seele' vorhanden sind, gibt es eine diese überschreitende 'transphänomenale' Welt, die sich in meinen physischen Organismus und dessen physische Umgebung untergliedern lässt.

(2) In der physischen Umgebung befinden sich andere Organismen, denen eigene phänomenale Welten zukommen" (Tholey 1986 in Tholey 2018, 246).

Für die Übernahme der zweiten Annahme spricht laut Tholey "ein ethisches Motiv", das nämlich, wenn die Möglichkeit besteht, dass andere Wesen ein "Bewusstsein" haben, mich dies verpflichtet, mich auch so zu verhalten, "als seien sie bewusstseinsbegabt" (ebenda).

Da wir im Kritischen Realismus davon ausgehen, dass für uns alle eine gemeinsame transphänomenale Welt existiert, in der auch andere menschliche und nicht-menschliche Lebewesen mit je eigener phänomenaler Welt existieren, ist unser Modell mit ethischen Forderungen verbunden. Andere Menschen und Lebewesen als bewusstseinsfähige Subjekte anzusehen und sie entsprechend zu behandeln (vgl. Tholey 1986, siehe oben), heißt sich ständig bewusst zu sein, dass andere Menschen ihre je eigene phänomenale Welt haben und sich ihr Erleben von unserem eigenen Erleben unterscheiden kann – und dies auch tut. Dieses Bewusstsein fördert eine Haltung des Respekts gegenüber der individuellen Welt und Wirklichkeit anderer, v.a. un-

serer Klientinnen. Aufgrund dieser Grundhaltung wurde die Gestalttheoretische Psychotherapie von Giuseppe Galli nicht umsonst als eine "Schule des Respekts" bezeichnet (vgl. Galli 1999), in der Respekt und Sachlichkeit die Grundhaltung gegenüber Klientinnen kennzeichnen.

Des Weiteren ist diese Position mit der Einsicht verbunden, dass unser Handeln über unsere phänomenale Welt hinaus in die transphänomenale Welt, die wir mit unseren Mitmenschen teilen, wirkt und damit auch in deren Lebensgrundlage eingreift. Daraus ergibt sich hinsichtlich unseres Verhaltens auch eine mitmenschliche Verantwortung.

In einer *naiv-realistischen* Vorstellung, wie im Alltag üblich, aber auch in den meisten psychotherapeutischen Falldarstellungen zu lesen, geht man von *einer* therapeutischen Beziehung bzw. Situation aus. Aus kritisch-realistischer Sicht ist jedoch, wie von Gerhard Stemberger (2016) differenziert beschrieben, von zumindest *zwei* therapeutischen Situationen auszugehen: von der therapeutischen Beziehung bzw. Situation in der phänomenalen Welt der Therapeutin und der therapeutischen Beziehung bzw. Situation in der phänomenalen Welt der Klientin (Abbildung 11).

