

EHP Leseprobe

(aus Dan Rosenblatt: *Türen Öffnen*, 1999, 7-13, 183-184)

Daniel Rosenblatt

Anstatt eines Vorworts zur erweiterten deutsche Ausgabe 50 Jahre Gestalttherapie - 25 Jahre *Türen Öffnen* Gestalttherapie für das 21. Jahrhundert

Eine neue Ausgabe von *Türen öffnen* ist ein ganz persönlicher Grund zum Feiern. 25 Jahre sind vergangen, seit ich begann, mein erstes Buch über meine Arbeit als Gestalttherapeut zu schreiben. Seither ist eine Menge geschehen: in der Geschichte der Gestalttherapie, in der Psychologie, in der Welt und in meinem eigenen Leben. Mit anderen Worten, ich spreche von einem weiteren Feld: wie es sich entwickelt hat und wie sich diese Entwicklungen widerspiegeln in meinem aktuellen Standpunkt. Wenn dies alles ein wenig grandios klingt (und das tut es!), so ist doch die Alternative, sich auf ein enger begrenztes Feld zu beschränken, kurzsichtig, klaustrophobisch und verengt. Ich dränge meine Patienten oft dazu, 'ein Risiko einzugehen', und genau das will ich hier machen, indem ich mich entschließe, lieber das erweiterte Feld zu wählen mit all seinen Möglichkeiten, mich zum Narren zumachen, als auf der sichereren und behaglicheren Seite zu bleiben. In der Tat war die Bereitschaft, sich zum Narren zu machen, eine der Eigenschaften von Fritz Perls und Paul Goodman, die ich am meisten bewundert habe!

Mit dem Feld der Gestalttherapie möchte ich beginnen. Vor 25 Jahren war die Gestalttherapie noch ein Emporkömmling, eine abseits stehende, alternative Therapierichtung, die keinen Platz im universitären Umfeld hatte; ein Therapieverfahren, das stigmatisiert war durch den Ruf einiger ihrer bekanntesten Vertreter, die Sex mit ihren Patienten hatten. Ich erinnere eine Demonstrationssitzung, die ich um das Jahr 1975 herum in Boston für eine Gruppe von Psychologen und Psychiatern veranstaltete: Sie hielten sich alle für sehr verwegen, daß sie einem Gestalttherapeuten zuhörten. Seit dieser Zeit hat die Gestalttherapie allerdings ihren Platz unter den etablierten Therapieverfahren gefunden. Mit dem Überschreiten des Höhepunktes der Psychoanalyse begann der Aufstieg der kognitiven und behavioristischen Verfahren und der Gestalttherapie.

Ausgerechnet in Deutschland allerdings hat sich der Staat mit dem neuen Psychotherapeutengesetz geweigert, die Gestalttherapie als Verfahren anzuerkennen, das über die Krankenkassen abgerechnet werden kann. Das stellt natürlich die Gestalttherapeuten im Moment vor ein schwerwiegendes Problem, aber ich bin sicher, daß sie einfallsreiche und kreative Wege finden werden, dieser Bedrohung zu trotzen und sie erfolgreich hinter sich zu lassen. Ich weiß, daß es nur einen schwachen Trost für den einzelnen Betroffenen darstellt zu erfahren, daß Paul Goodman, Isadore From und mir selbst (so wie vielen anderen) die Möglichkeit der Kassenabrechnung verweigert worden ist; doch das hatte nie einen wirklichen Einfluß auf unsere Fähigkeit, Patienten anzuziehen. In der Tat hat Isadore From oft und öffentlich bedauert, daß die Gestalttherapie keinen Außenseiter mehr darstellt und daß sie einen sicheren Platz im Establishment gefunden hat. Er stritt für die Fortführung der Gestalttherapie als radikalem innovativen Ansatz, und wenn das mit einer Gegenposition zur Gesellschaft verbunden sei, dann sei das eben so!

