

## **Leserbrief zu den 3 Artikeln des Heft 1/2013, die sich mit Aggression beschäftigen, von Stefan Blankertz, Eberhardt Fehrmann und Albrecht Boeckh**

Was wird hier eigentlich wirklich verhandelt? - frage ich mich beim Lesen der drei Texte immer wieder.

Albrecht Boeckhs Text hielt ich zuerst für eine ironische Persiflage. Aber nein, er scheint ernst zu meinen, dass man in Deutschland von den „braven Hütern des Gesetzes geschützt wird“. Das mag manchmal so sein. Allerdings offensichtlich nur so lange wie man keine Kritik an aktuellen Entwicklungen kundtut. Denn sonst hätte es bei den Demonstrationen der Bloccupy-Bewegung im Mai in Frankfurt keine Gewaltexzesse der Polizei und keine Aussetzung demokratischer Grundrechte geben dürfen. Und er meint wohl auch im Ernst, dass es in demokratischen Staaten absurd wäre über den Staat als „unkontrollierbare mächtige Instanz“ nachzudenken, „die alle Bürger kontrolliert“. Dabei hat sogar das deutsche Grundgesetz (Art.20 (4)) das Recht auf Widerstand gegen den Staat zum Schutz der demokratischen Ordnung festgeschrieben, da die Kontrolle des Staates und seiner Machtfülle durch Kritik und Protest unumstößliche Grundlage der Demokratie ist. Auch frage ich mich in welcher Welt Boeckh lebt? Jedenfalls nicht in der Welt von PRISM, TEMPORA und anlassloser Vorratsdatenspeicherung.

Sehr unangemessen finde ich den abwertenden, süffisanten und angreifenden Tonfall Boeckhs gegenüber Stefan Blankertz. Ich wünsche mir einen anderen kollegialen Umgang miteinander! Auch fällt es mir schwer Inhalte ernst zu nehmen, wenn sich der Autor solche verbalen Entgleisungen leistet wie Albrecht Boeckh im ersten Teil und am Schluss seines Textes. – Ich werde es im Folgenden dennoch versuchen und mich mit seiner Argumentation auseinander setzen.

Meine Vermutung ist, dass Boeckhs Ausführungen eine veraltete Dichotomie zugrunde liegt: guter Sozialstaat versus neoliberaler, schrankenloser Kapitalismus. Dabei ist die früher propagierte kategorische Unterscheidung zwischen Wirtschaft und Politik doch schon lange obsolet. Über Vor- und Nachteile unterschiedlicher Staats- und Wirtschaftsformen kann man diskutieren. Dazu liefern die beiden Texte von Stefan Blankertz und Eberhardt Fehrmann wertvolles Hintergrundwissen zum Staatsverständnis von Jefferson, Rousseau und Goodman. Das zentrale Bewertungskriterium für Gestalttherapeuten müsste aber doch die Frage sein, ob in der jeweiligen Staatsform und gesellschaftlichen Verfasstheit dem Individuum die Mittel zur selbstgestalteten Lebensführung zur Verfügung stehen, und ob es vor lähmender Machtfülle anderer und struktureller Gewalt geschützt ist. Unwesentlich ist aus gestalttherapeutischer Sicht welcher Akteur strukturelle Gewalt ausübt und wer dafür Verantwortung trägt. So macht es für den Einzelnen wenig Unterschied, ob Google und Facebook Menschen, ihr Umfeld und ihre Gewohnheiten ausspionieren und daraus wirtschaftlichen Nutzen generieren, ob Staaten ausspionieren und daraus politischen Nutzen ziehen oder inwieweit die Verantwortung für die Missachtung von Grundrechten und –freiheiten Einzelner bei ausführenden Unternehmen liegt oder beim Staat, der es nicht verhindert. Sobald die Möglichkeit fehlt sich dem Übergriff zu entziehen, führt das beim Individuum zu Gefühlen von Ohnmacht und Angst oder Wut, die jedoch zumeist aufgrund der empfundenen Allmacht auf der anderen Seite in ihrem Ausdruck unterdrückt werden. Zu den Zeiten von Goodman, Rousseau und Jefferson gab es meines Wissens nach keine den heutigen börsennotierten Konzernen vergleichbaren wirtschaftlichen Machtzentren. Daher konnten sie sich auch in ihren Staatstheorien nicht mit diesem Phänomen

auseinander setzen. Die derzeitige Verfasstheit der Welt, in der von gewählten Regierungen private Banken mit dem Geld der Bürger finanziert werden, in der Einzelne so reich sind, dass sie Politik und veröffentlichte Meinung bestimmen, und in der weltumspannende Konzerne globale Gestalter sind, macht die Frage: „Staat oder Wirtschaft“ in der alten Form obsolet: Hier wie dort handelt es sich um (scheinbar?) unkontrollierbare Machtfülle und strukturelle Gewalt. – Wenn Gestalttherapie zu selbstbestimmtem Leben befähigen will, muss sie eine deutliche Sprache überall dort finden, wo emanzipatorische Prozesse des Einzelnen durch welche Macht auch immer verhindert oder erschwert werden.

