

# Persönlichkeitsentwicklung durch Begegnung

Das personenzentrierte Konzept in Psychotherapie,  
Erziehung und Wissenschaft

Herausgegeben von  
der Arbeitsgemeinschaft  
Personenzentrierte Gesprächsführung



Österreichischer Bundesverlag, Wien

## Inhalt

Zu diesem Buch .....	7
Carl R. Rogers: Die Grundlagen des personenzentrierten Ansatzes .....	10
Robert Hutterer: Authentische Wissenschaft — Auf der Suche nach einem personenzentrierten, humanistischen Verständnis von Wissenschaft und Forschung .....	27
X Carl Rogers im Gespräch mit Martin Buber.....	52
Karl Garnitschnig: Das Selbst sein, das man in Wahrheit ist — Aspekte einer Theorie der Selbstverwirklichung .....	73
Franz Sedlak: Von der Selbstfindung zur Verantwortlichkeit.....	95
Peter F. Schmid: Erkennen und Erleben — Gedanken zum Gespräch zwischen Psychoanalyse und personenzentrierter Therapie am Beispiel der Übertragung — und ein Stück darüber hinaus .....	110
Gerhard Pawlowsky: Empathie in der Psychotherapie — Überlegungen aus personenzentrierter und psychoanalytischer Sicht.....	128
Joachim Sauer: Zum Problem des „subjektiven Faktors“ im personenzentrierten Ansatz von Rogers .....	140
Monika Zitta: Auf der Suche nach einem gruppentheoretischen Rahmen für die personenzentrierte Gruppenarbeit .....	162
Douglas A. Land: Therapie als Kunstform .....	176
X Reinhold Stipsits: Ablenkung und Klischee — Über den „Schatten“ im personenzentrierten Konzept.....	184
Valerie M. Henderson: Choreographie in langfristigen Beziehungen .....	195
Herbert Altrichter: Die Kunst, zu lehren — und damit aufzuhören — Zur Förderung bedeutungsvollen Lernens an der Hochschule .....	198
Walter Fartacek/Hubert Teml: Personenzentrierte Werterziehung in der Schule .....	226
Namensregister .....	256
Autorenverzeichnis .....	257

Alle Rechte vorbehalten

© Franz Deuticke Verlagsgesellschaft m. b. H., Wien 1984.

Jede Art der Vervielfältigung, auch auszugsweise, gesetzlich verboten.

Gedruckt auf h'frei Offset, 90 g

Druck: Vorwärts

ISBN 3-7005-4499-5

## Carl Rogers im Gespräch mit Martin Buber

Während Martin BUBERS Aufenthalt in Amerika im April 1957 — arrangiert von William Alanson White Foundation — wurde von der Universität Michigan eine Konferenz über Martin BUBER im amerikanischen Mittelwesten organisiert. Der berühmte Philosoph von der Universität Jerusalem hielt während der drei Tage dauernden Konferenz zahlreiche Vorlesungen, wobei er sich auf jene Texte bezog, die er in Washington als die William-Alanson-White-Memorial-Vorlesungen überreicht hatte.

Ein weiterer interessanter Programmpunkt in Ann Arbor war ein Gespräch zwischen Martin BUBER und Carl ROGERS, dem Professor für Psychologie und Leiter des University of Chicago Counseling Center, am 18. April. Dieses Gespräch wurde aufgezeichnet, und auf Grund zahlreicher Nachfragen bringen wir hier nun eine Niederschrift davon.<sup>1</sup>

Rev. DeWitt BALDWIN: Dies ist eine ungewöhnliche Gelegenheit — eine Sitzung, bei der es uns eine Stunde lang vergönnt ist, die Gedankengänge zweier Menschen zu verfolgen, die sich mit ihren eigenen Ideen näher beschäftigen wollen. Ich möchte nun einen Herrn vorstellen, dem ich es dann überlasse, über die anderen zu sprechen. Ihr Diskussionsleiter ist Prof. Maurice S. FRIEDMAN, Professor für Philosophie am Sarah Lawrence College, Bronxville, New York. Prof. FRIEDMAN ist einer der besten amerikanischen Kenner von Martin BUBER. Er studierte zuerst in Harvard, dann an der Ohio State University und promovierte schließlich an der Universität von Chicago. In bezug auf Martin BUBER ist er am besten bekannt für sein Buch „Martin Buber, the Life of Dialogue“. So gebe ich das Wort weiter an Sie, Maurice, und ich weiß, daß das Gespräch interessant werden wird.

