

Fazit

Rogers beschrieb erst in seinen späten Jahren unterschiedliche Stufen des Präsent-Seins bis zu einem veränderten Bewusstseinszustand hin, davor erschien es ihm intrinsisch, selbstverständlich, engl. *natural*. Er betonte zuletzt den Bedarf an Ausdifferenzierung dieser Haltung und Begrifflichkeit. Diese andere Art von Präsenz gleiche keiner natürlichen, selbstverständlich eingenommenen Haltung, trotzdem passiere „healing“ dann dadurch wie von selbst, man könne es nicht erzwingen – weswegen es ein „trust the process“ brauche, man lässt sich auf den Fluss des Werdens im therapeutischen Prozess ein. Methodenanwendungen, Techniken, Interventionen können daraus entstehen, sind aber nie vorprogrammiert. Der Erlebensprozess des/der Klient*in dient als Quelle und Richtungsweiser. Präsenz als Da-Sein ermöglicht das Dabei-Sein und ergibt eine Entfaltungs- bzw. Wachstumstendenz. Organismisches wie Strukturgebundenes werden erkenn- und differenzierbar, in sich selbst wie auch beim Gegenüber.

Notwendige und hinreichende Bedingungen für Persönlichkeitsentwicklung durch Psychotherapie sind: ein Minimum an Beziehung (Kontakt) zwischen Therapeut*in und Klient*in, vorhandener Inkongruenz seitens der Klientenperson, die vorhandene Kongruenz der Therapeutenperson und das zumindest minimale Wahrnehmen bedingungsfreier positiver Beachtung und empathischem Verstanden-werdens („sich gefühlt fühlen“) durch den/die Klient*in (mittels Resonanz). In den 6 beschriebenen Grundbedingungen konnte ich entweder Präsenz als einer Art Vorbedingung zum Einnehmen einer Grundhaltung beschreiben oder Therapeutische Präsenz als notwendiges Tool zum Unterscheiden und Aufgreifen konstruktiver Fortsetzungsordnung – Prozessuales – im Gegensatz zu strukturgebundenem oder verzerrt symbolisiertem Erleben darlegen.

In der Sprache des Selbsterlebens formuliert: Therapeutische Präsenz verstehe ich als ein mir wesentliches Etwas, das „around the edges“ der Grundbedingungen „schwebt“ und im therapeutischen Praktizieren als grundsätzlich brachliegendes Potenzial von Moment zu Moment greifbar ist.



Aufgrund der Gegenüberstellung der Personzentrierten Inhalte zu Präsenz und experiencing (überwiegend anhand Rogers/Gendlin) mit den Erkenntnissen von Stern und seiner Studiengruppe (Boston Change Study Group) lässt sich schlussfolgern: Wenn auf das Hier und Jetzt bezogenes Wahrnehmen von Selbsterleben, Fremderleben und Erleben der reziproken Beziehung innerhalb einer gemeinsamen Situation (und innerhalb eines Raumes) wie von Rogers, Gendlin und Stern anteilig verdeutlicht wichtig sind – so könnte ich drei Bedingungen für das Einnehmen Therapeutischer Präsenz beschreiben.

Dem Anspruch überwiegend prozessanstoßende Gegenwartsmomente durch Begegnung zu schaffen, bräuchte es mehrheitlich eine (aktiv eingenommene) dreigeteilte Achtsamkeit bzgl. dem ständig dynamischen Hier und Jetzt – eine Art pendelndes, erhöhtes Gewahrsein bezogen auf:

1. **Das Ich-Erleben** (mich, meine innere Realität, mein Erleben; Ich-Präsenz)
2. **Der Du-Wahrnehmung** (oberflächlich wie auch einführend, Du-Präsenz)
3. **Den Freiraum der Begegnung** und Beziehung zwischen Therapeutenperson & Klientenperson (Atmosphärische Präsenz)

Meine Absicht war es, diesen Versuch der Formulierung im Konjunktiv zu beschreiben, da ich abschließend kritisch anmerken möchte:

