

Einführung zu Kapitel IV: Individuelle Unterschiede

Im Klientenzentrierten Ansatz gelten die hilfreichen Bedingungen für eine Begleitung von Menschen und die Art und Weise, wie sich der Therapeutin oder die Therapeutin konstellieren, um derart hilfreich zu sein, unterschiedslos für alle Menschen. Es wird kein Unterschied gemacht, ob diese Menschen alt sind oder jung, ob es Männer oder Frauen sind, wie es um ihren Bildungsstand oder ihre kulturelle Prägung steht und was ihre individuellen Vorlieben oder Gewohnheiten sind. Der Ansatz heißt ja nicht umsonst „personzentriert“, er schließt also die ganze Person des ratsuchenden Menschen und des Begleiters/ der Begleiterin ein.

Auch Focusing als philosophischer Denkansatz und als Verfahren zu innerer Veränderung und Wachstum ist allgemein gültig, jedenfalls von seiner Konzeption her. Gene Gendlin war immer daran interessiert, wie ganz allgemein gesehen diese Schritte in Richtung Wachstum passieren können, diese spezielle innere Vorwärtsbewegung, in der Neues kreiert werden kann.

Allerdings merken wir als Focusing-Lehrende ja bald, dass „es so viele Wirklichkeiten wie Menschen gibt“ (Rogers). Nicht alle Menschen können von Focusing auf die gleiche Art profitieren, innere Aufmerksamkeit ist nicht in allen Prozessphasen das beste Verfahren, manchmal gelingt Focusing gar nicht. Unsere Interventionen hingegen greifen dann am besten, wenn wir uns präzise auf die Welt einstellen können, in der unser Klient zuhause ist.

Diese Unterschiede zu benennen, zu sortieren, ja sie sogar in Typologien zu fassen, ist ein großer Teil unserer Forschung geworden. Wissen über die unterschiedlichen „Modalitäten“, in den wir die Welt wahrnehmen und speichern, und über die eingeübten und immer wieder repetierten Muster und Gewohnheiten in der Art und Weise, wie wir denken und fühlen und handeln, die Gendlin „strukturegebunden“ nennt (im GFK als Modell der „Charakterstrukturen“ ausdifferenziert), kann unsere Einfühlung wesentlich bereichern.