

# PSYCHOTHERAPIE UND BERATUNG: Kann man studieren.

Modern, flexibel und wissenschaftlich fundiert.



**JETZT  
BEWERBEN!**  
www.kl.ac.at

Bachelorstudium Psychotherapie- und Beratungswissenschaften  
für eingetragene PsychotherapeutInnen und  
AbsolventInnen des Psychotherapeutischen Propädeutikums.  
**Individuelle Beratung:** studienadministration@kl.ac.at

- > Durch Anrechnung von Vorausbildungen  
in einem Jahr zu absolvieren
- > Berufsfreundliche Studienzeiten
- > Praxisorientierter Unterricht
- > Intensive persönliche Betreuung
- > **Studienstart 2016/17: 3.10.2016**

**KARL  
LANDSTEINER** **KL**  
PRIVATUNIVERSITÄT FÜR  
GESUNDHEITSWISSENSCHAFTEN

1/2016 - Jahrgang 8  
Verkaufspreis: € 12,--

# Phänomenal

Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie

Österreichische Arbeitsgemeinschaft für Gestalttheoretische Psychotherapie

## Originalarbeiten zu Theorie und Praxis

- ♦ *M. Soff*, Ein feldtheoretisches Burnout-Modell (S. 3)
- ♦ *G. Galli & Anna Arfelli Galli*, Die Zärtlichkeit und ihre Sprache (S. 18)
- ♦ *G. Galli*, Über die Dynamik der Vergebung (S. 24)
- ♦ *G. Stemberger*, Phänomenologie treiben (S. 30)

## Medizin, Psychiatrie und Psychotherapie

- ♦ *K. Guss*, Schief gewickelt. Übungen zur Allgemeinen Psychopathologie (S. 37)

## Psychotherapie und Forschung

- ♦ *K. Sternek*, Schuldgefühl und Scham (S. 39)
- ♦ *K. Sternek*, Zur „Strukturellen Theorie der Gefühle“ von Joseph de Rivera (S. 48)
- ♦ *J. de Rivera*, Gefühle als Transformationen (S. 50)

## Menschen und Ideen

- ♦ *K. Sternek*, Joseph de Rivera (S. 53)

## Lexikon zur Gestalttheoretischen Psychotherapie

- ♦ Anschaulich; Gestalteigenschaften; Physiognomische Eigenschaften (S. 57)

## Ausgebrannt!

Emotionale Erschöpfung, verringerte Leistungsfähigkeit und Depersonalisierung gelten als die Hauptsymptome für einen Zustand, der heute vielfach mit dem Begriff des „Burnout“ belegt wird. Die Betroffenen werden davon nicht plötzlich überfallen, auch wenn sie es vielleicht manchmal so erleben. Vielmehr geht diesem Zustand meist eine längere Entwicklung voraus, die bestimmte Gesetzmäßigkeiten aufweist. Deren Kenntnis kann sowohl bei der Vorbeugung als auch bei der therapeutischen Hilfestellung wichtig werden.



Marianne Soff stellt in diesem Heft ein Modell zum Verständnis von solchen Entwicklungen vor, das sich an der Feldtheorie von Kurt Lewin und dessen Konstrukt des Lebensraums orientiert. Sie arbeitet den engen Zusammenhang der Entwicklung von Burnout mit dem von der gestaltpsychologischen Forschung schon Ende der 1920er-Jahre entdeckten Phänomen der psychischen Sättigung heraus. Daraus lassen sich sowohl Anregungen für eigene Selbstfürsorgepraktiken gewinnen, als auch für ein besseres Verstehen und Unterstützen von Betroffenen in der psychotherapeutischen Arbeit.