Was mich jedoch bei allen drei Artikeln verstört, ist, dass sie über die gestalttherapeutische Aggressionstheorie urteilen, ohne sich mit ihr angemessen auseinander zu setzen. Die Texte beschäftigen sich mit allen möglichen Themen: dem Recht auf Waffenbesitz, dem Staatsverständnis von Jefferson und Goodman, mit Ernst Jünger sowie mit Amokläufen und wie man sie verhindern kann. Aus diesen Ausführungen werden dann Rückschlüsse auf die Validität der Aggressionstheorie gezogen. Das führt vor allem im Fall von Eberhardt Fehrmanns Text zu grotesken Verzerrungen, die eher an stille Post Spiele erinnern, da sich schon der Text von Stefan Blankertz, den Fehrmann wohl ohne eigene gestalttherapeutische Kenntnisse kommentiert, nicht wirklich mit dem Perlschen und Goodmanschen Verständnis von Aggression beschäftigt.

Allein Albrecht Boeckh zeichnet das gestalttherapeutische Verständnis von Aggression im zweiten Teil seines Textes teilweise nach. Allerdings unterstellt er Perls einen undifferenzierten Umgang mit Aggression. Damit folgt er einer Argumentationsfigur, die in der gestalttherapeutischen Debatte der letzten Jahre zu diesem Thema häufiger zu finden ist: Im ersten Schritt wird der differenzierte Umgang mit Aggression, der bei Perls et al. zu finden ist, negiert, um sich dann im zweiten Schritt gegen sein Aggressionsverständnis im Ganzen zu wenden. Das wird weder Perls gerecht, noch wird damit der Wert seiner Differenzierung für heutiges therapeutisches Arbeiten nutzbar.

Über Aggression schreiben Perls et al., dass sie für das Wachstum im Feld von Organismus und Umwelt wesentlich ist und „unverzichtbar, wenn nicht wesentliche Teile der Persönlichkeit auf der Strecke bleiben sollen, insbesondere Selbstvertrauen, Gefühl und Kreativität“ (Lebensfreude und Persönlichkeitsentfaltung, 170)<sup>1</sup>. Wenn sie jedoch „nicht im Dienste der Wachstumsfunktionen ausgeübt [wird] – wie Initiative, Auswählen, Überwinden von Hindernissen, Eingreifen und Zerstören mit dem Ziel zu assimilieren – dann findet die überschüssige Energie ihren Auslaß in verschobenen Aggressionen wie Herrschaft, Reizbarkeit, Sadismus, Machtgier, Selbstmord, Mord und dessen Vermassungsform, dem Krieg!“ (Wiederbelebung des Selbst, 191)<sup>2</sup>

Es geht also um eine Unterscheidung zwischen Aggression als konstruktive oder destruktive Ich-Funktion. Für diese Unterscheidung liefern Perls et al. Kriterien:

1. Kontakt mit der aktuellen Situation

---

<sup>1</sup> Frederick S. Perls, Ralph F. Hefferline, Paul Goodman: Gestalttherapie. Grundlagen der Lebensfreude und Persönlichkeitsentfaltung. Klett-Cotta 7. Auflage 2006

<sup>2</sup> Frederick S. Perls, Ralph F. Hefferline, Paul Goodman: Gestalt-Therapie. Wiederbelebung des Selbst. Klett-Cotta 1978

„Die Fixierungen dieser [aggressiven] Ich-Funktionen jedoch, Hass, Rache und überlegter Mord, Ehrgeiz und zwanghaftes Jagen nach der Liebesbeute, habituelle Kampfbereitschaft, sind nicht so gutartig. Diesen verfestigten Leidenschaften werden andere Funktionen des Selbst geopfert; sie sind selbstzerstörerisch. Um etwas zu hassen, muss man Energie an das per definitionem Schmerzhafte und Frustrierende binden, und gewöhnlich wird dabei der Kontakt zu den wechselnden Aktuelsituationen verringert.“ (a.a.O., 133<sup>3</sup>)

## 2. Bewusstheit

„solange man nicht gewahr ist welche aggressiven Antriebe man hat und wie man sie konstruktiv einsetzt, solange werden sie mit Sicherheit missbraucht. Tatsächlich ist es erst der Akt der Unterdrückung, das Herbeiführen und verbissene Aufrechterhalten der Muskelverklammerung, was diese Aggressionen so sinnlos, antisozial und unerträglich erscheinen lässt“ (a.a.O., 151)

Lebensförderliche Aggression im Sinne Perls meint „den Schritt auf den begehrten oder verhassten Gegenstand zu“ (Lebensfreude und Persönlichkeitsentfaltung, 172) und ist ein Aspekt des Selbsterhaltungstriebes. Kein Kontaktvollzug ist möglich ohne diese Form von Aggression oder anders ausgedrückt, ohne diese Energie wird der Kontakt an irgendeiner Stelle des Vollzuges unterbrochen – es kommt zu einer Kontaktunterbrechung. Dass Albrecht Boeckh jedoch der Gestalttherapie folgende Haltung unterstellt „Wer nicht angreift, der vermeidet irgendetwas, der retroflektiert, der ist konfluent, der folgt seinen Introjekten“, wird nicht den theoretischen Grundlagen und hoffentlich auch nicht der Praxis der gestalttherapeutischen KollegInnen gerecht.