Auch wenn Isadore From die folgende Analogie mit dem frühen Christentum nicht gebraucht hat, so will ich sie doch benutzen. Für einige von uns ist es der frühe Kampf mit der römischen Autorität, der die Bedeutung des Christentums ausmacht, die charismatische Figur Jesus und das Verständnis der Anhänger als einer kleinen Gruppe abtrünniger Außenseiter, als unorthodoxer Juden. Sobald das Christentum zur anerkannten Staatskirche des Römischen Reichs wurde, verlor es seine Vitalität. Ganz ähnlich die jüngste Literatur gestalttherapeutischer Autoren: sie hat mich, so muß ich gestehen, wenig beeindruckt. Sie hat pharisäerhafte Züge und erinnert an scholastische Texte des Mittelalters. Ich vermisste die Frische, die Paul Goodmans Texte trotz mancher schwer verständlichen Undurchsichtigkeit hatten; ich vermisste die Prägnanz von Laura und Fritz Perls und die Klarheit von

Isadore From. Unglücklicherweise scheint nach dem Tode vieler Gestalttherapeuten der ersten Generation ihr Platz von Therapeuten eingenommen worden zu sein, die sich in ihren Schriften mehr als erbitterte Theoretiker darstellen als als brillante Praktiker, die Begrenzungen aufsprennen oder wenigstens überschreiten. Ich möchte keine Namen nennen, aber ich finde das Dickicht der Besserwisser mit ihren höhnischen Attacken gegen Fritz Perls (als 'Modernist' o. ä.) langweilig und beleidigend. Genauso sehe ich, in Anlehnung an Laura Perls, die Suche nach genetisch vorgegebenen Strukturen der gesellschaftlichen Ordnung oder der interpersonalen Beziehungen (wie z. B. der Liebe) als eine gefährliche Unterminierung eines der grundsätzlichen Postulate des Gestaltansatzes an, daß nämlich jede Person ihre eigenen temporären Bedeutungen finden kann und soll, statt sich nach rigidem vorgegebenen Gestalten (Laura Perls' *fixed gestalt*) zu orientieren.

In einer ähnlichen Weise war das New Yorker Gestalttherapie-Institut, das erste Institut überhaupt, ursprünglich nur ein aus dem Augenblick heraus entstandenes 'Patchwork'. Es hatte keine Satzung, keinen offiziellen Status, es war nur eine Gruppe von Therapeuten um Fritz und Laura Perls. Als Fritz dann irgendwann einmal der Meinung war, daß er eine formale geordnete Gruppe haben wollte, verabredete ich etwas mit einem mir befreundeten Rechtsanwalt, der daraufhin die Satzung entwarf und dafür sorgte, daß das Institut im Staat New York als Organisation registriert wurde. Aber trotz dieses offiziellen Status änderte sich die Arbeit des Instituts nicht wesentlich. Es blieb anarchisch, chaotisch und undiszipliniert. Ich trat einmal an Laura Perls und Isadore From mit dem Vorschlag heran, eine landesweite und eine internationale Gruppe zu gründen, aber sie lehnten dies ab. Sie mißtrauten großen Gruppen, von denen sie befürchteten, daß sie dazu tendierten, sich engstirnig nur mit der eigenen Tagesordnung zu beschäftigen und die dann nichts mehr mit substantiellen Prinzipien der Gestalttherapie zu tun hätten. Deshalb war ich begeistert, als ich erstmals nach Deutschland eingeladen wurde, um mit einer Gruppe von Ausbildungskandidaten von Jim Simkin zu arbeiten. Ich war keiner größeren Organisation angeschlossen; als Gruppe beschlossen wir nach jedem Treffen, ob wir uns wieder treffen sollten, und wenn das der Fall war, dann beschlossen wir, wo es stattfinden sollte und wer dafür verantwortlich war, die Organisation zu übernehmen. Wir hatten keine Regeln für die Teilnahmebedingungen, keine Tagesordnung, keine Leiter und keine Titel oder hierarchische geordnete Funktionen. Die Gruppe traf sich zwei- oder dreimal im Jahr fünf Tage lang, meistens in Deutschland, aber manchmal besuchten sie mich auch in meinem Haus auf Long Island. Die Gruppe mit dieser informellen Struktur hielt fast 15 Jahre, und viele Mitglieder blieben bis heute in Freundschaft miteinander verbunden.

