

# Gestalttherapie und Anarchie

In Gestaltkritik 1/2003

|   |                  |
|---|------------------|
| <b><u>I. EINLEITUNG .....</u></b>   | <b><u>3</u></b>  |
| <b><u>II. ANARCHISTISCHE STRÖMUNGEN ZWISCHEN 1840 UND 1930 .....</u></b>                                      | <b><u>3</u></b>  |
| <b><u>III. DAS INDIVIDUUM IN DER GESELLSCHAFT: ZWISCHEN GESELLSCHAFTS-KRITIK UND PSYCHOTHERAPIE .....</u></b> | <b><u>7</u></b>  |
| 1. Gustav Landauer und Martin Buber.....  | 8                |
| 2. Wilhelm Reich.....   | 11               |
| <b><u>IV. GESTALT THERAPIE: THEORETISCHE GRUNDLAGEN DER NEUEN THERAPIE... 13</u></b>                          |                  |
| 1. Der Weg zur eigenständigen psychotherapeutischen Richtung .....  | 13               |
| 2. Wesentliche Elemente der Gestalttherapie im Spiegel anarchistischer Ideen .....                            | 15               |
| 2.1. Kreative gegenseitige Anpassung von Organismus und Umwelt.....   | 15               |
| 2.2. Organismische Selbstregulation .....   | 17               |
| 2.3. Herrschaftsfreier, das heißt anarchistischer Ich-Du-Kontakt .....  | 18               |
| 2.4. Ziel einer Gestalttherapie ist die Befähigung zu selbstbestimmten Leben .....                            | 19               |
| 3. Das Aggressionsmodell und seine politischen Konsequenzen .....   | 20               |
| 3.1. Das Aggressionsmodell .....  | 20               |
| 3.2. Der Staat als Gewaltzusammenhang .....   | 22               |
| 3.3. Ist Anarchismus nötig oder möglich? – Zwei Menschenbilder .....  | 24               |
| 3.4. Zur Abgrenzung anarchistischer von neoliberalen Positionen .....   | 24               |
| <b><u>V. GESTALT THERAPIE IM GESELLSCHAFTLICHEN FELD.....</u></b>   | <b><u>26</u></b> |
| 1. Der Glaube an die gesellschaftsverändernde Wirkung persönlicher Prozesse.....                              | 27               |
| 2. Im Spannungsfeld zwischen erweiterter und restriktiver Handlungsfähigkeit.....                             | 27               |
| 3. Gestalttherapeutische Haltung als politischer Auftrag .....  | 29               |
| 4. Beispiele des Spannungsfeldes, in dem gestalttherapeutisches Handeln steht.....                            | 31               |
| 4.1. Ausbildung von Psychotherapeuten: Anpassung an die Machtinstitution.....                                 | 32               |
| 4.2. Gestaltpädagogik: Selbstbestimmung zwischen Schulzwang und Notengebung .....                             | 32               |
| 4.3. Suchtklinik: Wiederherstellung der Arbeitskraft.....   | 33               |
| 4.4. Praxis: Abrechnung über Krankenkasse: Ja oder Nein?.....   | 33               |
| <b><u>VI. LITERATURVERZEICHNIS.....</u></b>   | <b><u>35</u></b> |

## **I. Einleitung**

„Anarchie gibt's nicht auf Krankenschein“ (Doubrawa/Blankertz 2000, 50). Dies ist die Begründung eines Gestalttherapeuten, warum gerade Gestalttherapie nicht von den Krankenkassen übernommen wird.

Wer, irritiert durch einen solchen Satz, sich in der Literatur der Gestalttherapie auf die Suche macht, findet mehr als nur Spuren von Anarchie, sondern entdeckt, daß der Anarchismus die Gestalttherapie deutlich beeinflusst hat. So ist zum Beispiel das Grundlagenwerk *Gestalt-Therapy* von 1951 stark von der Haltung des Mitautors und anarchistischen Soziologen Paul Goodman geprägt.

Die vorliegende Arbeit beschäftigt sich mit der Frage, was Gestalttherapie und Anarchie im Detail miteinander zu tun haben, wo es Kongruenzen, wo Unterschiede gibt und was die Ergebnisse für die praktische Arbeit heute tätiger GestalttherapeutInnen bedeuten.

Dazu werden in einem ersten Schritt die historischen Bezüge beleuchtet. Dann wird anhand ausgewählter Theorieelemente der Gestalttherapie untersucht, wie sich etwa das Gesellschafts- und Menschenbild von Gestalttherapie und Anarchie überschneiden. Im anschließenden Teil werden Konsequenzen für die therapeutische Arbeit diskutiert. Es wird der Frage nachgegangen, ob die politischen Implikationen unabdingbarer Bestandteil der Gestalttherapie sind, ohne die man nicht eigentlich von gestalttherapeutischer Arbeit reden kann, oder ob Gestalttherapie mit und ohne gesellschaftspolitischen Kontext möglich ist und welche Konsequenzen die eine wie die andere Möglichkeit für die konkrete praktische Arbeit hat.

## **II. Anarchistische Strömungen zwischen 1840 und 1930**

Es würde den Rahmen dieser Arbeit sprengen, eine genaue Darstellung des Anarchismus seit der Mitte des letzten Jahrhunderts zu liefern. Da das Wissen über Anarchie jedoch im allgemeinen gering und die Vorurteile, Klischees und Ängste groß sind, scheint ein kleiner Überblick über anarchistische Strömungen und Grundpositionen unerlässlich.

Anarchie bezeichnet „Ordnung ohne Herrschaft von oben oder außen... Ordnung ohne Heteronomie, sondern Ordnung durch Autonomie.“ (Portele 1993, 23) Sie zielt darauf, jede Herrschaft von Menschen über Menschen zu beseitigen und ein autoritäts- und herrschaftsloses Zusammenleben herbeizuführen. Dazu fordert sie die Abschaffung des

Staates und seiner Organisationen. Während der Anarchismus anfänglich von rein individualistischen Prinzipien bestimmt ist und extreme Gewaltlosigkeit lehrt, verbindet er sich später mit kollektivistisch-kommunistischen Ideen und propagiert teilweise den individuellen und kollektiven Terror als Mittel revolutionärer Umstürzbewegungen. (Brockhaus 1999, Band 1)

Mit der Industrialisierung erfährt der Anarchismus, den es als politisch-philosophische Strömung schon in der Antike gab, im 19. Jahrhundert eine Bedeutungserweiterung und wird in ganz Europa, aber vor allem in Frankreich, der Schweiz, Italien, Spanien und Rußland zu einer wichtigen politischen Strömung. 1838 veröffentlicht Pierre J. Proudhon ein Buch mit dem Titel *Was ist das Eigentum*. Darin kommt er zu der auch heute sehr aktuellen These, daß es „sowohl durch die Arbeitsteilung, als auch durch das bestehende Kreditsystem (...) eine ökonomische Notwendigkeit (sei), daß die Armen immer ärmer und die Reichen immer reicher würden“ (Was ist eigentlich Anarchie? 1986, 69). Er sagt „Eigentum ist Diebstahl“, vertritt einen genossenschaft-lichen Ansatz und gründet eine Volksbank ohne Eigenkapital, die mit zinslosen Krediten arbeitet.

In seiner Haltung „niemandes Gesetz, Verantwortlichkeit eines jeden nur vor sich selber“ trifft er sich mit Max Stirner. Max Stirner (Pseudonym für Johann Caspar Schmidt) gilt als Individualanarchist. In seinem Hauptwerk von 1843 *Der Einzige und sein Eigentum* schreibt er: „Meine Sache ist weder das Göttliche noch das Menschliche, ist nicht das Wahre, Gute, Rechte, Freie usw., sondern allein das Meinige, und sie ist keine allgemeine, sondern ist – einzig, wie ich einzig bin...“. Über ihn heißt es: „Seine Lehre war eine wortgewandte Absage an alle politischen, religiösen und sozialen Institutionen, die den Menschen führen, beeinflussen und beurteilen. Sie propagiert eine ich-bezogene, absolut autonome Moral. ‚Wer außer mir und den Menschen auf deren Meinung ich Wert lege, hat das Recht, über mich zu bestimmen?‘“ (a.a.O., 73/74).

Wendet sich Proudhon gegen die ökonomische Herrschaft einzelner über andere, so bezieht Stirner sich auf die philosophischen Strömungen seiner Zeit, die fast durchgängig fordern, daß das Individuum sich einer moralischen Macht – sei es nun Gott, der Staat, das Gute oder das Vaterland – bedingungslos zu unterwerfen habe. Konsequenterweise beteiligt sich Stirner auch nicht an der 48er Revolution, denn „nicht die Veränderung von Staatsformen war sein Ziel, sondern die freiwillige Vereinigung von einzelnen Individuen. (...) Die Möglichkeit des Einzelnen, sich aus freiem Entschluß mit anderen zu assoziieren“ (a.a.O., 75), findet sich später bei anderen anarchistischen Autoren unter dem Begriff Föderalismus wieder. Max Nettlau schreibt 1925 über Stirner: „für mich gehört er (Stirner) keineswegs dem *engen* Individualismus an, der *nur* Individualist sein will und dadurch vom

Bourgeois oder Tyrannen nicht zu unterscheiden ist, sondern er begründete jenen breiten, echten Individualismus, der die Grundlage jedes freiheitlichen Sozialismus ist, die Selbstbestimmung eines jeden über die Beziehungen, in die er mit anderen zu treten wünscht: diese können mutualistisch oder kommunistisch sein, eng oder entfernter, kurz oder lang usw. daß der einzelne hierüber aus eigenem Wissen und eigener Kraft entscheide, das hat Stirner gewünscht, und dazu suchte er ihn aus den Fesseln und Netzen der Autorität zu befreien.“ (zitiert nach a.a.O.)

Als Vorgriff sei bemerkt, daß hier bereits viele Elemente der späteren Gestalttherapie anklingen: Der Glaube daran, daß Menschen grundsätzlich in der Lage sind selber zu entscheiden, was für sie gut ist, der Blickwinkel, der das Individuum in den Mittelpunkt setzt, der aber auch davon ausgeht, daß zu den Grundbedürfnissen des Menschen nicht nur ich-bezogene, sondern auch soziale Bedürfnisse gehören, und das Wissen, daß äußere sowie internalisierte Autoritäten der Selbstbestimmung im Wege stehen können. Aber bis zur „Geburtsstunde“ der Gestalttherapie vergehen nach der Veröffentlichung von *Der Einzige und sein Eigentum* noch rund 100 Jahre.

Neben Proudhon und Stirner gehört Michail Bakunin zu den treibenden anarchistischen Kräften jener Zeit. Er ist der Revolutionär, um den sich Massen von Bauern und Industriearbeitern scharen, der in ganz Europa immer wieder anarchistische Vereinigungen ins Leben ruft, dessen Briefe und Aufrufe aufschlußreicher sind als seine fragmentarischen Bücher.

