

Einsichtsorientierte Problemanalyse

Franziska Weidinger (Mattersburg)¹

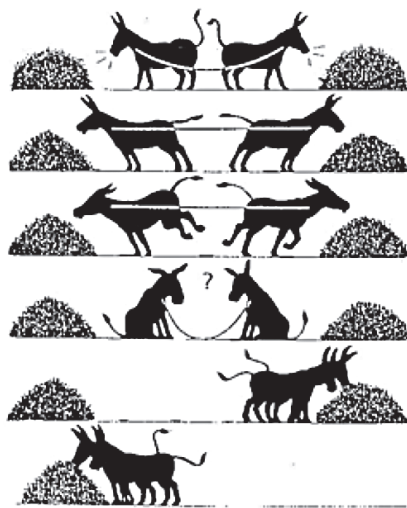
Bestandteil jeder Psychotherapie sind Problemlösungsprozesse. Der deutsche Gestalttheoretiker Wolfgang Zöller formuliert das so:

„Der Ausgangspunkt in einer Psychotherapie besteht in der Regel darin, dass ein Klient in seiner gegenwärtigen Lebenssituation mit sich und seiner Umwelt nicht mehr fertig wird. Es bedarf eines Prozesses der Klärung in Richtung einer Konstellation, in der die im Moment bestehenden Schwierigkeiten behoben sind und das Problem somit gelöst ist. Es ist daher von Seiten des Klienten und des Therapeuten ein produktiver Prozess gefordert, der die Veränderung der Ausgangssituation in Richtung einer verbesserten Situation zu fördern vermag.“ (Zöller 1993, 217)

Auf Basis der Gestalt- und Feldtheorie entwickelte die deutsche Psychologin Erna Hruschka (1912–1996) vor nunmehr fast fünfzig Jahren ein wissenschaftlich fundiertes Konzept für die Unterstützung von Problemlösungsprozessen in Beratungsbeziehungen. 1969 veröffentlichte sie es in Buchform unter dem Titel „Versuch einer theoretischen Grundlegung des Beratungsprozesses“, herausgegeben unter anderem von Wolfgang Metzger und Wilhelm Witte. Mit diesem Buch hat Hruschka zugleich einen wesentlichen und nach wie vor aktuellen Beitrag zur Formulierung grundlegender Konzepte der Gestalttheoretischen Psychotherapie geleistet.

Explizit ist von Psychotherapie in Hruschkas Buch zwar nur selten die Rede, sie war auch nicht psycho-

therapeutisch tätig (zu Hruschkas Leben und Werk siehe Weidinger 2017, im vorliegenden Heft). Wenn Hruschka im Zuge ihrer theoretischen Ausführungen auf die Anwendungspraxis zu sprechen kommt, liegt der Schwerpunkt auf ihrer langjährigen Beratungserfahrung im landwirtschaftlichen Bereich. Das mindert die Relevanz ihres Beitrags für die Psychotherapie



jedoch in keiner Weise. Um das zu verstehen, darf man allerdings keine Scheuklappen tragen, wie sie manchmal in der Diskussion über die Beziehung zwischen Psychotherapie und Beratung unnötig den Blick verengen (siehe dazu den Kasten „Psychotherapie und Beratung“ von Gerhard Stemberger im Anhang zu diesem Beitrag).

Aus Hruschkas Werk stelle ich im Folgenden ihre Überlegungen zur einsichtsorientierten Problemanalyse vor.

Zusammenfassung

Der Beitrag stellt das Konzept der einsichtsorientierten Problemanalyse vor, das von der Gestaltpsychologin Erna Hruschka (1912–1996) Ende der 1960er-Jahre in einer Arbeit zur gestalttheoretischen Grundlegung von Beratungsprozessen vorgeschlagen wurde. Franziska Weidinger präsentiert Hruschkas Ansatz als höchst aktuell und praxisrelevant für alle professionellen Helferbeziehungen, gerade auch für eine einsichtsorientierte Psychotherapiemethode wie die Gestalttheoretische Psychotherapie.

Im ersten Teil befasst sich Franziska Weidinger mit Hruschkas Systematik von Blockierungen und Widerständen bei der Zielerreichung, die zwischen neun sachinhaltlich bedingten Problemen und vier personen-zentrierten Problemtypen differenziert. Im zweiten Teil stellt sie Hruschkas Konzept der „Einsicht als Agens“ vor, das mit Kurt Lewins Dreischritt-Modell von Veränderungsprozessen verbunden wird. Dies leitet über zum dritten Teil, der aus Lewins felddynamischem Modell für Verhaltensänderungen fünf Aufgaben der Kraftfeldanalyse ableitet.

Dem Artikel von Franziska Weidinger sind neben einem Personen-Lexikon zwei Anlagen beigelegt: Eine Zusammenstellung von beachtenswerten Zitaten von Gestaltpsychologen zum Thema „Denken und Einsicht“ sowie ein Kurzbeitrag von Gerhard Stemberger zum Thema „Beratung und Psychotherapie“.

¹ Für hilfreiche Anregungen und Bearbeitungsvorschläge zu Entwurfsfassungen dieses Beitrags danke ich Gerhard Stemberger.

Minilexikon

Duncker, Karl (1903–1940): Schüler und Mitarbeiter der Begründer der Gestaltpsychologie Wertheimer, Köhler und Koffka. Er ist bekannt geworden vor allem mit seinen Arbeiten zum produktiven Denken und Problemlösen und zur Phänomenologie, die nach wie vor international diskutiert werden.

Hoppe, Ferdinand: einer der Dissertanten Lewins an der Universität Berlin, bekannt geworden mit seiner Untersuchung zu Anspruchsniveau und Erfolg/Misserfolg 1930; konnte während und nach Nationalsozialismus und Krieg seine wissenschaftliche Laufbahn nicht weiterverfolgen, sondern war zuletzt als Berufsberater an einem Arbeitsamt tätig.

Jucknat, Margarete (1904–1979): dissertierte 1934 bei Kurt Lewin in Berlin mit ihrer Untersuchung zum Thema „Leistung, Anspruchsniveau und Selbstbewußtsein“.

Meili, Richard (1900–1991): Schweizer Gestaltpsychologe, der vor allem durch seine Arbeiten zur Persönlichkeitspsychologie, Psychodiagnostik und Entwicklungspsychologie bekannt wurde.

Michotte, Albert (1881–1965): Der Gestaltpsychologie nahestehender belgischer Psychologe, der vor allem mit seinen Forschungen zur phänomenalen Kausalität bekannt wurde.

Müller, Kurt (1921–2015): Gestaltpsychologe, studierte bei Edwin Rausch an der Universität Frankfurt, später Professor für Allgemeine Psychologie an der Ludwig-Maximilians-Universität München 1968 bis zu seiner Emeritierung 1989.

Zöller, Wolfgang (1942–2009): Gestaltpsychologe und Gestalttheoretischer Psychotherapeut, studierte Psychologie bei Wolfgang Metzger an der Westfälischen Wilhelms-Universität zu Münster, wo er 1974 mit einer Dissertation zum Thema „Über die Zuordnung von Bedienungs- und Funktionseinheiten“ promovierte. Niedergelassener Psychotherapeut in Münster. Aufsätze zur Gestalttheoretischen Psychotherapie: „Produktives Denken und Psychotherapie“ (1993), „Zum wissenschaftlichen Standpunkt der Gestalttheoretischen Psychotherapie“ (1996).

Blockierungen und Widerstände bei der Zielerreichung

Ein Problem kann sehr unterschiedlich erlebt werden, mit ganz unterschiedlichen psychologischen Wirkungen. Erna Hruschka hebt dabei zwei Momente hervor: Zum einen gibt es Unterschiede in der Problemerkfahrung in Hinblick auf die „Lokalisierung“ des Problems (handelt es sich um ein Problem in der Außenwelt oder um eins in der eigenen Person), zum anderen Unterschiede hinsichtlich der Art des damit verbundenen Spannungserlebens (Zug oder Druck).

Hruschka führt drei Varianten für die „Lokalisierung“ des Problems im Erleben des Betroffenen an. Ein in der Außenwelt „lokalisiertes“ Problem kann als „objektives Sachproblem“ erlebt werden. In dem Fall nimmt man das Problem zwar als wichtig für die persönliche Situation wahr, aber man erlebt sich selbst nicht als „Ursprungsort“ der vorgefundenen Schwierigkeit. In einem anderen Fall wird einem eine Wechselbeziehung zwischen einem sachlichen Problem und den eigenen Wünschen und Streben erlebbar sein. Wieder in einem anderen Fall wird man eine Schwierigkeit als durch Eigenheiten der eigenen Person verursacht erleben. In diesem letzteren Fall wird das Problem als eines empfunden, das deutlich im Inneren der eigenen Person „lokalisiert“ ist. Die Bedeutung dieser Unterschiede für das eigene Erleben und Verhalten und für die weiteren Entwicklungsmöglichkeiten in der Problembearbeitung liegt auf der Hand.