Später nahm ich Einladungen verschiedener Gestaltinstitute an, als Gasttrainer zu arbeiten. Ich tat das gerne unter der Voraussetzung, daß ich als Gast angesehen wurde und nicht als Mitglied einer Einrichtung, das anordnen und entscheiden muß. Ähnlich sehen meine Beziehungen zu Veranstaltern in Australien, Japan und in weiteren europäischen Ländern aus. Mit anderen Worten, ich habe die Position eines Trainers gewählt, der weit herumreist, aber ohne jede formale oder offizielle Stellung, ähnlich der Situation der mittelalterlichen Lehrer, die von einer Universität zur nächsten wanderten und als Individuen lehrten und wirkten und nicht als Vertreter einer Institution. Und so gefiel mir an der Edition Humanistische Psychologie, daß sie ebenfalls aus zwei einzelnen Personen besteht, gegründet als kleiner, unabhängiger und alternativer Verlag von einem Team, das gleichzeitig Ehepaar ist, Anna und Milan Sreckovic, und jetzt fortgeführt von einem anderen Ehepaar-Team: Andreas Kohlhage und seiner Frau.

Ich möchte an dieser Stelle noch einmal meine Position klar machen. Ich bin kein Romantiker, der denkt, daß Organisationen und Institutionen einfach so abgeschafft werden können. Aber ich würde gerne ein Modell fortbestehen lassen, das mir erlaubt, außerhalb solcher Strukturen zu bleiben, auch wenn ich gelegentlich mit ihnen zusammenarbeite. Ich wünschte mir, daß wir als Gestalttherapeuten, als Gesellschaftstheoretiker, als Anarchisten eine funktionierende Methode hätten, um uns mit den Unannehmlichkeiten großer Organisationen auseinandersetzen zu können, um sie abzubauen, sie zu zähmen. Einer meiner Herzenswünsche für die Zukunft ist, daß sich Gestalttherapeuten der Aufgabe widmen, mit großen Institutionen umzugehen, ohne ein Teil von ihnen zu werden, ohne von ihnen korrumpt zu werden oder sich mit ihnen zu identifizieren. Nun, leider behalten die Verführungskraft der Titel, die Privilegien der Macht und der schlechte Einfluß der institutionellen Zwänge ihre Faszination für den Einzelnen - und das gilt leider auch für Gestalttherapeuten!

Auch sehe ich leider, daß viele der jungen Therapeuten die Lebendigkeit der Grundpositionen der Gestalttherapie aufgeben, um sich spirituellen Werten zuzuwenden. Fritz Perls hat in seinem frühesten Werk *Ego, Hunger and Aggression* aufgezeigt, wie wichtig es war, das Alte zu zerstören, damit neue Figuren entstehen können (*Ego, Hunger and Aggression*, 1947 u. ö.; dt. 1978 u. ö.: *Das Ich, der Hunger und die Aggression. Die Anfänge der Gestalt-Therapie*). Diese Betonung der

gesunden Aggression ist heute häufig ersetzt durch eine Fokussierung auf Spiritualität. In *Gestalt Therapy* bestand eine der Übungen darin, sich vorzustellen, in Fleisch zu beißen (F. Perls/ Ralph F. Hefferline/ Paul Goodman, *Gestalt Therapy. Excitement and Growth in the Human Personality*, 1951 u. ö.; dt. 1979 u. ö.; Bd. 1: *Gestalt-Therapie. Lebensfreude und Persönlichkeitsentfaltung*; Bd. 2: *Gestalt-Therapie. Wiederbelebung des Selbst*). Die Betonung der Spiritualität ärgert mich, weil sie oft zu einer Vermeidung alles Politischen oder Gesellschaftlichen führt, zu einer Kehrtwendung, weg von sozialem Handeln hin zu Innerlichkeit. Freud hat zwar von 'Geist' und 'Seele' gesprochen, und dies ist auch notwendig für unser Menschsein und für unser Wachstum. Aber sich auf die Spiritualität zu konzentrieren auf Kosten von sozialen, kulturellen, politischen und ökonomischen Aspekten unserer Erfahrung, ist ein schwerwiegender Fehler. George Bernhard Shaw stellt in *Major Barbara* fest, daß es wichtig ist, dafür zu sorgen, daß das Individuum gut genährt, gekleidet und untergebracht ist, bevor man sich bewußt auf die Seele konzentriert. Natürlich verschmähen Einsiedler alle materiellen Annehmlichkeiten, aber sie sind außergewöhnliche Menschen, für die Spiritualität alles andere übertrifft. Andererseits sorgt das alles beherrschende Überangebot an materiellen Gütern in den westlichen Gesellschaften dafür, daß die Seele inmitten aller Gier verhungert. Die nächste Generation muß die Aufgabe übernehmen, einen gesunden Ästhetizismus zu entwickeln, ohne Mönche und Nonnen zu werden.

