

Der phänomenzentriert-variationale Ansatz in Forschung und Psychotherapie

Abraham S. Luchins und Edith H. Luchins (Teil 1)

Bernadette Lindorfer, Wien (Teil 2)

Vorbemerkung

Max Wertheimer hat Abraham S. Luchins in den 1940er-Jahren zu den Experimenten mit den „Umfüllaufgaben“ inspiriert, die bis heute in der Erforschung des Einstellungseffekts bei Problemlösungen bekannt und einflussreich geblieben sind. Zusammen mit seiner Frau Edith H. Luchins hat A.S. Luchins 1959 den Band „Rigidity of Behavior“ veröffentlicht, der zuerst die wichtigsten theoretischen Ansätze zum Verständnis des Problems festgefahrener Erlebens- und Verhaltensweisen vorstellt und diese dann akribisch anhand eigener experimenteller Forschungsergebnisse überprüft. Das dabei angewandte methodische Vorgehen ist das des phänomenzentriert-variierten Experiments.

Im ersten Teil dieses Beitrags kommen Abraham S. Luchins und Edith H. Luchins selbst zu Wort. Die deutsche Übersetzung von Auszügen aus dem Methodenkapitel ihres Buchs gibt Gelegenheit, ihren Ansatz und ihr Denken kennenzulernen.

Darin schließt sich der zweite Teil dieses Beitrags, in dem Bernadette Lindorfer die Übertragung dieses Ansatzes auf das psychotherapeutische Geschehen vorstellt und diskutiert. Der phänomenzentriert-variationale Ansatz kann als charakteristisch auch für das Vorgehen in der Gestalttheoretischen Psychotherapie gelten.

Warum wir einen phänomenzentriert-variationalen Ansatz brauchen

Abraham S. Luchins und Edith H. Luchins¹

Die Forschungsorientierung, die wir vertreten, charakterisiert als phänomenzentriert-variationaler Ansatz (...), greift ein spezielles Phänomen auf – eine Situation, ein Ereignis, ein Problem, einen Sachverhalt - und untersucht es unter verschiedenen Bedingungen. (...) Kurz gesagt beschäftigt sich eine solche Forschung damit, was mit einem Phänomen unter einer bestimmten Bandbreite unterschiedlicher Bedingungen passiert: was erweist sich als invariant, was verändert sich und welche Richtung, welches Ausmaß und welche Qualität haben diese Veränderungen im Verhältnis zu den Veränderungen der Bedingungen.

(...) Wir haben den variationalen Ansatz nicht nur beim Einstellungsphänomen, sondern auch bei einer Reihe anderer psychologischer Phänomene und Probleme angewendet. Die Ergebnisse scheinen die Vielseitigkeit und Fruchtbarkeit des Ansatzes zu bestätigen. [590]

¹ Auszüge aus: Luchins, Abraham, S. & Edith H. Luchins (1959): *Rigidity of Behavior. A Variational Approach to the Effect of Einstellung*. Eugene, Oregon: University of Oregon Books. Chapter XXIV: The Need for A Phenomenon-Centered Variational Approach, 590–608. Übersetzung: B. Lindorfer. Mit eckigen Klammern versehene Seitenangaben im Text beziehen sich auf die englischsprachige Originalfassung.

Zusammenfassung

Der vorliegende Beitrag hat zwei Teile: Der erste stellt anhand von Auszügen aus dem Buch „Rigidity of Behavior“ von Abraham S. Luchins und Edith H. Luchins deren von Max Wertheimer inspirierten Forschungsansatz des phänomenzentriert-variationalen Vorgehens vor. Er besteht im Kern darin, sich in der Forschung nicht von Theorien leiten zu lassen, sondern die Phänomene selbst sprechen zu lassen – unter immer wieder neu variierten Bedingungen, die zunehmend klarer werden lassen, welche Kräfte bei ihrer Entstehung am Werk sind.

Im zweiten Teil begründet Bernadette Lindorfer, inwiefern ein solcher Ansatz nicht nur für die wissenschaftliche Forschung, sondern auch für die Psychotherapie angemessen ist. Im Verständnis der Gestalttheoretischen Psychotherapie ist ja auch die psychotherapeutische Zusammenarbeit von Therapeutin und Klientin auf weiten Strecken eine gemeinsame Forschungsreise in die Welt der Klientin, auf der Suche nach Möglichkeiten für konstruktive Veränderungen und Lösungen. Auch hier geht es nicht darum, die Wirklichkeit der Klientin einer Theorie anzupassen, sondern ihre Situation selbst zu Wort kommen zu lassen und im gemeinsamen Variieren neue Einsichten und Wege zu finden.

Wissenschaftlichkeit der Methoden im phänomenzentrierten Ansatz

Theoriezentrierte Forschung zielt im Allgemeinen auf die Anwendung der sogenannten *hypothetisch-deduktiven* oder *postulierend-deduktiven* Methode ab (...), was die phänomenzentrierte Forschung nicht notwendigerweise tut.

Die hypothetisch-deduktive oder postulierend-deduktive Methode ist charakterisiert durch folgende Schritte: Hypothesen bzw. Postulate bzw. konzeptuelle Annahmen/allgemeine Sätze aufstellen; logische Ableitungen formulieren; kontrollierte Testung dieser Ableitungen; und dann konsequente Bestätigung, Verwerfung oder Modifikation der ursprünglichen Postulate. Manche Psychologen sehen dieses Vorgehen als die wissenschaftliche Methode schlechthin an und befürworten es als den angemessensten Ansatz, um Wissen zu gewinnen. [591]

Wahrscheinlich kann bei manchen dieser Psychologen das beharrliche Bestehen auf dem hypothetisch-deduktiven Ansatz auf die Überzeugung zurückgeführt werden, dass es sich dabei um die Methode der Mathematik und Naturwissenschaften handelt. Insofern ist es von Interesse darauf hinzuweisen, dass nicht alle Mathematiker und Naturwissenschaftler auf der Anwendung dieser Methode bestehen, ihre Entdeckungen auf sie zurückführen oder der Meinung sind, dass der Gebrauch dieser Methode ihre Wissenschaft in jedem Fall voranbringt. So schreiben Courant und Robbins (1941) in einer Arbeit über die Natur der Mathematik, dass die Konzentration auf die griechische Geometrie-Tradition mit ihrer Betonung der deduktiv-postulierenden Herangehensweise die Entwicklung des Zahlenkonzepts und der Algebra, auf denen die modernen Wissenschaften aufbauen, wahrscheinlich um beinahe zweitausend Jahre verzögert haben. [591f]

