

Plädoyer für eine vierte Grundvariable, Ernst Juchli, 1982

In: SGGT Brennpunkt Nr. 10, Juli 1982, Seiten 9 – 13

E.: Da kommt mir bereits unser nächstes Thema in den Sinn. Das ist wieder ein Beispiel für meine „vierte Grundvariable Kollegialität“. Es ist eben die Frage, ob Du es schaffst, besser, ob ihr es miteinander schafft, voneinander zu lernen.

Damit meine ich, dass Du Deinem Klienten kollegial begegnest, indem Du zumindest in Dir drin, aber vielleicht sogar zu ihm sagst: "Bei mir funktioniert es so. Ich hole mir meine Sicherheit auf diese Weise. Ich stelle jetzt fest, bei Dir ist das anders, wie bei mir. Jetzt muss ich etwas von Dir lernen." Dann seid ihr nämlich in dieser Hinsicht gleichwertig. Du hast Dein System, das sich für Dich bewährt hat und Deine Aufgabe ist es nicht, ihm Dein System beizubringen, sondern herauszufinden, wie es bei ihm funktioniert, wo seine Stärken sind.

J.: Da stimme ich Dir vollkommen zu. Genau das heisst ja "klientenzentriert".

(aus "Anmerkungen zur Theorie und Praxis von Focusing und Psychotherapie, von Ernst Juchli und Johannes Wiltschko, 1982)

Vorbemerkungen

(selbstverständlich am Schluss entstanden)

Lange schon habe ich in den eigenen Therapien und vor allem in meiner Supervisions- und Ausbildungstätigkeit gespürt, dass irgendeine wichtige Qualität durch die drei Grundvariablen nicht oder zuwenig oder unscharf abgedeckt wird. Ich habe diese Unsicherheit lange mit mir herumgetragen, bis eines Nachts plötzlich die Idee da war: eine neue Variable muss her! Ich habe

dann noch lange am Namen herumgedrückt, auch einen gefunden, bin aber noch nicht glücklich

über den jetzigen Vorschlag.

Es macht mir nun aber gar kein Vergnügen, eine kluge Herleitung zu erfinden - ich habe die Idee

einer 4. Variablen ja auch anders gefunden. Ich habe also probiert, ungefähr den Prozess, so wie

ich ihn gegangen bin, abgekürzt aufzuschreiben.

Alte Fragen

- Was ist der Klient?

Ein direkt oder indirekt (über die Institution) mich bezahlender Kunde mit einem Auftrag an mich - oder ein Mitmensch, ein potentieller Freund?

- Worum geht es mir als Therapeut?

Geldverdienen auf eine angenehme Art - oder mich selbst verwirklichen?

- Wie steht es jetzt mit den drei Variablen Kongruenz, Wertschätzung und Empathie?

Verstehe ich sie als Grundhaltung - oder als funktionales Instrument? Sind sie meine Lebenseinstellung - oder der Boden meiner therapeutischen Trickkiste?

- Weshalb drei Variablen?

Eine, egal welche, genügt doch. Sofern ich sie genügend tief verstehe, enthält sie ja die anderen.

Im Idealfall sind die drei identisch. Je getrennter die drei erlebt werden, desto oberflächlicher sind sie verwirklicht.

Aber die drei ergeben halt schon ein praktisches System, um Therapie zu lernen und zu lehren.

Also drei aus didaktischen Gründen, um gut Supervision machen zu können? Ja, sicher, das hat was. Das merke ich an Sätzen wie : "Angst gehabt vor den Folgen der Kongruenz", "Mein eigenes Wertsystem spukt in die bedingungsfreie Wertschätzung hinein", "Ich verstehe nicht mehr so, als ob ich das Erleben des Klienten hätte, sondern falle in die Identifikation mit ihm."