## Phänomenologie treiben

In der Gestalttheoretischen Psychotherapie gilt das „Phänomenologie treiben“ mit der Klientin als eine der grundlegenden Arbeitsweisen. Gemeint ist damit, dass die Klientin zur aufmerksamen und möglichst vorbehaltlosen Erforschung ihrer Erlebnis- und Verhaltenswelt ermutigt und dabei von der Therapeutin begleitet und unterstützt wird. Das klingt einfach, ist es aber nicht immer. Gerhard Stemberger geht in diesem Heft in seinem Beitrag „Phänomenologie treiben“ der konkreten Bedeutung und den Anforderungen dieser Arbeitsweise nach und diskutiert auch einige damit bisweilen verbundene Missverständnisse.

# Phänomenal

Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie

ist eine Zeitschrift der Österreichischen Arbeitsgemeinschaft für Gestalttheoretische Psychotherapie (ÖAGP). Sie setzt sich mit theoretischen und praktischen Fragen in der Psychotherapie und in angrenzenden Arbeitsfeldern wie Beratung, Supervision, Mediation und Coaching auseinander. Dabei widmet sie sich vor allem den auf der Gestalttheorie beruhenden oder damit kompatiblen Ansätzen.

Ziel ist es, die Anwendung der Gestalttheorie in der Psychotherapie zu fördern, den Mitgliedern der ÖAGP dafür neben der internationalen Zeitschrift *Gestalt Theory* eine weitere Publikationsmöglichkeit zur Verfügung zu stellen und dem Ansatz eine breitere Öffentlichkeit zu verschaffen.

Diese Zeitschrift soll ein Forum für die Vermittlung zwischen Theorie, Forschungsarbeit und therapeutischer Praxis sein und auch für die psychotherapeutische Ausbildung Lehrmaterialien zur Verfügung stellen. *Phänomenal* versteht sich damit als Ergänzung und Bindeglied zur internationalen multidisziplinären Zeitschrift der GTA, der *Gestalt Theory* (auch als E-Journal zugänglich unter [www.gestalttheory.net/gth/](http://www.gestalttheory.net/gth/)).

## Editorial

Liebe Leserinnen und Leser!

„Gefühl, an Inhalt reicher als an Worten, ist stolz auf seinen Wert und nicht auf Schmuck. Nur Bettler wissen ihres Guts Betrag.“ (William Shakespeare, *Romeo und Julia*)

Es ist manchmal schwer, Gefühle in Worte zu fassen. Umso spannender ist es, sich dem schier unermesslichen Spektrum an Gefühlen (auch im wahrsten Sinne des Wortes unermesslich, weil schwer messbar) aus gestalttheoretischer und therapeutischer Sicht anzunähern. Die Beiträge dieser Ausgabe wollen dazu beitragen.

„Burnout“ ist in Zeiten von Leistungsgesellschaft, Wirtschaftskrise und Einsparung zum Inbegriff emotionaler Erschöpfung geworden, einhergehend mit Gefühlen der Überforderung und der Unzufriedenheit angesichts der Diskrepanz zwischen Erwartung und Realität. Marianne Soff versucht im ersten Originalbeitrag dieses Hefts Burnout „mit Lewin zu denken“. Gestützt auf Lewins und Anitra Karstens Konzept „Psychische Sättigung“ benennt sie Faktoren für die Entwicklung von Burnout, aber auch für feldtheoretisch begründbare Selbstfürsorgepraktiken.

Zärtlichkeit als Ausdruck eines innigen Gefühls der Zuneigung steht im Beitrag von Giuseppe Galli im Mittelpunkt. Anhand literarischer Beispiele geht er den sozialen und psychischen Faktoren für ein zärtliches Miteinander nach – ergänzt durch ein Interview mit Anna Arfelli Galli über die Interaktionen zwischen Mutter und Säugling und deren Einfluss auf die Fähigkeit zu Zärtlichkeit und Beziehung im weiteren Leben.

Wird Vergebung möglich, so geht dies im gelungenen Fall mit einem Gefühl innerer Befreiung einher. Dazu fragt Giuseppe Galli im nachfolgenden Beitrag: Wie kann „wahre“ Vergebung erreicht werden? Welche inneren und äußeren Faktoren sind dazu notwendig? Wie steht es mit dem Abschluss auch ohne Vergebung? An Lewins Methoden orientiert nähert sich Galli dem Thema anhand von Zeugnissen aus der christlichen Tradition, der Friedensbewegung in Südafrika sowie von Opfern terroristischer Anschläge.