Aus den genannten Zitaten wird deutlich, dass für Perls Aggression eben nicht blinde, kontaktlose Wut und Destruktivität ist. Kontakt findet an der Grenze statt. An diese Grenze muss man herangehen mit seinen Gefühlen, auch denen der Wut zum Beispiel. Was Perls einfordert, ist doch gerade, den Mut aufzubringen in Kontakt mit sich, seinen Gefühlen und seiner Umwelt zu gehen. Ich kann nicht sehen, was daran undifferenziert sein soll oder wie ein Widerspruch zum Buberschen Ich-Du-Kontakt entstehen könnte, wie ihn Boeckh konstruiert.

Handelt es sich einfach um eine Begriffsverwirrung oder warum wird aus der aktuellen gestalttherapeutischen Debatte ausgeklammert, dass in der Gestalttherapie Aggression in ihrer konstruktiven Form immer schon mit Kontakt verknüpft war und verstanden wurde als gegenseitige kreative Anpassung von Organismus und Umwelt? Perls geht es um Bewusstheit und um Ausdruck – mit dem Ziel gelingenden Lebens. „Nur wenn du deinen Zorn billigst und anerkennt, wenn du spürst, wie du in Angriffsstellung gehst bei der Auseinandersetzung mit Personen oder Sachen, die dich empören, kannst du die Energie aufbieten, um diese Schwierigkeiten auf deinem Weg gut zu überwinden.“ (Wiederbelebung des Selbst, 107).

„Leute, die sich ausdrücken können, sind nicht paranoisch, und Paranoiker drücken sich nicht angemessen aus. Scheinbare Ausnahmen von dieser Regel sind die Wutanfälle, die Aggressionswellen des paranoischen Charakters. Diese Wellen sind kein echter Ausdruck. Sie sind fehlgeleitete Feindseligkeit, die sehr gefährlich sein kann. Auf Grund der falschen Richtung schaffen sie den spezifischen Konflikt nicht aus der Welt. Sie sind an der Oberflächliche aggressive Abwehr gegen die

---

<sup>3</sup> zit. nach Jeanette und Helmut von Bialy, Siebenmal Perls auf einen Streich. Jungfermann, 1998. S. 33

eigenen Projektionen des Paranoikers und auf der biologischen Ebene Versuche der Wiedereinverleibung.“ (Ich, Hunger, Aggression, 295)<sup>4</sup>

Auch scheint es mir ein wenig nachvollziehbares Missverständnis zu sein, dass Perls alle Kontaktprozesse auf das Muster der Nahrungsaufnahme reduzierte, wie Albrecht Boeckh ihm unterstellt. Vielmehr weist Perls der Aggression einen biologisch sinnvollen Ort zu „Je mehr wir uns erlauben, Grausamkeit und Zerstörungslust am biologisch richtigen Ort – d.h. den Zähnen – auszuleben, desto geringer ist die Gefahr, daß die Aggression als Charakterzug ihr Ventil findet. Auch die krankhaften Ängste, die viele von uns hegen, werden stark abnehmen, denn je mehr die Aggression in Beißen und Kauen investiert wird, desto weniger bleibt übrig für Projektion.“ (a.a.O., 234) Das ist ein interessanter Vorschlag in der Tradition Wilhelm Reichs, den es sich vielleicht lohnt in der therapeutischen Praxis zu erproben. Sicher ist es jedoch keine Reduktion sozialer Kontakte auf platte Biologismen.

Wenn Blankertz Recht hat, dass Goodman der Gestalttherapie den therapeutischen Auftrag gab „die Menschen so zu stärken, dass sie bereit sind, den Konflikt einzugehen, um ein glücklicheres Leben führen zu können“, dann vermag ich zwar nicht zu sehen, wie in der Verfasstheit unseres derzeitigen Lebens, das sich nicht als Farmer und Siedler auf einsamen Höfen abspielt, Schusswaffen für ein glückliches Leben hilfreich sein sollen. Aber der Perlssche und Goodmansche Mut zu den eigenen Bedürfnissen zu stehen und geeignete kontaktvoll-aggressive Wege zu ihrer Befriedigung zu suchen, ohne sich von der eigenen Angst oder der Machtfülle anderer und dem entmutigenden Gefühl „man kann eh nichts machen“ zum Abbruch des Kontaktvollzuges verleiten zu lassen, erscheint mir notwendig und hilfreich – für mein eigenes Leben, für den Umgang mit der oben diskutierten strukturellen Gewalt und für die Begleitung meiner Klienten. Auf diesen Teil meiner gestalttherapeutischen Identität kann und werde ich nicht verzichten.

Katharina Stahlmann, Berlin

---

<sup>4</sup> Frederick S. Perls: Das Ich, der Hunger und die Aggression. Die Anfänge der Gestalttherapie. Klett-Cotta 1978