Maurice FRIEDMAN: Danke, DeWitt BALDWIN. Es macht mir viel Freude, diese Diskussion zu leiten, denn ich glaube sagen zu können, daß vielleicht ich es war, der dieses Gespräch zwischen Prof. BUBER und Prof. ROGERS schon vor einigen Jahren angeregt hat, als mich jemand auf die Übereinstimmung in ihren Gedankengängen aufmerksam machte. Ich schrieb an Dr. ROGERS, und er war so freundlich, mir einiges Material zuzusenden; wir korrespondierten dann eine Weile miteinander. Schließlich sandte ich dieses Material einschließlich einiger Artikel von Dr. ROGERS an Prof. BUBER; daher war ich wirklich sehr froh, als die Idee entstand, hier ein Gespräch zwischen beiden zu veranstalten.

Ich denke, es ist ein sehr bedeutendes Treffen, nicht nur vom Standpunkt der Psychotherapie aus, sondern auch deswegen, weil beide Männer von uns bewundert werden als Persönlichkeiten mit einem Zugang zu menschlichen Beziehungen und menschlichen Werten. Es gibt so viele bemerkenswerte Ähnlichkeiten in ihren Gedankengängen, daß es höchst interessant ist, das Privileg zu haben, sie miteinander sprechen zu hören und die Resultate zu sehen, zu

denen sie gelangen. Meine Rolle als Diskussionsleiter beschränkt sich darauf, gelegentlich diese Resultate zu verdeutlichen oder in der einen oder anderen Form auszulegen. Ich glaube nicht, daß es nötig ist, Ihnen Prof. BUBER vorzustellen, da er ja der Mittelpunkt der Konferenz ist. Und ich bin sicher, daß ich Ihnen auch Prof. ROGERS nicht vorzustellen brauche. Er ist schon seit vielen Jahren bekannt als der Begründer der einst so genannten „nicht direktiven Therapie“ — nun, glaube ich, umbenannt in „klientenzentrierte Therapie“; er ist der Geschäftsführer des University of Chicago Counseling Center und unterhält sehr fruchtbare Beziehungen zur theologischen Fakultät und zu den Personality und Religion courses dort. Dieses Gespräch soll in der Form geführt werden, daß Dr. ROGERS Fragen an Dr. BUBER stellen und Dr. BUBER antworten wird, vielleicht mit einer Frage, vielleicht mit einer Feststellung. Wir geben ihnen nun das Wort.

Carl ROGERS: Eines möchte ich dem Publikum mitteilen, bevor ich das Gespräch mit Dr. BUBER beginne: Dies ist ganz sicher ein spontanes Gespräch. Das schlechte Wetter verzögerte meine Anreise so weit, daß ich erst vor ein oder zwei Stunden Dr. BUBER hier treffen konnte, obwohl ich ihm schon vor langer Zeit in seinen Schriften begegnet bin.

Ich denke, daß die erste Frage, die ich Ihnen, Dr. BUBER, gerne stellen würde, ein bißchen unverschämt klingen mag, aber ich werde versuchen, es zu erklären, und dann wird es vielleicht nicht mehr so unverschämt aussehen. Was mich interessiert, ist folgendes: Wie konnten Sie sich so eingehend mit zwischenmenschlichen Beziehungen beschäftigen und ein so tiefes Verständnis des menschlichen Individuums erwerben, ohne ein Psychotherapeut zu sein? (BUBER lacht.) Der Grund, warum ich frage, ist der, daß ich meine, daß viele von uns ein ähnliches Fachwissen erlangt haben, wie Sie es in Ihren Schriften zum Ausdruck bringen, aber sehr oft sind wir zu diesem Fachwissen gelangt durch unsere Erfahrung in der Psychotherapie. Ich denke, daß es etwas gibt in der therapeutischen Beziehung, das uns die Erlaubnis, ja fast die formelle Erlaubnis erteilt, in eine tiefe und enge Beziehung mit einem Menschen einzutreten, und so tendieren wir dazu, auf diese Art und Weise sehr viel zu lernen. Ich denke an einen Freund, der Psychiater ist, und der sagt, daß er nie soviel von einem Menschen spürt wie in seinen therapeutischen Gesprächen. Ich teile dieses Gefühl. Und daher — wenn die Frage nicht zu persönlich ist — würde es mich interessieren, zu hören, auf welchem Wege es ihnen möglich war, soviel über Menschen und zwischenmenschliche Beziehungen zu lernen?