Wer sich in einer Problemlage findet, erlebt sich damit auch in einer Spannungssituation. Diese Spannung wird je nach Situation ganz unterschiedlich erlebt, und zwar als

Zug oder Druck. Im ersten Fall wird das Erleben wesentlich von einem Angezogen-Werden von einem Ziel (oder auch mehreren) bestimmt. Im Unterschied dazu wird im zweiten Fall des Spannungsdrucks kein Streben hin zu einem Ziel wahrgenommen, sondern eher ein Bedürfnis nach Befreiung aus der gegenwärtigen Lage im Sinne eines „Nicht-ein-noch-aus-Wissens“.

Hilfreich erscheint Hruschka jedenfalls eine gestaltpsychologisch fundierte Differenzierung von Problemkonstellationen mit unterschiedlichen Dynamiken. In diesem Sinn unterscheidet sie nicht nur solche Schwierigkeiten, die als sachinhaltlich bedingt erlebt werden, und solche, die durch Gegebenheiten im Bereich der Person des Klienten hervorgerufen werden, sondern differenziert auch innerhalb dieser Problemkonstellationen noch weiter. Sie beschreibt mit diesen Problemtypen bestimmte Grundtypen struktureller Unklarheit, die in einer Problemsituation gegeben sein kann und auf Klärung drängt. Dabei lässt sie nie einen Zweifel daran, dass es zwischen den beschriebenen Problemtypen in der Praxis vielfältige Wechselbeziehungen und Überschneidungen geben kann.

Die von Hruschka herausgearbeiteten Differenzierungen möchte ich nachfolgend in Kürze skizzieren.

A. Sachinhaltlich bedingte Probleme: Neun Grundtypen

Hruschka unterscheidet neun Problem-Typen (Grundtypen struktureller Unklarheit), bei denen der Weg zum Ziel durch bestimmte als sachimmanent erlebte Faktoren oder Faktorenkonstellationen verlegt ist. Zur Veranschaulichung verwendet sie in ihrem Buch zahlreiche

Beispiele aus der landwirtschaftlichen Beratung, die größtenteils mit dem bäuerlichen Tätigkeitsbereich in den 1950er und 1960er Jahren zu tun haben. Sie entstammen damit einer Lebenswirklichkeit, die den heute psychotherapeutisch Tätigen wahrscheinlich ziemlich fremd ist. Ich greife auf diese Beispiele aber gerade auch deshalb zurück, weil sie „fremd“ genug sind, um zur tatsächlichen Beschäftigung mit der dynamischen Struktur der jeweiligen Probleme herauszufordern. Hruschka selbst merkt übrigens an, dass nicht der Fehler gemacht werden sollte, zu glauben, Landwirte wären möglicherweise etwas „hinterwäldlerisch“ oder beim Denken und Problemlösen eher schwerfällig, denn das sei keineswegs der Fall. Es gilt vielmehr, vorurteilslos hinzuschauen, um die Prägnanz der dargestellten Problematik des menschlichen Denkens und Handelns anhand der ausgewählten Beispiele zu erkennen, die in der folgenden Übersicht in verkürzter Form enthalten sind (vgl. dazu Hruschka 1969, 72–80).

1. Problemtyp: „Lücke“ oder „Unvollständigkeit“ als strukturelle Unklarheit

Dieser erste Typ sachinhaltlich bedingter Probleme besteht darin, dass der Mensch ein Ziel hat, aber nicht weiß, wie er es erreichen kann. Es besteht also aus gestaltpsychologischer Sicht eine strukturelle „Lücke“: Es fehlen etwa Fakten-Kenntnisse, die zur Erreichung des Ziels erforderlich sind.

Beispiel: Ein Betriebsführer leidet unter Arbeitsüberlastung aufgrund seiner Unkenntnis hinsichtlich einer durchdachten Arbeitsplanung bzw. Organisation seiner Aufgaben. Bei der Problemlösung geht es in erster Linie um Aufklärung

bzw. Anregung zur Informationsbeschaffung, um die Erreichung des Zieles möglich zu machen.

2. Problemtyp: Mangel an Verständnis für Bedingungs- und Wirkungszusammenhänge

Dieser zweite Typ sachinhaltlich bedingter Probleme geht darauf zurück, dass Art und Umfang des Zusammenwirkens maßgeblicher Faktoren nicht verstanden werden. „Hier ist offenbar nur Ausgangslage und Ziel erfasst, der ganze Zwischenteil, d.h. der ganze Weg zum Ziel oder die Wahl der Mittel für die Zielerreichung sind entweder unklar oder durch falsche Ansichten verstellt.“ (Hruschka 1969, 73)



Beispiel: Ein Landwirt meint, dass er die angestrebten Ernteerträge allein durch den vermehrten Einsatz von Düngemittel erreichen kann. Als der gewünschte Erfolg nicht eintritt, macht er das Klima dafür verantwortlich. Dass auch mangelhaftes Saatgut, unzureichende Bodenbearbeitung und andere Faktoren eine Rolle dabei spielen, wie die Ernteerträge ausfallen, wird ihm erst durch die Beratung eingängig.

3. Problemtyp: Unübersichtlichkeit der Folgen bei konkurrierenden Alternativen

Diese Problemlage ist dadurch gekennzeichnet, dass mehrere mögliche Wege zur Erreichung eines Zieles ins Auge gefasst werden, wobei jedoch die jeweiligen Folgen der verschiedenen Varianten nicht abschätzbar erscheinen.

Beispiel: Da der Melker gekündigt hat, denkt der Betriebsführer daran, die Kuhhaltung aufzugeben. Er steht vor den Alternativen, entweder ohne Vieh zu wirtschaften, wobei er auf die Nutzung seines Grünlandes verzichten und Einkünfte verlieren würde, oder auf

Bullenmast umzusteigen, was mit neuen risikoreichen Investitionen verbunden wäre.

In diesem Fall liegt das Problem nicht „auf dem Weg zum Ziel“, sondern ist ein Aspekt des Zieles selbst: Beide Alternativen können negative Folgen haben, die schwer abschätzbar erscheinen, wobei die Unsicherheit auch nicht durch Ausprobieren behoben werden kann. Die Beratung kann die zu erwartenden Folgen der beiden

Entscheidungsmöglichkeiten überschaubarer machen.

4. Problemtyp: Nicht-Erkennen unvereinbarer subjektiver Zielsetzungen

Dieser vierte Problemtyp ist dadurch gekennzeichnet, dass die strukturelle Unklarheit nicht nur hinsichtlich des zu wählenden Mittels oder des einzuschlagenden Weges besteht, sondern auch hinsichtlich der Ziele: „Der Klient erkennt nicht, dass er zwei oder mehrere Ziele zugleich anstrebt, die sich ausschließen: ihm ist ihre Unvereinbarkeit nicht einsichtig.“ (ebenda, 74)

Beispiel: Durch den Kauf einer Maschine erhofft sich der Bauer Arbeitserleichterung; gleichzeitig überlegt er, Land zuzukaufen, um

keit zur Einsicht hinsichtlich der Unvereinbarkeit seiner Zielsetzungen zu geben.

5. Problemtyp: Nicht-Erfassen des Funktionalwerts von Teilen eines Gesamtzusammenhangs

Die strukturelle Unklarheit kann auch darin bestehen, dass es dem Ratsuchenden zwar nicht an Kenntnis der Lösungsnotwendigen Fakten und Zusammenhänge fehlt, er aber bestimmte Teileigenschaften der Sachverhalte nicht angemessen beurteilt.

Beispiel: Einer Mutter ist nicht einsichtig, dass ihre zu große Fürsorge das Kind nur ängstlicher und unselbstständiger macht und sie ihm nicht, wie sie erwartet, durch ihre „Hilfestellung“ zu schnellerer und größerer Selbständigkeit verhilft.



den Ausnutzungsgrad der neu angeschafften Maschine zu erhöhen. Dass er damit die Arbeitserleichterung wieder zunichtemachen würde, ist ihm nicht klar.

Der Berater hat bei dieser Problemkonstellation die Aufgabe, einen geistigen Umformungs- oder Umstrukturierungsvorgang anzubieten, um dem Betroffenen die Möglich-

Hier braucht es nach Auffassung Hruschkas einen Umstrukturierungsvorgang, „der in einer Änderung der Teilfunktionen oder in der Veränderung der ‚Rolle der Teile im Ganzen‘ bestehen muss, wenn er zu einer echten Lösung für den Klienten führen soll. Hier muss ‚die Lösung herauswachsen aus dem Deutlichwerden der strukturellen Störungen‘“ (Wertheimer 1964, 156).