Immer wichtiger wird es, sich zusammen zu schließen, "um den Kampf gegen die Unterdrückung gemeinsam zu führen und sich gemeinsam gegen die Verfolgung aller Sozialisten in den verschiedenen Ländern zu wehren." (a.a.O., 82) Als es in London 1864 zum Zusammenschluß und zur Gründung der Ersten Internationalen kommt, werden jedoch schon bald die Unterschiede in der heterogenen Bewegung deutlich. Der autoritäre Flügel um Marx und Lenin will den neu geschaffenen Generalrat zu einem machtvollen Führungsinstrument der Internationalen ausbauen und zielt inhaltlich auf die Eroberung politischer Macht und die Durchsetzung praktischer Forderungen wie Lohnerhöhungen. Die Marxisten gehen davon aus, daß die sozialen, ökonomischen und politischen Konflikte Machtkonflikte sind, die nur durch die Eroberung der Macht entschieden werden können. Die Antiautoritären sprechen sich "für eine revolutionäre Internationale aus, deren Ziel es nicht sein könne mit politischen Parteien politische Ziele zu verfolgen, sondern Staat und Kapital zum Aufbau eines freien Sozialismus ein für alle mal abzuschaffen." (a.a.O., 84) In der Folge schließen die Autoritären 1872 die Antiautoritären aus, es kommt zur Spaltung –

und zur Geburtsstunde der Feindschaft zwischen Marxisten und Anarchisten: Die einen wollen die Macht übernehmen, die anderen sie abschaffen. Gemeinsam ist ihnen jedoch zu jener Zeit das Ziel einer klassenlosen Gesellschaft. Bei Proudhon noch mit der grundsätzlichen Bejahung von Privateigentum für alle als Ergebnis von Umverteilung, später als Vergesellschaftung der Produktionsmittel und bei Kropotkin (1888) auch der Konsumgüter mit dem Ziel von ‚Wohlstand für alle‘ und Enteignung als Mittel, wobei die freie Verteilung den individuellen Bedürfnissen entsprechend sein soll. Die Anarchisten stellen sich den Kollektivbesitz nicht in "Form zentralistisch-bürokratischer Verstaatlichung, sondern als Gruppen- d.h. Gemeinde-Eigentum" (a.a.O., 96) vor. Sie gehen von einer Entwicklungstheorie aus, die besagt, daß soziales Verhalten für Tier und Mensch im Kampf ums Dasein von Vorteil ist und daß die natürliche Tendenz zur Solidarität durch gesellschaftlich-politische Organisationsformen blockiert wird; deswegen sind diese abzuschaffen.

Viele praktische Erfahrungen werden in den Jahren zwischen der Revolution von 1848 und dem Aufstand der Kronstädter Matrosen 1921 gemacht und theoretisch ausgewertet: von der Gründung von Kollektiven, über Aufstände bis hin zu terroristischen Einzelaktionen. Diskutiert wird, ob kleine konspirative Organisationen die Revolution "machen" und das Volk befreien sollen, oder ob mit Aufklärungs- und Bildungsarbeit das Volk zur eigenen Befreiung angeleitet werden soll. Kropotkin zum Beispiel engagiert sich bei der Herausgabe von Zeitschriften, in persönlichen Gesprächen, durch die Gründung von Produktions- und Verbrauchsgenossenschaften in Fabriken und Dörfern - lokale Bewegungen mit weitgehend sozialen Zielen, um so gegen lokale Unterdrücker vorzugehen.

### **III. Das Individuum in der Gesellschaft: Zwischen Gesellschafts-kritik und Psychotherapie**

Die Wegbereiter der Gestalttherapie haben als Literaten, Politiker, Philosophen und Psychoanalytiker sich mit dem Verhältnis zwischen dem Individuum und der es umgebenden Gesellschaft beschäftigt. In welcher Form man die wechselseitigen Einflüsse von Individuum und Gesellschaft beschreibt und bewertet, hat entscheidenden Einfluß auf die Frage, ob eine am Einzelnen ansetzende Psychotherapie darüber hinaus einen gesellschaftlichen Auftrag hat.

Als Beispiele für die Verzahnung von Individuellem und Gesellschaftlichem werden hier

die Ideen von Gustav Landauer, Martin Buber und Wilhelm Reich besprochen. Sie haben durch ihren geistigen und teilweise persönlichen Einfluß auf die Gründergeneration der Gestalttherapeuten das Gerüst dieser Therapierichtung stark mitgeprägt.

### **1. Gustav Landauer und Martin Buber**

"Landauers Idee war unsere Idee. Es war die Erkenntnis, daß es nicht darauf ankommt, Einrichtungen zu ändern, sondern das menschliche Leben, die Beziehungen der Menschen untereinander zu verwandeln. Daß Sozialismus nicht etwas ist, was aus der Entwicklung der wirtschaftlichen Verhältnisse heraus entsteht, sondern daß Sozialismus etwas ist, das nie kommen wird, wenn es nicht jetzt und von uns getan wird." (Buber, zitiert nach Doubrawa 1999, 183)

Da stehen nun nicht mehr der Aufstand und die Mobilisierung der Massen, nicht mehr soziale Ungerechtigkeit und der Zorn auf die Unterdrückten im Vordergrund der Betrachtung, sondern der Einzelne mit seinen Beziehungen in seinem täglichen, selbst verantworteten Handeln.

Martin Buber und Gustav Landauer haben sich 1900 kennen gelernt und befreundet. Der Religionsphilosoph Buber gilt als einer der geistigen Väter der Gestalttherapie und Doubrawa zeigt in seinem Aufsatz *Die Politik des Ich-Du*, daß Buber seine Philosophie als politische Lehre verstanden hat.

Buber wie Landauer glauben an und kämpfen für ein gesellschaftliches Zusammenleben ohne Staat. Unter Staat verstehen sie eine Vereinigung aus Zwang, der sie den Begriff der Gesellschaft gegenüber stellen als Vereinigung aus dem Geist, gegründet auf das freie, selbständige Individuum. Diese neue Gesellschaft kann nur entstehen, wenn wieder wirkliche Gemeinschaft und lebendige Unmittelbarkeit in den Beziehungen möglich ist. Sie stellen sich das sozialistische Gemeinwesen als einen "Bund von Bündeln" vor, wobei wesentlich ist, daß die tragende Grundeinheit nicht größer ist als der Personenkreis, den ein Mensch persönlich kennen kann und daß "die Wendung zum anderen wirklich ihn, in seinem Sein, in seinem Sosein, meint." (Doubrawa 1999, 184)

Buber und Landauer sind überzeugte Zionisten; sie hoffen, daß Menschen in Palästina ein Gemeinwesen aufbauen können, ohne daß sie auf eine schon vorhandene herrschaftliche Struktur stoßen. So kämpft Buber auch vehement gegen die Errichtung des Staates Israel - hofft dann zumindest auf einen säkularen Staat. Und Landauer weitet in seinem *Aufruf zum Sozialismus* 1911 das zionistische Ideal aus, indem er schreibt, "überall auf der Welt

sollten sich Menschen vom Staat lossagen und freie Siedlungen errichten...“ Dabei geht es um freiwilliges (nicht nach sowjetischem Vorbild erzwungenes) „Gemeineigentum an Boden und die freie Bestimmung der Siedler über die Normen des Gemeinschaftslebens“ (a.a.O., 179).

Buber und Landauer "erkannten, daß sich eine revolutionäre Umwälzung der Gesellschaft nicht allein auf einen politischen und sozialen Vorgang reduziert. Bedeutsamer erschien ihnen die Bewußtseinsrevolution. Beide sahen vor allem den Einzelmenschen und dessen persönlichen Neuanfang." (a.a.O., 180) Es geht darum, menschliches Leben nicht auf einen fernen Zeitpunkt zu verlegen, in welchem die ideale Gesellschaft erkämpft sein wird, sondern es kommt auf das Wollen zum ‚freiheitlichen Sozialismus‘ und das Beginnen an. Die Revolution ist da, am gegebenen Ort und unter den gegebenen Bedingungen, und zwar immer dort, wo Momente der Unmittelbarkeit zwischen Menschen möglich sind. Wo das ‚wesenhafte Wir‘ waltet, da stehen wir bereits auf dem ‚Boden von Utopia‘. Dies ist nach Buber die Aufgabe eines jeden Menschen: zu erkennen, wo in der stetig zunehmenden Ich-Es-Welt Ich-Du-Begegnungen möglich sind und für diese mit ganzer Seele bereit zu sein. Allerdings ist damit für Buber auch die Forderung nach einer öffentlichen politischen Stellungnahme verknüpft, denn die Ich-Du-Begegnung (Buber: "Alles wirkliche Leben ist Begegnung.") braucht ein bestimmtes gesellschaftliches Klima, in dem sie stattfinden kann. Dieses gesellschaftliche Klima sehen Buber und Landauer in der Anarchie oder dem ‚freiheitlichen Sozialismus‘. So läßt es Buber auch an deutlichen Stellungnahmen auf die Fragen seiner Zeit nicht fehlen.

Hier liegt der Berührungspunkt von Politik und Therapie. Gestalttherapie will fähig machen zu selbstbestimmten Leben. Das tut sie, indem sie im therapeutischen Kontakt soweit möglich eine Ich-Du-Beziehung herstellt. Diese ist jedoch durch mehrere Faktoren begrenzt: Zum einen kann der Therapeut nicht von einer umfassenden Kontaktfähigkeit seines Klienten ausgehen, da psychische Probleme zumeist mit Kontaktstörungen einhergehen. (Umfassende Fähigkeit zu Ich-Du-Kontakt könnte Ergebnis einer erfolgreichen Therapie sein). Zum anderen bewirkt der funktionale Aspekt des therapeutischen Settings, nämlich die Tatsache, daß Therapeut und Klient einander brauchen, eine nur unvollständige Einlösbarkeit des Anspruchs auf Ich-Du-Begegnung. Das, was im Rahmen des Gegebenen möglich ist, beinhaltet immer noch weniger an Funktionalisierungen als die Kontakte, die Klienten sonst zumeist in ihrem Leben erfahren. Aufgrund der Begrenzungen therapeutischen Kontaktes wird deutlich, daß wirkliche Heilung mehr braucht als heilsame Therapie. Insofern ist die Aussage "Wenn ich mich ändere, dann hat das Auswirkungen auf meine Umwelt und dann verändert sich auch das gesellschaftliche System." zwar richtig, aber nur der erste Schritt, der alleine nicht

ausreicht. Denn nach Buber ist es die Ich-Es-Welt, die den Menschen krank macht. Wer es als Gestalttherapeut ernst meint damit, daß es darum geht, Menschen zu einem selbstbestimmten Leben hin zu unterstützen, für den ist es nicht nur nötig dem Klienten so weit als möglich einen herrschaftsfreien Ich-Du-Kontakt anzubieten. Wenn Buber recht hat, daß es das Übermaß an Ich-Es-Kontakten, an Funktionalisierungen ist, das krank macht, dann muß der Gestalttherapeut sich darüber hinaus für Veränderungen einsetzen, so daß mehr Ich-Du-Kontakt in der Gesellschaft möglich wird. "Darum brauchten wir, um eine dialogische Haltung leben zu können, dialogische Beziehungen untereinander - natürlich auch eine Gesellschaft, die den Dialog lebt, also eine herrschaftsfreie, anarchistische..." (Doubrawa/Blankertz 2000, 46)

Zu einem selbstbestimmten Leben gehört auch die Fähigkeit und das Bedürfnis, seine Belange in der ‚polis‘ einzubringen. Also geht mit einer erfolgreichen Gestalttherapie auch eine erweiterte Politikbereitschaft der Klienten einher.

## **2. Wilhelm Reich**

Ein weiterer Wegbereiter der Gestalttherapie ist Wilhelm Reich. Von Freud her kommend setzt er sich immer stärker mit der "vom sozialen Standpunkt hoffnungslose(n) Stellung der individuellen Psychotherapie (auseinander), die sich aus der gesellschaftlichen massenhaften Produktion von Neurosen ergibt" (Reich 1993, 11). Er sieht Neurosen als "Ergebnisse der patriarchalisch-familiären und sexualunterdrückenden Erziehung" und ist überzeugt, daß "ernsthaft nur eine Neurosenprophylaxe in Frage kommt". Um die Voraussetzungen für eine umfassende Neurosenprophylaxe zu schaffen und diese praktisch durchführen zu können, sei allerdings "erst eine grundsätzliche Umstülpung der gesellschaftlichen Institutionen und Ideologien (nötig), die von dem Ausgang der politischen Kämpfe unseres Jahrhunderts abhängt." (a.a.O.)

