

Ulrich P. Hagg

Zartheit und Gewalt in Psychotherapie und Beratung – eine Spurensuche

*Der Mensch ist des Menschen beste Medizin,
der höchste Grund der Arznei – die Liebe.*

PARACELSUS

Ausgehend von der unmittelbaren Beobachtung einer Grenzverletzung in einem Workshop im Rahmen einer Tagung im letzten Jahr, bin ich dem Phänomen Gewalt und Widerstand in Therapie und Beratung in Form einer persönlichen Spurensuche gefolgt. Danach habe ich mich – quasi als Gegenpol – mit der evolutionären Ursprungserfahrung von Zartheit und ihrer Übertragungsmöglichkeit in Therapie- und Beratungsprozesse beschäftigt. Wichtige Anregungen kamen dabei aus dem Buch *La puissance de la douceur* von der leider viel zu früh, bei der Rettung zweier ertrinkenden Kinder, verstorbenen französischen Philosophin und Psychotherapeutin Anne Dufourmantelle.

I. GEWALT¹ IN PSYCHOTHERAPIE UND BERATUNG

Mit Therapiesitzungen verhält es sich ja ähnlich wie mit Schrödingers Katze, bei der wir nicht herausfinden können, ob sie tot oder lebendig ist, ohne durch unsere Beobachtung den Zustand zu beeinflussen. Sobald eine Kamera läuft oder jemand hinter dem Einwegspiegel sitzt, verändert dies den Ablauf und das Beziehungsgefüge der Therapie. Das haben nicht-deterministische oder chaotische Systeme zweiter Ordnung mit quantenmechanischen Prozessen gemeinsam, jede Beobachtung verändert das Beobachtete. Daher erfahren wir von psychischen oder physischen

Übergriffen in Therapie und Beratung nur aus subjektiv erlebten, nachträglich publizierten oder auf anderen Wegen überlieferten KlientInnenberichten.

Jeffrey Masson, ein langjähriger Vertrauter von Anna Freud und einige Zeit auch Verwalter des Sigmund Freud Archivs beschreibt in seinem Buch *Against Therapy* anhand von akribisch gesammelten KlientInnenberichten zahlreiche Beispiele von physischen, sexuellen oder psychischen Übergriffen von Psychotherapeuten der ersten und zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts. Nach seinen Recherchen wurden grobe Verfehlungen und Übergriffe in unterschiedlichster Schwere auch von namhaften Therapeuten wie John Rosen, Carl Rogers, Fritz Perls, Bruno Bettelheim, Salvador Minouchin, Jay Haley oder Milton Ericson² begangen, um nur einige im Buch erwähnte und noch heute geachtete Fachleute oder Begründer von Therapierichtungen zu nennen. All diesen Persönlichkeiten ist ein Phänomen gemeinsam: trotz öffentlich gemachter Berichte über Grenzüberschreitungen noch zu ihren Lebzeiten, sind, zumindest der Recherche von Masson zu Folge, keine Stellungnahmen des Bedauerns oder der Selbstkritik überliefert.

Ich möchte nun zwei persönliche Beobachtungen schildern, die in einem zeitlichen Abstand von 20 Jahren stattgefunden haben, bei denen aus meiner Sicht die persönliche Integrität und Würde von Menschen missachtet wurde. Dabei ging es, aus meiner heutigen Bewertung, einmal um psychische Grenzüberschreitung bei einem Vortrag und, im jüngeren Fall, um einen physischen Übergriff durch einen Kollegen bei einem Workshop. Bei beiden Vorgängen kam es zu keinem adäquaten Widerstand, weder der Betroffenen

¹ Gewalt, vom althochdeutschen *waltan* (beherrschen), umfasst laut WHO (2002) „alle Vorgänge oder Handlungen bei denen auf Menschen (...) beeinflussend, verändernd oder schädigend eingewirkt wird.“ Der Verein Österreichische Gewaltschutzzentren benennt Gewalt als „(...) illegitime Ausübung von physischem oder psychischem Zwang, auch in Form von Demütigung, Bedrohung, Kontrolle (...)“