Sowohl die phänomenale Welt der Therapeutin als auch die phäno-

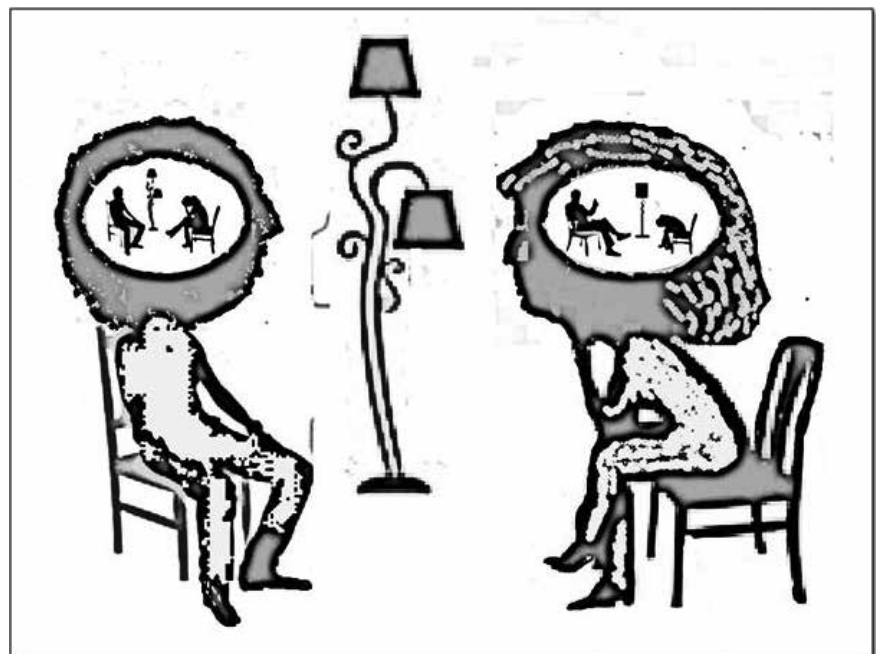


Abbildung 11: Die therapeutische Situation aus kritisch-realistischer Sicht. Aus: Stemberger 2016, 33.

## Psychotherapeutische Beziehung(en)

Unser Grundverständnis von *der* therapeutischen Beziehung, der bekanntlich schulen-übergreifend eine besondere Wirksamkeit in der Psychotherapie zugeschrieben wird, ist ebenfalls von der kritisch-realistischen Sichtweise geprägt.

menale Welt der Klientin beinhalten dabei jeweils eine Therapeutin und eine Klientin. Stemberger schreibt: "In der phänomenalen Welt der Klientin sieht sich in dieser Situation also ihr erlebtes Ich ihrer phänomenalen Therapeutin gegenüber. Und in der phänomenalen Welt der Therapeutin sieht sich deren phänomenales Ich ihrer

phänomenalen Klientin gegenüber" (Stemberger 2016, 33). Diese Betrachtungsweise spielt für den gesamten therapeutischen Prozess eine große Rolle. Es bedarf dementsprechend einer ständigen Bereitschaft zum wechselseitigen Austausch über das jeweils eigene Erleben zwischen Klientin und Therapeutin – und zwar nicht erst, wenn es zu Konflikten zwischen den Beteiligten gekommen ist. Beide befinden sich zwar in einer gemeinsamen transphänomenalen Welt und wirken von daher aufeinander ein, können jedoch das Geschehen in der Psychotherapie miteinander sehr unterschiedlich erleben. Deshalb sollte diese Unterschiedlichkeit der Therapeutin bewusst sein und sie in Folge in ihrer Reflexion dabei unterstützen, ihre Sicht der therapeutischen Beziehung kritisch zu beleuchten, verbunden mit dem Wissen, dass sie sich über die Qualität dieser Beziehung auch täuschen kann.

Da der therapeutischen Beziehung ein so großer Stellenwert für das Gelingen bzw. Scheitern der psychotherapeutischen Arbeit zukommt, ist hier eine weitere Frage von wesentlicher Bedeutung: die Frage, wie wir als Therapeutin in der phänomenalen Welt der Klientin erscheinen und wirken bzw. erlebt werden (als unterstützende Therapeutin, als kritische Therapeutin, als tröstende Therapeutin, als bewertende Therapeutin usw.). Umgekehrt und ebenso wichtig ist die Frage, wie die Klientin in unserer phänomenalen Welt erscheint (als schwierige, agierende Klientin, als Klientin, die uns besonders belastet, nervt oder als eine uns bewundernde Klientin etc.).

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die kritisch-realistische Sichtweise der Gestalttheoretischen

Psychotherapie somit die gesamte Einstellung der Therapeutin im Umgang mit ihrer Klientin prägt. Sie trägt nicht nur zur Förderung einer respektvollen und sachlichen Grundhaltung der Therapeutin bei, sondern auch zum selbstkritischen Umgang mit dem eigenem Erleben und Bewerten der therapeutischen Situation, der therapeutischen Beziehung und der Klientin. Dieser Haltung folgt das Bemühen um offene, gleichberechtigte Kommunikation und wechselseitige Abstimmung.