In ähnlicher Weise halten auch wir es für eine Gefahr, weiterhin darauf zu bestehen, dass die Psychologie einen deduktiv-postulierenden Charakter haben soll. Vor allem sollten die Methoden, die wir im phäno-

menzentrierten-variationalen Ansatz verwenden, nicht leichtfertig als unwissenschaftlich abgetan werden, bloß weil sie nicht postulierend-deduktiver Natur sind. [592]

Bei der Durchführung unserer Untersuchungen haben wir oft Bedingungen variiert, ohne vorab zu wissen, welchen Einfluss diese Variationen auf das Phänomen haben würden. Manchmal haben wir nicht einmal spezifische Erwartungen gehabt; erst nach der Untersuchung haben wir Überlegungen angestellt, wie wir uns die Ergebnisse erklären. Manche Psychologen würden auf so ein Vorgehen wohl herabsehen, ziehen sie doch eine sogenannte „a priori-Spezifikation“ einer „a posteriori-Spekulation“ vor. Aber könnte man diese Begrifflichkeit nicht auch umgekehrt verwenden? Wenn man ein Experiment gemacht hat und schon Ergebnisse vorliegen, hat man eine gewisse Basis für Spezifikationen und läuft somit weniger Gefahr, rein spekulativ zu sein.

Die Rolle der Theorie in der psychologischen Forschung

Andere Psychologen wiederum lehnen den Standpunkt ab, dass

Forschung von einer Theorie oder Hypothese ausgehen müsse. In Reaktion auf jene Sozialwissenschaftler, die vorschlugen, dass man alle Theorie beiseite lassen und nur Fakten erheben solle, weist Miller (1951, 86) darauf hin, dass „unweigerlich eine bestimmte Auswahl aus der unendlichen Zahl von Fakten, die erhoben werden können, getroffen werden muss ... Es ist unmöglich, Daten auszuwählen ohne dabei auf eine irgendwie geartete Hypothese zurückzugreifen.“ [593f] (...)

Ausgehend davon, dass wir alle gewisse Modelle im Hinterkopf haben, wenn wir eine systematische Datenerhebung machen, spricht sich Tolman (1949, 49) dafür aus, dass wir uns selbst und anderen diese impliziten Modelle explizit machen, denn eine „bewusste, wenn auch schlechte Theorie ist besser als eine unbewusste Theorie.“ [594]

Zugegebenermaßen waren auch unsere Forschungen zum Einstellungsphänomen von bestimmten Vermutungen geleitet, die uns dazu brachten, gerade jene Faktoren zu variieren und nicht andere. Und

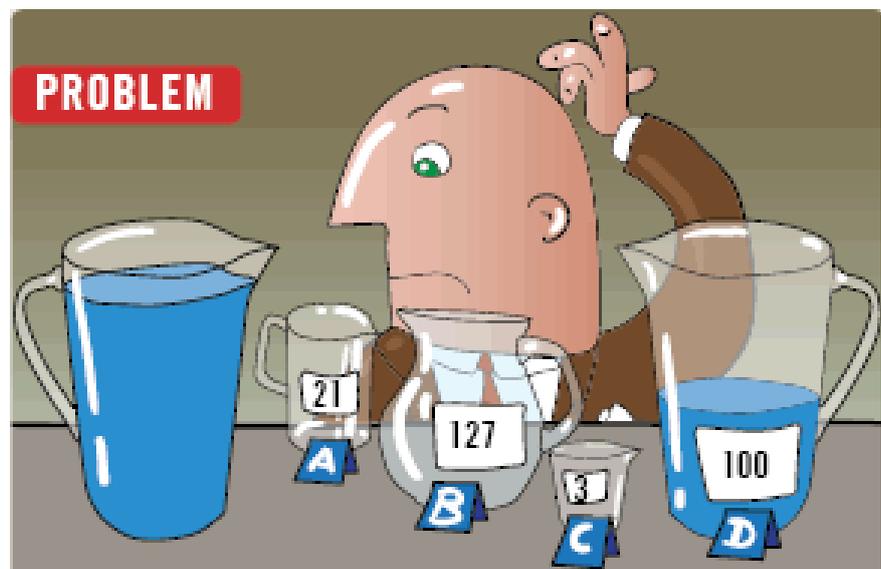


Abb. 1: Umfüllaufgabe von A.S. Luchins (1942). Die Gefäße A–C haben ein Fassungsvermögen von 21, 127 und 3 Einheiten. Wie kann man mit ihrer Hilfe genau 100 Einheiten in den Krug D füllen?

nachdem Vermutungen von manchen Psychologen mit Theorien gleichgesetzt werden, könnte man behaupten, wir hätten mit Theorien gearbeitet. Dies wirft das Problem der Definition des Begriffs „Theorie“ auf. Zwischen den Psychologen besteht große Uneinigkeit, was die angemessene Bedeutung dieses Begriffs betrifft. [594]

Manche Psychologen wenden den Begriff bereits auf eine Vermutung, eine eingeschränkte Hypothese oder eine Annahme an, während andere dies konsequenterweise nicht tun. Miller schreibt z.B., dass ein System von Symbolen „als Modell oder Theorie bezeichnet werden kann, wenn, und nur wenn sich daraus strenge Ableitungen formulieren lassen... Es ist offensichtlich, dass viele der gegenwärtig vorhandenen ‚Theorien‘ oder ‚Modelle‘ in der Psychologie diesem Kriterium nicht entsprechen.“ (Miller, 1951, 82f) [594]

Ob also der Rückgriff auf Ideen oder Annahmen bei der Durchführung experimenteller Variationen bereits als Gebrauch von Theorie verstanden wird, hängt davon ab, wie der Begriff „Theorie“ definiert wird. Ein Teil der Kontroverse über den Wert von Theorien kann daher auf die unterschiedliche Begriffsverwendung zurückgeführt werden.