6. Problemtyp: Zu starkes Eingebunden-Sein eines Gegenstandes oder einer Tätigkeit in einen bestimmten Handlungszusammenhang

Eine Problemsituation kann auch dadurch hervorgerufen und gekennzeichnet sein, dass ein Gegenstand oder eine Tätigkeit so fest in einen bestimmten Handlungszusammenhang eingebunden ist, dass diese Einbindung auch dann beibehalten wird, wenn die Situation sich geändert hat und ein anderes Verhalten erforderlich macht.

Beispiel: Der Landwirt sieht in seinem Traktor nur den Ersatz für das Pferd, ohne zu realisieren, dass dieser auch für andere Arbeiten verwendet werden kann bzw. jederzeit verfügbar ist, also eine andere Arbeitseinteilung ermöglicht, da der Traktor im Gegensatz zum Pferd keine Ruhepause braucht.

Hruschka weist darauf hin, dass dieses Problem durchaus auch auf Seiten des Beraters bestehen kann.

„Daher muss sich der Berater mit dieser Schwierigkeit auch in doppelter Weise auseinandersetzen:

erstens kann der von ihm erlebte Handlungs- oder Sachzusammenhang ihm selbst das Verstehen eines anders organisierten Zusammenhangsverhältnisses seines Beratungspartners erschweren und zweitens ist es für die Lösungseinsicht des Ratsuchenden erforderlich, diesem die sachadäquate Handlungs- oder Wirkungseinheit nacherlebbar zu machen. (...) Deshalb muss sich das Bemühen des Beraters, dem Klienten das Problem einsichtig zu machen, in einem solchen Fall vor allem darauf erstrecken, die kritischen Material- und Situationsmomente aus dem bisherigen Zusammenhang herauszulösen und sie so disponibel zu machen, dass der Klient in der Lage ist, sie u. U. in konträrer Funktion zu sehen. Mit Sicherheit kann gesagt werden, dass bei solcher Problemlage keinesfalls sachliche Information üblicher Art allein ausreicht, um dem Klienten Einsicht in sein Problem zu verschaffen.“ (ebenda, 76)

7. Problemtyp: Anschaulicher, erlebter Geschehenszusammenhang (phänomenale Kausalität) versus physikalische Ursache-Folge-Beziehungen

Ein siebter Typ sachinhaltlich bedingter Probleme besteht darin, dass die Situation einem einen bestimmten Verursachungszusammenhang anschaulich aufzwingen kann, der tatsächlich gar nicht besteht. Hruschka führt Versuche von Albert Michotte an, die nachweisen, dass sich der Mensch unter bestimmten Bedingungen eines zwingenden Kausaleindrucks nicht erwehren kann, auch wenn physikalisch keineswegs ein ursächlicher Zusammenhang vorliegt. Dieser erlebte anschauliche Geschehenszusammenhang kommt, „wenn die geeigneten Bedingungen erfüllt sind, auch gegen alle Erfahrung und alles bessere Wissen zustande, und zwar völlig zwingend“ (Michotte 1964, 125). Sind nun solche erlebten Kausalitäten Teil des Problemganzen, das umstrukturiert werden muss, dann wird dieser Prozess sowohl für den Berater wie den Klienten besonders kompliziert.

Beispiel: Landwirte neigen dazu, beim Kauf von Schleppern auf gedrungene Bauart bzw. bulliges Aussehen zu achten, in der Annahme, dass diese – wie etwa bei Pferden – auf größere Leistungsfähigkeit schließen lassen.

Zur Anregung und Unterstützung des in solchen Fällen notwendigen Umstrukturierungsprozesses muss der Berater dem Ratsuchenden

dessen phänomenales Kausalitätserleben, das zu seiner Problemlage beiträgt, erst zugänglich machen.

8. Problemtyp: Anschaulich-gegenständlich gebundenes Denken als Hemmnis

Eine weitere Problemkonstellation kann sich daraus ergeben, dass das Denken „durchtränkt ist mit anschaulichen Strukturierungen“, wie das der Gestaltpsychologe Karl Duncker ausdrückt (Duncker 1935, 135). Vom konkret Anschaulichen kann nicht im notwendigen Maß abstrahiert werden. Diese Art der Problemstellung kann man in allen Lebensbereichen antreffen, im Besonderen aber auch in der Landwirtschaft. Als Gründe dafür nennt Hruschka (ebenda, 78) über Generationen „eingelebte Gewohnheiten“ und „das sehr komplexe ganzheitliche Gebilde Bauernhof mit seinen realen, anschaulichen Gegebenheiten und Bezügen“. Demnach ist zu beobachten, dass Bauern häufig nicht in der Lage sind, genaue Größenangaben für ihren Betrieb zu nennen, da für sie abstrakte Maßangaben nicht existieren. Diesen Umstand gilt es bei der Beratung zu berücksichtigen, vor allem, „dass der Grad der Gebundenheit jeweils sowohl von der Art des Zueinander oder der Konfiguration der Teile im Sachganzen abhängt als auch von individuellen Fähigkeiten“ (ebenda, 78).

9. Problemtyp: „Scheinprobleme“ aufgrund des Bezugssystems

Als neunten sachlich-inhaltlich geprägten Problemtyp nennt

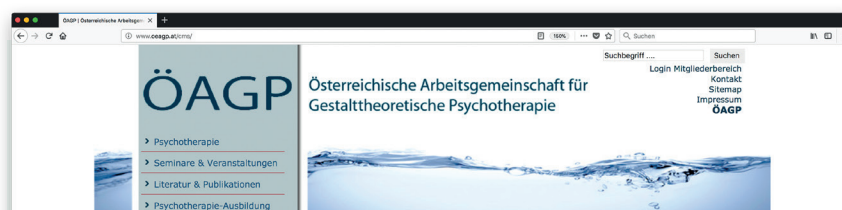
Hruschka schließlich die so genannten „Scheinprobleme“. Gemeint sind damit Probleme, die daraus entstehen, dass für den Betroffenen eine bestimmte Tatsache in ein „falsches“ Bezugssystem eingebettet ist.

Beispiel: Preise steigen – darauf reagieren viele Bauern mit vermehrter Produktion in der Hoffnung auf höhere Gewinne (dass bei gleichem Verhalten aller Beteiligten die Steigerung der Produktion die Preise zum Sinken bringt, ist anschaulich nicht zugänglich).

Ein Berater muss dieses Bezugssystem des Ratsuchenden, aus dem heraus das Problem überhaupt erst zum Problem wird, verstehen, da er sonst Gefahr läuft, seinerseits zu Blockierungen im Beratungsprozess beizutragen. So betont Hruschka: „Mit Blockierungen dieser Art muss auch gerechnet werden, wenn für den Klienten das Bezugssystem, von dem her der Berater Argumente und Begründungen gibt, nicht klar ist.“ (ebenda, 79).

B. Personen-zentrierte Probleme: Vier Grundtypen

Auch bei den Problemen, die vornehmlich durch Gegebenheiten im Personbereich des Ratsuchenden selbst hervorgerufen werden, erörtert Hruschka einige grundlegende Differenzierungen. Es handelt sich um Probleme, die nicht so sehr durch die Konstellation der sachlichen Gegebenheiten bestimmt werden, als vielmehr durch Gegebenheiten in der Person des Klienten, durch zu starke Motivationen etc.



Schauen Sie doch auf unserer Homepage vorbei!

www.oeagp.at

Auch hier betont Hruschka, dass die separate Darstellung und Differenzierung charakteristischer Probleme dieses Typus nur als Hilfsmittel zur übersichtlichen Beschreibung zu verstehen sind, nicht als eine Klassifizierung nach abgegrenzten oder einander ausschließenden Merkmalen.

Hruschka nennt hier exemplarisch vier Problemtypen:

1. Problemtyp: Zu starke Ich-Beteiligung

In diesem Fall stehen die Bedürfnisse, Wünsche und Motive eines Ratsuchenden einer vorbehaltlosen Sicht auf die Probleme im Wege, sodass aufgrund fehlender Distanz das Erkennen der Situation eingeschränkt bzw. verhindert wird.