In Rogers' Therapietheorie würde die Kompetenz eines/einer Therapeut*in, sich einem/einer Klient*in kontinuierlich bestmöglich kongruent, bedingungslos wertschätzend und empathisch zuzuwenden, auf den oberen Bereich des rogerschen *Prozesskontinuums* und damit auf sein Konzept der *fully functioning person* weisen (eines „sich verwirklichenden und voll handlungsfähigen Menschen“, eine „Person-im-Prozess, einer sich ständig verändernden Person“ - Rogers, 1959/1987, S.72). Einer *fully functioning person* wäre diese Kompetenz theoretisch möglich und einer Therapeutenperson, die einen Zugang zur Stern'schen Kairos-Weisheit (der adäquate, passende Moment) und Empathie einer *fully functioning person* hätte, theoretisch ebenso. Rogers verweist bei *fully functioning* jedoch auf



einen nicht statischen, sondern *prozessualen*, dynamischen Begriff: „weil einige dieser Begriffe möglicherweise statisch anmuten, so als hätte eine Person *diesen Zustand erreicht*, soll hervorgehoben werden, dass alle diese Charakteristika einer Person *Prozessmerkmale* sind. (...) Insofern kann ihr spezifisches Verhalten in keiner Weise vorhergesagt werden.“ (ebd.) In meinen Recherchen ist mir aufgefallen, dass Rogers den Begriff „*you should!*“ tendenziell vermeidet oder sogar klärend sagt:

„It is not to be expected that the therapist is a completely congruent person at all times. Indeed if this were a necessary condition there would be no therapy. But it is enough if in this particular moment of this immediate relationship with this specific person he is completely and fully himself, with his experience of the moment being accurately symbolized and integrated into the picture he holds of himself. Thus it is that imperfect human beings can be of therapeutic assistance to other imperfect human beings“ (Rogers, 1959a, S. 215).

An anderer Stelle sagte er sogar explizit, dass Therapeut*innen eben nicht sich befohlen fühlen sollen, kongruent, wertschätzend und empathisch zu sein:

„It is that if in a relationship this kind of empathy or of caring exists, then the relationship will be constructive, but it is not as though you can tell yourself to be empathic and immediately be there. What I am saying is if these three conditions exist, then change is much more probable. But you cannot order yourself to do that“ (Rogers, 2013, S. 27)

Prozessual gesehen verstehe ich es als der Möglichkeit für bestimmte Grundhaltungen den Raum geben – gleich dem Kairos Moment bei Stern. Ein sich danach ausrichten und entstehen lassen, ein präsent es sich von Moment zu Moment einlassen, auf das was da ist und sich (vor allem innerhalb der Ich-Du Beziehung) kontinuierlich wandelt. Daher auch meine, nur im konjunktiv formulierten „Bedingungen für Therapeutische Präsenz“. In meinem Verständnis erscheint mir Präsenz bzw. Therapeutische Präsenz als wesentlicher Grundpfeiler „around the edges“ dieser sich entfaltenden Entstehungs- und Erlebensbühne innerhalb eines Therapieprozesses. Mich auf mein therapeutisches Hier/Jetzt-Erleben tiefgründig einzulassen bedeutet eben auch einen Kompetenzzuwachs: die vom Hier/Jetzt-Erleben abweichenden „ich sollte aber“ Dogmen und Wertebilder werden beim Auftauchen erkennbar und prozess-konstruktives vom inkongruent-destruktiven kann im Kontakt unterschieden werden. Therapeutische Präsenz beschreibe ich somit



einerseits als Absicherung und Selbst-Qualitätskontrolle, andererseits als mir hilfreiches und oftmals notwendiges Tool um „den Ball des anstehenden Therapieprozesses wieder ins Rollen“ zu bringen.



Text ©Ludwig Pichler
Akademischer Psychotherapeut
praxis@ludwig-psychotherapie.at
www.ludwig-psychotherapie.at