Die Rolle von Theorie in phänomenzentrierter und theoriezentrierter Forschung

Unabhängig davon, wie der Begriff Theorie definiert wird, kann hinsichtlich der Rolle, die sie in der phänomenzentrierten und in der theoriezentrierten Forschung spielt, unterschieden werden. Bei der zweiten geht es im Normalfall um die Testung einer Theorie oder von Deduktionen bzw. von Annah-

men, die sich aus der Theorie ableiten. Die erstere mag vielleicht ein von einer Theorie ausgehendes Experimentieren beinhalten



© Foto Jeremy Bishop / Unsplash

(wie etwa bei einem Teil unserer Forschung zum Einstellungsphänomen), zielt aber nicht in erster Linie auf die Überprüfung einer Hypothese oder Theorie ab. [595]

(...) Kurz gesagt, steht bei der phänomenzentrierten Forschung das Phänomen im Mittelpunkt des Interesses. Theorien dienen hier als Werkzeuge und sind nicht Ziel der Forschung. In der theoriezentrierten Forschung steht dagegen eine Theorie oder Hypothese im Mittelpunkt, wohingegen das Phänomen nur soweit interessiert, als es sich dafür eignet, die Theorie oder Hypothese zu überprüfen. [595]

Vielleicht sollte man nicht länger darüber diskutieren, ob die Psychologie mehr Fakten oder mehr Theorien braucht, sondern vielmehr über die *Qualität* der vorhandenen Tatsachen und Theorien. Während wir nämlich bereits über eine Menge isolierter Tatsachen verfügen, mangelt es an integrierten Tatsachen und noch viel mehr an empirischen Beziehungen und

empirischen Gesetzen. Ähnliches gilt für die Theorien: während wir über eine große Anzahl von Theorien verfügen, gibt es nur wenige,

die Substantielles zum Verständnis des Phänomens beitragen, das sie erklären wollen. [600]

Bei der variationalen Forschung, das sei hier betont, erhält man keine stückhaften, isolierten Tatsachen. Die Tatsachen sind rund um das Phänomen (das Problem, die Situation, das Ereignis, den Sachverhalt) angeordnet; die variationale Forschung schließt eine systematische Faktensammlung mit ein. Die mithilfe der variationalen Forschung gewonnenen Daten können als rund um ein empirisches, experimentelles Miniatursystem organisiert verstanden werden. [600]

Wer daran interessiert ist, Experimente durchzuführen, sollte dies tun können, ohne diese mit theoretischen Betrachtungen unterfüttern zu müssen. Wer an Theoriebildung interessiert ist, dem sollte es erlaubt sein (oder vielmehr sollte es sogar von ihm erwartet werden), dazu auch von anderen Forschern durchgeführte Experimente und erhobene Daten zu nutzen. [602]

(...) [Wenn Forscher dazu ermutigt werden, ist zu hoffen, dass] seltener auf die bereits vorhandene Literatur vergessen wird und die Tendenz, weiter zur Fülle an unangemessenen Theorien beizutragen, kleiner wird, stattdessen aber mehr wertvolle Forschung erhalten bleibt, selbst dann, wenn die Theorien, mit denen sie ursprünglich assoziiert war, in der Zwischenzeit verworfen wurden. [603]

Theorien als Ablage- und Ordnungssysteme

Psychologische Theorien könnten im weiten Sinne des Wortes die Funktion eines Ordnungs- bzw. Ablesesystems übernehmen. Sie könnten dazu dienen, Daten aufeinander zu beziehen, sie zu integrieren und zu ordnen. Gerade wenn Daten aus vereinzelt isolierten Fakten bestehen, sind Theorien in der Funktion von Ordnungssystemen essentiell, damit wir wissen, wo wir sie einordnen (und finden) können.

Wenn die Daten rund um ein Phänomen oder ein empirisches Miniatur-System organisiert sind, dann können sie gleich unter dem betreffenden Phänomen oder Miniatur-System abgelegt werden. Theorien können dann aber weiterhin dazu dienen, unterschiedliche Phänomene und empirische Miniatur-Systeme in Verbindung zu setzen und erklären helfen, weshalb eine bestimmte Änderung der Experimentalbedingungen mit einer bestimmten Veränderung der experimentellen Ergebnisse einhergeht. [603]

Eine Theorie, die als Ordnungssystem fungiert, kann aufzeigen, wo noch Lücken bei den zugehörigen Daten bestehen, und so Anstoß zu weiteren Untersuchungen geben. Aber das ist nicht die einzige Forschung, die wir benötigen. Die Ge-

fahr, der wir in der Psychologie begegnen, ist, dass wir es unseren Ordnungssystemen zu häufig erlauben, uns zu diktieren, welche Art von Fragen wir stellen, welchen Problemen wir uns zuwenden, welche Art Experimente wir durchführen und wie die Daten auszusehen haben, die wir analysieren oder verwerfen.

Sowohl bei Sozialwissenschaftlern als auch Laien hört man zuweilen die Klage, dass sich die Sozialwissenschaften zu wenig mit den fundamentalen Fragen der Gesellschaft befassen, sondern sich mit trivialen Problemen beschäftigen. Hilgard (1948) kommentiert die triviale Natur eines großen Teils der Lernforschung sowie die Vernachlässigung von Problemen, die für die Pädagogen von großer Bedeutung sind, und führt dies teilweise auf die Tendenz zurück, dass Lerntheorien und anerkannte Methoden und Techniken diktieren, welche Probleme untersucht werden. Ackoff (1952) schreibt die Trivialität in den Sozialwissenschaften der Tatsache zu, dass Forscher entmutigt würden, von den von Universitäten und Fachgesellschaften vertretenen Techniken und Methoden abzuweichen.

Wir meinen, dass Theorien und spezielle Techniken Forschung zwar anstoßen können sollen, dass wir ihnen aber nicht erlauben dürfen, über die Forschung zu bestimmen und sie zu tyrannisieren. [608]

(...) Wenn wir vorschlagen, dass die Psychologie bedeutsame, praktische Probleme nicht vernachlässigen soll, dann heißt das nicht, dass sie sich nur mit jenen Problemen befassen soll, die einen unmittelbaren Nutzen versprechen bzw. die für einen großen Teil der Öffentlichkeit von Interesse sind. Denn auch ein Phänomen, das keinen unmittelbaren prakti-

schen Nutzen oder weitreichende oder „wissenschaftliche“ Bedeutung verspricht, das vielleicht so etwas wie eine Kuriosität darstellt, ist es wert, beforscht zu werden. Wie die Geschichte der Wissenschaften zeigt, stellt sich oft heraus, dass die Kuriosität von gestern bisweilen die relevantesten praktischen Anwendungen von heute zeitigt.