² „(...) meine Bedingungen lauten absoluten Gehorsam in die Anweisungen, egal was ich verlange oder befehle. Ich sage was zu tun ist und Sie werden es tun. (...) Wenn ich sage, Sie essen rohen Knoblauch zum Frühstück, dann essen Sie ihn. Ich will Handlungen, keine Worte. Wenn Sie zu mir kommen sind Sie dazu verpflichtet.“ aus Rossi, E.L.: *The collected papers of M.H. Erickson*, zit. in Masson, J.: *Against Therapy*, S. 273.

noch der ZuseherInnen. Ich denke eine Art kollektive Trance verhinderte dies. Da ich mich als Teilnehmer dieser Ereignisse dafür auch mitverantwortlich fühle, möchte ich zumindest im Nachhinein das Beobachtete und Erlebte sichtbar und zugänglich machen. Dies könnte einerseits die Sensibilität für das Thema in der praktischen Arbeit erhöhen, als auch dabei helfen früher und klarer Stellung zu beziehen, wenn grundlegende Werte des therapeutischen Arbeitens verletzt werden.

Ende der 1990er-Jahre besuchte ich mitten im Hype um Bert Hellinger einen seiner Vorträge, um mir ein Bild zu machen, warum viele geachtete KollegInnen in Heidelberg, München, Wien und Graz von dessen Methode des „Familienstellens“ schwärmten, sie zuerst begeistert übernahmen und später in unterschiedlichen Formen weiterentwickelten.³

Der besagte Abend bestand vorwiegend aus Demonstrationen seiner Methode. Dabei meldeten sich einzelne Personen, um aus dem Saal heraus ein persönliches Anliegen vorzutragen. Sobald diese ihr Problem im Ansatz vorbrachten, bekamen sie in Form einer einfachen Erklärung schon eine Patentlösung vom Vortragenden präsentiert. Des Weiteren wurden Fallbringer aus dem Publikum auf die Bühne gebeten. Nach dem kurz geschilderten Problem konnten sie wie Statisten nur noch am Rande beobachtend verfolgen, wer oder was vom Vortragenden als verursachend für ihr Problem erkannt und als eindeutige Lösung dargestellt wurde. Dafür wurden auf die Bühne geholt RollenspielerInnen im Raum hin und her geschoben, mussten aneinander Unterwerfungsgesten, wie Verbeugungen oder Kniefälle, vollziehen oder genau vorgegebene Sätze wiederholen. Die Fallbringer hatten, so schien es mir, in ihrem Leben in irgendeiner Form eine vom Vortragenden definierte Ordnung verletzt, die nun wiederhergestellt werden musste. Diese Wiedergutmachung umfasste nicht nur die genaue Wiederholung von Sätzen und Gesten der nun wieder in das Spiel geholten Personen, sondern auch exakte Anweisungen für die künftig richtige Ordnung in deren Leben. Beispiele hierfür sind: der neue Platz der Kinder von getrennten Eltern, der bessere Ort des Lebens für ein junges Paar,

die richtige Würdigung eines im Krieg verstorbenen Verwandten, der bessere Partner in einer Dreiecksbeziehung und ähnliches mehr. Es ist mir bis heute schleierhaft, woher der Vortragende wusste, was das Richtige für jeden und jede sei, ohne sich etwa nach den persönlichen Geschichten, den Lebensbedingungen, Werten und jeweiligen Handlungsmöglichkeiten zu erkundigen.