Reich grenzt sich von der psychoanalytischen Auffassung ab, welche die Kultur und Geschichte der menschlichen Gesellschaft aus den Trieben erklärt, indem er sagt, daß umgekehrt die gesellschaftlichen Verhältnisse auf die menschlichen Bedürfnisse einwirken und diese verändern, ehe die veränderten Triebe und Bedürfnisse als geschichtliche Faktoren zu wirken beginnen können. Das heißt, "daß jede Gesellschaft sich diejenigen Charaktere schafft, die sie zu ihrem Bestande benötigt. In der Klassengesellschaft ist es die jeweils herrschende Klasse, die mit Hilfe der Erziehung und der Familieninstitution ihre Position sichert, indem sie ihre Ideologien zu den herrschenden Ideologien aller



Gesellschaftsmitglieder macht." (a.a.O., 13) Die gesellschaftliche Ordnung formt die psychischen Strukturen der Gesellschaftsmitglieder und reproduziert sich so in ihnen. Besonders fest verankert werden Strukturen, wenn sie im Kontext libidinöser Interessen und Energien geformt werden. Die charakterlichen Strukturen der Menschen sind also nicht nur Spiegel eines gesellschaftlichen Systems, sondern auch dessen Verankerung. Dies erklärt die Duldsamkeit der unterdrückten Schichten gegenüber den Herrschenden, die sich gelegentlich bis hin zur Bejahung der autoritären Unterdrückung gegen das eigene Interesse steigert. Reich faßt das in dem Satz zusammen: "Die charakterliche Struktur ist erstarrter soziologischer Prozeß einer bestimmten Epoche" (a.a.O., 17). Aus dieser Bestimmung des Verhältnisses von Individuum und Gesellschaft ergibt sich, daß die therapeutische Arbeit mit einzelnen nicht losgelöst von der Gesellschaft betrachtet werden kann. Sie „steht notwendigerweise den neuroseproduzierenden gesellschaftlichen Faktoren kritisch gegenüber.“ (Bock 2000, 124). Dies sind die Voraussetzungen, unter denen sich Wilhelm Reich mit Charakteranalyse und individueller Therapie beschäftigt. Er tut es, weil er durch sie jene Einsichten in die menschlichen Strukturen gewinnen kann, die für die Neurosenprophylaxe wichtig sind.

„Seine Erkenntnisse als Analytiker über die Entstehung der Neurose führten ihn direkt zu einer Kritik der gesellschaftlichen Verhältnisse und entsprechenden praktisch-politischen Aktivitäten. Er begründete die sogenannte Sexpol-Bewegung, in der konkrete Aufklärung über sexuelle Fragen mit politischer Arbeit verbunden wurde.“ (a.a.O., 112) Nicht das Analysieren und "Reparieren" der Menschen, um sie zur reibungsloseren Reproduktion der Herrschaftsverhältnisse zu befähigen, ist sein Weg, sondern das Bewußtmachen derselben. Später wendet er sich gänzlich von der individuellen Therapie und damit auch von seinem politischen Engagement ab. In einem Interview sagt er 1952: Es gibt „keinen Nutzen bei der individuellen Therapie (...). Oh ja, einen positiven Nutzen, um Geld zu machen und um hier und dort zu helfen. Aber vom Standpunkt des sozialen Problems gibt es keinen Nutzen. Deshalb gab ich es auf.“ (zitiert nach a.a.O., 123) Reich hat lange um eine Verbindung von Gesellschaftskritik und Psychotherapie gerungen. 10 Jahre nach dem erwähnten Interview scheint Herbert Marcuse ihm eine späte Antwort zu geben. In einem Vortrag beschreibt er die Verbindung zwischen beiden folgendermaßen: "die Psychoanalyse kann nicht die politischen Tatsachen erhellen, sondern das, was sie denen antun, die diese Tatsachen erleiden." (Marcuse 1965, 100)

Der amerikanische Soziologe Paul Goodman hat sich intensiv mit Wilhelm Reichs Therapieform auseinandergesetzt. Genauso wie Reich sieht er einen Abbau sozialer Unterdrückung als wesentliche Aufgabe von Psychotherapie an; er kritisiert allerdings

Reichs rein positive Sichtweise der Triebe. Goodman sieht darin eine simple Umkehrung von Freuds Triebmodell: Bei Freud werden die Triebe (das Es) als zerstörerisch angesehen und müssen durch das Ich, auch in Form sozialer Repression, kanalisiert werden. Reich hingegen sieht das Es als stets gut an. Bei ihm stehen die Triebe in einem Verhältnis natürlicher Harmonie, die nur durch die soziale Unterdrückung, die das Ich schafft, gestört wird. Dagegen wendet Goodman ein, daß wir von einer automatischen Harmonie der Es-Triebe jedenfalls nichts wissen. Er weist "auf die seiner Meinung nach notwendig aktive Rolle des Ich hin, nämlich mit moralisch-verantwortlichem Verhalten die Triebe untereinander in ein lebensfähiges Gleichgewicht zu bringen und zu einer sozialen Verträglichkeit zu finden." (Blankertz, 2000, 48) Goodmans kritische Aufarbeitung von Reichs Positionen fließt später in die Theoriebildung der Gestalttherapie ein.

## **IV. Gestalttherapie: Theoretische Grundlagen der neuen Therapie**

### ***1. Der Weg zur eigenständigen psychotherapeutischen Richtung***

Als das Ehepaar Fritz und Lore Perls 1933 Deutschland verläßt, nehmen sie sowohl ihre psychoanalytische Ausbildung, als auch ihre Prägung durch die politischen Einflüsse der vergangenen 20 Jahren mit ins Exil nach Südafrika: Fritz Perls ist 1919 in Freiburg am "Arbeiter- und Soldatenrat" beteiligt, später gehören beide der "Antifaschistischen Liga" an. Er schreibt von sich: "Die Zeit nach dem Ersten Weltkrieg war sehr unruhig. Überall waren politische Gruppen, in denen revolutionäre Ideen diskutiert wurden. Marx hat mich fasziniert ... und dann die russische Revolution. Am meisten aber die Ideen von Gustav Landauer ... Ich hatte in Berlin seinen *Aufruf zum Sozialismus* gelesen, und 1919 schien die Zeit, wo vieles Wirklichkeit werden könnte. Aber es kam alles ganz anders." (zitiert nach Portele 1993, 22/23)

Nach vorangegangenen Lehranalysen bei verschiedenen Therapeuten hat Wilhelm Reich ab 1930 das therapeutische Verständnis von Fritz Perls stark geprägt. Perls macht bei ihm als Klient eine Analyse und eignet sich jene neuen Sichtweisen an, mit denen Reich eigene Wege jenseits der klassischen Psychoanalyse geht. Dazu gehört Reichs Verständnis, die Widerstände der Klienten im Therapieprozeß nicht als Boykott eines therapieunwilligen Klienten anzusehen, sondern als das eigentlich interessante Material der Therapie und als charakteristische, vor allem im Nonverbalen liegende Ausdrucksform des Klienten. Perls lernt damit, der Gegenwart vor der Vergangenheit den ersten Stellenwert einzuräumen, da sich Widerstände nur in der Gegenwart zeigen. Er lernt auf

das Wie, die nonverbalen Ausdrucksformen des Klienten zu achten. Diese sind im Unterschied zu den berichteten Inhalten der direkten Wahrnehmung des Therapeuten zugänglich. Bezieht er sich darauf was er beim Klienten wahrnimmt, so wird die Interaktion zwischen Therapeut und Klient direkter und unmittelbarer; sie fordert von beiden innere Beteiligung und Engagement. Außerdem erlebt Perls auf neue Art die Verbindung zwischen Körper und Geist, da Reich eine Analogie herstellt zwischen dem "Charakterpanzer" eines Menschen und einem entsprechenden "Muskelpanzer" in Form von bestimmten, typischen Verspannungsmustern. Damit kann "die bis dahin in der Analyse noch übliche dualistische Spaltung des Menschen in Geist und Körper nicht mehr aufrecht erhalten werden" (Staemmler/Bock 1998, 21). Auch behandlungstechnisch bricht Reich mit der analytischen Regel, den Klienten nicht zu berühren. Dies alles erfährt Perls als Patient am eigenen Leib und ist zum ersten Mal mit seiner Therapie zufrieden. Er schreibt über Reich: "Reich war vital, lebendig, rebellisch. Er war bereit, jede Situation zu diskutieren, vor allem politische und sexuelle, und trotzdem analysierte er und spielte die üblichen Entstehungs-Suchspiele. Aber mit ihm begann die Wichtigkeit der Fakten nachzulassen. Das Interesse an Haltungen rückte in den Vordergrund." (zitiert nach Bock 2000, 116).

Die Machtergreifung Hitlers beendet die Zusammenarbeit, da sowohl Perls als auch Reich wegen ihrer politischen Haltung emigrieren müssen. Ein Jahr später wird Reich aus der Internationalen Psychoanalytischen Vereinigung ausgeschlossen. Anna Freud schreibt über die Haltung ihres Vaters dazu: „Er kann nicht erwarten, Reich als Mitglied loszuwerden, ihn beleidigt die Vergewaltigung der Analyse ins Politische, wo sie nicht hingehört.“ (zitiert nach a.a.O., 115) So wird mit Reichs Ausschluß der Versuch unternommen, Psychoanalyse und Politik zu trennen.

Das Ehepaar Perls lebt bis 1946 in Südafrika. In diese Zeit fallen auch für sie die Loslösung von Freud und der Psychoanalyse bis hin zum endgültigen Bruch; das erste eigene, gemeinsame Buch wird geschrieben und sie machen viele praktische Erfahrungen mit ihrem sich herausbildenden eigenen Behandlungssystem. Nach dem Umzug nach New York wenden sich Fritz und Laura Perls an den kritischen Intellektuellen und Schriftsteller Paul Goodman mit der Bitte um Zusammenarbeit beim Schreiben eines weiteren Buches. Es wird ein Gemeinschaftswerk, bei dem die Konzeption von Fritz und Laura Perls, die theoretische Grundlegung von Paul Goodman und der praktische Teil mit Experimenten von dem Gestaltpsychologen Ralf Hefferline stammt. Es bekommt den Namen *Gestalt Therapy* und erscheint 1951. Nun kann man von einer eigenständigen Therapierichtung reden.

Perls und Goodman treffen sich in ihrer Einschätzung, daß psychische Probleme des

Individuums nicht nur mit diesem selbst zu tun haben, sondern oftmals gesunde Reaktionen auf krankmachende gesellschaftliche Situationen sind und somit die Aufgabe der Therapie nicht sein kann, allein das Individuum von seinem Leidensdruck zu befreien, sondern auch die neurosenproduzierende Gesellschaft zu ändern. Dennoch ist die Zusammenarbeit nicht leicht, da beide ganz unterschiedliche Ziele mit dem Buch verbinden. Fritz Perls will eine Schule der Psychotherapie gründen und ein Buch schreiben, das sowohl das praktische Handwerkszeug als auch den theoretische Überbau enthält und von der Gemeinschaft der Wissenschaftler umstandslos akzeptiert wird. Goodman dagegen will "sich über die Funktionsweise einer Gesellschaft Klarheit verschaffen, die zum Warenüberschuß auch noch Unglück produziert. Und er (will) als kritischer Pragmatiker herausfinden, welche Möglichkeiten es gäbe, etwas gegen diese Unglück produzierenden sozialen Strukturen zu machen." (Blankertz 2000, 136) Dabei ist Paul Goodmans Einfluß auf die entstandene Theorie überaus wesentlich, wie Stefan Blankertz anhand textkritischer Analysen nachweist. "Meine Interpretation geht davon aus, daß Goodmans Leben und Werk den *Hintergrund* für die Figur *Gestalt Therapy* bildet." (a.a.O., 132).