2. Problemtyp: Diskrepanz zwischen individuellem Anspruchsniveau und Leistungsvermögen

Ferdinand Hoppe definierte das Anspruchsniveau als den Schwierigkeitsgrad einer Aufgabe, der als anzustrebendes Ziel für die nächste Aufgabe gewählt wird. Die Höhe des Anspruchsniveaus hängt im Wesentlichen von zwei Faktoren ab, nämlich von den vorausgegangenen Erfolgs- bzw. Misserfolgserlebnissen und von den Leistungsstandards der jeweiligen Bezugsgruppe (Hoppe 1930, Jucknat 1937). Ein zu hohes Anspruchsniveau führt dementsprechend zu einer nicht realistischen Einschätzung des eigenen Leistungsvermögens, wobei angesichts des folgenden Misserfolgs entweder das Gefühl des Versagens erlebt wird oder anderen für die Nicht-Erreichung des Zieles die Schuld gegeben wird. Da das Bewusstsein für das eigene Tun nicht vorhanden ist, gestaltet sich auch jede Beratung

sehr schwierig, weil die notwendige Umstrukturierung leicht zu einer Verletzung des Selbstwertgefühls führen kann.

3. Problemtyp: Identifikation des Ich mit Gegebenheiten der Umwelt

Wenn Ratsuchender und Umweltgegebenheiten eine untrennbare Einheit bilden, das heißt, wenn die Person und Angelegenheit als ein und dasselbe erlebt werden, so gestaltet sich die Beratung durch den Mangel an Distanz außerordentlich



kompliziert. Als Beispiel sei eine Mutter genannt, die sich vollständig mit ihrem Kind identifiziert und die in der Schule bei einem Gespräch über Lernschwierigkeiten ihres Kindes jede Aussage als persönliche Kritik erlebt.

4. Problemtyp: Charaktereigenschaften als Problemursache

Trotz der Unschärfe des Begriffes „Charaktereigenschaft“ erlaubt sich Hruschka diesen zur Beschreibung von Schwierigkeiten in der Beratung bei solchen Fällen zu nennen,

in denen es dem Ratsuchenden trotz Einsicht und bester Absicht nicht möglich ist, eine Veränderung seines Handelns herbeizuführen, und daher die Umstrukturierung der Problemsituation im Akzeptieren der Konsequenzen besteht.

Einsicht als Agens

Bei der Problemanalyse geht es für Hruschka darum, dass der Ratsuchende Einsicht in seine Problemlage gewinnt, aus der sich dann auch die erforderlichen Schritte zur Problemlösung ergeben.

„Das für das gestaltheoretische Herangehen typische Konzept der Einsicht beinhaltet zweierlei: Der Mensch wird für fähig und gefordert angesehen, sich selbst Klarheit über seine Situation und die sich daraus ergebenden Geforderten zu verschaffen, statt blindlings den Anweisungen anderer zu folgen oder beliebig herumzuprobieren. Weiters wird davon ausgegangen, dass Problemlösungen, die auf Einsicht beruhen, zu einem dauerhaften Zuwachs an Lösungskompetenz führen, während das bloße Befolgen vorgekaufter Lösungsschritte ohne eigene Einsicht keine bleibende bereichernde Wirkung hat. Das Konzept der Einsicht ist also ein Konzept des Vertrauens, des Respekts und der Freiheit – und damit auch der Selbstverantwortung.“ (Stemberger 2016)

Hruschka sieht im Problemerkassen und Problemlösen einen geistigen Vorgang, der aber nicht mit einem isolierten intellektuellen Vorgang verwechselt werden sollte. Das Denken, das zu den erforderlichen Umstrukturierungen führt, ist vielmehr ein umfassender Gestaltprozess (siehe dazu den Kasten „Denken und Einsicht“ mit zentralen gestaltpsychologischen Aussagen zum Denken). Und dem geistigen Vorgang der Umstrukturierung muss der psychodynamische Prozess der Verhaltensänderung nachfolgen. Dies meint Hruschka, wenn sie von der „Einsicht als Agens des Handelns“ spricht. Nach ihrer Überzeugung schafft Einsicht „ein psychisches Ungleichgewicht, die Voraussetzung auch für eine Änderung des Verhaltens, so daß je nach Konstellation und Stärke der übrigen Feldfaktoren die geistige Lösung des Problems auch eine Änderung des Verhaltens bewirken kann.“ (Hruschka 1969, 59)

Hruschka ist sich aber wohl bewusst, dass Einsicht alleine für Verhaltensänderungen oft nicht ausreicht. Bei Problemen rein intellektueller Art kann der Denkprozess mit der Umstrukturierung des Erkenntnisfeldes und dem Erfassen neuer Zusammenhänge das Problem vollständig lösen und es wird sich entsprechend „ein Gefühl des Abklingens der Spannung, des befreienden Erlebnisses der Stimmigkeit, der Ruhe oder Harmonie“ einstellen (Hruschka 1969, 170). Bei Problemen anderer Art, mit denen wir es auch in der Psychotherapie hauptsächlich zu tun haben, kann davon aber keineswegs ausgegangen werden. Hruschka führt das auf die unterschiedliche Ich-Beteiligung zurück:

„Während nun bei intellektuellen Problemen die Beteiligung des Ichs zurück-

tritt hinter den strukturellen Forderungen der gegebenen sachlichen Situation, spielt das Ich in den meisten Problemsituationen, die eine Beratung erforderlich machen, eine wesentliche Rolle. Das psychische Gesamtfeld ist hier anders strukturiert, das Ich mit seinen Bedürfnissen, Interessen, Motiven steht an zentraler Stelle. Einsicht (vor allem Lösungseinsicht im Sinne K. Müllers) wird in solchen Fällen zwar auch das befreiende Erlebnis des erfolgreich beendeten Suchens mit sich bringen, zugleich aber auch - aus der neu gewonnenen Erkenntnis - das Bedürfnis nach Änderung oder Beseitigung der störenden Faktoren im Sinne der neuerfaßten, einsichtig gewordenen Zusammenhänge- oder Wirkungsverhältnisse. Das kann sowohl eine Änderung des eigenen Verhaltens bedeuten, wie auch ein Handeln, um die ‚problematisch gewesenen‘ Verhältnisse zu ändern, d.h. die ‚Störungsursachen‘ zu beseitigen. Felddynamisch interpretiert: durch die Einsicht ist aus der vorher diffusen Problemspannung ein klares Ungleichgewicht im psychischen Feld entstanden, das auf Wiederherstellung eines neuen, den jetzigen Gegebenheiten entsprechenden Gleichgewichts tendiert. Einsicht wird so zum Agens, um ein neues Gleichgewicht zu bewirken, das der Veränderung des Erkenntnisfeldes Rechnung trägt.“ (Hruschka 1969, 65f)

Hruschka zitiert die Feststellung des Gestaltpsychologen Richard Meili, dass das Lösen von Problemen als „Denkakte, in denen der Mensch etwas Neues schafft“, beschrieben werden könne (Meili 1960, 181). Sie verweist in diesem Zusammenhang auf den Ausdruck „Produktives Denken“ bei Wertheimer (1957), desgleichen bei Metzger, wobei dieser ihn „im buchstäblichen Sinne von ‚produzieren‘, das heißt eines vorwärts dringenden, eines weiterführenden Denkens, – im Gegensatz zu einem Denken, das nur konstatierend und klassifizierend auf einem schon erreichten Stand verweilt“, versteht (Metzger in Wertheimer 1957, XV). Dieser Vorgang kann als Umstrukturierungsprozess bezeichnet werden, der auf größere Prägnanz oder bessere Ordnung

hinwirkt, was heißt, dass es von der Ausgangslage der Verunsicherung durch ein Problem aufgrund eines Verstehens und Erfassens einer Sachlage, auch „Einsicht“ genannt, in Richtung Lösung geht, die wiederum „als Gefühl der Ruhe, Entspannung und Harmonie, das durch die Herstellung einer als sinnvoll empfundenen Ordnung erlebt wird“ (Hruschka 1969, 64) beschrieben werden kann.

Nach Hruschkas Auffassung kommt dem Prozess des Einsicht-Gewinnens also deshalb eine so große Bedeutung zu, da er den Ratsuchenden bzw. Klienten letztendlich befähigt, sinnvolle und für ihn passende Entscheidungen zu treffen, die auch zum Handeln führen – und zwar auch dann noch, wenn die Beratung längst vorbei ist. Es ist erforderlich, „dass im Klienten selbst Kräfte mobilisiert werden, die ihn in die Lage versetzen, selbst alle zur Verwirklichung der Lösung notwendigen Folgerungen zu ziehen“, und weiter: „Einsicht in das Problemganze bietet außerdem die Gewähr, dass der Ratsuchende sich nicht in eine permanente geistige Abhängigkeit des Beraters begibt, sondern seine Unabhängigkeit und auch sein Selbstvertrauen in die eigenen Leistungsmöglichkeiten behält“ (Hruschka 1969, 67).