Meines Erachtens nach wurden an diesem Abend fast alle wesentlichen Prinzipien des therapeutischen Arbeitens verletzt – Vertraulichkeit, Konstrukt- und Wertfreiheit, Allparteilichkeit, Selbstorganisations- und Selbstregulationsfähigkeit, sorgfältige Auftragsklärung, Problemverstehen, Erforschen individueller Handlungsspielräume und persönlicher Referenzsysteme.⁴

Ich selbst kam mir in der beschriebenen Szenerie wie der Protagonist in der Kurzgeschichte „Mario und der Zauberer“ vor, bei der ein Hypnotiseur Personen aus dem Publikum auf einer Bühne in Trance versetzt und öffentlich beschämt. Bei Thomas Mann, der diese Geschichte anlässlich einer konkreten Erfahrung in der Zeit des herannahenden Faschismus erzählt, wundert sich der Erzähler, warum er mit seiner Familie diese „grausame Farce“ nicht verließ. Erst ein tödlicher Schuss wird den hypnotischen Zauber beenden. Bei dem Märchen „Des Kaisers neue Kleider“ wird der Schwindel und die Selbsttäuschung aller einzig durch die Frage eines Kindes aufgedeckt. Bei der kollektiven Trance rund um das „Familienstellen“ nach Hellinger sollte es noch ein gutes Jahrzehnt lang dauern, bis die gebannte Faszination langsam ihre Wirkung verliert. Aufgrund der Sehnsucht nach Lösung oder Erlösung

aus leidvollen Lebens- oder Erlebenszuständen sind Menschen jedoch weiterhin verführbar. Dies lässt Hypnotiseure in allen möglichen Verkleidungen auch auf die Bühnen von Beratung und Therapie treten.

„Wenn man einem Kind droht, lernt es drohen, wenn man mit ihm schimpft, lernt es schimpfen, (...) wenn man es demütigt, lernt es demütigen, wenn man seine Seele verletzt, lernt es verletzen. Es hat dann nur die Wahl, ob sich selbst, oder andere oder beides.“ Alice Miller⁵

Letzten Herbst bei einer Tagung fand ich



UNIV.-LEKT. ULRICH P. HAGG M.A. MBA ist Psychotherapeut (SF), Paar- und Sexualtherapeut, Mediator und Supervisor; Lehrtherapeut für systemische Einzel- und Gruppentherapie; Lektor an der Alpe Adria Universität Klagenfurt, Lehrbeauftragter an der Viktor Frankl Hochschule, Klagenfurt und an der FH für Soziales, Feldkirchen.

³ Erfrischenderweise traf ich im Jahr 1999 beim Wiener Weltkongress für Psychotherapie in der Kantine mit Sophie Freud zusammen, die nach einem Vortrag von Anne Ancelin Schützenberger mit dem Titel „Oh meine Ahnen“ gegen die vorgetragene, vermeintlich mehrere Generationen umfassenden Verstrickungen und ihre ‚Lösungen‘ humorvoll zu Felde zog. „Es stellte sich so dar, wie wenn jemand zu Ostern die vorher selbst versteckten Eier findet“, befand sie treffend.

⁴ In der Potsdamer Erklärung aus dem Jahr 2004 wurde, angeregt durch die deutsche systemische Gesellschaft, eine klare Abgrenzung zu seinen Vorgehensweisen formuliert, die sich von der systemischen Arbeit entfernt hätten. Nachzulesen bei: www.systemischegesellschaft.de.

⁵ Über Alice Miller als Mutter, die ihr Kind jahrelang einem gewalttätigen Vater aussetzte und sich Jahrzehnte später vom bekannten Schweizer Therapeuten Konrad Stettbacher, den sie ihrem erwachsenen Sohn vermittelt hatte, alle Mitschriften zeigen ließ, gibt es ein eindringliches Zeugnis ihres Sohnes – Miller, M.: Das wahre Drama des begabten Kindes. Kreuz Verlag, 2013.