Martin BUBER: Hm. Das ist eine ziemlich biographische Frage. Ich denke, daß ich anstatt einer Antwort zwei geben muß. Eine ist, daß ich — wie soll ich es sagen — in der Psychiatrie nicht total unbewandert bin, da ich vor langer Zeit,

als ich ein Student war, drei Semester Psychiatrie studiert habe, was man in Deutschland Psychiatrische Klinik nennt. Das letztere interessierte mich am meisten. Sie sehen, ich habe nicht Psychiatrie studiert, um ein Psychotherapeut zu werden. Ich studierte drei Semester lang: Zuerst in Leipzig, wo wir Studenten von WUNDT waren. Anschließend in Berlin bei MANDEL, und ein drittes Semester bei BLEULER, der der Interessanteste von den dreien war. Ich war damals ein sehr unerfahrener und noch sehr wenig Verständnis aufbringender junger Mann. Aber ich habe das Gefühl, daß ich viel erfahren wollte über den Menschen, und zwar über den Menschen im sogenannten pathologischen Zustand. Schon damals zweifelte ich daran, ob dies die richtige Bezeichnung sei. Ich wollte solche Menschen sehen, womöglich auch näher kennenlernen, und soweit ich mich erinnern kann, Beziehungen aufbauen, eine echte Beziehung zwischen dem, was wir einen geistig gesunden Menschen nennen, und dem, was wir einen pathologischen Menschen nennen. Und das lernte ich bis zu einem gewissen Maß — soweit eben ein Bursch von 20 Jahren oder so solche Dinge überhaupt lernen kann. (Gelächter.)

Was mein Wissen hauptsächlich bekundete, war etwas anderes. Es war eine gewisse Neigung, Menschen kennenzulernen und — soweit eben möglich — etwas in dem anderen zu ändern, aber auch mich von ihm ändern zu lassen. Ich leistete niemals Widerstand. Ich begann als junger Mann. Ich fühlte, daß ich nicht das Recht hatte, einen anderen zu ändern, wenn ich nicht selbst offen dafür war, von ihm geändert zu werden — soweit dies eben legitim ist. Etwas muß geändert werden. Die besonderen Eigenschaften des anderen, seine Ideen sind fähig, diese Änderung mehr oder weniger herbeizuführen. Ich kann sozusagen nicht über ihm stehen und sagen: „Nein! Ich nehme an dem Spiel nicht teil. Du bist verrückt.“ Ich will es so sehen. Es gab zwei Phasen. Die erste Phase dauerte bis zum Jahr 1819 (1918), also ungefähr bis zu meinem 40. Lebensjahr. Und dann, im Jahr 1918, fühlte ich etwas ziemlich Eigenartiges. Ich fühlte, daß ich von etwas, das damals gerade zu Ende ging, nämlich vom Ersten Weltkrieg, ziemlich stark beeinflusst worden war.

Carl ROGERS: Im Jahr 1918?

