

zwischen Personen und anderen Sachverhalten in meiner anschaulichen Welt einerseits und diesen entsprechenden Sachverhalten in der mich umgebenden physikalischen Welt gibt oder nicht.

Dabei ist es für beide Arten der anschaulichen Präsenz wesentlich, ob es sich um irgendwelche Gegenstände handelt wie z.B. die erwähnte Baumwurzel oder um Menschen oder andere Lebewesen, die bewusstseinsfähig sind oder die ich jedenfalls dafür halte. Das hängt damit zusammen, dass Menschen und andere bewusstseinsfähige Lebewesen als mit einem eigenen Willen ausgestattet erlebt werden, mit bestimmten Fähigkeiten und Möglichkeiten, und dass sich auf sie deshalb ganz wesentliche Bedürfnisse und Erwartungen des Menschen richten.

Gestalttheoretisch ausgedrückt besitzt jeder Mensch und jedes bewusstseinsfähige Lebewesen seinen eigenen phänomenalen Mikrokosmos. Diese Mikrokosmen können über den ihnen allen gemeinsamen physikalischen Makrokosmos untereinander in Verbindung treten und wechselseitig aufeinander einwirken.

Dass im Gesamtprozess dieser wechselseitigen Einwirkung die anschauliche Präsenz der ersten Art eine maßgebliche Rolle spielt, ergibt sich unmittelbar aus der Steuerungsfunktion der anschaulichen Welt. Aber auch die anschauliche Präsenz der zweiten Art ist deshalb nicht weniger bedeutend. Sie spielt in allen Prozessen der Vornahme, des „Probierens“, des „inneren Dialogs“, der Frustrationsverarbeitung, der Konfliktbewältigung, oder allgemeiner: des „inneren“ Spannungsausgleichs und –aufbaus und der Feinabstimmung psychischer Funktionen eine unverzichtbare Rolle (siehe dazu die Zusammenfüh-

rung der Konzepte von Metzger, Lewin und Henle in Stemberger 2015).

Aus diesen Unterschieden ergeben sich weitere Unterschiede, die auch in der Psychotherapie eine wesentliche Rolle spielen. Vereinfacht kann man sagen, dass die Stärken der anschaulichen Präsenz im ersten Sinn in der „Realitätsprüfung“, im realen Handlungsvollzug und in der aktiven Bewältigung von Lebensproblemen bestehen. Die Stärken der anschaulichen Präsenz im zweiten Sinn hingegen liegen in ihrem etwas geringeren Realitätsgrad und der damit verbundenen größeren Variabilität und Flexibilität, was sie besonders geeignet macht für das Experimentieren mit neuen Möglichkeiten und Sichtweisen und den damit verbundenen Möglichkeiten der psychischen Umstrukturierung (siehe dazu Fuchs & Stemberger 2018).

*Gerhard Stemberger  
(Wien und Berlin)*

## Literatur

- Bischof, Norbert (1966): Erkenntnistheoretische Grundlagenprobleme der Wahrnehmungspsychologie. In: Metzger, W. (Hrsg.): *Handbuch der Psychologie*, Bd. I, Hbd. 1. Göttingen: Hogrefe, 21-78.
- Fuchs, Thomas & Gerhard Stemberger (2018): Mehr Fortschritt durch Beteiligung weiterer Personen am therapeutischen Prozess? *Phänomenal – Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie*, 10(1), 37ff.
- Metzger, Wolfgang (2001): *Psychologie. Die Entwicklung ihrer Grundannahmen seit der Einführung des Experiments*. 6. unveränderte Auflage. Wien: Verlag Wolfgang Krammer.
- Stemberger, Gerhard (2015): Ich und Selbst in der Gestalttheorie. *Phänomenal – Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie*, 7(1), 19-28.
- Sterneck, Katharina (2018): Vom Nutzen erkenntnistheoretischer Modelle für Psychotherapeuten. *Phänomenal – Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie*, 10(1),
- Tholey, Paul (1980/2018): Erkenntnistheoretische und systemtheoretische Grundlagen der Sensumotorik aus gestalttheoretischer Sicht (1980). In: P. Tholey, *Gestalttheorie von Sport, Klartraum und Bewusstsein. Ausgewählte Arbeiten*, herausgegeben und eingeleitet von Gerhard Stemberger, Wien: Verlag Wolfgang Krammer, 3-34.

