

Als wir so traut beisammensaßen. „Paderborn“ oder „Barenboim“?

Brigitte Lustig, Wien

Weil es zufällig zeitlich und örtlich passte, trafen Eva, Dieter¹ und ich einander ganz spontan Anfang Jänner dieses Jahres. Man plauderte über dies und das, erzählte einander Amüsantes, Ärgerliches, Sorgenmachendes, Heiteres ..., entspannt und gut gelaunt bei Kaffee, Keksen und Christbaum. Man lachte über manch altersbedingtes DINGS, weil das eigentliche Wort, für was auch immer, gerade verschwunden war in den Orbit jenseits der phänomenalen Welt. Manchmal kann man dabei zuschauen, aufhalten geht nicht.²



© pixabay voyzan

Ein paar Tage zuvor hatte das Neujahrskonzert stattgefunden, Dirigent war Daniel Barenboim. Er wurde im Radio und in den Zeitungen oft genannt, sein Name war mir seit je geläufig. Irgendwann während unseres Beisammenseins kam die Sprache auf das Konzert. Eva, kopfschüttelnd mit ausdrucksstarker Gestik, klagte, ihr falle nie der Dirigent ein, immer nur „Paderborn“. Sprach's und schon hatten Dieter und ich dasselbe Problem, „Barenboim“ war weg. Es half auch nichts, dass Eva und Dieter

mehrmals laut „Ähnlichkeitshemmung“³ schrien.

Man lachte und war erheitert. Drei ältere Menschen mit einem gescheiterten Fachausdruck, völlig nutzlos für das konkrete Dilemma, sehr brauchbar für die Situationskomik. Ein bisschen quälte man sich und sagte, man wolle jetzt von ganz anderem reden, irgendwann werde einer von uns das Wort schon wieder im Hirn haben, wenn auch vielleicht erst übermorgen. Letztlich griff man doch lieber zum Ra-

dioprogramm. Die Sache war erledigt. – „Ach!! Barenboim!! Jaaa!! Eh!!“ – und man hatte es weiterhin nett miteinander.

Am Abend fiel mir die Situation wieder ein, „Barenboim“ nicht. Das fand ich zwar witzig, probierte aber dennoch wild entschlossen, auf der Bettkante sitzend, einen schrägen Ausweg. Ab da entstand, was hier als Text vorliegt, beginnend mit folgendem Chat-Verlauf; die vielen Smileys muss man sich dazudenken.

1 Anmerkung der Redaktion: gemeint sind Eva Wagner-Lukesch, langjähriges, verdientes Mitglied des ÖAGP-Vorstands und Lehrpersonals, und Dieter Zabransky, Langzeitvorsitzender und emeritierte Lehrtherapeut der ÖAGP (siehe Personenlexikon in diesem Heft).

2 Hakan Nesser (2018): Der Verein der Linkshänder. btb: München, S. 22: „Van Veteran trank einen Schluck Bier und versuchte, einen Gedankengang festzuhalten, der ihm zwischen seinen Ohren entglitten war wie eine Schlange in einen Steinhaufen.“

3 Wikipedia <https://de.wikipedia.org/wiki/Ranschburg-Ph%C3%A4nomen>: „Das Ranschburg-Phänomen ist eine Hemmung im Gedächtnis beim Abrufen von Lernmaterial und wurde 1905 von dem ungarischen, experimentellen Psychologen und Psychiater Pál Ranschburg nachgewiesen. Sie ist auch unter dem Begriff „Ähnlichkeitshemmung“ bekannt und beschreibt eine Gedächtnishemmung bei der Wiedergabe von ähnlichen Lerninhalten, die mit mangelhafter Differenzierung (gleichzeitig oder zeitnah) dargestellt wurden.“

Die Rubrik „Im Zwischenraum“ bietet Glossen, kleinen Essays und anderen stilistischen Formen launige, nachdenkliche, poetische oder auch paradoxe Einblicke in Menschliches und Allzu-Menschliches, Geistiges und Geisterhaftes, Tragisches und Tragikomisches, aber jedenfalls Bedenkenswertes.