Warum auch Nicht-Psychologen eine variationale Orientierung benötigen

Wir glauben, dass eine variationale Orientierung in *jedem* Forschungsbereich von Wert ist. Mehr noch – wir glauben, dass eine solche Orientierung selbst der Allgemeinheit wertvolle Dienste leisten kann. Dabei verstehen wir den variationalen Zugang in einem breiten Sinn als eine Perspektive, die sich auch der Nicht-Psychologe aneignen soll, um sich der wahren Natur der wissenschaftlichen Einstellung bewusst zu werden – Zweifeln, Fragen und Suchen.

In der Lehre aller Wissenschaftsdisziplinen genauso wie in populären wissenschaftlichen Veröffentlichungen sollte ein variationaler, bzw. spezieller: ein multitheoretischer Ansatz übernommen werden. Eine Theorie sollte nicht so dargestellt werden, als wäre sie die Wirklichkeit, das universelle und immerwährende Naturgesetz oder eine Verhaltensdirektive, die sich aus einem von der Legislative verabschiedeten Gesetz ergibt. Eine wissenschaftliche Formulierung sollte als Annäherung präsentiert werden, als ein Gegenstand, der vor dem Hintergrund weiterer Erkenntnisse neu bewertet werden muss und als ein Gegenstand, der revidiert oder verworfen werden kann und der nur eine von vielen vorgeschlagenen Erklärungen darstellt.

Während jeder Wissenschaftler dazu beitragen kann, eine variationale Orientierung in der Öffentlichkeit zu fördern, kommt

Sozialwissenschaftlern und hier, wie wir meinen, den Psychologen eine besondere Verantwortung zu, weil sie in einem gewissen Maße

sowohl Interpreten als auch Vermittler von menschlichen Verhaltensweisen sind. [606]

Der phänomenzentriert-variationale Ansatz in der Gestalttheoretischen Psychotherapie²

Bernadette Lindorfer, Wien

Günther Kebeck und Manfred Sader stellen 1984 in einem Beitrag in der Zeitschrift *Gestalt Theory* („Phänomenologisch-experimentelle Methodenlehre“) fest, in der Gestalttheorie gäbe es keine explizit ausformulierte spezifische Methodologie und keine speziellen gestalttheoretischen Methoden. Liest man allerdings gestalttheoretisch orientierte Forschungsberichte wie z.B. die Arbeiten zur Handlungs- und Affektpsychologie der Gruppe um Kurt Lewin, so sticht einem unweigerlich ins Auge: Hier wurden Vorgehensweisen entwickelt und angewendet, die nicht nur originell und überzeugend sind, sondern vor allem auch Prinzipien folgen, die den grundlegenden erkenntnis- und wissenschaftstheoretischen Überlegungen der Gestalttheorie entsprechen. Kebeck und Sader (ebenda, 201) heben in diesem Zusammenhang hervor, dass dabei nicht die Entwicklung und Ausarbeitung besonders messgenauer und „objektiver“ Forschungsmethoden und -techniken im Vordergrund standen, sondern deren Gegenstandsangemessenheit. Kennzeichnend sei eine spezifische Herangehensweise an die Fragestellung, ein besonderer Arbeitsstil.

² Ich danke Gerhard Stemberger für die Anregung zu diesem Beitrag, die kritische Durchsicht sowie die hilfreiche Unterstützung bei der Überarbeitung der Übersetzung.



© Foto Patrick Tomasso / Unsplash

Diesen methodischen Ansatz erkennt man auch in der wissenschaftlichen Arbeit des amerikanischen Psychologen Abraham S. Luchins (1914–2015) und seiner Frau, der Mathematikerin Edith H. Luchins (1921–2002) wieder. In ihrem Werk „Rigidity of Behavior – A Variational Approach to the Effect of Einstellung“ (1959), das die Ergebnisse von über zwei Jahrzehnten experimenteller Forschung zum Problem des Einstellungseffektes zusammenträgt – also der Frage, wodurch es zu einer „Mechanisierung“ und damit zu einem nicht mehr situationssensiblen und situationsangemessenen Denken und Problemlösen kommt, legt er in einem eigenen Kapitel (Kapitel 24, 590–608) seinen noch von Max Wertheimer mitangestoßenen Forschungszugang dar und diskutiert und begründet dessen besondere Stärken und Güte (siehe den übersetzten Auszug im ersten Teil dieses Beitrags).

Im Folgenden gehe ich der Frage nach, inwieweit dieses von Luchins

skizzierte Forschungsparadigma auch handlungsleitend für die Gestaltung der psychotherapeutischen Situation sein kann. Dieses Vorhaben mag zunächst verwundern. Ist es denn überhaupt begründbar, Herangehensweisen von dem einen Feld (psychologische Forschung/Wissenschaft) auf ein völlig anderes (das der Psychotherapie) zu übertragen?

Vergleichbare Problemstellungen

Dass Herangehensweisen der psychologischen Forschung nutzbar für die praktische Psychotherapie sein könnten, lässt sich meines Erachtens schon daraus vermuten, dass sie eine der grundlegenden Problemstellungen miteinander teilen: Beide stellen sich die Frage, wie ein bestimmtes Erleben zustande kommt. Bei der Psychologie interessieren allgemeine, überindividuelle Gesetze des Verhaltens und Erlebens, bei der Psychotherapie geht es um das Verhalten und Erleben des Einzelnen in einer bestimmten Situation als Basis dafür, problemati-

sche Aspekte zu identifizieren sowie neue, bessere Möglichkeiten oder Wege in den Blick zu bekommen und zu entwickeln. Verlangt die Erforschung psychologischer Zusammenhänge im Feld der wissenschaftlichen Psychologie die Gültigkeit über den Einzelfall hinaus, reicht es in der Psychotherapie im Allgemeinen aus, wenn die gefundenen Zusammenhänge der Überprüfung in der Lebenspraxis der betreffenden Klientin standhält. Dass darüber hinaus mit dem Übergang von einem historischen zu einem systematischen Erklärungs begriff zwischen Allgemeingültigkeit und Einzelfall kein Widerspruch bestehen muss, hat Kurt Lewin in seiner Arbeit über die „galileische Herangehensweise“ in der Psychologie schlüssig argumentiert (Lewin 1931).