Martin BUBER: M-hmmm. Damals ging es zu Ende, und während des Krieges fühlte ich nicht viel von diesem Einfluß. Aber am Ende fühlte ich: „Oh, ich bin davon sehr stark beeinflusst worden.“ Denn ich konnte das, was vorging, nicht aufhalten, und ich war gezwungen — wenn ich es so sagen darf —, damit zu leben. Verstehen Sie? Dinge, die gerade in diesem Moment passiert sind. Sie können das als eingebildet oder als real bezeichnen, sich vorzustellen, was passierte. Diese Vorstellung, vier Jahre lang, beeinflusste mich ungeheuerlich — gerade, als der Krieg zu Ende war. Dieser Zustand wurde beendet durch eine

bestimmte Episode im Mai 1919, als ein Freund von mir, ein großer Freund, ein großer Mann, von den antirevolutionären Soldaten in einer sehr barbarischen Art und Weise getötet wurde und ich nun noch einmal — und dies war das letzte Mal — gezwungen war, mir diesen Tod vorzustellen, aber nicht nur optisch, sondern — wenn ich so sagen darf — auch physisch. Und dies war der entscheidende Moment, nach dem ich nach einigen Tagen und Nächten in dieser Verfassung fühlte: „Oh, etwas ist mit mir geschehen.“ Und von da an waren meine Begegnungen mit Menschen, besonders mit jungen Menschen, irgendwie anders. Ich hatte eine entscheidende Erfahrung, die Erfahrung von vier Jahren, angefüllt mit vielen Einzelerfahrungen, und von nun an mußte ich mehr investieren als nur meine Neigung, Gedanken und Gefühle auszutauschen usw. Ich mußte die Früchte meiner Erfahrungen weitergeben.

Carl ROGERS: M-hm. Das klingt, als ob Sie sagen wollten, daß Sie Ihr Wissen oder vielleicht zumindest einen Teil davon rund um Ihr 20. Lebensjahr erworben haben; die zweite Stufe der Erkenntnisse über zwischenmenschliche Beziehungen erwarben Sie sich durch den Wunsch, Menschen offen zu begegnen, ohne dominieren zu wollen. Und dann — ich sehe das als eine Art dreifache Antwort —, und dann drittens: Sie erwarben sich auch Kenntnisse durch das Leben im Weltkrieg und durch das Erleben dieses Krieges in Ihren eigenen Gefühlen und Vorstellungen.

Martin BUBER: Ja, so ist das. Weil dieses letztere der Wirklichkeit entsprach; ich kann das nicht anders ausdrücken: Es war wirklich das Zusammenleben mit den Menschen, mit Menschen, die im Krieg verwundet und getötet wurden.

Carl ROGERS: Sie fühlten ihre Wunden.

Martin BUBER: Ja, aber fühlen ist nicht stark genug — das Wort fühlen.

Carl ROGERS: Ich möchte versuchen, Ihnen etwas vorzuschlagen, auch wenn uns das ein bißchen unterbricht. Ich kann nicht zugleich das Mikrofon und Sie anschauen. Würde es Ihnen etwas ausmachen, wenn ich den Tisch ein bißchen drehe? (Er dreht den Tisch.)

Martin BUBER: Ist es nun in Ordnung?

Carl ROGERS: Ja, so scheint es besser zu sein.

Maurice FRIEDMAN: Während er den Tisch umstellt, möchte ich nur bemerken, daß Prof. ROGERS' Frage mich an einen Studenten eines Baptistenseminars erinnerte, der mit mir über Prof. BUBERS Geisteshaltung sprach. Bevor er ging, sagte er: „Ich muß Sie etwas fragen. Prof. BUBER ist so ein guter Mensch. Wie kommt das, daß er kein Christ ist?“ (Gelächter.)

Martin BUBER: Darf ich Ihnen eine Geschichte erzählen — nicht über mich;

aber eine wahre Geschichte, keine Anekdote. Ein christlicher Offizier mußte im Zweiten Weltkrieg seinen Soldaten die Judenproblematik erklären. Natürlich begann er damit, was Hitlers Absicht sei usw., und er erklärte ihnen, daß die Juden nicht ein barbarisches Volk seien, sondern eine große Kultur hätten usw., und er bat einen jüdischen Soldaten, der unter ihnen war: „Nun sprich du weiter und erzähl' ihnen etwas.“ Und dieser junge Jude erzählte ihnen etwas über Israel und sogar über Jesus. Darauf antwortete einer der Soldaten: „Willst du damit sagen, daß wir, bevor euer Jesus kam, gar keine Christen waren?“