B(rigitte) an E(va): Mir wollte g'rad „Barenboim“ net einfallen. Da hab' ich mir gedacht, ich sag' mir einfach zuerst „Paderborn“ und dann wird's mir einfallen. Hat sofort geklappt.

E an B: Na bitte! Von wegen Ähnlichkeitshemmung. Ist doch eher Eselsbrücke.⁴

B an E: Wie ist das gestalttheoretisch zu erklären? Von „Ähnlichkeitshemmung“ zur hilfreichen „Eselsbrücke?“ Qualität ins Gegenteil verkehrt. Und was hat das mit der Gesamtsituation des Treffens zu tun? Hab' ich durch meine Entscheidung, Deinem „Paderborn“ eine andere Funktion zu geben als bisher, erfolgreich sein können? Was sagt uns das für's Leben? Hi, hi, interessant.

E. an B.: Also bei mir wirkt nur die Hemmung, keine Eselsbrücke. Habe heute schon wieder nach seinem Namen gesucht. Von „Hemmung“ zur „Eselsbrücke“, das wär' doch einmal wieder ein schönes Thema für eine Werkstatt.

B. an E.: Alles das sehr interessant. Gesamtsituation war entspannt, heiter, wohlwollen, vertraut, aber wissenwollend, Lösung anstrebbend. Man muss nachdenken oder Dieter/Gerhard fragen.

E. an B.: Ja, wir werden weiter am Thema bleiben.

Gut so, stellen wir uns also wie Wertheimer ans Fenster. Was zu

sehen ist, wurde vorhin beschrieben. Jetzt beginnt das Grübeln, um zu verstehen, denn seltsam ist mir das alles schon vorgekommen.

- Bei Eva funktioniert mein Lösungsweg nicht. Sie bleibt an „Paderborn“ hängen. Klingt „Paderborn“ für uns sprachlich vertrauter und Barenboim wegen des „boim“ am Wortende exotisch und geht deswegen das Wort leicht verloren? Wie war „Paderborn“ vor einigen Tagen bei ihr entstanden? Die Situation, die psychologische, kennen wir nicht.

- Die Hemmung war durch diverse im Gehirn ablaufende Prozesse entstanden. In Evas phänomenaler Welt war daraufhin der Name „Barenboim“ nicht mehr abrufbar, ‚verdrängt‘ durch „Paderborn“ in eine für sie nun unzugängliche Region ihres Lebensraumes, Eva als Person in selbigem zunehmend unter Spannung geratend durch Ärger, Frust, Stress etc. Und das alles einen längeren Zeitraum hindurch, immer wieder mit Ärger und Hilflosigkeit verbunden, wie sie sagte.⁵

- Dieter und mir wurde vom Paderborn-Barenboim-Problem nur erzählt, eingebettet in eine kleine, für uns beide heitere Geschichte – anders als für Eva. Die saß schon länger auf ihrem Grant. In Dieters und meinem Fall liegt die Betonung auf „heiter“!

- Evas „Paderborn“ hatte zwar durch Vorgänge in meinem Gehirn

einiges in meiner phänomenalen Welt angerichtet, aber nur kurzfristig und offenbar als ein nur einmal stattgefundenes Ereignis nicht so andauernd wirksam. Auch entstand das Phänomen ursprünglich nicht bei mir, ich wollte niemandem von Barenboim berichten, hatte kein Gegenüber, das auf das Wort wartete... und dann irgendwie reagierte. Mir wurde von dem Problem nur erzählt. Auf zuerst Vergegenwärtigtes folgte Angetroffenes. Ist die Reihenfolge von Bedeutung?

- Weiters gab's bei mir nur die Ähnlichkeitshemmung-Barriere, nicht die aus Ärger, Frust und Stress. Ich war gut gelaunt, nahm das Dilemma humorvoll zu Kenntnis, die Regionen in meinem Lebensraum blieben durchlässiger, ich als Person stand nicht unter blockierender Spannung.