mich an diesen Abend vor 20 Jahren zurückerinnert. In einem Workshop begann ein Kollege mit der Vorstellung seiner Methode, so überzeugt und überzeugend, dass nur spärlich Fragen oder Anmerkungen geäußert wurden. Wieder breitete sich im Raum eine Art Trance aus, die das folgende Geschehen erst ermöglichte. Auch meine Rückmeldungen und Fragen waren viel zu zaghaft, um eine drohende Eskalation zu vermeiden. Dadurch konnte der seit vielen Jahren tätige Kollege bei einer Falldemonstration einen, aus meiner Sicht, dreifachen Übergriff begehen: Erstens hatte er die gewählte Teilnehmerin nicht auf ihre Rolle, die zugrunde liegende Fallgeschichte und sein methodisches Vorgehen vorbereitet, bevor er sie in eine gebückt darsitzende Position brachte. Zweitens hat er dann selbst im Spiel die Rolle des gewalttätigen Ehemannes übernommen und drittens aus einer stehenden Position heraus den Kopf der sichtlich überraschten Frau durch einen festen Griff im Nacken gegen den Boden gedrückt. Auf meine anschließende Frage nach der Absicht der Methode meinte der Kollege, er wollte ihren Widerstand provozieren, genauso wie bei der realen Klientin, die sich anscheinend wehrte.

Dass sich Menschen in Therapiesitzungen, aufgrund eines Leidenszustandes und des ungleichen Autoritätsverhältnisses, gegen Unerwünschtes schwer zur Wehr setzen können, ist mir verständlich. Warum sich aber Workshop-TeilnehmerInnen, viele davon KollegInnen mit langjähriger Erfahrung, mich (sprichwörtlich) mit eingeschlossen, gegen Übergriffe an einer Person aus ihrer Mitte nicht zur Wehr setzen, macht mich jetzt noch betroffen und ratlos. Möglicherweise führte die Autorität des Kollegen und das notwendige Heraustreten aus der Gruppe zu dieser Blockade. Die auf dem Schaden sitzen gebliebene Frau, die von Einzelnen aus der Gruppe im Anschluss versorgt werden musste, hätte ein Eingreifen von Gruppenmitgliedern sicher geholfen, denn ihr Widerstand war wahrscheinlich durch die männliche Dominanz und Nähe des Workshop-Leiters noch schwieriger.

II. WIDERSTAND IN THERAPIE UND BERATUNG

„Wo Recht zu Unrecht wird, wird Widerstand zur Pflicht.“

BERTOLT BRECHT

Genau wie vor 20 Jahren, als Hellingers Interventionen noch an dem Abend in einer Runde zum Thema wurden, sagten im Anschluss einzelne von der Vorgehensweise positiv beeindruckte KollegInnen, dass es sich um eine legitime Form von Provokation handeln würde, die dazu dienen sollte, den Widerstand von KlientInnen zu wecken. Es ist meines Erachtens nach unwesentlich, welche Rechtfertigungen oder Erklärungen

für psychische oder physische Nötigung gefunden werden. Subjektiv erlebte, aber auch objektiv definierbare Gewalt lässt sich weder erklären noch kleinreden. Diese Haltung habe ich mir aus der Arbeit mit Männern nach Wegweisungen erarbeitet. Da muss ich mich auch oft durch eine dicke Schutzwand von Erklärungen und Beschwichtigungen durcharbeiten, bis es zu einer Verantwortungsübernahme für das Geschehene kommt und an Veränderungen gearbeitet werden kann. Die schlimmsten Dinge passieren ja zumeist aus ‚guter‘ Absicht beziehungsweise aus einem subjektiven Rechtsempfinden. Meiner Erfahrung nach braucht es jedoch für eine künftige gewaltfreie Handlung, außer der Unterscheidungsfähigkeit zwischen Bedürfnis und Strategie, das Anerkennen der Grenzüberschreitung und einen ehrlich gemeinten Perspektivenwechsel.

Deswegen haben wir uns in der europäischen Kultur weitgehend auf eine deontologische, an jedem einzelnen Handlungsschritt orientierte, statt auf eine teleologische Ethik, bei der das Ergebnis den Wert einer Handlung bemisst, geeinigt. Diese auch Prinzipienethik genannte Haltung, deren Grundsätze für unsere Berufsgruppe genau geregelt sind, wird meiner Meinung nach auch in dem viel gelesenen und erfolgreich verfilmten Buch *Die Wunderübung*⁶ durch eine problematische und intransparente Intervention während einer Paartherapie verletzt. Weil sich die glaubhaft inszenierte private Betroffenheit des Therapeuten schließlich als einzig wirksame Methode herausstellt, da das Paar zuerst empathisch und dann bei deren Abwertung durch den Therapeuten mit Widerstand und Einigkeit reagiert, wird sie im Nachhinein durch den Autor (und das Publikum) gerechtfertigt.