## **2. Wesentliche Elemente der Gestalttherapie im Spiegel anarchistischer Ideen**

Anhand der Gestalttherapie-Elemente „kreative gegenseitige Anpassung von Organismus und Umwelt“, „organismische Selbstregulation“, „Ich-Du-Kontakt“ und „selbstbestimmtes Leben“ soll im Folgenden überprüft werden, wie die Grundlagen gestalttherapeutischen Handelns mit anarchistischen Grundsätzen korrelieren.

### 2.1. Kreative gegenseitige Anpassung von Organismus und Umwelt

„Aller Kontakt ist kreative gegenseitige Anpassung von Organismus und Umwelt“ (Perls/Hefferline/Goodman zitiert nach Portele 1993, 34).

Perls sieht den ‚gut integrierten Menschen‘ als Ziel der Psychotherapie. Darunter „verstand er einen Menschen, ‚der in lebendigem Kontakt mit der Gesellschaft leben kann, der sich weder von ihr verschlingen läßt, noch sich völlig aus ihr zurückzieht, sondern sie im Sinne einer schöpferischen Anpassung mitgestaltet“ (zitiert nach Bock 2000, 125).

„Anarchismus gründet sich auf einen geradezu endgültigen Lehrsatz: Daß wertvolles Verhalten nur geschieht durch die freie und direkte Antwort der Individuen oder freiwilligen Gruppen auf die Bedingungen, die durch die historische Umwelt gegeben sind.“

(Perls/Hefferline/Goodman zitiert nach Portele 1993, 23)

Die Umwelt gibt Bedingungen vor und das Individuum verhält sich dazu. Der Spielraum des Individuums mag begrenzt sein, aber er ist nicht gleich Null. Egal wie dominant die Bedingungen wirken mögen, der Mensch hat letzten Endes die Möglichkeit frei zu sein - frei sich so oder anders zu verhalten, diese oder jene Haltung einzunehmen; er ist es, der die Bedeutung für die Dinge vergibt, die ihm widerfahren und für die Gefühle, die er hat. Für diese Bedeutungszuschreibung ist er verantwortlich, soweit er sich seiner Freiheit bewußt ist. Diese existentielle Freiheit - so unbequem und ängstigend sie sein mag, von der Sartre sagt, der Mensch sei verurteilt zu ihr - ist wesentliche Grundlage für die Gestalttherapie wie für den Anarchismus. Watzlawick drückt das Spannungsfeld zwischen gegebener Freiheit und der Möglichkeit zur Freiheit so aus: „Wer sich des Umstands voll bewußt wäre, der Erfinder seiner Wirklichkeit zu sein, wüßte um die immer bestehende Möglichkeit, sie anders zu gestalten.“ (1985, 312) Unbestreitbar ist jedoch, trotz aller berechtigter Gesellschaftskritik und allem Anerkennen, daß die Bedingungen die Menschen einschränken, festlegen und auch formen, daß der Mensch sich nicht auf ein festgelegtes Reiz-Reaktions-Schema reduzieren läßt.

Goodman geht von einem schöpferischen Selbst aus, das im Anpassungsprozeß von Individuum und Gesellschaft eine aktive Rolle spielt.

Nach seinem oben zitierten „geradezu endgültigen Lehrsatz“ hat ein Mensch die Möglichkeit, „frei und direkt“ oder unfrei auf die Bedingungen der Umwelt zu antworten. Unfrei zu antworten bedeutet, sich der Herrschaft der Gewohnheit zu unterwerfen oder die Umweltbedingungen wie einen Befehl zu erleben, dem man bedingungslos gehorchen muß. In Gestalt-Termini heißt das ‚aus einer Rolle heraus zu handeln‘. Wer in Rollen verhaftet ist, wie sie von Perls im ‚Schichtenmodell der Neurose‘ beschrieben sind, verhält sich gesellschaftlich angepaßter und ist stärker manipulierbar als jemand, dessen spontane Figur-Hintergrund-Bildung im Hier und Jetzt funktioniert und der Kontakt zu seinen eigenen Bedürfnissen hat.

„Ein therapeutischer Fortschritt kann sich daran zeigen, daß eine Person sich als Urheber von etwas entdeckt, von dem sie sich vorher betroffen fühlte“ (Russel 1989, 3). Das heißt, daß eine Therapie dazu beitragen kann, dem Menschen mehr das Gefühl der Handlungsfähigkeit zu vermitteln, statt sich nur als Opfer der Umstände zu erleben. Aber auch umgekehrt: Dinge, die außerhalb seines Einflußbereiches liegen, als solche zu erkennen und nicht den Anspruch zu haben Dinge zu verändern, die man nicht verändern kann.

## 2.2. Organismische Selbstregulation

„Die Anarchie, die die Herrschenden gewöhnlich fürchten, ist keine Anarchie ohne Sinn. Im Gegenteil, sie bedeutet, daß der Organismus sich selbst überlassen wird, damit er sich ohne Einmischung von außen um sich selbst kümmern kann“ (Perls zitiert nach v.Bialy 1998, 39).

Unter organismischer Selbstregulation versteht die Gestalttherapie „den Prozeß, in dem die vorherrschenden Bedürfnisse, sobald sie aufkommen, in den Vordergrund des Gewahrseins treten“ (a.a.O., 342).

Goodman schreibt: „Viele Therapeuten sprechen jetzt von der ´organischen Selbstregulierung´ und meinen damit, es sei nicht notwendig, die Impulse Appetit, Sexualität usw. im Interesse der Gesundheit oder Moral zu reglementieren, zu ermutigen oder zu unterdrücken. Wenn diese Dinge sich selbst überlassen wären, dann würden sie sich spontan selbst regulieren“ (a.a.O.).

Da das Individuum die Umwelt für die Befriedigung seiner Bedürfnisse braucht, handelt es sich nicht nur um einen Regulationsprozeß innerhalb des Individuums, sondern auch zwischen Individuum und Umwelt. Dieser ist nötig, da den Aussagen der traditionellen Sozialphilosophie (Aristoteles, Kant) zufolge die natürlichen Impulse des Menschen fehlbar sind. „Die Vernunft - das ‚Selbst‘ - muß ebenso *spontan* wie die Impulse entscheiden, welche von ihnen zu verwirklichen im eigenen Interesse erlaubt sein kann. Sonst werden wir vom Auto überfahren“ (Blankertz 2000, 127). Situationen, in denen wir auf die Selbstregulation nicht vertrauen, gibt es in unserer Gesellschaft sehr viele. Aber wir zahlen einen hohen Preis für die Begrenzung der Selbstregulation: Wir „müssen im Sinn behalten, daß wir in dem Maße, in welchem wir uns Situationen aussetzen, die nur ein Minimum an Selbstregulation zulassen, auch Energie und Lebenslust verringern. Die Frage, die sich jeder normale Mensch stellen sollte, lautet, wie viel Selbstregulation unter den gegenwärtigen Bedingungen von Gesellschaft, Technik und sogar Zustand der Natur möglich oder erlaubt und zu riskieren wäre. Wir glauben, die Selbstregulation ist viel tragfähiger, als gegenwärtig zugegeben wird.“ (Perls/Hefferline/Goodman zitiert nach Blankertz 2000, 127).

Wenn der Anarchismus von „Ordnung durch Autonomie“, das heißt durch Selbstbestimmung redet, dann ist das nichts anderes als die organismische Selbstregulation der Gestalttherapie. Beide gehen davon aus, daß ein vernünftiges Aushandeln dessen, was an ausgelebter Individualität sozial verträglich ist, nur als aggressiver Akt zwischen Individuen möglich ist. Sobald ein Staat mit starren Institutionen vorschreibt, was gelebt werden darf und was nicht, ist keine freie und spontane Antwort

des Individuums mehr möglich.

„Gesellschaftspolitisch zeigt sich die gesunde Seite immer in kreativen Veränderungsprozessen, die neurotische dagegen in institutioneller Verfestigung. Goodmanns Sicht dieser Dinge deckt sich mit Zivilisations- und Geschichtstheorien des 20. Jahrhunderts: Sie ist nicht mehr fortschrittsgläubig, sondern pessimistisch gegenüber dem Zivilisationsprozeß, allerdings optimistisch gegenüber den Kräften des Organismus als eine leib-seelisch-geistige Einheit mit Selbstregulations-potential.“ (Slunecko/Sonneck 1999, 238/239)

Bereits Wilhelm Reich hatte sich mit dem Prinzip der organismischen Selbstregulation beschäftigt und „damit ein für ihn auch politisch wichtiges Ergebnis seiner Therapie formuliert. Denn in diesen sich selbst steuernden Individuen sah Reich die Keimzellen ‚einer anderen Sozialität‘“ (Bock 2000, 128).

Es geht also nicht um das „Recht des Stärkeren“, nicht um die Überwindung ethischer Werte, sondern um die Gewinnung einer selbstbestimmten Ethik.

### 2.3. Herrschaftsfreier, das heißt anarchistischer Ich-Du-Kontakt

Wer als Gestalttherapeut einem Klienten einen Ich-Du-Kontakt anbietet, der tut dies aus der Grundannahme der Gleichheit und Autonomie eines jeden Menschen. Was er damit tut, ist nichts anderes als einen herrschaftsfreien Raum zu schaffen, in dem wahrhafte Begegnung stattfinden kann. Dabei fühlt man sich an Bubers Betonung des Beginnens erinnert: nicht zu warten, bis die ideale Gesellschaft erkämpft worden ist, sondern zu erkennen, wo bereits heute anarchistisches, also herrschaftsfreies Tun möglich ist.

Diese Räume und Möglichkeiten zu nutzen, hat ganz konkrete Auswirkung auf therapeutisches Handeln. So verzichtet der Gestalttherapeut etwa auf eine einseitige Deutungsmacht über den Klienten. Er weiß keine Lösungen für den Klienten, sondern stellt sich ihm in seinem Sosein zu Verfügung, damit dieser herausfinden kann, was für ihn ein angemessenes Verhalten ist - angemessen der tatsächlichen Umwelt gegenüber und angemessen sich selbst gegenüber, wie er nun einmal ist. So gibt es kein richtig und falsch, keine feststehende über die gemeinsame Situation hinaus Bestand habende und einseitig festgelegte Diagnose und keine inhaltlichen Ratschläge in der Gestalttherapie. Die Haltung der „kultivierten Unsicherheit“ (Staemmler 1994) gibt dem Therapeuten Orientierung und läßt ihn dabei neugierig und sich seiner subjektiven Wirklichkeitskonstruktion bewußt sein, die nicht mehr Gültigkeit hat als die Sicht der anderen.

Immer wieder ist postuliert worden, Gestalttherapie sei nicht eine bestimmte Methode

sondern ein „philosophischer Bezugsrahmen“ (Lore Perls zitiert nach Blankertz 2000, 17), bei dem es entscheidend auf die Haltung ankommt. Dahinter verbirgt sich ein hoher Anspruch. Wer es ernst meint mit der herrschaftsfreien Ich-Du-Beziehung und mit dem Ziel eines freien, nicht in Rollen verhafteten Selbst, der wird nicht umhin kommen sich damit auseinander zu setzen, ob und inwieweit er sich einmischt in einer Gesellschaft, in der authentisches Verhalten kaum vorgesehen ist. Gestalttherapie versteht sich immer schon als „Therapie *in* Gesellschaft“ (Doubrawa 1999, 177). Auch Lore Perls erlebt ihre Arbeit als eine politische: „Ich denke, wenn man Menschen dabei unterstützt, authentischer zu werden – in Gesellschaften, die mehr oder weniger autoritär oder autoritätsorientiert sind, ist das immer politische Arbeit, in der Therapie, in der Erziehung, in der Sozialarbeit“ (Lore Perls zitiert nach Perls 1998, 10).