- Dies scheint es ermöglicht zu haben, das hemmende „Paderborn“ zur rettenden Eselsbrücke für „Barenboim“ werden zu lassen. – Wenn Zwei das gleiche tun, muss es nicht dasselbe sein, lautet eine Redewendung – Wenn also Zwei „Paderborn“ sagen, hat es nicht automatisch dieselbe Funktion, auch nicht dieselbe Wirkung.

- Waren die transphänomenalen Vorgänge an jenem Tag in den drei Gehirnen die gleichen? In einem Gehirn schon länger andauernd, in den anderen beiden erst im Augenblick entstanden, also eingebettet in eine jeweils andere psycholo-

4 a) Der Große Duden, Etymologie 1963, Bibliografisches Institut, Mannheim: Dudenverlag, S. 144: „Bequemes Hilfsmittel... zum besseren Verständnis einer Sache oder zur leichteren Überwindung einer Schwierigkeit.“

b) Wikipedia <https://de.m.wikipedia.org/wiki/Merkspruch>: „... eine sprichwörtliche Eselsbrücke“ ist „ein Umweg oder besonderer Aufwand, der dennoch schneller – oder überhaupt erst – zum Ziel führt...“ (Für Tierfreunde sehr empfehlenswert, besonders für Menschen, die Esel mögen, ist unter obiger Angabe zum Begriff Eselsbrücke wahrlich Entzückendes zu erfahren.)

5 Wobei sich, nebenbei, die Frage aufdrängt, wieso gerade „Paderborn“ und was gewesen wäre, hätte Eva in Geographie nicht von Paderborn gehört gehabt. Ein Nachteil von Bildung? Bildung erzeugt Ähnlichkeitshemmungen! Ohne Bildung aber vielleicht auch keine Kenntnis von Barenboim. Beides, „Paderborn“ und „Barenboim“ wären dann in Evas Lebensraum nicht vorhanden gewesen, auch nicht hinter Barrieren, eigentlich schade: Sie hätte dann zwar kein Problem gehabt, aber auch keinen Barenboim mit den Philharmonikern zu Neujahr. Aber wer weiß – ich jedenfalls ziehe das Problem vor.

gische Momentansituation (vgl. Stemberger 2021, 53)⁶. Das half bei mir, die Funktion von „Paderborn“ zu verändern. Das Wort konnte eine hilfreiche Qualität erhalten.

- Der Unterschied zwischen den psychologischen Momentansituationen von Eva, Dieter und mir lag einerseits in dem, was Lewin als Reichweite der Situation bezeichnet (ebd., 54): Eva laborierte an „Paderborn“ schon einige Tage hindurch, Dieter und mich befiel „Paderborn“ nur sehr kurz.

- Andererseits beeinflusste die entspannte Gesamtsituation dieses Treffens mit sehr vertrauten Menschen mein Verhalten am Abend dahingehend, mir einen eigentlich verrückt erscheinenden Ausweg einfallen zu lassen, passend zum Treffen voll Heiterkeit: „Wuarscht wie blöd, ich mach’s!“ Evas psychologischer Hintergrund der Momentansituation am Nachmittag war wohl ein völlig anderer gewesen, Unmut war bereits vorhanden.

- Ich hingegen fand das alles einfach nur lustig, hatte den ganzen Tag voll genossen. Nochmals, mein Lebensraum besaß einen hohen

Flüssigkeitsgrad. – Die Barriere, hinter der „Barenboim“ ausgesperrt war, konnte durch das nun hilfreich gewordene „Paderborn“ sozusagen geflutet werden. Aus Feind wird Freund.

- Hat darüber hinaus, von einer anderen Seite her betrachtet, mein fester Entschluss, mit „Paderborn“ anders umzugehen, mich zu „Paderborn“ anders zu verhalten, nun ganz andere Prozesse im Gehirn ausgelöst, die letztlich dazu geführt haben, dass in meiner phänomenalen Welt „Barenboim“ wieder für mich zugänglich werden konnte? Hat eine Umzentrierung im Lebensraum stattgefunden?