Lassen sie mich einige Beispiele anführen. Statt sich zu sehr mit Spiritualität zu beschäftigen, wünsche ich mir von jungen Gestalttherapeuten, daß sie sich mit der Klassenfrage beschäftigen. Natürlich wurde es ruhig um die Klassenfrage, weil der Großteil der Bevölkerung von der Mittelklasse verschlucht worden ist. Nichtsdestotrotz gibt es noch ein Oberklasse, die immer noch an der Macht ist, und eine Unterschicht, die oft vernachlässigt, ignoriert und verachtet wird. Sogar in der Therapiepraxis ist das Klassensystem noch wirksam, und unglücklicherweise sehe ich keinen jüngeren Gestalttherapeuten, der das thematisiert anders als z. B. die Rassenfrage.

Ein anderes Beispiel: Fritz Perls, Laura Perls, Paul Goodman und Isadore From waren engagierte Sozialisten und Anarchisten. Fritz Perls nahm aktiv am Kampf gegen den Vietnamkrieg teil, hörte auf, Steuern zu zahlen und zog nach Canada, um der imperialistischen Präsidentschaft Nixons zu entkommen, genauso wie er und Laura früher aus Nazi-Deutschland geflohen sind, nicht weil sie Juden waren, sondern weil sie politisch gegen das Dritte Reich waren. Paul Goodman bestand darauf, seine Bisexualität öffentlich zu zeigen, als das noch nicht modisch war und im Gegenteil seine Karriere gefährdete. Er war aktiver Anhänger der Bürgerrechtsbewegung und der *Animal Rights*-Bewegung. Es scheint mir, daß Therapeuten heute zögern, sich politisch zu engagieren, außer es ist ohne Risiko und schicklich.

Ein anderes Beispiel: Paul Goodman glaubte, daß viele Menschen bereits in einem frühen Alter zu sexueller Reife gelangen, nicht erst mit 16 oder 18 Jahren, und daß ihnen erlaubt sein sollte, ihren sexuellen Vorlieben folgen zu dürfen. Ich frage mich, wieviel Therapeuten heute auch nur daran denken würden, für die Berechtigung einer solchen Position einzutreten oder diese wenigstens zu akzeptieren!

Vielleicht sollte ich noch einen anderen Weg wählen, meine Position deutlich zu machen, nämlich indem ich mir von der nächsten Generation der Gestalttherapeuten wünsche, daß sie sich mit Narzißmus als wesentlichem Objekt der Forschung beschäftigen, anstatt sich der Spiritualität zu widmen. Tatsächlich denke ich nämlich, daß das, was mit Spiritualität bezeichnet wird, nichts anderes ist als eine aufgeblähte Selbstüberschätzung, die sich ausdrückt in einer Art direktem Kontakt zu einer Gottheit. Viele religiöse Lehrer sind sich dieses Problems mit spirituell veranlagten Menschen bewußt - ich muß es den Therapeuten gegenüber thematisieren, die sich zur Spiritualität berufen fühlen. Nach meiner Erfahrung ist Narzißmus als eines der kompliziertesten therapeutischen Probleme aufzugreifen. Ich kämpfe immer noch damit, wie ich damit in der Therapie umgehe, und ich hoffe, daß junge Therapeuten das als eine fruchtbare Richtung für eine weitere fachliche Auseinandersetzung ansehen.