## Variabilität-Konstanz (phänomenale/anschauliche)

In der Diskussion über Gestaltprozesse des Wahrnehmens und Erkennens sind mittlerweile mehr als hundert sogenannte Gestaltgesetze beschrieben worden. Das Kategorienpaar „Variabilität und Konstanz“ (kurz „V-K“) zeichnet sich dabei durch eine Dynamik aus, die auch für die psychotherapeutische Arbeit von besonderer Bedeutung ist.

„V-K“ wurde ursprünglich 1949 von dem deutschen Gestaltpsychologen Edwin Rausch (1906–1994) als grundlegend strukturierendes Phänomen im Wahrnehmungsprozess beschrieben. Sein Schüler Friedrich Hoeth (1931–1981) ging in seinen Ausführungen zur Kategorie von „anschaulicher Variabilität und anschaulicher Konstanz“ genauso wie Rausch von folgender einfacher Fragestellung aus:

Auf der Suche nach einem geeigneten Schrank für ein bestimmtes Zimmer wird ein Kunde im Möbelhaus wohl eine Auswahl treffen, in die verschiedene Modelle einbezogen oder eben ausgeschlossen werden. Das Zimmer und seine mehr oder weniger bewusst wahrgenommenen Merkmale (Größe, Funktion, Atmosphäre etc.) stellen in diesem Fall eine „anschauliche Konstante“ dar, für die nun ein passendes Objekt gesucht wird. Demnach hat der zu wählende Schrank in diesem Fall den Wert der „Variablen“. Ein umgekehrter Fall liegt vor, wenn ich bereits einen Schrank besitze und nach einem dafür geeigneten Zimmer suche. Nun stellt der Schrank für den Besitzer eine anschauliche Konstante dar und das zu suchende Zimmer fungiert in der Wahrnehmung als Variable.

In einem anderen Beispiel wird ei-

ner Person auf einem Blatt Papier ein Rechteck gezeigt, welches höher ist als breit und die Person dazu gefragt, in welcher Art dies nun von einem Quadrat abweicht. Eine überwiegende Mehrheit antwortet, dass dieses Rechteck wohl „zu hoch“ sei, seltener wird festgestellt, dass das Rechteck „zu schmal“ sei. Die wahrgenommene Grundlinie ist hier also eine angenommene Quasi-Festlegung auf die sich die Variable (Höhe) bezieht. Die Antworten „zu hoch“, „zu schmal“ drücken auch die Bezogenheit zur angenommenen konstanten Ausgangslage aus.

An diesen einfachen Beispielen soll verdeutlicht werden, wie sehr „Objekte“ in unserem Lebensraum unterschiedliche Erlebnisqualitäten haben können, die auch dem Einfluss der „Variabilitäts-Konstanz“-Verhältnisse unterliegen. Dieses Phänomen kommt keineswegs nur in der Wahrnehmung von Gegenständen oder figuralen Objekten vor, sondern zeigt sich auch in anderen Fällen, wie z.B. Annahmen, Meinungen und Einstellungen, die ebenfalls von „Variabilitäts-Konstanz“-Verhältnissen mit beeinflusst werden.

In der Reflexion über soziale Selbstverständlichkeiten kommt den zugrundeliegenden Meinungen, Einstellungen, die im jeweiligen sozialen System als scheinbar gegebene Norm gelebt werden, eine besondere Bedeutung zu. Sie wirken als anschauliche Konstante und können beim Aufeinandertreffen unterschiedlicher Lebensweisen, wenn es zu keiner Veränderung (Variabilisierung) des eigenen kulturellen Normsystems kommt, zu erheblichen Spannungen führen.