1. Carl ROGERS: Ich möchte nun weiterschreiten zu einer Frage, die mich oft beschäftigt hat. Ich habe mich gefragt, ob Ihr Begriff von dem, was Sie Ich-Du-Beziehung nennen, dem ähnlich ist, was ich als die wirkungsvollen Momente in einer therapeutischen Beziehung sehe? Wenn Sie erlauben, würde ich gerne in einigen Sätzen sagen, was ich diesbezüglich für wichtig halte, und dann könnten Sie vielleicht von Ihrem Gesichtspunkt aus kritische Bemerkungen dazu machen. Ich meine, wenn ich als Therapeut erfolgreich bin, dann trete ich in eine Beziehung als subjektiv eingestellte Person ein, nicht als Untersuchender, nicht als Wissenschaftler.

2. Ich meine weiters, daß ich dann am erfolgreichsten bin, wenn ich so ziemlich ganz in dieser Beziehung aufgehe, das heißt, wenn ich stets ehrlich bin. Sicherlich gibt es viele Aspekte meines Lebens, die nicht in diese Beziehung hineingebracht werden, aber was in die Beziehung hineingetragen wird, beruht auf Ehrlichkeit. Es gibt nichts Verstecktes. Weiters meine ich, daß ich in einer solchen Beziehung den aufrichtigen Willen spüre, zu sein, was er ist. Ich nenne das Akzeptanz. Ich weiß, daß das kein sehr gutes Wort ist, aber ich möchte damit ausdrücken, daß ich willens bin, mir seine Gefühle anzueignen, seine Einstellung zu meiner zu machen, die Person zu sein, die er ist. Und dann gibt es noch einen weiteren wichtigen Aspekt für mich: Ich denke, daß ich in diesen 3. Momenten imstande bin, mit großer Klarheit seine Art der Erfahrung zu fühlen, so wie sie ihm erscheint, die Wirklichkeit von ihm aus gesehen, ohne jedoch meine eigene Persönlichkeit oder Besonderheit diesbezüglich zu verlieren. Dann, wenn zusätzlich zu diesen Fähigkeiten meinerseits mein Patient oder die Person, mit der ich arbeite, imstande ist, etwas von diesen Einstellungen in mir zu spüren, dann erscheint es mir als eine reale, erfahrungsorientierte Begegnung von Menschen, in welcher jeder von uns geändert wird. Manchmal denke ich, daß der Patient mehr geändert wird als ich, aber ich vermute, daß beide in dieser Art von Erfahrung geändert werden. Nun sehe ich eine gewisse Ähnlichkeit zwischen dieser Erfahrung und dem, was Sie als Ich-Du-Beziehung bezeichnet haben. Und doch vermute ich auch Unterschiede. Ich wäre sehr interessiert zu hören, inwiefern diese Beschreibung in einer Beziehung zu ste-

hen scheint zu dem, was Sie als Ich-Du-Beziehung im Zusammentreffen zweier Menschen bezeichnet haben.

Martin BUBER: Nun muß auch ich versuchen, Fragen zu stellen zu dem, was Sie meinen. Zuallererst würde ich sagen, daß es sich hier um die Tätigkeit eines Therapeuten handelt. Dies ist ein sehr gutes Beispiel für ein bestimmtes Moment der dialogischen Existenz. Ich meine, zwei Personen haben eine bestimmte Situation gemeinsam. Diese Situation ist von Ihrem Standpunkt aus — Punkt ist kein gutes Wort, aber lassen Sie uns es von Ihrem Standpunkt aus sehen — ... da ist ein kranker Mann, der zu Ihnen kommt und Sie um eine bestimmte Art von Hilfe bittet. Nun ...

Carl ROGERS: Darf ich hier unterbrechen?

Martin BUBER: Bitte.