Mir ist die hier zitierte provokative Therapie nach Frank Farrelly⁷ durchaus vertraut. Ich habe dessen Seminare und Demonstrationen Anfang der 1990er-Jahre zum ersten Mal kennengelernt und war schockiert, wie respektlos und verletzend er in den dargestellten „Showcases“ vorgegangen ist und wie wenig Gegenwehr durch die vorgeführten KlientInnen erfolgte. Zehn Jahre später hatte ich noch ein paar Mal Gelegenheit, mit ihm in einer supervisorischen Fortbildungsgruppe mit mitgebrachten KlientInnen in Wien und München zusammenzutreffen. Seine Vorgehensweise hatte sich grundlegend verändert. Er bereitete nun seine KlientInnen auf das kommende Spiel vor, holte ihre Zustimmung ein und änderte gegen Ende

⁶ Glattauer, D.: *Die Wunderübung*. Goldmann, 2014, S. 68-81.

⁷ Er hatte 1967 als junger Therapeut bei Carl Rogers in der berühmten *Mendota State Hospital Studie* mitgemacht, bei der es darum ging, personenzentriertes Arbeiten bei (unfreiwilligen) Schizophrenie PatientInnen zu erproben. Rogers schlug damals vor, dass seine TherapeutInnen alles ausprobieren dürften, solange sie „authentisch und empathisch“ blieben.

der Sitzung eindeutig seine provozierende Haltung, als er danach fragte, was diese in dem vorangegangenen Dialog als brauchbar erlebten. Diese Sitzungen waren außerdem durch wechselseitigen Humor gekennzeichnet, sodass merklich Abstand vom Problemerkennen erreicht werden konnte. Es entstand zumeist eine tragikomische Clownerie rund um menschliche Schwächen. Die Provokationen waren durchschaubar und Farrelly betrieb soviel Tiefstatus und empathischen Körperkontakt, dass diesmal Widerstand gegen ihn und seine übertriebenen Worttiraden jederzeit möglich war und auch stattfand.

Dies stellt eine wesentliche Unterscheidung zu den oben beschriebenen Beispielen von angeblicher Provokation des KlientInnen-Widerstands dar, da hier folgendes gegeben ist:

1. Die Durchschaubarkeit des/r Therapeuten/in als *agent provocateur*.
2. Es herrscht Transparenz und Einwilligung in ein Spiel mit Regeln.
3. Humor verhilft zu einer inneren Distanz zum Problem und empathischer Kontakt verringert das Autoritätsverhältnis zum/r Therapeuten/in.
4. Es wird zeitlich zwischen bewusster Inszenierung und anschließender Reflexion unterschieden.
5. Provokation von Emotion, Eigenverantwortung und Widerstand ist vorgesehen und durch den deutlichen Verzicht auf Hochstatus möglich und laufend sichtbar.

III. ZARTHEIT IN PSYCHOTHERAPIE UND BERATUNG

„Gibt es eine bessere Form mit dem Leben fertig zu werden, als die Liebe und den Humor?“

CHARLES DICKENS

Nach der Auswertung der KlientInnendaten ihrer schulübergreifenden Wirkforschungen von Psychotherapie erklärten sowohl Lambert (2001) als auch Grawe (2002) und Duncan (2005) die therapeutische Beziehung zum entscheidenden Faktor für ihr Gelingen. Das würde bedeuten, Menschen können Belastendes eher verändern oder verarbeiten, wenn sie sich angenommen, emotional verstanden und empathisch begleitet fühlten oder auch, dass bereits in der Akzeptanz, der Einfühlsamkeit und im Verständnis eines Ge-

genüßers die Möglichkeit einer Veränderung im Problemerkennen liegt.