In diesem Sinn kann die kritisch-realistische Sicht und die damit verbundene Grundhaltung – wenn sie erst einmal ausreichend verinnerlicht ist – einen Schutz für die therapeutische Beziehung darstellen: Sie schützt die Würde der Klientin, indem ihrem Erleben mit Respekt begegnet wird. Des Weiteren schützt sie die Klientin vor einer vermeintlichen Besserwisseri der Therapeutin und die Therapeutin vor der Verführung hinsichtlich eigener Allmachtphantasien. Im Hinblick auf eine mit einem bestimmten Rollenverständnis von Klientin und Therapeutin verbundenen Asymmetrie – auf der einen Seite eine Klientin, die sich als hilfeschend erlebt, und auf der anderen Seite die Therapeutin, der unter Umständen besondere Macht und die Deutungshoheit zugesprochen wird –, kann ein transparenter Umgang und Austausch zwischen Therapeutin und Klientin der Verstärkung des Machtgefälles und damit verbundenen Problemen entgegenwirken.

### Praxeologie

Ein Kernstück des praxeologischen Ansatzes der Gestalttheoretischen Psychotherapie ist das sog. "Phänomenologie treiben" verbunden mit der Kraftfeldanalyse. (vgl. Stemberger 2016)

Phänomenologie treiben bedeutet, dass von therapeutischer Seite versucht wird, die Klientin bei der Erforschung ihrer phänomenalen Welt – einer Welt mit Feldcharakter, in der Feldkräfte anziehender und abstoßender Art wirksam sind – zu unterstützen und ihr damit bei der Klärung ihrer Lage und Handlungsmöglichkeiten zu helfen.

Über seine Feldtheorie schreibt Kurt Lewin, dass es sich hierbei um einen genuin psychologischen Ansatz handelt:

"Nach meinem Dafürhalten liegt eines der grundlegenden Kennzeichen der psychologischen Feldtheorie in der Forderung, das Feld durch welches ein Individuum bestimmt ist, nicht in 'objektiven physikalischen' Begriffen zu beschreiben, sondern in der Art und Weise, wie es für das Individuum zu der gegebenen Zeit existiert" (Lewin 1982, 159).

Und Lewin wird noch deutlicher:

"Nie wird ein Lehrer ein Kind mit Erfolg angemessen leiten können, wenn er nicht die psychologische Welt verstehen lernt, in der das individuelle Kind lebt. Eine Situation 'objektiv' beschreiben heißt in der Psychologie in Wirklichkeit: die Situation als Gesamtheit jener Fakten und ausschließlicj jener Fakten beschreiben, die das Feld des betreffenden Individuums ausmachen. Diese Welt durch die Welt des Lehrers, des Arztes oder sonst jemandes zu ersetzen, ist nicht objektiv, sondern falsch" (ebenda).

Hier zeigt sich Lewin in Übereinstimmung mit dem Kritischen Realismus, indem er Bezug auf Koffkas Unterscheidung zwischen der "erlebten Umwelt" des Menschen und seiner "geographischen Umwelt" nimmt (Koffka 1935 bzw. Koffka 2008, 124ff). Bereits 1935 hat Koffka in seiner Geschichte "Der Ritt über den Bodensee" verdeutlicht, dass nicht die „geografische“, physikalische Umwelt, sondern vielmehr die erlebte Umwelt (phänomenale Welt) das Erleben und Verhalten eines Menschen

bestimmt (siehe Koffka 1935, 27 f, in Stemberger 2011, 220).

Dass es die individuelle *erlebte* Welt ist, die für das Erleben und Verhalten eines Menschen maßgeblich ist, bestätigt sich auch in der Psychotherapie. Im günstigen Fall wird es so sein, dass sich in der transphänomenalen Welt einer Klientin zunächst nichts geändert hat, dass sich aber durch die psychotherapeutische Arbeit ein Perspektivwechsel in der anschaulichen Welt der Klientin ergeben hat, so dass bestimmte Probleme für die Klientin lösbar geworden sind.<sup>4</sup>

"Phänomenologie treiben" besteht also darin, die phänomenale Welt der Klientin gemeinsam mit ihr zu erforschen; genauer: die Klientin dabei zu unterstützen, selbst ihre phänomenale Welt zu erforschen, denn die phänomenale Welt der Klientin ist der Therapeutin nicht unmittelbar zugänglich, sondern nur mittelbar über den ständigen Austausch mit der Klientin.