Aus dieser Haltung gegenüber dem Klienten und aus diesem Verständnis des Prozesses ergibt sich für Hruschka auch eine Differenzierung, in welchen Phasen welche Art von Beratung konstruktiv und hilfreich sein kann. In der Phase des Einsichtigwerdens, die sowohl vom Berater als auch vom Ratsuchenden viel Zeit und Geduld erfordert, ist nach Hruschkas Auffassung ein konkretes inhaltliches Ratgeben im Sinne der Vorwegnahme einer „Lösung“ nach Gutdünken des Helfers

Denken und Einsicht aus Sicht der Gestalttheorie

Denkvorgänge sind Gestaltprozesse:

„Denkvorgänge. Vorgänge bei originärer Lösung eines Problems, Vorgänge beim Erfassen und Begreifen (...), Vorgänge beim Sehen eines Problems – lösen sich ab von bloßen Gedächtnisvorgängen, ... lösen sich ab von Vorgängen im Sinnstückhafter Generalisation, stückhafter subtraktiver Abstraktion, Kombination usw.; erweisen sich in ihrem Wesentlichen als konkret-charakteristische, bestimmt geartete Gestaltprozesse.“ (Wertheimer 1922, 56)

Besonderheit der Gestaltpsychologie des Denkens: außerhalb der sonst üblichen Klassifikationen:

„In der Gestaltpsychologie besteht allgemein die Tendenz, auf die herkömmliche (als recht starr und künstlich empfundene) Einteilung in Psychologie der Wahrnehmung, des Denkens, des Gedächtnisses, des Lernens usw. zu verzichten und stattdessen nach neuen Klassifikationsgesichtspunkten zu suchen. So werden besonders die kognitiven psychischen Funktionen einheitlicher als früher und mittels neuer kategorialer Abgrenzungen beschrieben. Kennzeichnend für diese Bestrebung ist z.B. Metzgers Gesamtdarstellung der Psychologie (1954). - Die Bemühungen um eine einheitliche Theorie der Erkenntnisvorgänge haben zu Begriffen wie Organisation, Gestalt, Struktur, Bezugssystem, Zentrierung u. a. geführt.“ (Müller 1964, 123)

Denken ist keine bloß intellektuelle Operation:

„Es ist eine künstliche und enge Auffassung, die das Denken als eine lediglich intellektuelle Operation ansieht, und es völlig abtrennt von Fragen der menschlichen Haltung, des Fühlens und der Gemütsregungen – ‚weil solche Themen zu anderen Kapiteln der Psychologie gehören‘.“ (Wertheimer 1964, 157)

Denken und Ich: „Wirkliche Denker vergessen sich selbst beim Denken.“ – Aber: „Manchmal besteht ein glückliches Zusammentreffen zwischen den Forderungen der Lage, die das Problem darstellt, und den wahren tieferen Bedürfnissen des Ich...“ (Wertheimer 1964, 158).

Denken kein linearer, eingleisiger Vorgang: „Denken schreitet nicht, wie viele glauben, notwendig eingleisig voran...“ (Wertheimer 1964, 102)

Denken ist nicht zwingend sprachlich. Wertheimer zitiert Einstein: „Ich denke überhaupt sehr selten in Worten. Ein Gedanke kommt, und ich kann hinterher versuchen, ihn in Worten auszudrücken.“ Zur Behauptung, Denken

vollziehe sich immer in Worten, lachte er bloß und sprach unter anderem von einem Richtungsgefühl, dem Gefühl, gerade auf etwas Bestimmtes zuzugehen. (Wertheimer 1964, 212 FN 7)

„Anschauliches Denken“ / Gegen die Entzweiung von Wahrnehmen und Denken – man denkt mit den Sinnen: Es gibt viele Belege dafür, „dass alles wirklich produktive Denken, ganz gleich auf welchem Gebiet, in Sinnesvorstellungen vor sich geht.“ (Arnheim 1977/1988, 9)

Denken ist eine der Erkenntnisfunktionen: „... die Erkenntnisfunktionen, die man das Denken nennt, (sind) nicht den Seelenprozessen über und außerhalb der Wahrnehmung vorbehalten, sondern wesentliche Bestandteile der Wahrnehmung selbst.“ (ebenda, 24) „Es handelt sich dabei um Funktionen wie aktives Erforschen, Wählen, Erfassen des Wesentlichen, Vereinfachen, Abstrahieren, Analyse und Synthese, Ergänzen, Korrigieren, Vergleichen, Aufgaben lösen, Kombinieren, Unterscheiden, in Zusammenhang bringen. Auf Funktionen dieser Art hat keine der Seelenkräfte ein Vorrecht; sie sind vielmehr die Art und Weise, wie die menschliche und die tierische Psyche alles Erkenntnismaterial behandelt. In dieser Beziehung besteht kein grundsätzlicher Unterschied zwischen dem, was vor sich geht, wenn einer die Welt direkt ansieht oder wenn er mit geschlossenen Augen dasitzt und ‚denkt‘.“ (Arnheim 1977/1988, 24) - „Anschauen ist anschauliches Denken“ (ebenda).

Denken als Erkenntnisprozess: „Ich möchte hier ‚Denken‘ stets im engsten Sinn produktiver, weiterführender Erkenntnisprozesse verstehen und Fragen der einfachen Vergegenwärtigung wie auch der Formulierung beiseite lassen.“ (Metzger 1959, 316)

Natürliches Denken und Wahrnehmung: „... denn das natürliche Denken vollzieht sich, wie wir immer wieder sehen werden, größtenteils schon an und in der Wahrnehmung selbst und ist in seiner Art wesentlich von deren Eigentümlichkeit bestimmt (Wertheimer 1912b, 1920, 1925; Köhler 1918, 1933; Duncker 1935).“ (Metzger 2001, 228f)

Denken und Lernen sind Veränderungen bestehender Organisation: „Das Problem der Veränderung bestehender Organisation ist gerade für die Psychologie des Denkens und Lernens von großer Bedeutung. Lernen als ‚Hinzulernen‘ ist im guten Sinne nicht einfach ein bloßes ‚Anstücken‘, ein additives oder kumulatives Erweitern eines Bestandes (z.B. an Wissen oder Können); vielmehr verändert sich mit dem Hinzukommen eines Neuen im Lern- oder Denkprozess...



Iain Faulkner 1973 „British Style“

kontraproduktiv. Es würde damit die notwendige Problemerkfassung, die letztendlich zu einer Einsicht des Problems führt, verkürzt bzw. sogar verhindert werden. In dieser Phase gilt es vielmehr auf beiden Seiten dem eventuellen Bedürfnis nach einer schnellen Lösung zu widerstehen, um dem Ratsuchenden ausreichend Zeit für die Darstellung und Erforschung seiner Schwierigkeiten zu geben und ihn damit zu befähigen, aus sich selbst heraus ein neues Verständnis seines Problems und damit auch eine Einsicht in die möglichen Problemlösungen zu finden. Sinnvolles, konstruktives Beraten besteht in dieser Phase also nicht in inhaltlicher Einmischung oder Vorwegnahme, sondern in der Führung und Begleitung bei der Problemerkforschung.

Das felddynamische Modell Lewins für Verhaltens- änderungen

Eine Beratung aufzusuchen – Gleiches können wir über die Psychotherapie sagen – bedeutet grundsätzlich, dass der Betroffene sich – ausgelöst durch eine Störung des psychischen Gleichgewichtes – in einem inneren Spannungszustand befindet und deshalb auf der Suche nach einem neuen Gleichgewicht, nach einer Veränderung ist, um die Spannung zu reduzieren oder

jedenfalls einen neuen Gleichgewichtszustand zu erreichen.

Kurt Lewin hat auf Grundlage seiner Untersuchungen über Veränderungsprozesse in Gruppen ein Drei-Phasen-Modell für das Verständnis und die Planung von Veränderungsprozessen vorgeschlagen: In der ersten Phase geht es diesem Modell zufolge um das Aufheben des bestehenden Gleichgewichtes, in der zweiten um die Bewegung zu einem neuen Gleichgewichtsniveau und in der dritten um die Festigung oder Stabilisierung des Verhaltens auf dem neuen Gleichgewichtsniveau (vgl. Lewin 1963, 262).

Jede dieser Phasen ist durch unterschiedliche psychologische Situationen mit unterschiedlichen Anforderungen gekennzeichnet. Dementsprechend ist stets eine sorgfältige Analyse der jeweils gegebenen Situation bzw. des psychischen Feldes von entscheidender Bedeutung. Diese Analyse (Kraftfeldanalyse) beinhaltet nach Hruschka folgende Aufgaben:

1. Identifizierung der zum Feld gehörigen Faktoren:

Die erste Frage lautet hier: Was übt eine Wirkung aus? Gemeint sind damit alle Wirkungen, die sowohl von der physikalischen und sozialen Umwelt (als den nicht-psychologischen Randbedingungen) als auch von den inneren Gegebenheiten des Lebensraumes, also der Person und ihrer erlebten Umwelt ausgehen. Es geht um die Erfassung des Feldes, „wie es für den fraglichen Menschen zu diesem bestimmten Zeitpunkt besteht“ (Lewin 1963, 273).