Die Philosophin und Psychotherapeutin Anne Dufourmantelle beschreibt diese Beziehung in einem leider noch nicht auf deutsch erschienenen Buch über die Macht der Sanftheit mit dem französischen Wort *la douceur*, abgeleitet von den lateinischen Worten *dulcis* (lieblich) und *suavitas* (die Liebenswürdigkeit), im profanen wie im transzendentalen Sinne.

Da es eine unübersehbare Tendenz gibt, Psychotherapie zu standardisieren, zu akademisieren und damit immer stärker dem mechanistischen Denken unterzuordnen, welches wohl eher zu einer Trennung von Körper, Psyche und Lebenskontext führt, könnte die Zuwendung zu Beziehungsqualitäten wie Zartheit in ihrer biopsychosozialen Einheitserfahrung ein notwendiges Gegengewicht bieten.

Ich habe den von ihr verwendeten Terminus für den Kontext Psychotherapie in Zartheit übertragen, da Zärtlichkeit den notwendigen Spielraum in der Beziehung und zu den Inhalten einschränken würde und Sanftheit mir für ein so machtvolles Verfahren zu milde und schwach erscheint. Zartheit in den gewollten Assoziationen zu körperlichen Elementarerfahrungen nach dem Geboren Werden oder vor dem Sterben kommt mir passender vor.⁸ Darüber hinausgehend ist mit zart auch oft fragil, vorsichtig oder unsicher gemeint und das passt für mich in dem Sinne, als wir uns der Wirklichkeit und der Erfahrung des Gegenübers nur behutsam annähern können, ohne sie verstehen oder erfassen zu können (und zu wollen). Zartheit manifestiert sich außerdem in der Beziehung als tröstliche, nahe und liebevolle Haltung und Resonanz Erfahrung, in der Blicke, Gesten oder ein Zugewandt-Sein zu Sicherheit, Geborgenheit, Vertrauen und zu einem Sich-Anvertrauen-Wollen führen können.

Da es eine unübersehbare Tendenz gibt, Psychotherapie zu standardisieren, zu akademisieren und damit

⁸ „(...) eingebettet in eine doppelte Bewegung des Annehmens und Gebens erscheint die Zartheit am Rande der Übergänge von Geburt und Tod.“ in Dufourmantelle, A.: *Puissance de la Douceur*. Manuels Payot, 2013, S. 11.

immer stärker dem mechanistischen⁹ Denken unterzuordnen, welches wohl eher zu einer Trennung von Körper, Psyche und Lebenskontext führt, könnte die Zuwendung zu Beziehungsqualitäten wie Zartheit in ihrer biopsychosozialen Einheitserfahrung ein notwendiges Gegengewicht bieten. Denn psychopathologische Klassifizierungen und der ihnen vorangehende diagnostische Kategorisierungsprozess können, vor allem in Institutionen aber auch im niedergelassenen Bereich, als Form von struktureller Gewalt erlebt werden.¹⁰ Denn hier tritt an die Stelle der Erforschung des jeweiligen Referenz- und Beziehungssystems die Idee

prozessen von Psychotherapie und psychosozialer Beratung.

„I don't know why nobody told you how to unfold your love/ I don't know how someone controlled you/ they bought and sold you/ I look at the world and I notice it's turning/ while my guitar gently weeps/ with every mistake we must surely be learning/ still my guitar gently weeps.“ George Harrison

Nun zur möglichen Integration von Zartheit in Psychotherapie und Beratung:

1. Bei der Herstellung, Verwirklichung und Auflösung einer Einheit gestalte ich vorzugsweise weiche Übergänge, die erst beim Horchen auf kleinste Unterschiede und Resonanzen ein Weitergehen erlauben, oder ein Nachfragen bzw. eine Pause erfordern. Ich schätze die Zartheit einer langen Pause, in der Raum ist für den Nachklang, für ein Lächeln, für ein Annehmen des Unannehmbaren, für eine Verbindung zu den Gedanken, den Sinnen und für die körperliche Erfahrung von Psychotherapie. Nicht nur die Fragen, sondern auch die Färbung, Geschwindigkeit und die Modulation der Stimme ermöglichen einen Wechsel im Aufmerksamkeitsfokus nach innen oder außen bzw. in Richtung spüren, denken, fühlen, bedürfen, tun oder sich in Beziehungen verhalten.