Carl ROGERS: Wenn dieser Mensch von meinem Standpunkt aus krank ist, dann werde ich wahrscheinlich nicht von so großer Hilfe sein können, wie ich es sonst könnte. Ich fühle, das ist eine Person. Ja, jemand anderer mag ihn krank nennen, oder wenn ich ihn von einem objektiven Standpunkt aus betrachte, dann könnte ich dem auch zustimmen: „Ja, er ist krank.“ Aber wenn ich in eine Beziehung zu diesem Menschen trete, dann gewinne ich folgenden Blickpunkt: „Ich bin eine relativ gesunde Person, und das ist eine kranke Person ...“

Martin BUBER: Das meine ich nicht.

Carl ROGERS: ... es ist auch nicht gut.

Martin BUBER: Ich meine nicht ... Lassen wir einmal dieses Wort „krank“ weg. Ein Mensch kommt zu Ihnen und bittet um Hilfe. Der wesentliche Unterschied zwischen Ihrer Rolle in dieser Situation und seiner ist offensichtlich: Er kommt zu Ihnen um Hilfe. Sie kommen nicht zu ihm um Hilfe. Und nicht nur das; Sie sind mehr oder weniger fähig, ihm zu helfen. Er kann Ihnen manche Dienste erweisen, aber er kann Ihnen nicht helfen. Und nicht nur das allein. Sie *sehen* ihn wirklich. Ich will damit nicht sagen, daß Sie sich nicht irren können; aber Sie sehen ihn, wie Sie eben bemerkten, so wie er *ist*. Er ist bei weitem nicht imstande, Sie so zu *sehen*. Der Unterschied liegt nicht nur im Grad, sondern auch in der Art des Sehens. Sie sind ganz bestimmt eine sehr wichtige Person für ihn. Aber Sie sind nicht ein Mensch, den er sehen und kennen möchte; und er kann es auch nicht. Sie sind wichtig für ihn. Sie sind ... er quält sich ab, er kommt zu Ihnen. Er ist, wenn ich es so ausdrücken darf, verstrickt in Ihr Leben, in Ihre Gedanken, in Ihr Sein, in Ihre Kommunikation usw. Aber er ist nicht an Ihnen als Persönlichkeit interessiert. Das kann nicht sein. Sie sind — wie Sie sagen, und das ist richtig — an ihm als Persönlichkeit interessiert. Diese Art unparteiischer Gegenwart kann er nicht haben und geben. Nun, dies ist,

soweit ich es sehe, der erste Punkt. Und der zweite ist — bitte, Sie können mich jeden Moment unterbrechen.

Carl ROGERS: Ich möchte das wirklich verstehen. Die Tatsache, daß ich imstande bin, ihn weniger verzerrt zu sehen als er mich, und daß ich in der Rolle des Helfenden bin und daß er gar nicht versucht, mich im selben Sinn kennenzulernen — ist das das, was Sie mit dem Ausdruck „unparteiische Gegenwart“ meinen? Ich wollte nur sicher gehen.

Martin BUBER: Ja, nur das.

Carl ROGERS: O. K.