Zur Klärung der Grundkonzepte der Gestalttheoretischen Psychotherapie liefert Gerhard Stemberger eine eingehende Analyse der Arbeitsmethode des „Phänomenologie Treibens“. Was bedeutet es, in der Psychotherapie das „Vorgefundene zunächst einfach hinzunehmen, wie es ist“ (Metzger 1940)? Worin unterscheiden sich „Phänomenologie treiben“ und „Kraftfeldanalyse betreiben“?

In der Rubrik „Medizin, Psychiatrie, Psychotherapie“ widmet sich Kurt Guss wieder Übungen zur Allgemeinen Psychopathologie, diesmal mit Texten von Shakespeare.

In „Psychotherapie und Forschung“ stellt Katharina Sternek zunächst eine Studie zur Unterscheidung von Schuldgefühlen und Scham von Joseph de Rivera vor. Sie gründet auf dessen „Struktureller Theorie der Emotionen“, die dem Lewinschen Denken nahe steht. Diese Theorie wird anschließend skizziert, gefolgt von einem Auszug aus de Riveras Text zu „Gefühlen als Transformationen“, in dem die Gefühlstheorien von Kurt Koffka sowie von Lewin und dessen Schülerinnen Tamara Dembo und Anitra Karsten besprochen werden. Mit de Riveras Leben und Werk beschäftigt sich auch die Rubrik „Menschen und Ideen“. Dafür hat de Rivera freundlicherweise auch mit einem Skype-Gespräch mit Katharina beigetragen.

Das Lexikon zur Gestalttheoretischen Psychotherapie bietet diesmal drei Stichworte, die auch Bezug zu Themen dieses Hefts haben: „Anschaulich“, „Gestalt-eigenschaften“ und „Physiognomische Charaktere“.

Viel Freude und Anregung beim Lesen und einen Sommer reich an unvergesslich schönen Gefühlen!

Die Redaktion: Angelika Böhm, Bernadette Lindorfer, Gerhard Stemberger und Katharina Sternek. E-Mail: [phaenomenal@oeagp.at](mailto:phaenomenal@oeagp.at)

## Über die Autorinnen und Autoren dieses Heftes

**Arfelli Galli, Anna**, Univ.-Prof. Dr. med. (geb. 1933). Emeritierte Professorin für Entwicklungspsychologie und ehemalige Direktorin des Centro di ricerca in psicologia dello sviluppo e dell'educazione an der Universität von Macerata, Italien. Ihre hauptsächlichen Forschungsinteressen gelten den ersten Lebensjahren des Kindes und der Lehrerausbildung. Zahlreiche Publikationen, darunter in Deutsch: *Gestaltpsychologie und Kinderforschung* (2013). Wien: Krammer. 2013 wurde ihr die Ehrenmitgliedschaft der GTA verliehen. Kontakt: [arfelli@unimc.it](mailto:arfelli@unimc.it)

**De Rivera, Joseph**, PhD. (geb. 1932). Emeritierter Professor für Sozialpsychologie und Friedensforschung an der Clark University (Worcester, Massachusetts / USA). Zahlreiche Publikationen über Struktur und Dynamik von Emotionen, Phänomenologische Erforschung von Erfahrung und Handlung, Gruppenkonflikt und Friedenskultur. Seit 2011 ist er Direktor des „People's World Peace Project“. Kontakt: [jderivera@clarku.edu](mailto:jderivera@clarku.edu)