Zartheit in Psychotherapie und Beratung lässt sich wahrscheinlich nicht lehren. Wenn jedoch immer wieder leise Töne in die Beziehung und Abläufe integriert werden, kann sich ein daraus entstehender Rückkoppelungsprozess von besonderen Momenten und feinen, auch nonverbalen Rückmeldungen verselbstständigen.

einer objektiven Messbarkeit und Gliederung von individuellen Reaktionsphänomenen auf komplexe Zusammenhänge.

Aus der jüngeren Placebo-Forschung lese ich heraus, dass die Wirkung von scheinbar wirkungslosen weil substanzlosen Behandlungen wie bei der Psychotherapie durch drei Faktoren bestimmt wird: der Erwartung, dem Ritual und der Beziehung. Letztere wurde bei Placebo-Studien lange übersehen. Dabei findet hier eine innere Aktualisierung von elementaren Urerfahrungen von Fürsorge und Nähe statt, die durch die gegenwärtige Beziehung in der Behandlung ausgelöst wird. Der deutsche Soziologe Hartmut Rosa nennt sie die „*Grundelemente menschlicher Weltbeziehungen*“¹¹. Wahrscheinlich spielt diese besondere Zuwendung sowie die Wechselwirkung aller drei Faktoren die entscheidende Rolle bei den gemessenen organischen, hormonellen und epigenetischen Reaktions-

2. Im methodischen Vorgehen beschreibt Zartheit für mich die Unsichtbarkeit der Interventionen, die sich ohne große Inszenierung in den Ablauf fügen, als ob es sie gar nicht gäbe und das Gespräch und die Beziehung anschlussfähig, beinahe alltäglich und immer gleichwertig erscheinen lassen. Kein Spezialistentum, sondern (endlich) jemand, der oder die sich ausreichend Zeit nimmt, da ist, bereit ist zuzuhören, annimmt was kommt, unerschrocken und freundlich sowie behutsam nachfragt, ohne zu steuern.
3. Zartheit bezogen auf die inhaltlichen Hypothesen beschreibt meine Nähe und das Mitgehen in die Erlebniswelten und Beziehungen des Gegenübers, das vorsichtige Anteilnehmen, das sinnliche und kognitive Einschwingen in seelische und relationale Landschaften, die Wahrnehmung für den jeweiligen ‚Stallgeruch‘ in der Familie, Nachbarschaft, Arbeitsplatz oder Wohnung, das ehrliche Interesse für Zusammenhänge innerhalb der persönlichen Geschichten und Kulturen, das Eintauchen in fremde, unbestimmbare und unerklärliche, aber wahrnehmbare Welten.

⁹ „Alles was messbar ist, messbar machen.“ Galileo Galilei; „Alles in kleinste Teile zerlegen.“ René Descartes.

¹⁰ Anne Dufourmantelle engagierte sich vehement in der französischen Initiative „Stop DSM“ gegen das US-amerikanische Klassifizierungssystem psychischer Störungen, das von KritikerInnen spöttisch mit „the dark side of man“ benannt wird und als wichtigste Grundlage für das entsprechende Schema (ICD) der WHO gilt.

¹¹ Rosa, H.: Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehung. Suhrkamp, 2018, S. 83ff.