Darüber hinaus spielt im Rahmen der phänomenologischen Methode in der Gestalttheoretischen Psychotherapie die von Metzger formulierte Differenzierung zwischen dem im Erleben unmittelbar Angetroffenen, Vorgefundenen, leibhaft uns Begegnenden, und dem bloß Vergegenwärtigtem, Gedachten, Vorgestellten, Vermuteten, Erinnerten, Geplanten, begrifflich Gewussten, Konstruierten, Geahnten, Erwarteten eine wichtige Rolle (vgl. Metzger 2001, 8-47):

So haben z.B. verschiedene Untersuchungen seitens einiger Lewin-Schüler (vgl. Brown 1933; Mahler 1933) gezeigt, dass im Erleben

unmittelbar Angetroffenes als wirklicher und damit auch wirksamer erlebt wird als im Erleben bloß Vergegenwärtigtes. Es macht für einen Menschen einen sehr großen Unterschied, ob er bloß intellektuell weiß, dass seine Angst auf die Erinnerung an bestimmte vergangene Ereignisse oder auf bestimmte Zukunftsvorstellungen zurückgeführt werden kann, oder er diese Angst unmittelbar in seinem Erleben antrifft.

In der Psychotherapie nützen wir das Wissen um diese Unterscheidung, indem wir erlebniszentrierte Interventionen anbieten (z.B. szenisches und dialogisches Arbeiten, Übungen zur Körperwahrnehmung...), wenn wir die Absicht verfolgen, die Klientin bei der Beachtung ihres unmittelbaren Erlebens zu unterstützen.

Andererseits gibt es auch Umstände, in denen geradezu das Gegenteil gefordert ist, wie z.B. bei der Arbeit mit traumatisierten Menschen, die unter Flashbacks oder intrusiven Erinnerungen leiden. Hier bedarf es gezielter Interventionen, die den Betroffenen dabei helfen, mehr Distanz zu ihrem unmittelbaren Erleben zu bekommen (vgl. Sternek 2014).

Der wesentliche Vorteil einer klaren Unterscheidung zwischen im Erleben angetroffen versus im Erleben vergegenwärtigt besteht also – sofern die Therapeutin bemerkt, was vorliegt – in der Klarheit bezüglich der Wahl angemessener Interventionen.

Es sei auf eine weitere Differenzierung hingewiesen, nämlich die von Norbert Bischof vorgenommene Unterscheidung zwischen der naiv-phänomenalen Welt und der kritisch-phänomenalen Welt (vgl. Bischof 1966, 28ff).

Bei Bischof ist mit naiv-phänomenaler Welt die uns unmittelbar gegebene Wahrnehmungswelt der alltäglichen Erfahrung gemeint, d.h. erlebtes Körper-Ich, erlebte Umwelt. Mit der kritisch-phänomenalen Welt ist demgegenüber das "gedanklich konstruierte wissenschaftliche Weltbild" gemeint, also alle Wissenstatbestände, Forschungsbefunde und Vermutungen zum Körperschema, Weltschema, Organismus, zur physikalischen Außenwelt usw.

Stemberger verweist allerdings zu Recht darauf, dass zur kritisch phänomenalen Welt ..."auch alle eigenen Erklärungen für die Zusammenhänge in der Welt" gehören ..."und damit auch ..."alle Glaubensdinge, Überzeugungen und Ideologien einschließlich aller damit verbundenen Probleme, Zweifel und Gewissensnöte" (Stemberger 2016,32).