Martin BUBER: Nun, der zweite Faktor, soweit ich es sehe, liegt in dieser Situation, die Sie mit ihm gemeinsam haben, aber von einer anderen Seite. Sie sind auf einer Seite, wenn ich so sagen darf, auf der mehr oder weniger aktiven, und er ist mehr oder weniger erdulnd, nicht ganz aktiv, nicht ganz passiv natürlich, aber relativ. Lassen Sie uns nun diese gemeinsame Situation genauer betrachten — von Ihrem Standpunkt aus und von seinem: Die gleiche Situation. Sie können sehen, fühlen, erfahren — von beiden Seiten aus. Von Ihrer Seite, indem Sie ihn sehen, beobachten, kennenlernen, ihm helfen . . . Von Ihrer Seite und von seiner Seite. Ich wage es zu sagen, daß Sie seinen Standpunkt sogar physisch erfahren können. Wenn Sie zum Beispiel etwas tun, so fühlen Sie sich selbst zuerst von dem berührt, was Sie für ihn tun. Er kann das überhaupt nicht. Sie sind zugleich auf Ihrer Seite und auf seiner Seite. Hier und dort, oder lassen Sie mich lieber sagen, dort und hier. Wo er ist und wo Sie sind. Er kann nur dort sein, wo er ist. Ich akzeptiere das. Ich habe überhaupt nichts dagegen einzuwenden. Aber die *Situation* hat etwas dagegen einzuwenden. Sie haben notwendigerweise eine andere Einstellung zu der Situation als er. Sie sind fähig, etwas zu tun, was er nicht tun kann. Sie und er sind nicht gleich und können es auch nicht sein. Sie haben die große Aufgabe, die Sie sich selbst auferlegt haben, eine große, selbst aufgebürdete Aufgabe, diesen seinen Mangel auszugleichen und um ziemlich viel mehr zu tun als in einer normalen Situation. Aber natürlich gibt es Grenzen, und ich darf Ihnen in Ihrer Erfahrung als Therapeut, als ein Mensch, der heilt oder bei der Heilung hilft, sicherlich sagen, was Sie immer wieder erfahren müssen: die Grenzen des einfachen Menschsein: Wenn ich davon ausgehe, daß ich und mein Partner — sozusagen — einander gleich sind, auf derselben Ebene stehen. Ich weiß, Sie *meinen*, auf derselben Ebene zu sein, aber Sie können es nicht. Es gibt Sie, Ihre Art zu denken, Ihre Art zu handeln nur einmal; es gibt auch eine gewisse Situation — wir sind so und so —, die manchmal fraglich sein kann, sogar schrecklicher als das, was wir als tragisch bezeichnen. Das können Sie nicht ändern. Die Menschheit, der menschliche Wille, das menschliche Verständnis sind nicht alles. Wir sind

mit einer gewissen Realität konfrontiert. Wir können das nicht für einen Moment vergessen . . .

Carl ROGERS: Was Sie gesagt haben, ruft in mir eine Menge Reaktionen hervor. Eine davon, denke ich, ist diese: Lassen Sie mich zuerst bei einem Punkt beginnen, in dem wir vermutlich übereinstimmen . . . Ich vermute, daß Sie mir zustimmen, wenn ich sage, daß die Therapie dann fast beendet ist, wenn der Patient einen Punkt erreicht, wo er erfahren kann, was er ausdrückt, aber auch mein Verständnis seines Ausdrucks und meine Reaktion darauf erfahren kann usw.

Martin BUBER: Ja. Das ist nicht das, was ich meine.

Carl ROGERS: O. K. Etwas anderes, was ich fühle, ist folgendes: Ich habe mich oft gefragt, ob dies einfach eine persönliche, individuelle Besonderheit meinerseits sei, aber es scheint mir, daß ich, wenn ein anderer Mensch sich selbst und seine Erfahrung usw. ausdrückt — nicht so, wie Sie es beschrieben haben —, das Gefühl habe, anders als er zu sein. Ich weiß nicht genau, wie ich es ausdrücken soll, aber ich habe das Gefühl, als ob in diesem Moment seine Sicht seiner Erlebniswelt, auch wenn sie verzerrt ist, für mich etwas sei, das ich mit gleicher Autorität betrachten kann; es hat die gleiche Gültigkeit wie meine Sicht vom Leben und Erleben. Es scheint mir, daß das die wirkliche Basis für Hilfeleistung im gewissen Sinne ist.

Martin BUBER: Ja.

Carl ROGERS: Und ich fühle, daß in diesem Moment ein echtes Gefühl der Gleichheit zwischen uns besteht.

Martin BUBER: Zweifelsohne. Aber ich spreche jetzt nicht über Ihre Gefühle, sondern über eine reelle Situation. Ich nehme an, daß auch Sie — wie Sie ja gerade sagten — seine Erlebniswelt betrachten. Weder Sie noch er schauen auf Ihre Erlebniswelt. Der Gegenstand der Betrachtungen ist ausschließlich er und seine Erlebniswelt. Er kann nicht — zum Beispiel in einem Gespräch mit Ihnen — seine Position ändern und Sie fragen: „Oh, Doktor, wo waren Sie gestern? Oh, Sie waren im Kino? Was sahen Sie, und wie hat es Ihnen gefallen?“ Er kann das nicht tun. Ich anerkenne sehr wohl Ihre Gefühle, Ihre Haltung, Ihre Teilnahme. Aber Sie können die vorgegebene Situation nicht ändern. Es tritt Ihnen als etwas objektiv Reales gegenüber. Nicht nur der Mensch, auch die Situation tritt Ihnen gegenüber. Das können Sie nicht ändern.