Vergleichbarkeit der Problemlösestrategien

Beide Aufgabenstellungen lassen sich des Weiteren als Problemlöseprozesse begreifen, in denen dementsprechend auch grundsätzlich ähnliche Problemlösestrategien eine Rolle spielen. Davon geht z.B. auch das epistemologische Subjektmodell (Groeben & Scheele 1977, zit. n. Kebeck & Sader 1982, 210) aus, wenn es annimmt, „daß der Mensch bei der Rekonstruktion seiner alltäglichen Wirklichkeit ähnlich aktiv und reflexiv vorgeht, wie der Wissenschaftler bei seinen Problemlöseversuchen.“ (Kebeck & Sader 1984, 210)

Wie eng die Verbindung der Vorgehensweisen in psychologischer Forschung und Psychotherapie gedacht werden kann oder vielleicht sogar muss, zeigt auch das Beispiel der Psychoanalyse. Freud hat seine „Erfindung“ in erster Linie als Forschungsmethode betrachtet, als „einen neuen wissenschaftlichen Zugang zur Subjektivität des Men-

schen“ und erst danach als Behandlungsmethode (Buchmann, Schlegel & Vetter 1996, 80).

Die Beziehung zwischen Forscherin und „Forschungsobjekt“

Eines der beinahe unangefochtenen Kriterien für Wissenschaftlichkeit ist die „Objektivität“ von Beobachtungen oder Messungen. Anders formuliert heißt das, wissenschaftliche Ergebnisse sollen unabhängig vom Forscher sein, sollen sich unabhängig von ihm oder ihr replizieren lassen. Damit ist auch eine klare Trennung zwischen dem Forschungsobjekt und dem Forschungsobjekt gezogen, wobei letztlich sowohl die Subjektivität des Forschers als auch die des Forschungsobjekts aus dem Forschungsprozess verbannt werden soll. Dass dies ein Unterfangen ist, das nicht gelingen kann, hat u.a. Georges Devereux (1973) gezeigt; und Kurt Lewin (1946) verweist darauf, dass Objektivität in der Psychologie die Darstellung des Feldes so verlangt, wie es für den jeweiligen Menschen zu einem bestimmten Zeitpunkt besteht und nicht, wie es die Forscherin von außen wahrnimmt oder aus ihrer Perspektive definiert. Subjektivität kann und soll demnach nicht aus der Forschung ausgeschlossen werden, sondern ist gleichzeitig untrennbarer Bestandteil sowie Gegenstand der psychologischen Forschung, die nicht eliminiert, sondern einbezogen und mitreflektiert werden muss.

Die von Kurt Lewin angestoßene Aktionsforschung versucht denn auch „die dualistische Trennung von Gegenstand und Methode, von Subjekt und Objekt“ zu überwinden. Sie „verlegt den Erkenntnisprozess in die systematische Selbstreflexion der an der Praxis beteiligten Subjekte“ (Schiepek 1996, 210), was der psychotherapeutischen Vorgehens-

weise schon sehr nahe kommt. Im psychotherapeutischen Forschungsunterfangen ist die Klientin Forschungsobjekt und Forschungsobjekt in einem, begleitet von der Therapeutin als Co-Forscherin. Allerdings steht, wie Schiepek zu Recht vermerkt, in der Psychotherapie häufig ein *Veränderungs*interesse im Vordergrund und nicht das *Erkenntnis*interesse. Erkenntnisse seien „Beifang“ praktischer Arbeit (ebenda). Kurt Lewin vertritt freilich auch in diesem Punkt ein etwas anderes Verständnis von Wissenschaft, wenn für ihn nicht so sehr Voraussagen über konkrete Verhaltensergebnisse im Vordergrund stehen, denn „Aussagen darüber, welche Bedingungen in einer (therapeutischen, erzieherischen oder entsprechenden) Situation verwirklicht werden müssen und können, damit Änderungsprozesse in Gang kommen, kurz gesagt: Aussagen darüber, was wirkt.“ (Walter 1994, 87)

Wie könnte aber nun das phänomenzentrierte variationale Vorgehen in der Gestalttheoretischen Psychotherapie beschrieben werden?

Die phänomenzentriert-variationale Orientierung in der Psychotherapie

Auch die Arbeitsweise in der GTP kann als „phänomenzentriert-variational“ beschrieben werden. Sie geht davon aus, dass die von der Klientin als problematisch erlebten Erlebens- und Verhaltensweisen unter ganz bestimmten Bedingungen auftreten. In der Auffassung der Gestalttheorie ist dabei immer die phänomenale Welt der Klientin und nicht die physikalische, „objektive“ Welt verhaltensbestimmend, und die spezifischen Bedingungen eines Verhaltens oder Erlebens müssen immer als das konkrete Zueinander von innerpersonalen zu Gegeben-

heiten der phänomenalen Umwelt gedacht werden („Feldzusammenhang“; Lewin 1946). Gemeinsam mit der Klientin versucht die Therapeutin daher zunächst möglichst viel über ein bestimmtes Phänomen und die Situation, in der es auftritt, zu erfahren, um dann über verschiedene Anregungen und Angebote die Situation experimentell zu variieren und herauszufinden, wie bestimmte Bedingungen mit dem im Fokus stehenden Erleben in Zusammenhang stehen und es beeinflussen.³

Leidet die Patientin z.B. an einem depressiven Zustand, könnte die Therapeutin – eine ausreichende Stabilität der Klientin sowie eine tragfähige therapeutische Beziehung vorausgesetzt – sie danach fragen, in welcher Situation das depressive Erleben besonders präsent war und wann sie sich vielleicht etwas besser gefühlt hat, und sie dann auffordern, sich in der Vorstellung in diese Situationen zu begeben und mit ihr gemeinsam zu erforschen, welche Aspekte dieser Situationen (Wesen, Teile, Beziehungen) das jeweilige Gefühl befördern oder gar verstärken und welche Änderungen der Situation positive Änderungen des Erlebens nach sich ziehen.

Der phänomenzentriert-variationale Zugang in der psychologischen Forschung entspricht also weitgehend dem mithilfe der grundlegenden Methoden des Phänomenologie-Treibens und der Kraftfeldanalyse

(Stemberger 2016) umgesetzten experimentell-phänomenologischen Zugang in der GTP. Er soll es den KlientInnen ermöglichen, „selbstverständliche“ und damit unhinterfragbare, festgefahrene oder als unveränderlich erscheinende Sicht-, Begegnungs- und Verhaltensweisen wieder zu dynamisieren („aufzutauen“) und neue Möglichkeiten und Wege zu entdecken (vgl. Zabransky et. al 2018). Unter anderem sind dabei die von Kebeck & Sader (1984) im Zusammenhang mit psychologischer Forschung genannten Prinzipien von Abstandsvariation und Perspektivenwechsel auch in der psychotherapeutischen Praxis nutzbringend und fruchtbar.