#### 2.4. Ziel einer Gestalttherapie ist die Befähigung zu selbstbestimmten Leben

Die eigenen Bedürfnisse zu erkennen und die nötigen Schritte zu ihrer Umsetzung tun zu können, authentisch und nicht in Rollen verhaftet zu sein, Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen: das heißt als freier Mensch zu leben. Über einen solchen Menschen sagt Kathleen Höll: „Der *freie Mensch* oder *Anarchist* baut auf die natürlichen Kräfte. Es geht nicht darum, Organisationen zu beherrschen, sondern den Raum natürlicher Handlungen zu erweitern. (...) Anarchistisch handeln heißt nicht, sich den Zugzwängen der etablierten Politik zu unterwerfen, sondern die Grenze der Kooperation mit dem System festzulegen: bis hierher und nicht weiter“ (Höll 1993, 34). Die Grenze bewußt zu setzen ist nicht einfach und macht Angst. Die Arbeit an der Grenzziehung – egal wem gegenüber – und die subjektiven Hindernisse, Schuldgefühle etc., die dabei auftauchen, sind häufig Teile therapeutischer Prozesse, die das Ziel eines selbstbestimmten Lebens haben. Denn, den „eigenen Möglichkeiten zu folgen, führt nicht ab vom rechten Weg, sondern läßt ihn klarer erkennen. Laßt uns unsere Grenze ziehen und es durchstehen.“ (Goodman zitiert nach a.a.O.)

Dabei ist Goodman „generell ein Feind von Kompromissen, weil seiner Ansicht nach das Akzeptieren des *kleineren Übels* verhindert, nach einer innovativen, wahrhaft befriedigenden Lösung zu suchen.“ (a.a.O., 33) – Das klingt anstrengend und herausfordernd, fördert aber die psychische Gesundheit, ist kreative, gegenseitige Anpassung und führt zu selbstbestimmten Leben.



### **3. Das Aggressionsmodell und seine politischen Konsequenzen**

Das Aggressionsmodell der Gestalttherapie vollzieht eine Analogie zwischen der Aufnahme physischer Nahrung einerseits und geistiger beziehungsweise seelischer andererseits. Goodman überträgt dies von der individuellen Ebene auf die gesellschaftliche und kommt so zu Aussagen darüber, wie eine Gesellschaft aussehen muß, damit sie die psychische Gesundheit ihrer Mitglieder fördert. Dies soll im Folgenden nachgezeichnet werden.

#### **3.1. Das Aggressionsmodell**

Sich nähren heißt, Ungleiches gleich zu machen, sagt Aristoteles. Um ein Bedürfnis zu befriedigen, z.B. den Hunger zu stillen, muß der Organismus auf aggressive Weise mit der Umwelt in Kontakt treten. Etwa so: Hunger spüren, Steak kaufen, braten (=verändern), kauen (=zerstören), verdauen (=assimilieren) und ausscheiden (=aggressive Abwehr dessen, was sich als nicht assimilierbar herausstellt). Damit ist das Bedürfnis befriedigt, die „Gestalt ist geschlossen“ und tritt in den Hintergrund. Dieses Muster bezieht sich nicht nur auf Steaks, sondern kann genauso gut auf Bücher, den Einfluß der Eltern oder den Unterschied zwischen den Gewohnheiten des Partners und den eigenen übertragen werden. Wird nicht richtig „gekaut“, so kann nicht assimiliert werden und das Ergebnis sind Introjekte, die als Fremdkörper „schwer im Magen“ liegen - eine mögliche Art der Kontaktstörungen, mit denen sich die Gestalttherapie beschäftigt. Aggression wird also als positiver Begriff gefaßt. Sie ist nichts Schlechtes, sondern richtet sich darauf, sich das eigene Leben wirklich anzueignen. Wenn ein Mensch das Gefühl hat, mit seinem Leben nicht gut zurecht zu kommen, dann führt die Gestalttherapie dies auf eine Unterdrückung der Aggression zurück, also auf eine Unterdrückung der Möglichkeit, seine Umwelt mit zu prägen.

Unsere Gesellschaft basiert laut Goodman auf folgender Struktur: Sie stellt dem Individuum vieles zur Verfügung: Nahrung, Unterkunft, Sicherheit, Bildung und Sinnlichkeit. Dafür verlangt sie einen sehr weitgehenden Verzicht des Individuums auf Konflikt und Aggressivität, da diese das Ziel von Ruhe, Ordnung und Harmonie bedrohen würden. Die Folge ist, daß dem Individuum die Möglichkeit genommen wird, sich über Begehren, Zerstören und Neugestalten die Gegenstände der Umwelt so anzupassen, daß sie für ihn passend werden. Sie bleiben äußerlich, fremd und unbefriedigend. Die gesellschaftliche Ächtung und Unterdrückung der individuellen Aggressivität, die behauptete Harmonie, setzt das Individuum mit seiner Wahrnehmung von sich selber und

seinem Bedürfnis ins Unrecht, weil es so „den sozialen Frieden störe, und berechtigt die organisierte Gesellschaft im Namen des Friedens zu praktisch jeder Aggression“ (Blankertz 2000, 110). Das erzeugt Angst. Diese latente, chronische Angst führt zum ständigen vorzeitigen Abbrechen der Konflikte und in der Konsequenz zur Neurosenbildung. Wer seine Bedürfnisse nicht einbringen kann, versucht sie dann mehr und mehr gar nicht erst zu spüren. Nicht die individuelle Aggressivität, sondern die vorzeitige Befriedung der Konflikte ist das Problem; sekundär richtet sich die Energie entweder nach innen gegen das Individuum oder in Form von - nun destruktiver - Zerstörungslust nach außen.

So ist in der Gesellschaft „nach gestalttherapeutischer Interpretation nicht etwa eine Zunahme, sondern vielmehr eine Abnahme von Aggression zu verzeichnen. Jedenfalls von Aggression, die zielgerichtet Konflikte zwischen Individuen oder Gruppen um die Gestaltung der Umwelt und die Befriedigung ihrer Bedürfnisse meint. Die organisierte, befriedete und zentralisierte Gesellschaft entfremdet die Menschen ihrer sozialen Konflikte, unterbindet Aggression und schneidet sie so von der Fähigkeit zur Kontrolle über ihr eigenes Leben ab. Anstelle von zielgerichteter Aggression gibt es dann blinde Destruktivität, die von den Menschen wiederum als angstmachende *Zunahme der Gewalt* erlebt wird.“ (Doubrawa/Blankertz 2000, 55/56)

Mit der Unterdrückung aggressiver Impulse werden die sozialen Konflikte stets im Interesse der bestehenden Ordnung und zu Ungunsten des einzelnen gelöst. Diese „Ordnung, die ja eigentlich das Ergebnis von organisierender freier Tätigkeit des Selbst ... (sein sollte), wird durch die Unterdrückung der Aggressivität immer mehr zur toten Form, an der die lebenden Menschen immer weniger Anteil haben“ (a.a.O., 54).

### 3.2. Der Staat als Gewaltzusammenhang

Dies führt zu der Argumentationslinie, mit der Goodman sich grundsätzlich gegen den Staat als solchen ausspricht: Der Staat – egal welcher – ist keine freiwillige Assoziation, kein Bund, der durch Übereinkunft entsteht sondern durch Gewalt. Insofern kann staatlich Organisiertes keine Selbständigkeit enthalten. Eine Organisation selbständig handelnder Menschen hingegen muß sich fortwährend aus freiem Übereinkommen erneuern. Jede staatliche Organisation überformt eine eventuell zugestandene Selbständigkeit durch deren Teilhabe am Gewaltzusammenhang. Die Gewalt des Staates beruht auf seiner Übermacht dem Einzelnen gegenüber, die er durch Enteignung (genannt Steuern) gewonnen hat. Mit diesen Geldern der Menschen baut er Institutionen auf und finanziert Dinge, für die er nicht mehr auf die Zustimmung der Steuerzahler angewiesen ist. Er stellt

Dienstleistungen zur Verfügung, deren einziger Anbieter er teilweise ist und zu deren Abnahme er die Menschen zwingt (Schulpflicht, Sozialversicherungspflicht, Psychiatrische Behandlung durch Zwangseinweisung). Wenn jedoch der Einzelne einer Regel unterworfen wird, die ihm nicht paßt und auf die er keinen Einfluß hat, dann ist es für die krankmachende Wirkung einerlei, ob diese Regel von einem Diktator oder einer demokratischen Mehrheit erlassen worden ist. Durch Monopolisierung und Zentralisierung kommt es zu einer Machtzusammenballung, die sich unter anderem im „Gewaltmonopol“ ausdrückt. Auch Martin Buber hatte schon dagegen opponiert, daß die Herrschenden mehr Macht besitzen, als die Bedingungen erfordern: „Im Staat, selbst in einem demokratischen, gibt es ein Übermaß an Macht“ (Doubrawa 1999, 183). Darüber hinaus versucht der Staat sich durch die Okkupation sozial notwendiger Funktionen selbst zu legitimieren. Diese Gefahren müssen nach Bubers Vorstellung durch Dezentralisierung abgewehrt werden.

Dadurch, daß der Staat eine feste Institution ist, – mit Gewaltmonopol und großen Ressourcen ausgestattet – nimmt er der Gesellschaft die Flexibilität, sich nach den Bedürfnissen der Menschen zu formen. Es kommt zu einem Teufelskreis: Je mehr staatliche Reglementierungen es gibt, um so weniger hat der Einzelne das Gefühl, selber etwas gestalten zu können. Er fühlt sich ausgeliefert und ruft immer öfter den Staat um Schutz und Regeln an. Umgekehrt gilt auch, je weniger Autonomie die einzelnen zeigen und leben, um so „objektiv“ notwendiger werden staatliche Reglementierungen.

Wir leben heute in einer Gesellschaft, in der der Gewaltzusammenhang wesentlich verdeckter ist, als in anderen Staatsformen. Dennoch sind sich so unterschiedliche Autoren wie Paul Goodman, Herbert Marcuse und Hilarion Petzold einig, daß die „Repression in der Gesellschaft ja keineswegs weniger geworden“ (Petzold 1999, 62) ist. Marcuse spricht von „totalitären Demokratien, und *totalitär* wird hier Neubestimmt und bedeutet die nicht nur terroristische, sondern auch pluralistische Aufhebung aller wirksamen Opposition durch die bestehende Gesellschaft.“ (Marcuse 1965, 90) Diese geschieht laut Marcuse durch die Integration jener Elemente, die früher die gegebene Wirklichkeit anklagten und transzendierten: Sexualität, Kunst, Philosophie. Damit verlieren sie das „Moment der Befreiung vom Gesellschaftlichen“ und die Repression selbst wird verdrängt: „die Gesellschaft hat nicht die individuelle Freiheit erweitert, sondern ihre Kontrolle über das Individuum“ (a.a.O., 102)

Laut Goodman sind jedoch nicht Macht oder Machtmißbrauch das Problem, sondern Ohnmacht. Denn Macht ist die Fähigkeit etwas zu bewirken. Ohnmacht ist der Verlust dieser Fähigkeit oder auch die Unfähigkeit, sich gegen die Auswirkung der Handlung eines

anderen zu wehren. Auf die Psychotherapie übertragen heißt das: Wer Menschen auf ihrem Weg unterstützen will, hin zu einem selbstbestimmten Leben - was heißt zu mehr Macht - und sich nicht mehr ohnmächtig ausgeliefert zu fühlen, der wird über die Grenzen des Subjektiven hinaus nur dann Erfolg haben, wenn er sich gegen die Strukturen wendet, die Ohnmacht herbeiführen und festigen.