Wenn ein Mensch – wie z.B. in unserer Geschichte Hans – davon ausgeht, dass alle intellektuellen Männer ihren Intellekt v.a. dazu benutzen, Frauen zu beeindrucken, dann beeinflusst diese Grundüberzeugung im Sinne einer verhaltenswirksamen "naiven Theorie" (vgl. Heider 1958) das Erleben und Verhalten des betreffenden Menschen. Es findet eine wechselseitige Beeinflussung bzw. Überlagerung der naiv-phänomenalen Welt (z.B. des unmittelbaren Erlebens von Hans) und der kritisch-phänomenalen Welt (seiner Überzeugungen und „Theorien“) statt. Eine derartige "Theorie", wie jene von Hans, trägt unter Umständen dazu bei, dass bestimmte Problemen überhaupt erst entstehen, bzw. verhindert deren Lösung. Vor dem Hintergrund seiner „Theorie“ über einen bestimmten Männertypus kann Hans im Grunde Peter nicht ohne Vorurteil begegnen. In solchen und ähnlichen Fällen kann es in der psychothera-

<sup>4</sup> Entsprechende Beispiele aus der Arbeit mit essgestörten Menschen sind bei Fuchs zu finden: Fuchs 2014.



peutischen Arbeit dann nicht nur darum gehen, sich mit der naiv-phänomenalen Welt und dem Erleben eines Menschen auseinanderzusetzen, sondern müssen auch seine als selbstverständlich angenommenen Überzeugungen und Erklärungsmodelle zur Sprache kommen.

Die Nichtbeachtung oder Vernachlässigung der alltäglichen Erklärungsmodelle unserer KlientInnen würde demnach ein Versäumnis darstellen. Um unseren KlientInnen in der Psychotherapie gerecht zu werden, muss das "Phänomenologie treiben" die Auseinandersetzung mit deren kritisch-phänomenaler Welt mit einbeziehen (vgl. Stemberger 2016).

Und auch wir Psychotherapeutinnen sind dazu angehalten zu prüfen, ob und wie weit unsere Überzeugungen und Theorien möglicherweise unreflektiert unsere Sicht und Arbeitsweise störend beeinflussen.

### Diagnostikverständnis

Zum Schluss sei noch erwähnt, dass die kritisch-realistische Sicht davor schützen kann, diagnostische Klassifikationen, die einerseits auf pragmatischer Übereinkunft, aber andererseits auf einem Selbstverständnis bezüglich einer letztlich unhaltbaren Wirklichkeitsvorstellung beruhen, unkritisch zu übernehmen. Unseren KlientInnen nützt eine derartige Klassifikation meist wenig, da sie verhindert, dass wir ihnen und ihrer phänomenalen Welt so unvoreingenommen als möglich begegnen – und auch unsere KlientInnen lernen können, sich selbst und ihrer phänomenalen Welt unvoreingenommen und wertschätzend zu begegnen. Im Gegenteil – Klassifikationen können bewirken, dass wir manches nicht mehr für klärungswürdig erachten. (vgl. Beneder 2015)

## Musils *Mann ohne Eigenschaften*: kritisch-phänomenal und naiv-phänomenal



Robert Musils berühmter Roman *Der Mann ohne Eigenschaften* ist voller direkter oder indirekter Bezugnahmen auf die Gestalttheorie. So lesen sich schon die ersten Sätze dieses Romans wie eine Einführung in die erkenntnistheoretische Orientierung der Gestalttheorie, den Kritischen Realismus, hier im Besonderen zur Unterscheidung zwischen kritisch-phänomenaler Welt und naiv-phänomenaler Welt:

„Über dem Atlantik befand sich ein barometrisches Minimum; es wanderte ostwärts, einem über Russland lagernden Maximum zu, und verriet noch nicht die Neigung, diesem nördlich auszuweichen. Die Isothermen und Isotheren taten ihre Schuldigkeit. Die Lufttemperatur stand in einem ordnungsgemäßen Verhältnis zur mittleren Jahrestemperatur, zur Temperatur des kältesten wie des wärmsten Monats und zur aperiodischen monatlichen Temperaturschwankung. Der Auf- und Untergang der Sonne, des Mondes, der Lichtwechsel des Mondes, der Venus, des Saturnrings und viele andere bedeutsame Erscheinungen entsprachen ihrer Voraussage in den astronomischen Jahrbüchern. Der Wasserdampf in der Luft hatte seine höchste Spannkraft, und die Feuchtigkeit der Luft war gering.