Dank diesem System finde ich es oft selber, meist fällt es Aussenstehenden leicht zu spüren, wo meine Schwierigkeit hockt. Es fällt mir noch eine andere Qualität dieser drei ein: Wenn ich merke, dass etwas an meiner Kongruenz nicht klappt, finde ich sicher mangelnde Wertschätzung und mangelhafte Empathie bei mir. - Die ganzen drei Begriffe sind natürlich zyklisch vertauschbar. Als ehemaligem Mathematiker gefällt mir das schon sehr gut. Die drei Variablen sollen mir helfen, dem Klienten einen Beziehungsraum anzubieten. Klar - alles alter Hut.

Ich taste mich an etwas heran

a) Psychotherapeutische Beziehungen sind oft so flach. Vielleicht interessant, aber irgendwie schal; vielleicht ehrlich, aber irgendwie unwirklich; der Therapeut ist vielleicht sehr kongruent

und doch irgendwie "daneben"

Wo steckt die Realität? - Laborsituation.

Wo steckt die Liebe? - Therapeutische Beziehung.

Wo steckt die Macht? - heikel.

Wo steckt die politische Dimension?

Wo steckt die Solidarität?

Wo steckt die berufliche Kompetenz des Klienten?

Wo steckt die Kompetenz seines Alters?

Wo steckt die Kompetenz seines Geschlechts?

Alles ist irgendwie da, spürbar, aber irgendwie zufällig, nicht griffig.

Eine heikle Geschichte.

b) "Das Leben, so wie es Therapeuten vertreten, ist besser!" Diese Ideologie drückt doch ständig durch. Ist das so? Meinen wir das? Sind wir Fachleute für ein besseres, glücklicheres Leben? Na, wenn ich mir da so die berufspolitische Situation der Therapeuten ansehe, das Statusdenken, das an so vielen Orten durchdrückt: "Wir sind doch schon besser als die Sozialarbeiter oder als die Aerzte, sicher besser als irgendwelche Handaufleger oder Heiler." Ich weiss: "Nur die anderen denken so, ich bin da ja viel differenzierter."

c) Von anderswoher: Ich interessiere mich seit einiger Zeit sehr für Gartenarbeit und Pflanzen. Wenn sich nun jemand im Kontakt mit mir nur für Pflanzennamen, Gartentechniken, Geräte ... interessiert und nicht dafür, wieso ich gerade das tue, wie es mir dabei gefühlsmässig geht, so langweilige ich mich bald mit dieser Person. (Kennen wir natürlich, klar: VEE) Aber, und das ist mir hier wichtig, umgekehrt geht es mir haargenau gleich. Wer sich nur für meine Gefühle interessiert, nicht für die Geräte, der langweilt mich ebenso rasch. Ich empfinde den als fad, langweilig. Ich versee ihn eventuell mit dem Schimpfwort "Psycho". Ein Psychotherapeut, der sich nur für meine psychischen Prozesse interessiert und nicht auch zumindest für einen meiner Inhaltsbereiche, dem kann ich nach einiger Zeit seine Empathie und Wertschätzung nicht mehr abnehmen, den empfinde ich als unecht.

-> Ich schlage eine vierte Einstellungsvariable vor: - Kollegialität

Wozu?

Ich will einige Beispiele aufzählen, von denen ich denke, dass dort die vierte Variable nützlich ist, klärend wirkt.

- Ich habe mir Kompetenz erworben für psychische Prozesse. Wenn Du möchtest, dass ich

in dem Bereich mit Dir arbeite, mache ich das gerne. Ich habe viel gelernt und habe viel Erfahrung, ich möchte das so gut wie möglich machen, es ist mein Beruf und ich liebe ihn.

- Wo bist Du kompetent? Wo könnte ich von Dir etwas lernen?

- Durch meinen Wissens- und Erfahrungsvorsprung, durch meine Stellung in der therapeutischen Beziehung übe ich Macht aus. Das ist so, es wäre naiv zu denken, es wäre nicht so. Ich strebe aber ein "gleichgestelltes" Verhältnis an, ein kollegiales. Diese Spannung ist Thema meiner Selbstwahrnehmung, meiner Supervision.