...die Organisation des Altbestandes in mehr oder weniger charakteristischer Weise: Die Rollen oder Teilfunktionen können wechseln, anschauliche Schwerpunkte, Gewichte und Zentren sich verlagern, Verdichtungsbereiche sich verschieben, Maßstäbe sich verfeinern usw.

Wie lassen sich solche Organisationsveränderungen allgemein, formal und systematisch darstellen? Zunächst ist der Fall zu erwähnen, dass im Verlauf eines Lern- oder Denkprozesses eine bestehende Organisation in eine höhere Organisationsstufe übergeht. Dies bedeutet, dass z.B. ein zunächst selbständiges Gebilde (eine Wahrnehmungs- oder Vorstellungsgegebenheit) zu einem Glied oder Teil eines umfassenderen Ganzen wird. Aber auch das Umgekehrte ist möglich: höher organisierte Ganze können sich auflösen in ein bloßes Neben- oder Nacheinander isolierter Gebilde.“ (Müller 1964, 126)

Denkprozesse: „Die weitaus meisten Denkprozesse verlaufen so, dass man mindestens drei verschiedene Abschnitte, in denen das anschauliche Ich in jeweils unterschiedlich hohem Maße hervortritt, grob beschreiben kann: den Abschnitt der vorbereitenden Prozesse; die Phase des im Sinne Wertheimers eigentlichen produktiven Denkens; das darauffolgende Stadium spezifischer Ich-Erlebnisse, wie z.B. Erfolg, Misserfolg, Beglückung, Erleichterung usw. Der Phänomenologie der mittleren, der produktiven Phase hat Wertheimer seine ganze Aufmerksamkeit gewidmet; nach ihm ist sie die einzig bedeutsame Phase im gesamten Denkprozess. In ihr kommt es zu jenen spontanen Umstrukturierungs- und Umzentrierungsvorgängen, wie sie Wertheimer anhand zahlreicher Beispiele sehr eindrucksvoll geschildert hat (1920, 1945, 1957).

Demgegenüber hat sich Duncker (1935, 1939), wenn auch nicht ausschließlich, so doch sehr gründlich, mit der Phänomenologie des Vorbereitungsstadiums beschäftigt, also mit jenem Stadium im gesamten Denkverlauf, in dem das Problem zergliedert wird, in dem man mit Ziel- und Materialanalysen, kurz: mit ‚Explizierarbeit‘, beschäftigt ist. In diesem Abschnitt tritt das phänomenale Ich als aktiv organisierendes, eingreifendes, zusammenfassendes, gliederndes Agens in Funktion.“ (Müller 1964, 139f)

Einsicht. Der Begriff geht auf Köhlers Anthropoidenversuche zurück: „(...) mit dem Bestehen eines starken Spannungsfeldes zwischen Tier und Ziel — allein ist für das Tier noch keine eigentliche Problemsituation gegeben. Eine solche entsteht erst dann, wenn die objektiven Gegebenheiten, die ein unmittelbares Erreichen des Zieles unmöglich

machen, auch phänomenal für das Tier den Charakter eines Hindernisses oder Hemmnisses angenommen haben. Dies ist nicht unter allen Bedingungen gleich wahrscheinlich. Man kann sagen, dass das Erfassen des Problems selbst eine erste intellektuelle Leistung darstellt und dass eine spätere Lösungseinsicht Problemeinsicht voraussetzt. Problemeinsicht — wenn auch eine sehr schlichte — hat das Tier schon dann, wenn ihm nicht nur klar wird, dass das Ziel jetzt nicht zu erreichen ist, sondern auch wenn es erkennt, dass dieser oder jener Gegebenheit des Wahrnehmungsfeldes die Funktion oder Rolle als Hindernis oder Hemmnis zufällt, dass die Unzugänglichkeit des Zieles durch eine bestimmte Wahrnehmungsgegebenheit bedingt ist.“ (Müller 1964, 132)

Problem: Die Gestalttheorie geht davon aus, „dass als Voraussetzung der Entstehung einer Problemsituation die Konstituierung eines Spannungszustandes zwischen dem Ich und den Gegebenheiten des Umfeldes (z.B. eines Zieles) zu gelten hat.“ (Müller 1964, 137)

„**Problemeinsicht** zeigt sich allgemein immer dann, wenn erkannt wird, dass die Situation so beschaffen ist, dass ein unmittelbares Erreichen des Zieles ausgeschlossen ist. Im einfachsten Falle liegt vor dem Ziel eine Barriere, die zu überwinden oder zu umgehen ist. In anderen Fällen erweist sich die Struktur der Problemsituation als privat, lückenhaft, verzerrt, verschwommen, ergänzungs- und verbesserungsbedürftig, allgemein als unprägnant. Man kann sagen, dass immer dann, wenn aus der Struktur einer Situation eine „Forderung“ erwächst, und zwar eine Forderung, den bestehenden Zustand irgendwie zu verändern — auch wenn noch keine Klarheit über die Art dieser Veränderung und die Mittel hierzu besteht —, zumindest der Keim einer Problemeinsicht vorhanden ist.“ (Müller 1964, 132f)

Literatur

- Arnheim, Rudolf (1977/1988): *Anschauliches Denken*. Köln: DuMont.
- Metzger, Wolfgang (1959): Die Beziehungen zwischen der Wahrnehmung und dem Denken. *Acta Psychologica*, 15, 316–317.
- Metzger, Wolfgang (2001): *Psychologie*. 6. Auflage. Wien: Krammer.
- Müller, Kurt (1964): Denken und Lernen als Organisieren. In: *Handbuch der Psychologie, Band 1*, 2. Halbband, 118–143.
- Wertheimer, Max (1922): Untersuchung zur Lehre von der Gestalt, I. *Psychologische Forschung*, 1, 47–58.
- Wertheimer, Max (1957/1964): *Produktives Denken*. (Übersetzt von Wolfgang Metzger.) Frankfurt: Waldemar Kramer (2.A. 1964).

2. Analyse der Wirkungsrichtung der Feldfaktoren in Bezug auf geplante Änderung und Feststellen der Stärke der Feldkräfte:

Es genügt jedoch nicht, zu erfassen, was eine Wirkung ausübt – auch die Richtung dieser Wirkung in der jeweils gegebenen Situation muss erfasst werden. „Das gleiche objektive Faktum kann für verschiedene Persönlichkeits- oder Sozialsysteme verschiedene Valenz besitzen, es kann für den einen eine Barriere für seine Wünsche und Ziele sein, für einen anderen hingegen ein Stimulans oder ‚incentive‘ zur Zielerreichung und demzufolge im Hinblick auf eine Änderung beschleunigend oder hemmend wirken.“ (Hruschka 1969, 97) Diese Wirkungsrichtung kann sich darüber hinaus je nach Situation ändern. Die Wirkungsrichtung der Feldfaktoren in der gegebenen Situation zu verstehen, ist naturgemäß wichtig für die

Abschätzung der Möglichkeiten für eine Veränderung.

3. Feststellung der Stabilität bzw. der Labilität des bestehenden Gleichgewichtes:

„Hand in Hand mit der Eruierung der änderungspositiven bzw. änderungsnegativen Kräfte muss die Prüfung der Stabilität des bestehenden Gleichgewichtes erfolgen. Unter Stabilität bzw. Labilität des Gleichgewichtes soll der Grad der Festigkeit des psychologischen Feldes bzw. seine Irritierbarkeit durch ‚Störungen‘ verstanden werden.“ (Hruschka 1969, 99) Diese Frage der Stabilität bzw. Labilität eines bestehenden Gleichgewichtes hat vor allem in der ersten und der dritten Phase (nach dem Lewinischen Modell) besondere Bedeutung. Was in der ersten Phase, in der es um das „Auftauen“ geht, eine Erleichterung oder Erschwerung darstellt, kann in der dritten

Phase gerade umgekehrt wirksam sein. So wird zum Beispiel in der dritten Phase die Gefahr von Rückfällen sehr hoch sein, wenn man sich vorschnell mit einer Änderung begnügt, ohne sich Zeit für eine Stabilitätsprüfung zu nehmen.