### 3.3. Ist Anarchismus nötig oder möglich? – Zwei Menschenbilder

Goodman geht einerseits - in der Tradition Kropotkins - davon aus, daß gegenseitige Hilfe sowohl bei Tieren als auch bei Menschen ein natürliches Prinzip darstellt, also nicht eine ethische Norm ist, die der „bösen“ Natur entgegengestellt wird. Andererseits mißtraut er den Menschen und sieht, was für eine Wirkung es auf sie ausübt, Macht zu haben. Gerade deswegen ist er gegen staatliche Gewalt und setzt auf Selbstbestimmung: „...die menschliche Natur ist wahrscheinlich hundsgemein. Die Leute sind korrupt wie der Teufel, deshalb gibt keinem nur ein bißchen Macht, weil die Leute, die die Macht haben, keinen Deut besser sein werden als die anderen.“ (Goodman zitiert nach Portele 1993, 25) Und an anderer Stelle: „Die Menschen haben ein Recht darauf, verrückt, dumm oder anmaßend zu sein. Darin besteht ja gerade unsere Eigenart. Wir machen nur den Fehler, jeden mit kollektiver Macht auszustatten. Anarchie ist die einzige sichere Politik.“ (Goodman zitiert nach Blankertz 2000, 35).

Zu ähnlichen - anarchistischen - Konsequenzen kommt Wilhelm Reich, allerdings aus einem anderen Menschenbild heraus. Er erklärt das Vorhandensein sozial verträglicher sowie zerstörerischer Anteile im Menschen mit einem Drei-Schichten-Modell. Die Oberfläche bildet die „künstliche Maske der Selbstbeherrschung“ und der unechten Höflichkeit. Die zweite Schicht entspricht dem Freudschen ‚Unbewußten‘ mit allen negativen Trieben, die in Schach gehalten werden, „ohne jedoch das geringste an Kraft einzubüßen“. Diese sieht Reich als das Kunstprodukt der sexualverneinenden Kultur an. „Hinter ihr, in der Tiefe, leben und wirken die natürliche Sozialität und Sexualität, die spontane Arbeitsfreude, die Liebesfähigkeit. Diese letzte Schicht, die den biologischen Kern der menschlichen Natur darstellt, ist unbewußt und gefürchtet. Sie widerspricht jedem Zug autoritärer Erziehung und Herrschaft. Sie ist gleichzeitig die einzige reale Hoffnung, die der Mensch hat, das gesellschaftliche Elend einmal zu bewältigen.“ (Reich zitiert nach Bock 2000, 131).

### 3.4. Zur Abgrenzung anarchistischer von neoliberalen Positionen

Themen aktueller Diskussionen beinhalten derzeit oft Fragen von Deregulierung und Flexibilisierung. Dabei werden immer wieder Forderungen nach weniger Eingreifen des Staates und mehr Verantwortung für den einzelnen laut: private Alters- und Gesundheitsvorsorge, Sozialhilfe nach amerikanischem Vorbild und flexible Arbeitszeiten seien hier nur als Beispiele genannt. Diese Positionen scheinen sich zu decken mit den beschriebenen anarchistischen Forderungen nach mehr Möglichkeit für den einzelnen, das eigene Leben zu gestalten. Sie sind allerdings nur äußerlich ähnlich, denn Grundlage der derzeitigen politischen Entwicklung in Richtung weniger staatlicher Sicherungssysteme sind „die Forderungen des Marktes“. Es geht also nicht um die Erweiterung persönlicher, herrschaftsfreier Räume, sondern um das Ausliefern der Menschen an eine noch weniger faßbare Macht als es der Staat ist. Die neue Herrschaft heißt „Gesetz des Marktes“. Sie wird mit scheinbar unangreifbaren Argumenten wie etwa „Arbeitsplatzsicherung“ durchgesetzt. Selbstinstrumentalisierung und Unterordnung scheinen schon deshalb nötig, um die eigene profitable Verwendbarkeit als Arbeitskraft zu gewährleisten. Dabei wird dem einzelnen suggeriert, daß er wahrhaft frei sei. Als Rahmen dieser Freiheit tritt somit nicht mehr der Staat mit seinem Anspruch an Autorität auf, sondern die als naturgegeben postulierten Bedingungen „des Marktes“. Die Forderung, sich den gegebenen Bedingungen so gut wie möglich zu unterwerfen, um die angebotene „Freiheit“ für sich optimal nutzen zu können, ist nichts Neues und begleitet nicht nur kapitalistische Wirtschaftssysteme. Doch die Entwicklung der letzten Jahrzehnte, das Fortschreiten der Globalisierung und der Versuch einer weltweiten Durchsetzung neoliberaler Forderungen führt vermehrt zu einer Verschleierung der Machtzusammenhänge und der Illusion einer „Du kannst tun was du willst“-Freiheit. Strasser beschreibt das so: „Das eigentlich Neue am Neoliberalismus besteht darin, dass er den Prozess

der Zurichtung des Menschen zum Funktionselement des Marktes als *Selbst-Optimierung* in die Individuen hineinverlegt und sich das moderne Pathos von Freiheit und Selbständigkeit zunutze macht.“ (Strasser zitiert nach Staemmler 2001, 17).

Wenn man die weiter oben dargestellte Kritik Herbert Marcuses auf die heutige Zeit bezieht, so heißt dies, daß es in der vernetzten, pluralistischen Gesellschaft immer weniger wirkliche Opposition gibt und daß die Grenzen des Gesellschaftlichen immer weiter in das Individuum hinein verlagert werden.

Dadurch wird es immer schwieriger, überhaupt ein starkes, unabhängiges Ich zu entwickeln. Dies jedoch stellt die Grundvoraussetzung für jede Art herrschaftsfreien Lebens dar. Weder postmoderne Wertebeliebigkeit und neoliberale Deregulation, die den

Menschen für den Markt instrumentalisieren, noch starre staatliche Regeln können die Lösung sein. Was not tut in unserer Gesellschaft mit ihren vielen unbeantworteten Fragen sind Menschen mit klarer Identität und Selbst-Bewußtsein, die fähig sind zu authentischem Kontakt und eigenverantwortlichem Handeln, die das existentielle Geworfensein des Menschen ertragen können, eine selbstbestimmte Ethik leben und die sich nicht mit pseudofreien Lebensentwürfen zufrieden geben.

Und wie müßte die „bessere“ Gesellschaft aussehen?

Nach den skizzierten Vorstellungen von Buber, Reich und Goodman müßte eine Gesellschaft, die sich auf ihre Mitglieder nicht krankmachend auswirken soll, folgende Kriterien erfüllen:

Zuerst einmal muß sie offen sein für die Initiative und die kreativen Lösungen der einzelnen Menschen. Es muß Raum geben Konflikte auszutragen und die Möglichkeit, durch die eigene Aktivität sich die Umwelt zu eigen zu machen. Dazu darf die Gesellschaft keine starren Regeln haben und die Macht, mit der sie ihre Regeln durchsetzt, darf nicht übermächtig sein. Sie darf die Menschen nicht bemuttern, behüten und rundum versorgen, so daß diese eigene Erfahrungen machen können und sich auch anstrengen müssen. Die gesunde Gesellschaft muß eine Gemeinschaft sein, die in föderaler Struktur aus kleinen, überschaubaren Einheiten besteht, die auf persönlichem Kontakt beruhen. Sie muß auf Freiwilligkeit gegründet sein und sich aus Menschen bilden, die nach dem Prinzip der organismischen Selbstregulation selbstbestimmt miteinander leben.

## **V. Gestalttherapie im gesellschaftlichen Feld**

Die so beschriebene Gesellschaft ist eine Utopie, genauso wie der Anarchismus als solcher eine Utopie ist. Und dennoch haben Vorstellungen und Wünsche, die sich auf ein verändertes Zusammenleben richten, Menschen immer wieder bewegt und auch zu ganz konkreten Handlungen animiert. Die Entwicklung der Gestalttherapie ist eng verknüpft mit dem Glauben, daß der einzelne etwas zur Veränderung gesellschaftlicher Bedingungen beitragen kann.

### ***1. Der Glaube an die gesellschaftsverändernde Wirkung persönlicher Prozesse***

In den 60er Jahren erlebt die Gestalttherapie im Kontext der amerikanischen Gegenkultur eine starke Verbreitung. Paul Goodman engagiert sich politisch in der Protestbewegung,

während Fritz Perls nun in Kalifornien lebt und im Klima der „human potential movement“ die Gestalttherapie weiterentwickelt und bekannt macht. Esalen wird zum „Sanatorium für zivilisationsgeschädigte Seelen“ (F. Perls 1998, 7), wo Menschen versuchen, „persönlich mehr aus ihrem Leben zu machen – auch um zu größerer Kraft zu gelangen, die gesellschaftlichen Verhältnisse umzugestalten“ (Doubrawa/Blankertz 2000, 93). Es ist eine Zeit, in der es um das Machen geht, um Weltgestaltung. Und lange verbinden Gestalttherapeuten mit ihrer Arbeit die „gesellschaftliche Utopie, daß es nicht nur gelingen müßte, einzelnen Klienten zu helfen, sondern überdies die Menschen zu einem besseren Zusammenleben zu bewegen – einem Zusammenleben mit weniger Angst, mit weniger gegenseitiger Hemmung, mit mehr Raum für Lebensfreude und Kreativität. Diese gesellschaftliche Utopie ist (inzwischen) verblaßt, weil ihre Realisierung auf sich warten läßt“ (a.a.O., 50).

In der Gestalttherapie entsteht in der Folgezeit eine gegenläufige Bewegung. Es geht nun stärker darum, sich in einer inneren seelischen Bewegung dem eigenen Wesen und Zentrum anzunähern. Ziel dabei ist es, innere Freiräume zu eröffnen. Die Bewegungen nach außen und nach innen sind neutral als Antagonisten beschreibbar, die gleichwertig sind und einander bedingen wie etwa Kontakt und Rückzug.

## ***2. Im Spannungsfeld zwischen erweiterter und restriktiver Handlungsfähigkeit***

Man kann das beschriebene Phänomen auch unter dem Blickwinkel des Konzeptes von erweiterter und restriktiver Handlungsfähigkeit (Holzkamp 1984) betrachten. Erweiterte Handlungsfähigkeit bedeutet den Versuch, die Bedingungen zu verändern, die die Handlungsfähigkeit einschränken – mit der Chance, die Lebensbedingungen für sich und andere ein Stück zu verbessern, aber auch mit dem Risiko, daß einem noch die bestehende, eingeschränkte Handlungsfähigkeit genommen wird. Erweiterte Handlungsfähigkeit stellt also einen Angriff auf die gegebenen Verhältnisse dar. Mit restriktiver Handlungsfähigkeit ist gemeint, sich innerhalb der bestehenden Verhältnisse einen Freiraum, eine Nische zu schaffen. Dies bedeutet ein Stück Teilhabe an Macht und Herrschaft, kurzfristige Vorteile und Absicherung - aber auch, die Bedingungen, unter denen man leidet, durch das Arrangement noch zu verstärken. Und es bedeutet, die eigene Handlungsfähigkeit auf Kosten anderer abzusichern. Die Entscheidung für restriktive Handlungsfähigkeit wird oft gerechtfertigt mit dem größeren Einfluß, den man ausüben kann, wenn man innerhalb der Herrschaftszusammenhänge steht. Was bleibt, ist dennoch ein immanenter Widerspruch.