Wissenschaftlichkeit der Methodik

Ob Psychotherapie als eine wissenschaftlich begründete Heilbehandlung oder doch vielmehr als eine Kunst anzusehen ist, diese Frage galt lange Zeit als unentschieden und ist wohl auch durch ihre Institutionalisierung außerhalb des universitären Betriebs befördert worden. In Österreich hat diese Frage in gewisser Weise auch der Gesetzgeber mit der Errichtung des Psychotherapiegesetzes entschieden. Dieses definiert Psychotherapie als „erlernte, umfassende, bewusste und geplante Behandlung von psychosozial oder psychosomatisch bedingten Verhaltensstörungen und Leidenszu-



© Foto Raechel Romero / Unsplash

³ Welche Bedeutung dabei der einen wie der anderen Vorgehensweise zukommt, lässt Metzger (1952, 147, zit. n. Kebeck und Sader, 204f) in folgender Bemerkung erahnen: „Es besteht also nicht – wie schon gelegentlich angenommen wurde – ein Gegensatz zwischen phänomenologischem und experimentellem Vorgehen, sondern eines ist so notwendig wie das andere. Ohne die Kunst phänomenologischer Erfassung und Beschreibung bleibt u.U. das Wertvollste am Ertrag experimenteller Veranstaltungen unberücksichtigt; und ohne die Kunst des Experimentierens geht der phänomenologischen Erfassung unabsehbares Material verloren.“

ständen mit Hilfe *psychotherapeutisch-wissenschaftlicher Methoden*“ (BGBl.Nr. 361/1990 ST0151, §1 Abs. 1, Hervorhebung BL).

Wie es Luchins 1959 für die psychologische Forschung beschreibt, so spielte die Auseinandersetzung um die Wissenschaftlichkeit von Ansätzen, die nicht nomothetisch bzw. hypothetisch-deduktiv orientiert sind, auch in der Psychotherapie eine wichtige Rolle.

Im psychotherapeutischen Feld wird vor allem dort für hypothetisch-deduktive Methoden plädiert, wo es um Fragen der Wirkungs- und Wirksamkeitsforschung geht: Es sollen Hypothesen über vermutete Zusammenhänge aufgestellt werden, die dann z.B. mittels eines statistischen Gruppenvergleichs der Veränderung der Symptombelastung zwischen einer Gruppe, die ein standardisiertes Therapieprogramm durchläuft und einer Kontrollgruppe, die z.B. auf der Warteliste ist, empirisch geprüft werden. Ergibt sich ein ausreichend großer Unterschied in den Gruppenmittelwerten wird die Nullhypothese („die Behandlung führt zu keiner Veränderung der Symptombelastung“) verworfen und eine symptombezogene Wirksamkeit darf angenommen werden.

Diese Art Forschung ist angelehnt an ein medizinisches Störungs- und Veränderungs-Modell, das auf der Beschreibung und Kategorisierung von Krankheiten mittels Symptomen und einem eher linearen Ursache-Wirkungs-Denken beruht. Deren Angemessenheit für die psychotherapeutische Beziehung und den psychotherapeutischen Prozess mit seinen komplexen Wechselwirkungen darf allerdings von vorneherein in Frage gestellt werden. Die so gewonnenen Ergebnisse geben weder Aufschluss über spezifische Wirkzu-

sammenhänge, noch über die Wirkung im konkreten Einzelfall.

In der Psychotherapiewissenschaft hat inzwischen eine gewisse Offenheit gegenüber den verschiedenen Methoden und Forschungszugängen Einzug gehalten (vgl. Riess 2018). Aber auch außerhalb des Forschungskontextes, in der therapeutischen Praxis, kann man nach wie vor auf Vorstellungen stoßen, die letztlich einem technologischen Modell der Anwendung von Theorie bzw. wissenschaftlichen Erkenntnissen auf die psychotherapeutische Behandlung entsprechen:

Diesem Modell zufolge stellt die Therapeutin auf Basis einer Anamnese sowie ihres Erlebens des Interaktionsgeschehens im Gespräch mit der Klientin eine Diagnose (Kategorisierung). Steht nun fest, welches Störungsbild vorliegt, hat sie aufgrund ihres Wissens, d.h. ihrer theoretischen Vorstellungen, auch schon Kenntnis über die verursachenden (Erklärungsmodell) und veränderungsrelevanten Zusammenhänge (Veränderungsmodell) und stimmt darauf ihr Vorgehen in der Therapie entsprechend ab („störungsspezifisches Vorgehen“).

Wie unschwer zu erkennen ist, besteht damit die Gefahr, blind und unempfindlich für den konkreten Menschen in seiner konkreten Lebenswelt zu werden und sämtliche Äußerungen nur mehr auf diese Hypothesen hin zu interpretieren und nicht ohne negative Folgen für die Klientin andere, wichtigere oder auch nur gleichermaßen bedeutsame Aspekte und Zusammenhänge zu vernachlässigen oder zu übersehen.

Ein solches Herangehen entspricht einem Therapeutin-Klientin-Verhältnis, in der die Therapeutin tendenziell Expertin und Wissende ist;

die die Klientin behandelt, indem sie sie mittels bestimmter Techniken an Einsichten und Lösungswege heranführt, die sie selbst (vermeintlich) bereits hat.

Dagegen versucht die Therapeutin in der GTP, die sich ihr vielleicht spontan aufdrängenden Hypothesen hintanzustellen und mit der Klientin möglichst ohne feste Vorannahmen phänomenal-experimentierend vorzugehen. Erst im gemeinsamen Austausch-, Erforschungs-, Überprüfungs- und Verständigungsprozess werden nach und nach konkrete Zusammenhänge erfahrbar und Einsichten gewonnen. Die Therapeutin begleitet und unterstützt die Klientin in ihren Such-, Klärungs- und Entscheidungsprozessen. Sie weiß zu Beginn genauso wenig, was der beste Weg zum Ziel der Klientin ist, aber sie bringt Erfahrung und Kenntnis darin mit, wie man sich in einem unbekanntem Gelände orientiert, wie man Pfade findet und einem dabei begegnende Schwierigkeiten meistern kann. Da die phänomenale Welt der Klientin der Therapeutin nicht unmittelbar zugänglich ist, ist die Therapeutin dabei auf die ständige Führung der Klientin durch deren phänomenale Welt angewiesen (vgl. Zabransky et al 2019).