Bezogen auf die psychotherapeutische Arbeit sind diese (oft gar nicht bewussten) Grundannahmen,

Überzeugungen und Glaubenssätze unserer KlientInnen, aber auch die der TherapeutInnen, besonders zu beachten. In Analogie zum Figur-Grundverhältnis (Rausch 1949) erscheint uns der Grund in der Regel als gegebener, nicht veränderbarer, konstanter Hintergrund für wechselnde (variable) Figuren. Unter Konstanz ist auch nicht eine bewusste Setzung derselben gemeint ist, sondern eine „naive Quasi-Festlegung“ (Hoeth) einer Situation, die den Blick auf mögliche alternative Lösungen behindern kann.

Derartige Festlegungen und Grundannahmen entwickeln sich im Laufe des Lebens und dienen an sich auch einer Sinnbildung und Strukturvereinfachung komplexer Person-Umwelt-Zusammenhänge. Sie können jedoch unter bestimmten Umständen auch dazu führen, dass diese, oft gar nicht mehr bewusst wahrgenommenen „Selbstverständlichkeiten“ selbst starr und rigid werden und in der Folge die Frage nach Alternativen, dem „auch anders sein Können“ (Hoeth), nicht mehr gestellt wird. Erschütterungen jener für unabänderlich gehaltener Regeln, Einstellungen, Wertehaltungen sind oft mit dem Anlass, therapeutische Hilfe aufzusuchen, verbunden.

Eine psychotherapeutische Auseinandersetzung bedeutet daher häufig auch eine Variabilisierung der Konstanten, durch die erst eine Veränderung ermöglicht werden kann. Mit Veränderungen sind aber nicht die Veränderungen des Objektes oder der Sache selbst gemeint, sondern Veränderungen *am erlebten (anschaulichen) Selbst-Objektzusammenhang*.

Die relationale Ordnung von Selbst- und Objekt-Weltbezug kann durch massiv anhaltenden Stress schwer erschüttert und in ihrer Flexibilität ein-

geschränkt sein. Eine Lebenssituation (Variable) kann dann derart dominant erscheinen, dass Teilbereiche und besonders ich-nahe Bereiche (Konstante) nicht mehr in Erscheinung treten und im Extremfall sogar zu verschwinden drohen. Das mündet nicht selten in einer phänomenalen Einengung, die durch einen Rückfall auf primitivere Gestaltungsmuster ausgelöst und aufrechterhalten wird.

Zusammengefasst lassen sich die dynamischen Aspekte auf der Basis des Kategorienpaares „Variabilität-Konstanz“ folgendermaßen beschreiben (Tomandl 2011):

- Eine Anpassung an lebensverändernde Umstände kann oft dann nicht mehr gelingen, wenn die vorgefundene Lebenssituation (Variable) in einer hohen Diskrepanz zum verfügbaren konstanten Schema (Grundannahme) steht.
- Die Variable (z.B. ein Ereignis) erscheint für den Betroffenen unveränderbar, unbeeinflussbar mit der Folge eines Gefühls der Ohnmacht und Entscheidungsunfähigkeit.
- Die Grundannahmen, Glaubenssätze (Konstanten) werden oft gar nicht bewusst wahrgenommen.
- Verändern, Variabilisieren meint eine Reflexion und Abstraktion der Situation und der diesbezüglichen eigenen Gedanken und Gefühle, was auch eine Förderung der Bewusstheit etwaiger Grundannahmen inkludiert.

Gerald Tomandl (Wien)

## Literatur

- Rausch, Edwin (1949): Variabilität und Konstanz als phänomenologische Kategorien. *Psychologische Forschung*, 23, 69-114.
- Hoeth, Friedrich (1979): Variabilität und Konstanz als phänomenologische Kategorien. *Gestalt Theory*, 1(1), 19-25.
- Tomandl, Gerald (2011): Wenn der Grund ins Wanken gerät... Das „Variabilitäts-Konstanz“-Phänomen in Krisenintervention und Psychotherapie. *Phänomenal* 3(2), 22-29.