Mit einem Wort, dass das Tatsächliche recht gut bezeichnet, wenn es auch etwas altmodisch ist: Es war ein schöner Augusttag des Jahres 1913.“

[R. Musil: *Der Mann ohne Eigenschaften*, Erstes Buch. 13. Auflage. Hamburg: Rowohlt 2006, S. 9]

### Zu Leben und Werk des Gestaltpsychologen und Schriftstellers Robert Musil:

Silvia Bonacchi (2011): Robert Musil (1880-1942) – Ein österreichischer Gestalttheoretiker der Dichtung. *Phänomenal – Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie*, 3(2), 46-52.

### Schlussbemerkung

Das erkenntnistheoretische Modell des Kritischen Realismus bietet ein Erklärungsmodell dafür, wie Unterschiede im Wahrnehmen und Erleben von Menschen und damit auch Konflikte zustande kommen. Die Nützlichkeit dieses erkenntnistheoretischen Hinter-

grunds zeigt sich in seinem Beitrag zu einem besseren Verständnis dynamischer Wechselwirkungen in sozialen Beziehungen und unterstützt damit eine konstruktive Beziehungsgestaltung im Feld der Psychotherapie und in allen anderen Bereichen, in denen Menschen versuchen, sich konstruktiv zu unterstützen.

## Literatur

- Beneder, Doris (2015): Gestalttheorie und Diagnostik in der Psychotherapie. Eine kommentierte Auswahlbibliographie. *Phänomenal - Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie*, 7 (2), 51-55.
- Bischof, Norbert (1966): Erkenntnistheoretische Grundlagenprobleme der Wahrnehmungspsychologie. In: Metzger, W. & Erke, H. (Hrsg.): *Wahrnehmung und Bewusstsein, Handbuch der Psychologie*, Bd. 1/1.(21-78). Göttingen: Verlag für Psychologie.
- Brown, Junius F. (1933): Über die dynamischen Eigenschaften der Realitäts- und Irrealitätsschichten. *Psychologische Forschung*, 18 (1/2), 2-26.
- Fuchs, Thomas (2014): Die praktische Seite einer Erkenntnistheorie: Zur Entwicklung einer angemessenen therapeutischen Haltung in der Arbeit mit essgestörten Menschen. *Gestalt Theory* 36 (2), 129-140.
- Heider, Fritz (1958): *The Psychology of Interpersonal Relations*. Hillsdale, New Jersey: Erlbaum. (deutsch 1977: *Psychologie der interpersonellen Beziehungen*, Stuttgart: Klett Cotta)
- Kästl, Rainer (2010): Realismus, kritischer. Lexikon zur Gestalttheoretischen Psychotherapie. *Phänomenal - Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie* 2 (1), 40.
- Köhler, Wolfgang (1920): *Die Physischen Gestalten in Ruhe und im Stationären Zustand*. Braunschweig: Vieweg.
- Köhler, Wolfgang (1968): *Werte und Tatsachen*. Heidelberg: Springer.
- Köhler, Wolfgang (1971): *Die Aufgabe der Psychologie*. Berlin-New York: De Gruyter.
- Koffka, Kurt (1935): *Principles of Gestalt Psychology*. New York: Hartcourt-Brace.
- Koffka, Kurt (2008): *Zu den Grundlagen der Gestaltpsychologie. Ein Auswahlband* (Hrsg. Michael Stadler). Wien: Verlag Wolfgang Kramer
- Lewin, Kurt (1982): Feldtheorie des Lernens. In: *Kurt-Lewin-Werke, Band 4, Feldtheorie*, herausgegeben von Carl-Friedrich Graumann, Bern: Hans Huber, Stuttgart: Klett Cotta, 157-185.
- Luchins, Abraham & Luchins, Edith H. (1999): Isomorphism in Gestalt Theory: Comparison of Wertheimer's and Köhler's Concepts. *Gestalt Theory*, 21(3), 208-234.
- Mahler, Wera (1933): Ersatzhandlungen verschiedenen Realitätsgrades. *Psychologische Forschung*, 18 (1/2), 27-89.
- Metzger, Wolfgang (2001): *Psychologie. Die Entwicklung ihrer Grundannahmen seit der Einführung des Experiments*. 6. Auflage. Wien: Verlag Wolfgang Kramer.
- Metzger, Wolfgang (1969/1986): Die Wahrnehmungswelt als zentrales Steuerungsorgan (1969). In: M. Stadler & H. Crabus (Hrsg., 1986), *Gestaltpsychologie. Ausgewählte Werke*. Frankfurt am Main: Verlag Waldemar Kramer, 269-279.
- Stemberger, Gerhard (2011): Gestalttheoretische Psychotherapie. In: Gerhard Stumm (Hrsg.), *Psychotherapie. Schulen und Methoden. Eine Orientierungshilfe für Theorie und Praxis*. 3. Auflage. Wien: Falter Verlag, 218-227.
- Stemberger, Gerhard (2016): Phänomenologie treiben. *Phänomenal - Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie*, 8(1), 30-35.
- Sterneck, Katharina (2014): Über den Einsatz und die Wirkungsweise von "Bildschirm-Techniken". *Phänomenal - Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie*, 6(1), 20-29.
- Tholey, Paul (1980/2018): Erkenntnistheoretische und systemtheoretische Grundlagen der Sensumotorik aus gestalttheoretischer Sicht. 1980: *Sportwissenschaften* 10, 7-33. Enthalten im Tholey 2018, 3-34.
- Tholey, Paul (1986/2018): Deshalb Phänomenologie! (1986), in Tholey 2018, 244-268.
- Tholey, Paul (2018): *Gestalttheorie von Sport, Klartraum und Bewusstsein. Ausgewählte Arbeiten, herausgegeben und eingeleitet von Gerhard Stemberger*. Wien: Verlag Wolfgang Kramer.