Was hier mitangesprochen und beim oben angeführten so genannten „medizinischen Modell“ weitgehend außen vor gelassen wird, ist die zentrale Rolle der Beziehung und der Interaktion zwischen Klientin und Therapeutin: Nicht die Störung und die damit einhergehenden theoretischen Annahmen über deren Verursachung und Beeinflussung sind wesentlich für das Vorgehen und den Erfolg der psychotherapeutischen Bemühungen, sondern die wechselseitigen Möglichkeiten, sich aufeinander einzulassen und miteinander in Beziehung zu treten (vgl.

Kästli 2011, Metzger 1961); etwas, das inzwischen auch durch die Studienergebnisse namhafter Psychotherapieforscher gestützt wird (vgl. Wampold 2001, Wampold & Imel 2015, Norcross & Wampold 2018, zit. n. Buchholz 2019)

Die Rolle der Theorie in der psychotherapeutischen Praxis

oder:

Muss die therapeutische Praxis von der Gestalttheorie abgeleitet sein?

Wenn Metzger (2001, 12) in seinem berühmten und in der gestalttheoretischen Literatur immer wieder herangezogenen Zitat den Vorrang der Phänomene vor den Begriffen fordert, indem das Vorgefunden zunächst einfach so hingenommen wird, „wie es ist“ und „Zweifel und Misstrauen aber gegebenenfalls zunächst vor allem gegen die Voraussetzungen und Begriffe zu richten“ sind, dann heißt das nicht, dass theoretische Annahmen und Überlegungen in der GTP keine Rolle spielen. Sie begründen methodische Vorgehensweisen und spezifische Haltungen wie eben beispielsweise der Kritische Realismus die phänomenologisch-experimentelle Herangehensweise und den Respekt vor der phänomenalen Welt der Klientin. Was aber in einer konkreten Situation in der Arbeit mit der Klientin zu tun (oder auch zu unterlassen) ist, ergibt sich für die Therapeutin erst aus der Situation selbst, aus ihrer Dynamik und Gerichtetheit („Gefordertheit der Lage“).

Das, was wir über einen bestimmten Sachverhalt oder ein bestimmtes Phänomen wissen und welche Vorstellungen wir davon entwickelt haben, fließt aber unweigerlich in die aktuelle Erfahrung mit ein und überlagert und verformt diese, ohne dass sich das eine vom anderen säuberlich trennen ließe oder zu schei-

den wäre (vgl. Bischof 1966). Also auch dann, wenn wir uns bemühen, der eigenen wie der phänomenalen Welt der Klientin möglichst vorbehaltlos zu begegnen, können wir dies doch nie ganz voraussetzungslos tun: „Immer wissen wir mehr, als wir zu sagen wissen“ (Balint 1957, zit. n. Buchholz 2013, 25).

Anstatt einer Voraussetzungslosigkeit bemühen wir uns in der GTP deshalb darum, uns der eigenen Voraussetzungen, mit denen wir uns und die Welt anschauen, möglichst umfassend bewusst zu sein („Voraussetzungsbewusstsein“, Hermann 1961, zit. nach Zabransky et.al 2019). Dem dient u.a. die Eigenanalyse in der Ausbildung und deshalb gilt in der Reflexion der therapeutischen Begegnung die besondere

voreingenommenen Beschreibung und Erforschung eines Phänomens darauf verzichtet, vorab Hypothesen zu formulieren, so braucht es auch in der Psychotherapie Ideen, welche Variation von Bedingungen oder Aspekten einer Situation den Erkenntnis- bzw. Problemlöseprozess der Klientin sinnvoll unterstützen respektive voranbringen kann.

Buchholz (2013, 34) weist unter Rückgriff auf Polanyi in diesem Zusammenhang auf das „Menon-Paradox“ hin, das einem Gespräch zwischen Sokrates und seinem Schüler Menon entstammt: Wenn man etwas schon weiß, entdeckt man nichts, weil man nicht sucht. Wenn man aber gar nichts davon weiß, entdeckt man es auch nicht, weil man nicht weiß, worauf man



© Foto Murray Campbell / Unsplash

Aufmerksamkeit auch den eigenen emotionalen Reaktionen und Gedanken. Das, was bewusst, und nicht mehr bloß implizit ist, kann leichter hinterfragt, hintangestellt und übersritten werden.

Auch das variationale Vorgehen braucht Ideen

Auch wenn das variationale Vorgehen zugunsten einer möglichst un-

seine Suche richten soll. Notwendig ist also so etwas wie eine „Ahnung von Zusammenhängen bislang unbegriffener Einzelheiten“ (Polanyi 1966, zit. n. Buchholz 2013, 34), in die sicherlich alles, was ich in diesem Zusammenhang bisher weiß, erfahren und überlegt habe, einfließt, die aber am besten in Fühlung mit einer zunächst reichen und unvoreingenommenen phänomenologischen Betrachtung entsteht

(siehe Sokrates – was ich schon weiß, suche ich nicht mehr).

Variationales Vorgehen bedeutet also kein blindes Probieren, sondern es ergibt sich aus der Struktur und Dynamik der Situation und der darin „angelegten“ Gefordertheit. Wertheimer (1964) hat dies für den Problemlöseprozess sehr anschaulich herausgearbeitet und beschreibt das „produktive Denken“ als gerichtetes Geschehen in einem Feld, in dem sich die Kräfte in freier Wechselwirkung miteinander befinden. Das Problem erscheint als Lücke oder Störung und mit der im phänomenalen Feld wirksamen Tendenz zur guten Gestalt kommt es bei entsprechenden Voraussetzungen (Interesse, sachliche Einstellung, Offenheit/keine Mechanisierung, Freiheit, kein/wenig Druck) zu einer Umstrukturierung und damit zu einem Erkennen bzw. Erfahren, wie die Lücke oder Störung behoben werden kann. Voraussetzung dafür ist das angemessene Erfassen des Ganzen, seiner Teile (Struktur) und der Funktion der Teile im Ganzen.

Ein sinnvolles Experimentieren, das die Klientin in diesem Erfassen unterstützen kann, kann dann z.B. in einer intersemiotischen Transposition, einer Abstandsvariation, der Variation der Zeitperspektive, einem Perspektivenwechsel oder einem Bezugssystemwechsel bestehen.