- Fasst man das Wort „Paderborn“ als einen in der psychologischen Momentansituation gegebenen Sachverhalt auf, kann man wohl von einem Bedeutungswandel sprechen, den dieser Sachverhalt durchgemacht hat (ebd., 55). Aus der Ähnlichkeitshemmung wurde die Eselsbrücke.

Zurückkommend auf die in den Chats gestellte Frage, „Was sagt uns das fürs Leben?“, erweitert um „Welche Folgerungen und Forderungen erwachsen daraus für das

therapeutische Tun?“ – hier einige Abschlussbemerkungen. Wieder einmal eine Absage an ein pseudologisch verstandenes, in Stein gemeißeltes „wenn/dann“ ohne Rücksicht auf’s Ganze. Es zeigt sich: Nichts ist in Stein gemeißelt. Nichts ist’s mit „Wenn ich das eine mache, ergibt sich mit Sicherheit das andere.“ Es ist viel mehr „einmal so“ und „einmal so“ (oder vielleicht auch „ganz anders“). Das klingt sehr beliebig, ist aber das genaue Gegenteil. Sehr interessant! Gar nicht so einfach erscheinend. Und eigentlich doch einfach... gestalttheoretisch.

Man kann dem Leben immer wieder doch zuversichtlich entgegengetreten.

Ich habe den Atlas hervorgekramt und nachgeschaut, wo Paderborn liegt.

Zusammenfassung: Nach einer Situation, in der erlebt wurde, wie zunächst Hemmendes erstaunlicherweise in Hilfreiches umschlug, wird nach dem Wirkfaktoren gesucht. Sie gestalten ganz unterschiedlich das alltägliche Leben mit seinen Herausforderungen und sind immer auch mit zu bedenken bei der therapeutischen Arbeit.

6 Stemberger, G. (2021): Lexikon zur Gestalttheoretischen Psychotherapie, Psychologische Situation. Phänomenal 13 (2), 53 – 56



Kurt Lewin:

**Schriften zur angewandten Psychologie.
Aufsätze, Vorträge, Rezensionen.**

288 Seiten. ISBN 978-3-901811-46-3. € 28,-

Die gestaltpsychologische Feldtheorie Kurt Lewins und die empirischen Untersuchungen, die ihr zugrunde liegen, gehören zum Kern der Gestalttheoretischen Psychotherapie. Dieser Sammelband macht sie mit einer Vielzahl von Arbeiten aus unterschiedlichen Anwendungsbereichen, von der Kinderpsychologie über Autokratie und Demokratie bis zur Psychotherapie anschaulich und praxisnahe zugänglich. Dem Buch liegt eine DVD mit seinen berühmten Filmen zur Welt des Kindes bei.

Essentials of Gestalt Theoretical Psychotherapy

Grundkonzepte der Gestalttheoretischen Psychotherapie

Ein Schwerpunkt-Heft der internationalen multidisziplinären Zeitschrift *Gestalt Theory* im Verlag de Gruyter / sciendo

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 multidisziplinäre AutorInnen, die den Menschen und seine Mitwelt als mehr und etwas anderes als die Summe ihrer Teile verstehen.



Gerhard Stemberger (Vienna and Berlin):

Psychotherapy: The Challenge and Power of Consistency

Dieser einführende Beitrag leitet die Bedeutung von Konsistenz der theoretischen Grundkonzepte einer Psychotherapiemethode aus ihrer Beziehung zum Streben des Menschen nach Konsistenz in seinem Leben ab. Eine deutschsprachige Fassung dieses Beitrags findet sich im Heft 1/2021 der Zeitschrift *Phänomenal*.