4. Prüfung der Feldfaktoren hinsichtlich ihrer Änderbarkeit oder Beeinflussbarkeit:

Hruschka unterscheidet zwischen einer Gruppe von Faktoren, die als nicht änderbar zu bezeichnen sind (zum Beispiel Klimaverhältnisse) und solchen, die theoretisch änderbar wären, aber als sogenannte „Quasi-Konstante“ den Charakter der Nicht-Änderbarkeit aufweisen (zum Beispiel soziale Normen oder Gesetze).

Beachtenswert ist hier, dass neben diesen Faktoren auch der Berater bzw. der Psychotherapeut selbst insofern zum relevanten Feldfaktor

Beratung und Psychotherapie

Gerhard Stemberger (Wien und Berlin)

In der Literatur zum Thema Beratung und Psychotherapie dominiert weithin die Frage der *Unterscheidung und Abgrenzung*: Wo hört Beratung auf, wo beginnt Therapie? Was ist das Besondere an Beratung und was das Besondere an Psychotherapie? Wo ist Beratung angebracht und wo Therapie? Was darf der Berater, was nur der Therapeut? Und dergleichen mehr.

Der Hintergrund für solche Fragestellungen sind berufsrechtliche und berufsständische, aber auch andere rechtliche, wirtschaftliche und politische Abgrenzungsanliegen verschiedenster Interessen- und Machtgruppen. Gesetzgeber, Krankenkassen, Dienstgeber und psychosoziale Einrichtungen haben aufgrund ihrer jeweiligen Interessenlagen Grenzlinien zwischen psychosozialen Beratungen und Therapien gezogen, die nun über Qualifikationsanforderungen, Berechtigungen, Rahmenbedingungen, Zugangsmöglichkeiten und Kosten bzw. Bezahlung entscheiden.

Wird allerdings inhaltlich nach den dabei verwendeten Abgrenzungskriterien

gefragt, zeigt sich rasch, dass diese sehr fragwürdig sind und rasch verschwimmen. Die häufigste Variante lautet mehr oder weniger verbrämt: Beratung ist für Gesunde, für die Bewältigung einfacher Lebensprobleme (billiger und kürzer, von weniger anspruchsvoll qualifizierten Personen erbracht und auch weniger fordernd für die Ratsuchenden), Therapie ist für Kranke, für ihren tiefergehenden Persönlichkeitsumbau (teurer und länger, von aufwändiger qualifizierten Personen erbracht und auch persönlich fordernd für die Patienten). „Aus meiner Sicht hingegen ist, was die Autoren unter Beratung verstehen, Hauptbestandteil der Psychotherapie, und das, was sie unter Psychotherapie verstehen, ein oft überbewerteter Teilbereich der psychotherapeutischen Aufgabe.“ (Kästl 2007, 72) Inhaltlich-fachlich haben sich diese und andere Unterscheidungen aber als nicht haltbar erwiesen, wie die Diskussion in der einschlägigen Fachliteratur zeigt. Als Schlussfolgerung daraus kann man dort meist Aussagen von der Art lesen, „dass Beratung und Therapie nicht eindeutig voneinander abgrenzbar sind, sondern dass zwischen beiden ein fließender Übergang besteht“ (Rahm 1990, 73; und viele andere mehr).

Aus psychotherapeutischer Sicht sind die erwähnten Abgrenzungsfragen al-

lerdings aus einem anderen Grund nicht sinnvoll: Beratung ist in der Psychotherapie keine *Alternative* zur Therapie, sondern Beratung ist *Bestandteil* jeder Psychotherapie:

Die Beziehung zwischen Therapeutin und Klientin nimmt im Laufe einer Psychotherapie je nach situativer Anforderung immer wieder unterschiedliche Formen an. Einmal wird es eine Beziehung schlichter mitmenschlicher Solidarität angesichts eines schweren Schicksalsschlages oder einer bitteren Einsicht sein. Manchmal wird es eine haltgebende, stützende oder auch schützende Beziehung sein, ein anderes Mal vielleicht auch eine Kampfesbeziehung (siehe dazu die Ausführungen zu den Grundformen Pflege, Führung und Kampf bei Kästl 2011). Und immer wieder wird es Situationen geben, wo Therapeutin und Klientin zueinander in einer Beratungsbeziehung stehen (was sich mit jeder der genannten Grundformen der Arbeit verbinden kann):

Während andere Beziehungsformen in der Psychotherapie ihren Ankerpunkt in der Schicksalsgemeinschaft von Therapeutin und Klientin haben, also in ihrer mitmenschlichen existenziellen *Gleichheit*, entspringt die Beratungsbe-

wird, als er zum Beispiel als Träger bestimmter Verhaltenserwartungen ebenfalls zum psychologischen Feld des Ratsuchenden zählt. Hruschka hebt hier hervor:

„In diesen Verhaltenserwartungen ist das Methoden-Instrumentarium, das diese soziale Rolle zu benutzen gestattet oder vorschreibt und dessen Benutzung vom sozialen Partner erwartet wird, gewissermaßen mitenthalten. Damit aber werden u. U. bestimmte Faktoren für eine Einflussnahme unzugänglich, wenn nicht gegen die Verhaltenserwartungen verstoßen werden soll.“ (Hruschka 1969, 101f)

5. Analytisch – prognostische Evaluierung der Auswirkung der in Aussicht genommenen Änderungen:

Jede Veränderung kann neben den erwünschten auch unerwünschte oder jedenfalls nicht erwartete Konsequenzen haben. Ob und inwieweit die Konsequenzen der ins Auge gefassten Veränderung hin-

ziehung in bestimmten Situationen der Therapie einer *Ungleichheit* zwischen ihnen. Es handelt sich um Situationen, in denen für das weitere Vorgehen und Vorankommen bestimmte Kenntnisse und Kompetenzen wesentlich sind und ein sachliches „Kompetenzgefälle“ zwischen Therapeutin und Klientin eine Rolle spielt. So erwartet die Klientin etwa schon in der Eingangsphase zu Recht von der Therapeutin, dass sie auf Grundlage ihrer Fachkompetenz angemessene Ratschläge bezüglich der Rahmenbedingungen der Therapie, des Settings, der Frequenz, der Strukturierung der einzelnen Sitzungen usw. geben kann und das auch tut. Auch im weiteren Verlauf wird es immer wieder Situationen geben, wo beide Seiten davon ausgehen, dass die Therapeutin in der Sache, um die es gerade geht, dazu berufen ist, der Klientin zu einer bestimmten Vorgangsweise zu raten oder von einer anderen abzuraten: entweder weil sie eine besondere fachliche Kompetenz in der Sache hat, die für eine Lösung des anstehenden Problems zwingend gebraucht wird, oder über besondere Erfahrungen verfügt oder als „Außenstehende“ nicht „betriebsblind“ ist und daher Blickwinkel beisteuern kann, die der Klientin gerade nicht zugänglich sind.

reichend realistisch abgeschätzt werden können, ist daher für die meisten Menschen ein wesentlicher Faktor im Felde. Mithilfe der Feldtheorie und ihrer Forderung nach einer laufenden Analyse des psychischen Feldes während des gesamten Beratungsvorganges kann – laut Hruschka – die schwierige Aufgabe einer analytisch-prognostischen Evaluierung der Auswirkungen der in Aussicht genommenen Änderungen relativ gut bewältigt werden.

Begleiten und Beraten in der Veränderungsphase

Wie bereits erwähnt, bewertet Erna Hruschka konkrete inhaltliche Ratschläge von Seiten des Beraters in der Phase der Problemklärung und des Einsicht-Gewinnens als nicht förderlich. Jedoch können ihrer Auffassung nach konkrete Hilfestellungen in Form von Vorschlägen zur Vorgangsweise in der

Aus diesem Blickwinkel der psychotherapeutischen Praxis geht es also nicht um die *Abgrenzung* von Therapie und Beratung, sondern um die Frage, *wann* die therapeutische Beziehung die Form der Beratungsbeziehung annehmen sollte, *welche* Art der Beratungsbeziehung anzustreben ist und worauf dabei zu achten wäre.

Stark vereinfacht gesagt: Wer gerade einen wichtigen Menschen verloren hat, wird in der akuten Verlustsituation keinen Berater brauchen, sondern ein mitfühlendes Gegenüber. Wenn die gleiche Person dann vor der Entscheidung steht, ob sie in der Wohnung bleiben soll, die sie mit dem Verstorbenen geteilt hat, oder woanders einen Neuanfang wagen soll, kann sie einen Ratgeber brauchen – allerdings nach Möglichkeit einen, der ihr die eigene Entscheidung nicht nimmt, sondern einen, der sie darin berät, wie sie selbst zu ihrer eigenen Entscheidung kommen kann, und sie dabei ermutigt und begleitet.