4. Zartheit bedeutet für mich aber auch eine besondere Achtsamkeit in der Vorbereitung und Haltung: Von der Einstimmung auf meine Arbeit, der ‚Wartung‘ und dem ‚Stimmen‘ des eigenen Körpers, meines wichtigsten Instruments, mit allen Anteilen und Bedürfnissen, meiner Bereitschaft für Begegnung und Beziehung bis hin zum Hineinschlüpfen in eine professionelle, verantwortungsvolle Aufgabe und Rolle. Sie findet sich auch in der Raumgestaltung, der Wärme und Klarheit in den Farben und Gegenständen. Sie umfasst das Hineinspüren in meine Empfindungen während der Gespräche, das Horchen und Hören auf die leisen Hinweise und Stimmen in mir, den freundlichen Umgang mit allen noch so eigenartigen Gefühlen und Gedanken während der Sitzung sowie eine gute Durchlässigkeit und Transparenz zwischen dem Innen und Außen, ein gleichermaßen Berühren und Berührt-Werden. Die Wiener Daseinsanalytikerin Susanne Pointner spricht in diesem Zusammenhang von der „Wiederentdeckung der Berührbarkeit“ und lässt bewusst offen, um wen es dabei in erster Linie geht.
5. Zartheit im Umgang mit mir selbst zeigt sich auch im Fehler machen dürfen, im Umgang mit kleinen und großen Misserfolgen, im Wahrnehmen von inneren tröstlichen Stimmen, die Verständnis für Frustration, Enttäuschung und Misserfolg, für Schmerz und Traurigkeit oder für vergebliche Liebesmühe zeigen. Sie findet sich auch in der Freude über eine schöne Wendung, im Feiern des Gelingens und in der Dankbarkeit über passende Eingebungen und kreative Interventionen.
6. Und dann gibt es noch die Momente, in denen sich manchmal, nach dem ‚Für-andere-da-sein‘, emotionale Erschöpfung, eine Leere oder Überforderung auftun. Zartheit zeigt sich dann im Bedürfnis, nach einem langen Tag allein zu sein, einer warmen Decke, eines Tees oder guter Suppe; sie zeigt sich im Wunsch, zur Ruhe zu kommen und im Verständnis für eine momentane Lust- und Bewegungslosigkeit. Sie besteht in der respektvollen Wahrnehmung der auftretenden Bedürfnisse in meinem Leben, meinem Körper, meinen Beziehungen, meinen Interessen und in dem Verständnis für Reihungen innerhalb dieser Wünsche. Zartheit zeigt sich auch in der Zeit und Aufmerksamkeit für freundschaftliche Begegnungen, familiäre Beziehungen und Liebesbeziehungen, obwohl so viel Emotionalität und Zuwendung schon in der Arbeit aufgewendet wurde.

Zartheit in Psychotherapie und Beratung lässt sich wahrscheinlich nicht lehren. Wenn jedoch immer wieder leise Töne in die Beziehung und Abläufe integriert werden, kann sich ein daraus entstehender Rückkop-



Januskopf, Copyright © 2019 jur-art.com, Severine Bebek

pelungsprozess von besonderen Momenten und feinen, auch nonverbalen Rückmeldungen verselbstständigenden. Sie kann in gewisser Weise auch nicht hergestellt werden; vielmehr ereignet sie sich durch eine entsprechende Offenheit für Berührung und Berührbarkeit sowie durch Zuwendung, Langsamkeit und Tiefe. Und sie hat viel mit einer eigenen guten Körperlichkeit zu tun.¹²

VERWENDETE QUELLEN

- Dufourmantelle, A.: *Puissance de la Douceur*. Manuels Payot, Paris, 2013.
- Grubner, A.: *Die Macht der Psychotherapie im Neoliberalismus*. Mandelbaum Verlag, Wien, 2017.
- Masson, J.: *Against Therapy*; Collins, London, 1991.
- Rosa, H.: *Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehung*; Suhrkamp, Berlin, 2018.
- Guanzini, I.: *Zärtlichkeit. Eine Philosophie der sanften Macht*. C.H. Beck Verlag, München, 2019.

Ich freue mich über Rückmeldungen zu dem Artikel unter info@ulrichhagg.at.

¹² Zum Abschluss noch einmal Anne Dufourmantelle (Übersetzung d. A.): „(...) mit ihrem nicht kalkulierten Schwebezustand zwischen Geben und Nehmen hat die Zartheit in einigen besonderen Lebensmomenten ihren selbstverständlichen Ort.“ Einer davon könnte Psychotherapie oder Beratung sein.