Katharina Sternek (Vienna):

Critical Realism: The Epistemic Position of Gestalt Theoretical Psychotherapy

Für jede Psychotherapie ist grundlegend, wie sich der Mensch in seiner Welt orientieren kann. Darin liegt auch die Praxisrelevanz der erkenntnistheoretischen Position jeder Therapiemethode. Für die Gestalttheoretische Psychotherapie ist das der Kritische Realismus. Der Beitrag ist eine Vertiefung und Weiterentwicklung des Artikels „Vom Nutzen erkenntnistheoretischer Modelle für PsychotherapeutInnen“ in Heft 1/2018 der Zeitschrift *Phänomenal*.

Angelika Böhm (Mistelbach and Vienna):

Basic Principles for Therapeutic Relationship and Practice in Gestalt Theoretical Psychotherapy

Die Leitideen der therapeutischen Praxis stehen im Mittelpunkt dieses Beitrags. Sie reichen vom spezifischen Verständnis der therapeutischen Beziehung bis zu den konkreten Arbeitsweisen und Techniken, jeweils vor dem Hintergrund der Bedingungen, von denen letztlich ihre Wirkung abhängt, und in konsequenter Beachtung ihrer Bedeutung in der Welt der Therapeutin und in der Welt der Klientin.

Thomas Fuchs (Bonn):

Gestalt Theoretical Psychotherapy – A Clinical Example

Am Beispiel einer Klientin mit der Diagnose Anorexia nervosa zeigt der Beitrag in den Grundzügen das Verständnis solcher Probleme in der Gestalttheoretischen Psychotherapie auf und leitet daraus Vorschläge für die therapeutische Arbeit mit Betroffenen ab.

Gerhard Stemberger (Vienna and Berlin):

Ego and Self in Gestalt Theory

Ein Überblick über die unterschiedlichen Perspektiven, aus denen die Gestalttheorie das Erleben und die Funktion des Ich und Selbst untersucht hat. Aus ihm folgt eine Synthese dieser Auffassungen, die unmittelbare Relevanz für die Psychotherapie haben kann (erweiterte Fassung des Artikels „Ich und Selbst in der Gestalttheorie“ in *Phänomenal* 1/2015).

Bernadette Lindorfer (Vienna):

Personality Theory in Gestalt Theoretical Psychotherapy: Kurt Lewin's Field Theory and his Theory of Systems in Tension Revisited

Der Beitrag erläutert die Grundzüge der Persönlichkeitsauffassung, die für die Gestalttheoretische Psychotherapie kennzeichnend ist. Sie geht von den feldtheoretischen Konzepten Kurt Lewins aus, wobei sie diese kritisch-realistisch interpretiert und in einigen Punkten modifiziert. Eine zentrale Stellung nimmt dabei Lewins Theorie der Spannungssysteme ein, gewissermaßen das gestalttheoretische Gegenstück zu Freuds Triebtheorie.

Edward S. Ragsdale (New York):

Relational Determination in Interpersonal and Intrapsychic Experience

Das grundlegende Prinzip, dass Sachverhalte und Handlungen ihre Bedeutung nicht absolut besitzen, sondern erst aus den Beziehungen, in denen sie stehen, gehört zu den Kernthesen der Gestalttheorie. Der Beitrag diskutiert die weitreichenden Wirkungen dieses Prinzips für die Gestalttheoretische Psychotherapie. Eine leicht erweiterte deutschsprachige Fassung ist in Heft 1/2021 von *Phänomenal* zu finden.

G. Trombini, E. Trombini (Bologna), G. Stemberger (Vienna and Berlin):

Reconciliation of Time Perspectives as a Criterion for Therapy Completion

Wenn die Therapie einen Punkt erreicht hat, an dem die Klientin in der Lage ist, in ihrem Blick auf ihre Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft diese Zeitperspektiven miteinander zu versöhnen und auf dieser Grundlage ihr Leben neu auszurichten, kann dies als Zeichen verstanden werden, dass die Therapie ihrem Abschluss entgegen geht.

Im Volltext zum freien Download:
<https://sciendo.com/issue/GTH/43/1>

Tipp: Einfach QR-Code fotografieren

sciendo