- Ich bekomme Geld für meine Arbeit mit Dir - wofür bekommst Du Dein Geld?

- Wie kläre ich die Honorar-Frage für mich innerlich? Stur, einem Standesdenken gemäss oder kollegial? Was bedeutet das?

- Grundsätzlich sitzen wir im selben Boot, d.h. in derselben Gesellschaft, in derselben Natur. Wir haben verwandte Körper, Empfindungen, Gedanken.

- Ich bin der Meinung, dass auch in der klientenzentrierten Therapie Übertragung stattfinden darf und soll. Ich bin halt mal der Vater, der Bruder, die Mutter Es ist nicht eines gut und eines schlecht, es ist auch nicht eine Reihenfolge gut oder schlecht. Es ist meine Arbeit, den Raum mitzuschaffen, der das ermöglicht. Aber - bleibe ich in diesem Prozess drin "weich", oder muss das eine kommen und das andere muss ich verhindern? Ich schlage vor, als Hilfsvariable wieder die Kollegialität herzunehmen: Ist eine therapeutische Beziehung kollegial, dann pendelt sie. Dann ist sie z.B. machtmässig nicht immer einseitig, dann ist sie auch altersmässig (in der Übertragung) nicht nur einseitig, dann ist auch das Voneinander-Lernen im sprachlichen Bereich (VEE-Kompetenz) nicht einseitig.

- Meiner Meinung nach hat diese vorgeschlagene vierte Variable viel zu tun mit zeitlichen Prozessen, oft mit längerfristigen, mit Therapieverläufen. Kongruenz etwa oder Empathie kann ich oft im Moment selber spüren. Der Klient vermutlich auch. Ob ich meinen Beziehungsraum mit der Qualität "kollegial" anbiete, merke ich vermutlich nur über Zeiteinheiten hinweg, wahrscheinlich geht es dem Klienten auch so.

Es gibt Therapien, die werden eigentlich gar nie zu Therapien. Sie bleiben quasi in der ersten Runde stecken, oder zumindest bleiben sie zu früh stecken. Immer, bevor ein neues Thema wirklich kommt oder bevor eine neue "Tiefe" wirklich kommen darf, entstehen im Klienten Fragen wie: "Was für ein Mensch bist Du eigentlich?" "Bin ich für Dich nur Patient Nr. 45?" "Inwiefern interessierst Du Dich für mich?" "Kann ich Dir auch da noch vertrauen?" "Hast Du bei Dir selber Zugang zu diesem Geschehen?" Da ist immer etwas von uns gefragt, was über die momentane (hier und jetzt) Empathie, Kongruenz oder Wertschätzung hinausgeht, etwas Dauerndes, etwas Prinzipielles. Wohin mag ich mit unserer Beziehung hingehen, wohin nicht?

Ich schlage vor, für diese Prozesse in unserer Selbstwahrnehmung, in Gesprächen untereinander die Qualität "Kollegialität" herzunehmen.

Zusammenfassend möchte ich versuchsweise sagen:

Mit den bisherigen drei Variablen spanne ich einen Raum auf, durch die vierte kommt die Dimension "Zeit" oder "Verlauf" hinein. Die vierte Variable ist eigentlich eine Beziehungsvariable. Ich überprüfe mit ihrer Hilfe die Qualität der Begegnung im Beziehungsraum.

Schluss

Ich meine nicht, dass die Variable "Kollegialität" unbedingt in das System hinein muss. So wie ich meine, dass bereits eine der drei Variablen notwendige und hinreichende Bedingung für das Aufspannen des Raumes ist, in dem die therapeutische Beziehung stattfindet, es aber für die

Praxis sehr nützlich ist, drei zu haben, so denke ich auch, dass es sehr gut wäre, die vierte, die Kollegialität, hinzuzunehmen.

Während des Schreibens ist mir einiges klarer geworden, es sind aber auch neue Ideen und Fragen aufgetaucht. Wenn es Euch beim Lesen ähnlich gegangen ist, so teilt es mir doch mit.