Nicht *ob* Beratung zur Therapie gehört, ist also die Frage, sondern *wann* (in welchen Situationen) und *in welcher Form* und *mit welchem Ziel*. Das entscheidet auch über den Charakter, den diese Beratungsbeziehung annimmt. Es macht

Umsetzung der Problemlösung gerade in der schwierigen Phase der Veränderung dann angebracht sein, wenn der Berater über Sachkenntnisse oder Erfahrungen verfügt, die dem Klienten fehlen. Entscheidungsfreiheit und Selbstverantwortlichkeit des Klienten werden nicht eingeschränkt, sondern erweitert, wenn ihn der Berater/Therapeut während dieser Zeit begleitet und seine Sachkenntnis und Erfahrungen in angemessener Weise zur Verfügung stellt.

Schlussbemerkung

Es besteht aus meiner Sicht kein Zweifel: Der Versuch von Erna Hruschka zur theoretischen Grundlegung des Beratungsprozesses darf als gelungen bezeichnet werden. Allerdings stellt ihr Beratungskonzept auch große Anforderungen an die Berater wie auch an die Ratsuchenden. Eingebettet in eine vertrauensvolle, tragfähige

ja einen großen Unterschied, ob diese Beziehung in der Haltung des besserwisserischen oder auch vermeintlich wohlwollenden Entmündigers gestaltet wird oder in der „Haltung eines weisen Beraters, der die Situation aus verschiedenen Perspektiven betrachtet und seine Beobachtungen dem vor der Entscheidung stehenden Menschen zur Verfügung stellt, damit dieser nicht allein ist“ (Galli 2017, 47).

Literatur

- Galli, Giuseppe (2017): *Der Mensch als Mit-Mensch. Aufsätze von Giuseppe Galli zur Gestalttheorie in Forschung, Anwendung und Dialog*. Herausgegeben und eingeleitet von Gerhard Stemmerger. Wien: Krammer.
- Kästli, Rainer (2007): Gestalttheoretische Überlegungen zum psychoanalytischen Konstrukt „Übertragung“. *Gestalt Theory*, 29(1), 65–73.
- Kästli, Rainer (2011): Zur Therapeutin-Klientin-Beziehung in der Gestalttheoretischen Psychotherapie. *Phänomenal – Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie*, 3(2), 19–21.
- Rahm, Dorothea (1990): *Gestaltberatung. Grundlagen und Praxis integrativer Beratungsarbeit*. Paderborn: Junfermann.

Beziehung bedarf es laufender Analysen hinsichtlich der jeweils gegenwärtigen Situation und der in ihr wirksamen Kräfte. Ein möglichst vorbehaltloses Hinschauen und Hinfühlen, einfallsreiches Experimentieren und viel Geduld und Genauigkeit sind gefordert. Erna Hruschkas Beratungskonzept einer einsichtsorientierten Problemanalyse hat zum Ziel, mit dem Ratsuchenden eine für ihn „attraktive“ Problemlösung zu entwickeln, für die er letztendlich auch bereit ist, die notwendigen Schritte der Veränderung zu setzen. Die in Hruschkas Buch vorgestellten und im vorliegenden Beitrag zusammengefassten differenzierten Konzepte können auf diesem Weg Orientierung bieten.

Literatur

- Albrecht, Hartmut (Hrsg., 1994): *Einsicht als Agens des Handelns. Beratung und angewandte Psychologie. Festschrift zum 80. Geburtstag von Erna Hruschka*. Weikersheim: Margraf Verlag.
- Bollnow, Otto Friedrich (1959): *Existenzphilosophie und Pädagogik*. Stuttgart: Kohlhammer Verlag.
- Duncker, Karl (1935/1963): *Zur Psychologie des produktiven Denkens*. (2. Aufl. 1963), Berlin: Springer Verlag.
- Galli, Giuseppe (2017): *Der Mensch als Mit-Mensch. Aufsätze von Giuseppe Galli zur Gestalttheorie in Forschung, Anwendung und Dialog. Herausgegeben und eingeleitet von Gerhard Stemmerger*. Wien: Krammer.
- Hruschka, Erna (1969): Versuch einer theoretischen Grundlegung des Beratungsprozesses. In: Eberhard Bay et al. (Hrsg.) *Psychologia Universalis*, Band 16. Meisenheim am Glan: Verlag Anton Hain.
- Hoppe, Ferdinand (1930): Erfolg und Misserfolg. *Psychologische Forschung*, 14, 1–62.
- Jucknat, Margaret (1937): Leistung, Anspruchsniveau und Selbstbewusstsein. *Psychologische Forschung*, 22, 89–179.
- Köhler, Wolfgang (1968): *Werte und Tatsachen*. Berlin: Springer Verlag.
- Lewin, Kurt (1963/2012): *Feldtheorie in den Sozialwissenschaften*. Bern: Verlag Huber 1963; Neuaufgabe 2012.
- Lippitt, Ronald (1959): Dimensions of the Consultant's Job. *Journal of Social Issues*. 15, 5–12.
- Meili, Richard (1960): Denkpsychologie. In: Katz, David und Rosa (Hrsg.) *Handbuch der Psychologie*. Basel: Schwabe, 172–194.
- Metzger, Wolfgang (1954/2001): *Psychologie. Die Entwicklung ihrer Grundannahmen seit der Einführung des Experiments*. 6. unveränderte Auflage 2001, Wien: Verlag Krammer.
- Metzger, Wolfgang (1962): *Schöpferische Freiheit*. 2. umgearbeitete Auflage, Frankfurt: Waldemar Kramer.
- Michotte, Albert (1966): Die Kausalitätswahrnehmung. In: Metzger, Wolfgang (Hrsg.) *Handbuch der Psychologie. Band 1*, Göttingen: Hogrefe.
- Rheinwald, Hans (1965): Die Funktion der Beratung bei der Förderung der Landwirtschaft. *Ausbildung und Beratung*, 18, 6–7.
- Stemmerger, Gerhard (2016): *Zur Gestalttheorie von Prozess und Intervention*. Theorieseminar der ÖAGP, 7./8.10.2016 in Wien, unveröff. Vortragsmanuskript.
- Weidinger, Franziska (2017): Erna Hruschka (1912–1996): Gestalttheorie der Beratung. *Phänomenal – Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie*, 9(1).
- Wertheimer, Max (1964): *Produktives Denken*. Frankfurt: Waldemar Kramer.
- Zöller, Wolfgang (1993): Produktives Denken und Psychotherapie. *Gestalt Theory*, 15 (3/4), 217–226.



gestalt theory

An International Multidisciplinary Journal

Geschäftsführende Herausgeberinnen:

Silvia Bonacchi (Warschau), Fiorenza Toccafondi (Parma).

Herausgeber:

Tiziano Agostini (Trieste), Herbert Fizek (Berlin), Jürgen Kriz (Osnabrück), Gerhard Stemmerger (Wien/Berlin), Hans-Jürgen P. Walter (Biedenkopf).

Redaktion:

Bettina Turi-Ostheim (Wien), Barbara Veigl-Trouvain (Wien)

Verlag: DE GRUYTER OPEN

Web: <http://www.degruyter.com/view/j/gth>

Druckversion: Jahrbuch mit allen Beiträgen des Jahres auf Bestellung bei DE GRUYTER, für GTA Mitglieder auf Bestellung bei der GTA.

Seit 1979 bietet die internationale Zeitschrift Gestalt Theory ein ungewöhnliches Programm abseits ausgetretener Trampelpfade: Sie steht für wissenschaftliche Forschungs- und Anwendungspraxis, aus denen der Mensch nicht ausgeblendet ist. In ihr publizieren namhafte AutorInnen aus unterschiedlichsten Fachgebieten, die den Menschen und seine Mitwelt als mehr und etwas anderes als die Summe ihrer Teile verstehen. Dabei wird Ganzheitlichkeit nicht als diffuses Schlagwort für einfach behauptete, aber unverstandene Zusammenhänge missbraucht, sondern als Auftrag für präzise Forschungsarbeit. Dem Trend zu immer weitergehender Spezialisierung und Zergliederung in zusammenhangloses Detailwissen setzt die Gestalt Theory damit bewusst Multidisziplinarität und kritische Zusammenschau entgegen. In ihr erscheinen ganzheitlichsystemische, phänomenologische und experimentelle Arbeiten aus Psychologie und Psychotherapie, Pädagogik, Philosophie, Soziologie, Wirtschaftswissenschaft, Kunst, Musik- und Sprachwissenschaft, Medizin und verschiedensten anderen human- und naturwissenschaftlichen Disziplinen in deutscher und englischer Sprache.

Seit 2012 eine Open Source Publikation: Alle Beiträge der Jahre 2009-2016 im Volltext frei zugänglich unter gth.krammerbuch.at, Beiträge ab 2017 unter <http://www.degruyter.com/view/j/gth>