Dieses Spannungsfeld gilt für jeden Beruf und alles Handeln in der Gesellschaft. Gestalttherapeuten befinden sich darüber hinaus in dem nicht auflösbaren Paradox, gesellschaftlich induzierte Leiden individuell heilen zu wollen. So geht Fritz Perls davon aus, „daß Menschen Teile ihrer Persönlichkeit – aufgrund gesellschaftlicher Zwänge – abgespalten haben. Und daß seine Arbeit zur Integration des Abgespaltenen beitragen soll“ (F. Perls 1998, 10).

Immer wieder betont die Gestalttherapie, daß eine Neurose keine Krankheit ist, sondern eine gesunde Reaktion auf eine krankmachende Situation war, die sich lediglich verfestigt hat und dadurch nun eine Selbstunterbrechung organismischen Wachstums darstellt.

Der Klient hingegen kommt zum Therapeuten, weil er einen Leidensdruck hat. Ihm ist erst einmal egal wodurch dieser hervorgerufen wird, sondern wichtig ist ihm, davon befreit zu werden. Eine gelungene Integration in und damit einhergehend eine relativ weitgehende Anpassung an die Gesellschaft verspricht dem Klienten Funktionstüchtigkeit, Steigerung des Selbstwertgefühls und dadurch Zufriedenheit und vielleicht sogar Glück, kurzum ein gelungenes Therapieergebnis.

Der Therapeut steht nun von zwei Seiten unter Druck, in Richtung restriktiver Handlungsfähigkeit zu agieren. Einmal übt der Klient Druck auf den Therapeuten aus, ihn zu unterstützen, sich möglichst gut und ohne darunter zu leiden, an die bestehenden Verhältnisse anzupassen. Auf der anderen Seite üben die bestehenden Verhältnisse einen wiederum zweifachen Druck auf den Therapeuten aus, sich ihnen zu fügen, da sich „mit der Korrektur individueller Probleme (...) Geld verdienen läßt in einer Gesellschaft, die diese Probleme produziert oder wenigstens verschärft“ (Doubrawa/Blankertz 2000, 63). Außerdem steht er als Therapeut in den meisten Fällen, etwa durch Anstellung im öffentlichen Bereich des Gesundheits- oder Sozialwesens oder in einer Praxis mit Kassenzulassung in einem ganz direkten Abhängigkeitsverhältnis der Gesellschaft gegenüber. Trotz des immer wieder postulierten Anspruchs, daß es nicht darum geht, den Klienten für die Gesellschaft passend zu machen, unterliegt eine Psychotherapie dennoch starken Einflüssen in diese Richtung.

Das Paradox ist nicht auflösbar, denn Psychotherapie als Methode kann nur beim einzelnen ansetzen. Es kann unsichtbar gemacht werden, indem man über den gesellschaftlichen Kontext therapeutischen Handelns hinweg sieht, damit aber leicht zum Reparatteur der Symptome wird und die Ursachen aus dem Blick verliert. Weitergedacht stärkt man auf diese Weise sogar die krankmachenden Strukturen - im Sinne restriktiver Handlungsfähigkeit.

Die Lösung kann jedoch nicht sein, auf therapeutisches Handeln ganz oder als Profession - um aus der finanziellen Abhängigkeit zu fliehen - zu verzichten. Gestalttherapeutischen



Grundsätzen folgend muß es zunächst darum gehen, deutlich werden zu lassen und auszusprechen was ist. Wenn deutlich wird was ist, werden auch die Widersprüche deutlich. Wer schafft, diese Widersprüche auszuhalten und nicht gleich wieder zu harmonisieren, hat die Chance, daß Veränderung passiert – entsprechend dem Satz: die Widersprüche sind die treibende Kraft.

### **3. Gestalttherapeutische Haltung als politischer Auftrag**

Der Frage, ob das eigene Tun zu einer Erweiterung der Möglichkeiten hin zu einem selbstbestimmten Leben für sich und andere führt oder nicht, muß sich jeder immer wieder stellen, der nicht in den Mechanismen der Eingliederung aufgesaugt werden will.

Wer sich die Grundlagen der Gestalttherapie zu eigen gemacht hat, Gestalttherapie als Haltung begreift und nicht nur als Methode, als Handwerkszeug zu beruflichen Zwecken, und wer als Ziel seiner gestalttherapeutischen Tätigkeit ansieht, den Klienten zu einem selbstbestimmten Leben hin zu unterstützen, der sieht sich ganz prinzipiell der Situation gegenüber, daß diese Zielbestimmung weder für den Klienten noch für den Therapeuten an der Praxistür endet.

Der Therapeut hat dann auch jenseits seines Arbeitszimmers das Bedürfnis nach herrschaftsfreien Räumen, nach Ich-Du-Kontakten, nach kreativer, gegenseitiger Anpassung und positiver, gelebter Aggressivität. Er wird sich also - aus seiner ‚Gestalt-Haltung‘ heraus - in seinem persönlichen und gesellschaftlichen Umfeld für Strukturen einsetzen, die seinem Bedürfnis entgegenkommen. Überdies ist er damit Beispielgeber für eine bestimmte Art, mit sich und anderen Menschen umzugehen. Diese Haltung der Mitwelt gegenüber beschränkt sich im Bewußtsein der Zusammenhänge konsequenterweise nicht auf den Bereich des persönlichen Umgangs, sondern erstreckt sich auch auf eine Auseinandersetzung mit grundlegenden Fragen unserer Gesellschaft: etwa die Ausrichtung der Menschen an Märkte und nicht an Bedürfnisse, das Benutzen der Ausländer für inländische Politik oder die Funktionalisierung der Ängste von Menschen für die monetären Interessen anderer. Die Liste ließe sich beliebig fortsetzen. Wem es um selbstbestimmtes Leben und um herrschaftsfreie Räume geht, den gehen grundsätzlich alle diese Themen etwas an. Also ist nicht nur Therapie politisch - in dem Sinne, daß Menschen, die zu einem selbstbestimmten Leben hin unterstützt werden, Gesellschaft verändern - sondern sie hat darüber hinaus einen klaren politischen Auftrag. Aus ihren immanenten Grundlagen läßt sich der Anspruch auf Engagement und Handeln ableiten:

Der Mensch existiert ausschließlich in Form eines „in seine Umwelt eingebetteten Organismus“ (Perls zitiert nach v. Bialy 1998, 288). Es gibt keine Funktion eines

Organismus, die ohne den Bezug auf die Umwelt möglich wäre. Diese Darstellung des Organismus/Umwelt-Feldes bezeichnet Perls als „ganzheitlichen Ansatz“ (a.a.O.). Aus einem solchen Ganzheitlichkeitsbegriff heraus und dem Zusammenhang zwischen gesellschaftlichen Prozessen und individuellen Folgen ergibt sich, daß das eine nicht ohne das andere betrachtet werden kann und nicht eins von beiden alleine verändert werden kann. Wer Gesellschaftliches verändern will, muß beim Individuum anzusetzen und wer Individuelles verändern will, wird nicht umhin kommen, dafür im Gesellschaftlichen die Voraussetzungen zu schaffen. Therapie heißt Heilung. Wer heilen will, muß untersuchen was krank macht und krankmachende Faktoren wenn möglich ausschalten.

Dabei bleibt die Grenze der reinen Psychotherapie klar: dort geht es um die innere Wirklichkeitskonstruktion des Klienten. Gesellschaftliche Normen zum Beispiel können in ihrer Wirkung auf den Klienten Thema in der Therapie werden. Aber sie können dort nicht verändert werden.

Man kann sich das beschriebene Feld in Form von drei sich wechselseitig beeinflussenden konzentrischen Kreisen vorstellen: Den innersten Kreis bildet der Gestalttherapeut in seinem Arbeitszimmer. Dort bemüht er sich ausschließlich, gute gestalttherapeutische Arbeit zu machen. Der nächste Kreis um ihn herum beinhaltet sein persönliches und gesellschaftliches Umfeld mit Familie, Freunden, Kollegen, aber auch der Schule seiner Kinder und anderem mehr. Hier kann er versuchen, zu einem Klima beizutragen, das Selbstverwirklichung und Integration der Persönlichkeit fördert. Der dritte Kreis meint das Gesellschaftliche, die Rahmenbedingungen, in denen sich das Persönliche vollzieht: Politik, öffentliche Meinung, Religion, Ideologien. Wenn diese den Zielen der ersten beiden Kreise zuwider laufen und die Entfaltung der Persönlichkeit behindern, dann ist es die logische Folge, daß sich ein Gestalttherapeut im Gesellschaftlichen engagieren wird – in welcher Form auch immer man das persönlich für richtig hält. Das Wichtige des Bildes der drei Kreise ist, daß sie sich aus der spezifischen Haltung und den beruflichen Grundlagen des Gestalttherapeuten speisen, dort ihr Zentrum haben. Dort liegt der politische Auftrag, der über den Satz ‚das Private ist politisch‘ hinausgeht.

Somit ist jeder Gestalttherapeut in besonderer Weise herausgefordert, sich mit seiner eigenen Position auseinander zu setzen. Es geht nicht darum, dies oder jenes zu tun oder zu lassen, sondern innerhalb des politischen Anspruchs der Gestalttherapie bewußt und eigenverantwortlich die eigene Grenze zu ziehen - die Grenze der Kooperation, die Grenze der Einmischung, die Grenze der Berührbarkeit. Wer so in „freier und direkter Antwort“ auf die Bedingungen der historisch gegebenen Umwelt reagiert, handelt

gestalttherapeutisch in anarchistischer Tradition.

#### **4. Beispiele des Spannungsfeldes, in dem gestalttherapeutisches Handeln steht**

Einige Beispiele aus therapeutischen Praxiskontexten sollen den Schluß dieser Arbeit bilden. Ohne Bewertung werden in kurzen, kritischen Schlaglichtern Spannungsfelder aufgezeigt, die zwischen gestalttherapeutischem Anspruch und praktischem Handeln im gesellschaftlichen Feld entstehen können. Sie werfen die Fragen nach Grenzziehung und Vereinnahmung auf. Ihre ehrliche Beantwortung kann nur jeder für sich leisten. Dies ist oft unbequem und doch gerade im Bewußtsein der politischen Dimension dieses Ansatzes unerlässlich.

##### 4.1. Ausbildung von Psychotherapeuten: Anpassung an die Machtinstitution

Das Folgende ist einem Interview aus „Psychologie heute“ mit dem Psychoanalytiker Paul Parin entnommen:

„Paul Parin: Sie meinen wohl, ob Psychoanalytiker der Institution gegenüber gehorsam sein müssen. Meiner Ansicht nach sollte ein Prinzip in der Psychoanalyse gelten: Das des Anarchismus. Die Psychoanalyse ist ein sehr spätes Kind der Aufklärung, mit dem Ideal des unabhängigen, niemanden außer seinem eigenen Gewissen und seiner eigenen Menschlichkeit verpflichteten Menschen.

PH: Haben Sie den Eindruck, daß dieses Prinzip in der psychoanalytischen Institution überhaupt wiederzufinden ist?

Parin: Ich glaube, daß die Institutionen ungeeignet sind und es geradezu verunmöglichen, diesem Prinzip im Rahmen der Berufsausübung nachzukommen. Die Institutionen, wie sie heute existieren, sind geradezu kontraproduktiv. (...) Die Opfer sind in erster Linie die Ausbildungskandidaten. Sie werden transformiert, sie werden der Institution angepaßt. Opfer zweiten Grades sind wahrscheinlich die Patienten; sie treffen auf angepaßte oder sogar überangepaßte Angehörige einer Machtinstitution“ (Parin 1999, 265/266).