Theoretische Vorstellungen sind also nicht abzulehnen, aber nicht mit der Wirklichkeit oder Wahrheit zu verwechseln. Sie geben eine gewisse Orientierung, reduzieren Komplexität, regen an und können Ideengeber sein wie z.B. das Wissen über Figur-Grund-Beziehungen und die Bedeutung von Bezugssystemen, notwendige Eigenschaften von Ersatzhandlungen, etc. Sie hel-

fen uns darüber hinaus, eine gewisse Konsistenz in unsere Handlungsweise zu bringen und Angebote an die Klientin zum Experimentieren sowie „Techniken“ nicht beliebig einzusetzen, sondern auf Basis grundlegender und gedanklich überprüfter Haltungen und Zielrichtungen.

Anregung der Klientin zur variationalen Orientierung

Zu guter Letzt, und für die Leserin sicher wenig überraschend, gilt die Empfehlung für eine phänomenzentrierte-variationale Haltung, die Luchins für die Allgemeinheit ausspricht, auch für unsere KlientInnen über die Therapie hinaus. GTP sucht die variationale Orientierung nicht nur im therapeutischen Prozess zu vertreten und „anzuwenden“, sondern die Klientinnen dazu anzuregen, sie sich als förderliche Herangehensweise im Alltag zunutzen zu machen. Eine variationale Orientierung hilft auch im weiteren Lebensvollzug, fixe Ideen über sich selbst und die Welt zu überprüfen und so in Fluss zu bleiben. Das Ziel Gestalttheoretischer Psychotherapie geht über die Symptomreduktion hinaus in Richtung einer verbesserten Fähigkeit, auch mit zukünftigen Lebensschwierigkeiten umzugehen. Ziel ist Entwicklung und Stärkung eigener Fähigkeiten, nicht „Reparatur“.

Literatur:

- Balint, Michael (1957/2019): *Der Arzt, der Patient und die Krankheit*. 12. Auflage, Stuttgart: Klett-Cotta.
- Bischof, Norbert (1966): Erkenntnistheoretische Grundlagenprobleme der Wahrnehmungspsychologie. In: W. Metzger & H. Erke (Hg.): *Handbuch der Psychologie in 12 Bdn., Bd. 1/I Wahrnehmung und Bewusstsein*. Göttingen: Verlag für Psychologie, 21–78.
- Buchholz, Michael B. (2013): Wie sich implizites Wissen entwickelt. Eine Skizze. In: Geißler P. & A. Sassenfeld (Hg): *Therapie und Beratung. Jenseits von Sprache und*

Denken: Implizite Dimensionen im psychotherapeutischen Geschehen. Gießen, Lahn: Psychosozial-Verlag, 25–56.

- Buchholz, Michael B. & Horst Kächele (2019): Verirrungen der bundesdeutschen Diskussion – Eine Polemik. *Psychotherapeutenjournal* 18(2), 156–162.
- Buchmann Rudolf, Mario Schlegel & Josef Vetter (1996): Die Eigenständigkeit der Psychotherapie in Wissenschaft und Praxis. In: Pritz, Alfred (Hg.): *Psychotherapie: eine neue Wissenschaft vom Menschen*. Wien: Springer, 75–122.
- Devereux, Georges (1973): *Angst und Methode in den Verhaltenswissenschaften*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Galli, Giuseppe (2016): Die Gestalttheorie als Verfahrenslehre. *Phänomenal*, 3(1), 19–23.
- Galli, Giuseppe & Giancarlo Trombini (2013): Das Problem des Bezugssystems. *Phänomenal*, 5(1), 19–22
- Galli, Giuseppe (1994): Über Dialogizität in der Psychotherapie. *Gestalt Theory*, 16(4), 271–275.
- Kästl, Rainer (2011): Zur Therapeutin-Klientin-Beziehung in der Gestalttheoretischen Psychotherapie. *Phänomenal*, 3(2), 19–21.
- Kebeck, Günther & Manfred Sader (1984): Phänomenologisch-experimentelle Methodenlehre. Ein gestalttheoretisch orientierter Versuch der Explikation und Weiterführung. *Gestalt Theory*, 6(3), 193–245.
- Lewin, Kurt (1931): Der Übergang von der aristotelischen zur galileischen Denkweise in Biologie und Psychologie. In: Graumann, CF (Hg, 1981): *Kurt Lewin Werkausgabe. Bd. 1: Wissenschaftstheorie I*. Bern, Stuttgart: Huber/Klett-Cotta, 233–278.
- Lewin, Kurt (1946): Verhalten und Entwicklung als Funktion der Gesamtsituation. In: C.F. Graumann (Hg, 1982): *Kurt Lewin Werkausgabe, Bd. 6, Psychologie der Entwicklung und Erziehung*. Bern, Stuttgart: Huber, Klett-Cotta, 375–448.
- Metzger, W. (1962): *Schöpferische Freiheit*. 2. Auflage. Frankfurt: Waldemar Kramer.
- Riess, Gabriele (2018): *Leitfaden Praxisorientierte Psychotherapieforschung*. Gesundheit Österreich im Auftrag des BMGS. Wien.
- Schiepek, Günther (1996): Psychotherapie als Wissenschaft? In: Pritz, Alfred (Hg.): *Psychotherapie: eine neue Wissenschaft vom Menschen*. Wien: Springer, 205–218.
- Stemberger, Gerhard (2016): Phänomenologie treiben. *Phänomenal* 8(1), 30–35.
- Stemberger, Gerhard (2018, 2019): Therapeutische Beziehung und therapeutische Praxis in der Gestalttheoretischen Psychotherapie. Praxeologie der Gestalttheoretischen Psychotherapie, Teil 1. *Phänomenal*, 10(2), 20–28; Teil 2: *Phänomenal*, 11(1), 29–34; Teil 3: *Phänomenal*, 11(2), 42–50.
- Walter, Hans-Jürgen (1985/1994): *Gestalttheorie und Psychotherapie*. 3. Auflage. Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Wertheimer, Max (1954/1964): *Produktives Denken*. 2. Auflage. Frankfurt: Waldemar Kramer.
- Zabransky, Dieter, Eva Wagner-Lukesch, Gerhard Stemberger & Angelika Böhm (2018): Grundlagen der Gestalttheoretischen Psychotherapie. In: M. Hochgerner et al. (Hrsg., 2018): *Gestalttherapie*. 2., aktualisierte und erweiterte Auflage. Wien: Facultas, 132–169.