Ich möchte auch auf die Bedeutung der Gruppentherapie eingehen. Von den Anwendern wird sie als eine Ausprägung der Therapie mehr und mehr beachtet. Aber als Gegenstand der Forschung ist sie immer noch ungefähr auf dem Stand, auf dem sie war, als man begann, sie anzuwenden. Einige der aufregendsten therapeutischen Erfahrungen, die ich überhaupt hatte, haben in der Gruppe stattgefunden. Im zweiten Teil von *Türen Öffnen* habe ich das thematisiert wie auch später noch verschiedene Male. Aber ich denke, daß die besonderen Vorteile, die die Gruppentherapie bietet, noch nicht ausreichend beachtet worden sind, weder in theoretischen oder experimentellen, noch in existentiellen Kategorien. Noch einmal: Ich möchte junge Therapeuten auffordern, sorgfältig darauf zu

achten, was genau an der Struktur der Gruppe bewirkt, das sie als therapeutisches Mittel so kraftvoll, so fesselnd und so lebendig ist.

Als ich dieses Vorwort schrieb, wollte ich nicht die lange Vorrede eines zornigen alten Mannes präsentieren, sondern Richtungen aufzuzeigen, die Aufmerksamkeit verdienen und die das Wachstum und die Tradition der Gestalttherapie bereichern, damit ihre nächsten fünfzig Jahre genauso erfüllt sein werden wie es für mich die letzten fünfzig Jahre waren.

Bibliographische Notiz

Türen öffnen hat nach 25 Jahren eine eigene kleine Editions-Geschichte, die hier festgehalten werden soll:

Neben der ersten Ausgabe von 1975 (Harper & Row, New York) erschien 1989 eine Ausgabe mit dem in der vorliegenden erweiterten deutschen Ausgabe abgedruckten Nachwort (The Center for Gestalt Development, Highland, NY).

Eine schwedische Übersetzung kam 1977 heraus (*Att öppna dörrar: Om gestaltthjärtapi*, Bokförlaget Prisma, Stockholm, Lund).

Eine dänische Übersetzung folgte im gleichen Jahr (*Gennem døre: Hvad sker der i gestaltterapien?*, Hans Reitzels Forlag, København).

Die erste deutsche Übersetzung erschien 1986 als erste Veröffentlichung des damals neu gegründeten Verlages Edition Humanistische Psychologie in Köln.

Türen öffnen ist ein Buch ohne Register und ohne Literaturverzeichnis, ohne Anmerkungen und wissenschaftlichen Apparat, und das soll es auch bleiben.

Da es aber seit seiner Entstehung auch immer wieder von Studenten und Ausbildungskandidaten, von Patienten, Klienten und interessierten Laien als Einführung in die Gestalttherapie genutzt wird, sei hier doch darauf hingewiesen, daß die Gestalttherapie nicht theoriefeindlich oder gar ohne eigene Theorie ist. In der Ausbildung von Gestalttherapeuten spielt die Erarbeitung der theoretischen Grundlagen von Psychologie und Psychotherapie im allgemeinen und der Gestalttherapie im besonderen eine wichtige Rolle. Und so möchte ich doch wenigstens ein paar Autoren nennen, ohne deren Bücher die Gestalttherapie heute nicht gerüstet für die nächsten 50 Jahre wäre:

Der Text von Perls, Hefferline und Goodman; die Bücher von Fritz Perls, Laura Perls und Paul Goodman; die Bücher von Erv und Miriam Polster, von Ed und Sonja Nevis, von Joseph Zinker und James Simkin; aber auch die Bücher der Autoren der späteren Generationen von Gestalttherapeuten wie Petruska Clarkson, Gilles Delisle, Hans Peter Dreitzel, Reinhard Fuhr/ Martina Gremmler-Fuhr, Anne und Serge Ginger, Lynne Jacobs, James Kepner, Joel Latner, Heik Portele, Robert Resnick, Jean-Marie Robine, Kristine Schneider, Stephen Schoen, Milan Sreckovic, Gordon Wheeler und Gary Yontef - just to name a few!

»Die Forderung nach Publikationen im Bereich der Gestalttherapie im besonderen und der Humanistischen Psychologie im allgemeinen ist für ihre jeweilige Etablierung und Weiterentwicklung ein wesentlicher Faktor.« (Laura Perls)