### Gestalttheorie aktuell Handbuch zur Gestalttheorie Band 1

Herausgegeben von  
Hellmuth Metz-Göckel

Verlag Wolfgang Kramer / Wien 2008  
ISBN 978 3 901811 36 4 / 314 Seiten / € 32,-

Die Anfänge der Gestalttheorie reichen in die 30er Jahre des vorigen Jahrhunderts zurück. Seitdem hat sie zahlreiche Weiterentwicklungen erfahren und gilt mittlerweile als bedeutende Metatheorie nicht nur der Psychologie, sondern auch vieler anderer Disziplinen. Der vorliegende Band beschäftigt sich in seinen Beiträgen sowohl mit den Grundannahmen der Gestalttheorie, als auch mit ihren systemtheoretischen Weiterentwicklungen. Er bietet Vertiefungen in den traditionellen psychologischen Disziplinen neben neuen, fruchtbaren Ansätzen in den Bereichen Sprache, Didaktik, Kunst und Musik.



### Gestalttheoretische Inspirationen Anwendungen der Gestalttheorie Handbuch zur Gestalttheorie Band 2

Herausgegeben von  
Hellmuth Metz-Göckel

Verlag Wolfgang Kramer / Wien 2011  
ISBN 978 3 901811 59 3 / 246 Seiten / € 32,-

Die Gestalttheorie wird oft zu Unrecht ausschließlich auf ihre Pionierrolle in der Wahrnehmungspsychologie der 30er Jahre des vorigen Jahrhunderts reduziert. Tatsächlich jedoch bewährt sich die Gestalttheorie bis heute in zahlreichen Forschungs- und Anwendungsbereichen. Die Beiträge des vorliegenden Bandes sollen demonstrieren, welche fruchtbare Anregungen von der Gestalttheorie auf andere Disziplinen ausgehen können. Der Band vereinigt Anwendungen gestalttheoretischen Denkens auf die Bereiche Philosophie und Phänomenologie, Psychotherapie, Kunsttheorie und Pädagogik, soziale Tugenden und soziales Denken, Design, Literatur, Sprache, Fotografie sowie Tierpsychologie.

Bestellung: [www.kramerbuch.at](http://www.kramerbuch.at)