##### 4.2. Gestaltpädagogik: Selbstbestimmung zwischen Schulzwang und Notengebung

Selbstkritisch fragt Claudio Hofmann auf den Berliner Gestalttagen 1998: „Könnte es also sein, daß die Erfolge von Gestaltpädagogik damit zusammenhängen, wie sie auch dazu

beiträgt, die Krise des Bildungssystems humanistisch abzufedern und wie sie ihr von Goodman herrührendes subversives Erbe längst in systemkonformes Bildungskapital umgemünzt hat? (...) Nach Goodman gibt es im Grunde ‚nur eine *richtige* Erziehung: das Aufwachsen in einer Welt, in der es zu leben sich lohnt‘. Betreiben wir Gestaltpädagogik und Gestalttherapie, weil wir das Vertrauen verloren haben, diese Welt, in der es sich zu leben lohnt, mitgestalten zu können oder ist unser Metier gerade Ausdruck dieses Vertrauens?“ (Hofmann 1999, 36).

Noch deutlicher äußert sich Blankertz über die Schule als Zwangssystem und wirft der Gestaltpädagogik vor, einen Weg zu suchen, die Gestalttherapeuten nun endlich mit dem System zu versöhnen. (Blankertz 2000, 28).

#### 4.3. Suchtklinik: Wiederherstellung der Arbeitskraft

Wer als Gruppentherapeut in einer Rehabilitationseinrichtung für Alkohol Kranke arbeitet, sieht sich und seine gestalttherapeutische Arbeit vor folgende grundsätzliche Einschränkung gestellt:

Es wird ihm vom Rentenversicherungsträger ein klares Therapieziel für eine stationäre Therapie mit festgelegter Dauer vorgegeben: Er soll dazu beitragen, daß die Klienten „trocken“ bleiben und dem Arbeitsmarkt wieder zur Verfügung stehen. Als weitergehendes Therapieziel könnte von der Klinikleitung ein „zufriedenes Leben ohne Suchtmittel“ festgelegt werden. Der Therapeut wird in seiner Arbeit unter anderem daran gemessen, ob er mit den Klienten das Therapieziel erreicht. Ein von Therapeut und Klient gemeinsames, unvoreingenommenes Erarbeiten dessen, was das Bedürfnis des Klienten ist, wie seine Vorstellungen eines selbstbestimmten Lebens aussehen, ist kaum möglich und endet spätestens an den Grenzen, die Institution und Kostenträger setzen. Es geht auch nicht mehr um gegenseitige kreative Anpassung von Individuum und Gesellschaft, sondern um die einseitige Anpassung des Ersteren an Zweitere. Darüber hinaus kann der Therapeut durch seine Abhängigkeit von der Klinik und dem gesetzten Arbeitsauftrag dem Klienten nicht mehr wirklich frei von Rollen gegenüber treten. Eine echte Begegnung im Sinne eines Buberschen Ich-Du Kontaktes ist kaum noch möglich und die Therapie wird so, um diesen Wirkfaktor beraubt, weniger heilsam sein, als möglich wäre.

#### 4.4. Praxis: Abrechnung über Krankenkasse: Ja oder Nein?

Wer als Gestalttherapeut in eigener Praxis arbeitet, tut dies in letzter Zeit häufig unter

„falscher Flagge“. Um der eigenen existentiellen Absicherung willen, oder um nicht ein Therapeut einer gehobenen Mittelschicht zu werden, hat er in einem vielfach demütigenden Verfahren die Erlaubnis erworben, jemand anderer scheinen zu dürfen, als er sein will, und als dieser andere Geld zu verdienen. Dies entspricht restriktiver Handlungsfähigkeit und kann entweder - analog dem „Marsch durch die Institutionen“ - gesehen werden als ein Hineintragen gestalttherapeutischer Grundlagen in das staatliche Gesundheitssystem oder als ein Stück Anpassung und Verleugnung der eigenen Wurzeln. Gestalttherapeuten sollten versuchen die Spannung zwischen den Polen nicht zu verdrängen sondern sie auszuhalten. Es geht darum, bewußt und eigenverantwortlich die Grenze zu ziehen: persönlich zu entscheiden auf welche der vorgegebenen Strukturen und Kooperationen man sich einlassen will und kann. Die Klarheit, mit der Gestalttherapeuten ihre Position beziehen, wird wegweisend sein für die Zukunft der Gestalttherapie.

Fuhr u.a. formulieren das so: „Die Frage (...) ist, ob ein Teil der *Gestalt Community* bereit ist, das (r)evolutionäre Erbe der Begründer der Gestalttherapie in einer den heutigen gesellschaftlichen Bedingungen angemessenen Weise weiterzuentwickeln, oder ob die Gestalttherapie zu einem ganz überwiegenden Teil in einem ‚schulenübergreifenden Paradigma‘ aufgeht.“ (zitiert nach Staemmler 2001, 10).

Wenn die Gestalttherapie als eigenständige Therapieform bestehen bleiben soll, dann müssen die Gestalttherapeuten selber überzeugend begründen, warum ihre Existenz für die Gesellschaft wichtig ist. Nur aus dem Bewußtsein der eigenen Identität heraus und mit all dem, was eine gestalttherapeutische Selbstbestimmung unserer Gesellschaft und ihren entmündigenden Strukturen an „Vision und Methode“ anzubieten hat, kann ein Auftreten entstehen, das dem Anspruch dieser Therapierichtung gerecht wird.

Die anarchistischen Wurzeln der Gestalttherapie und die damit verbundene Freiheit zur unabhängigen Analyse sind wesentlicher und zukunftsweisender Anteil konsequenter und selbstbestimmter Arbeit in und für die Gesellschaft.

## VI. Literaturverzeichnis

- Arbeitsgruppe Gewerkschaftliche Schulung und Lehrerfortbildung (Hg.) (1987):  
Wi(e)der die Anpassung. Texte der Kritischen Psychologie zu Erziehung und  
Schule; Soltau (Verlag-Schulze-Soltau)
- Beisser, A. (1995): Die paradoxe Theorie der Veränderung. Gestalt-Publikationen  
Heft Nr. 18, Würzburg (Zentrum für Gestalttherapie)
- Bialy, v. J. u. H. (1998): Siebenmal Perls auf einen Streich; Paderborn (Junfermann)  
Bibliographisches Institut & F.A. Brockhaus AG, Band 1, (1999)
- Blankertz, S. (2000): Gestalt begreifen. Ein Arbeitsbuch zur Theorie der  
Gestalttherapie; Wuppertal (Peter Hammer)
- Bocian, B./Staemmler, F.-M. (Hg.) (2000): Gestalttherapie und Psychoanalyse;  
Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht)
- Bock, W. (2000): Der Glanz in den Augen – Wilhelm Reich, ein Wegbereiter der  
Gestalttherapie; in: Bocian, B./Staemmler, F.-M. (Hg.) (2000)
- Doubrawa, E. (1999): Die Politik des Ich-Du. Der Anarchist Martin Buber; in:  
Doubrawa, E./Staemmler F.-M. (Hg.) (1999)
- Doubrawa, E./Blankertz, S. (2000): Einladung zur Gestalttherapie; Wuppertal (Peter  
Hammer)
- Doubrawa, E./Staemmler F.-M. (Hg.) (1999): Heilende Beziehung: Dialogische  
Gestalttherapie; Wuppertal (Peter Hammer)
- Dreier, O./Kleinmanns, M./Konitzer-Feddersen, M./Michels, H.-P./Raitola, A. (1988):  
Die Bedeutung institutioneller Bedingungen psychologischer Praxis am Beispiel der  
Therapie; in: Dehler, J./Wetzel, K. (Hg.) (1988): Zum Verhältnis von Theorie und  
Praxis in der Psychologie; Marburg (va&g)
- Heider, U. (1992): Die Narren der Freiheit. Anarchisten in den USA heute; Berlin  
(Karin Kramer)
- Hofmann, C. (1998): Gestaltpädagogik: Subversiv und tröstlich; in: Zschüttig,  
Ch./Belger-Koller, K. (Hg.) (1999): Gesellschaft im Umbruch. Perspektiven der  
Gestalt. Die 4. Berliner Gestalttage; Berlin, Milow (Schibri)
- Höll, K. (1993): Paul Goodmans Gesellschaftsanalyse, oder: Was hat die  
Gestalttherapie mit dem Anarchismus zu tun?; in: Gestalttherapie 7/1, 30-35
- Holzcamp, K. (1984): Gesellschaftliche Widersprüche und individuelle  
Handlungsfähigkeit; in: Braun, K.-H./Gekeler, G. (Hg.) (1984): Objektive und  
subjektive Widersprüche in der Sozialarbeit/Sozialpädagogik; Marburg (va&g)
- Marcuse, H. (1963): Das Veralten der Psychoanalyse; in: ders. (1970): Kultur und

Gesellschaft 2; Frankfurt am Main (Suhrkamp)

Parin, P. (1994): Die Menschen werden verändert und transformiert; in: Petzold, H. G./Orth, I. (1999)

Perls, F. S. (1995): Grundlagen der Gestalt-Therapie. Einführung und Sitzungsprotokolle; München (Pfeiffer)

Perls, F. S. (1998): Was ist Gestalttherapie? Mit einer Einführung von A. u. E. Doubrawa. Wuppertal (Peter Hammer)

Perls, F. S./Hefferline, R. F. / Goodman, P. (1979): Gestalt-Therapie – Lebensfreude und Persönlichkeitsentfaltung; Stuttgart (Klett-Cotta)

Petzold, H. G./Orth, I. (1999): Die Mythen der Psychotherapie; Paderborn (Junfermann)

Portele, G. H. (1993): Anarchistische Grundlagen der Gestalttherapie; in: Gestalttherapie 7/2, 22-29

Reich, W. (1997): Charakteranalyse; Köln (Kiepenheuer & Witsch)

Russell, M. J. (1989): In Ketten frei? Über Sartre, Gestalttherapie und Verantwortung; Gestalt-Publikationen Heft Nr. 8, Würzburg (Zentrum für Gestalttherapie)

Sluneko, T./Sonneck, G. (Hg.) (1999): Einführung in die Psychotherapie. Wien (Facultas)

Staemmler, F.-M. (1993): Therapeutische Beziehung und Diagnose – Gestalttherapeutische Antworten; München (Pfeiffer)

Staemmler, F.-M. (1994): Kultivierte Unsicherheit. Gedanken zu einer gestalttherapeutischen Haltung; Gestalt-Publikationen Heft Nr. 17, Würzburg (Zentrum für Gestalttherapie)

Staemmler, F.-M./Bock, W. (1998): Ganzheitliche Veränderung in der Gestalttherapie; Wuppertal (Peter Hammer)

Staemmler, F.-M. (2001): 50 Jahre Gestalttherapie – Spekulationen zwischen den Zeiten; in: ders. (Hg.) (2001)

Staemmler, F.-M. (Hg.) (2001): Gestalttherapie im Umbruch. Von alten Begriffen zu neuen Ideen; Köln (Edition Humanistische Psychologie)

Therapeutisches Kollektiv: Aufbau, Organisation und Praxis einer studentischen Beratungsstelle; in: Jankowski, P./Tscheulin, D./Fietkau, H.-J./Mann, F. (Hg.) (1976): Klientenzentrierte Psychotherapie heute. Bericht über den 1. Europäischen Kongreß für Gesprächspsychotherapie in Würzburg 28.9.-4.10.1974

Was ist eigentlich Anarchie? Einführung in die Theorie und Geschichte des Anarchismus bis 1945; (1986) Berlin (Karin Kramer)

Watzlawick, P. (Hg.) (1985): Die erfundene Wirklichkeit – Wie wissen wir, was wir zu

wissen glauben? – Beiträge zum Konstruktivismus; München (Piper)