**Galli, Giuseppe**, Univ.-Prof. Dr. med. (geb. 1933). Emeritierter Professor für Allgemeine Psychologie an der Universität Macerata, Italien. Zahlreiche Buch-Publikationen, darunter auf Deutsch: *Psychologie des Körpers* (Wien: Böhlau 1998), *Psychologie der sozialen Tugenden* (Wien: Böhlau 1998 und 2005) und *Gestaltpsychologie und Person* (Wien: Krammer 2010). Beratender Herausgeber der Zeitschrift *Gestalt Theory – An International Multidisciplinary Journal*. Ehrenmitglied der internationalen *Gesellschaft für Gestalttheorie und ihre Anwendungen* (GTA). Kontakt: [galli@unimc.it](mailto:galli@unimc.it)

**Guss, Kurt**, Univ.-Prof. Dr. mult. (geb. 1943). Emeritus für Psychologie und Soziologie, Gründungspräsident der „Gesellschaft für Gestalttheorie und ihre Anwendungen e.V.“ (GTA), Präsident der „Ostwestfalen-Akademie e.V.“ (OWA) in Borgentreich-Bühne, Mitglied des „Zentrums für Klinische Psychologie und Psychotherapie“ der Staatlichen Nekrassow-Universität in Kostroma (Russland), Arbeit in freier Praxis, ausgedehnte Vortrags- und Autorentätigkeit. Kontakt: [KurtGuss@t-online.de](mailto:KurtGuss@t-online.de)

**Soff, Marianne**, Dr. phil., (geb. 1956). Dipl. Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin, ausgebildet in Gestalttheoretischer Psychotherapie. Vorstandsmitglied der GTA und beratende Herausgeberin der *Gestalt Theory*. Seit 1998 Lehre als Akademische Oberrätin an der Pädagogischen Hochschule Karlsruhe, Erziehungspsychologie und Klinische Psychologie. Diverse Publikationen zur Gestalttheorie und Feldtheorie in verschiedenen Anwendungsbereichen, Entwicklungspsychologische Beiträge. Kontakt: [soff@ph-karlsruhe.de](mailto:soff@ph-karlsruhe.de)

**Stemberger, Gerhard**, Dr. phil. (geb. 1947). Psychotherapeut (GTP) und Supervisor (ÖBVP) in Wien. Lehrtherapeut für Gestalttheoretische Psychotherapie in der ÖAGP. Mitherausgeber der Zeitschrift *Gestalt Theory – An International Multidisciplinary Journal* und von *Phänomenal – Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie*. Freie psychotherapeutische Praxis in Wien. Kontakt: [praxis@gerhard-stemberger.at](mailto:praxis@gerhard-stemberger.at)

**Sternek, Katharina**, (geb. 1962). Gestalttheoretische Psychotherapeutin in freier Praxis und Lehrtherapeutin für Gestalttheoretische Psychotherapie in der ÖAGP. Mitglied im Ausbildungs- und Beurteilungsausschuss der ÖAGP und im Ethik-Ausschuss des Psychotherapiebeirats. Mitherausgeberin von *Phänomenal – Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie*. Kontakt: [sternek@sternek-psychotherapie.at](mailto:sternek@sternek-psychotherapie.at)

### Impressum

Medieninhaberin und Verlegerin: Österreichische Arbeitsgemeinschaft für Gestalttheoretische Psychotherapie, Schopenhauerstraße 48/6, 1180 Wien  
Redaktion: Schopenhauerstraße 48/6, 1180 Wien; [phaenomenal@oeagp.at](mailto:phaenomenal@oeagp.at)  
Verlag: Krammer Verlag KG, 1160 Rosa Luxemburg Gasse 1, [www.krammerbuch.at](http://www.krammerbuch.at)

### Phänomenal

Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie

Herausgegeben für die Österreichische Arbeitsgemeinschaft für Gestalttheoretische Psychotherapie (ÖAGP) von Mag. Angelika Böhm, Mag. Bernadette Lindorfer, Dr. Maria Seidenschwann, Dr. Gerhard Stemberger und Katharina Sternek.

Erscheinungsweise: 2 Hefte / Jahr  
Einzelpreis: Euro 12,- / Doppelheft 22,-; Abonnement: € 22,- (zuzügl. Porto)  
ISSN 2410-2504