Carl ROGERS: Nun frage ich mich, wer ist Martin BUBER, Sie oder ich, denn ich fühle . . . (Gelächter . . .)

Martin BUBER: Ich bin sozusagen nicht „Martin BUBER“ — wie sagt man?

Asymmetrie

X

Carl ROGERS: In diesem Sinn bin ich auch nicht „Carl ROGERS“. (Gelächter.)

Martin BUBER: Sie sehen, ich bin nicht ein Mann, den man so einfach zitieren kann.

Carl ROGERS: Ich weiß. Ich sehe das ein. Abgesehen von dieser scherzhaften Bemerkung, wollte ich folgendes sagen: Ich denke, Sie haben ganz recht, daß eine objektive, reale Situation vorliegt, die gemessen werden kann und über die viele Leute einig werden können, wenn sie die Situation genau untersuchen. Aber ich habe die Erfahrung gemacht, daß das der Wahrheit entspricht, wenn es von außen betrachtet wird, und daß das nichts mit der Beziehung zu tun hat, die die Therapie bewirkt. Das ist etwas Unmittelbares, Ebenbürtiges, ein Zusammentreffen zweier Personen auf gleicher Ebene — auch dann, wenn es in der Welt der Ich-Es-Beziehung als sehr ungleiche Beziehung angesehen werden könnte.

Martin BUBER: Nun, Dr. ROGERS, das ist der erste Punkt, in dem wir nicht übereinstimmen.

Carl ROGERS: O. K.

Martin BUBER: Sehen Sie, ich kann nicht nur Sie, Ihren Anteil, Ihre Erlebniswelt betrachten. Nehmen wir einen Fall, wo ich mit ihm, mit dem Patienten, auch sprechen kann. Ich würde ihm sicherlich einen ganz anderen Bericht über diesen Moment jetzt geben. Sehen Sie, ich bin kein Therapeut. Ich interessiere mich für Sie und für ihn. Ich muß die Situation kennen. Ich muß Sie und ihn sehen in diesem Gespräch, vom Schicksal aneinandergekettet. In vielen Fällen läßt sich das Schicksal manchmal besiegen — mit Ihrer Methode. Ich habe gar nichts gegen Ihre Methode, verstehen Sie? Darüber brauchen wir gar nicht zu sprechen. Aber manchmal genügt es nicht, eine Methode zu haben: Sie ermöglicht Ihnen nicht, das zu tun, was nötig ist. Erlauben Sie mir, Ihnen nun eine Frage zu stellen, die anscheinend nicht hierher paßt; aber es gehört zum Thema: Sie haben sicher viel mit Schizophrenen zu tun, nicht wahr?

Carl ROGERS: Mit manchen.

Martin BUBER: Sie haben ... haben Sie auch mit — nennen wir es — Paranoikern zu tun?

Carl ROGERS: Mit manchen.

Martin BUBER: Nun, würden Sie sagen, daß die Situation in beiden Fällen die gleiche ist? Ich meine die Situation, soweit sie mit der Beziehung zwischen Ihnen und dem anderen Menschen zu tun hat. Ist die Beziehung, die Sie beschreiben, die gleiche in dem einen wie in dem anderen Fall? Das ist ein Fall, eine Frage, die mich sehr interessiert, da ich in meiner Jugend sehr an Paranoia

interessiert war. Ich weiß viel mehr über Schizophrenie, aber es interessiert mich oft sehr, und ich würde gerne wissen: Haben Sie — das würde sehr viel bedeuten — können Sie dem Paranoiker genauso begegnen?

Carl ROGERS: Lassen Sie mich zuerst bis zu einem gewissen Grade nähere Angaben zu meiner Antwort machen. Ich habe nie in einem psychiatrischen Krankenhaus gearbeitet. Ich habe es fast immer mit Menschen zu tun, die zumindest in irgendeiner Art und Weise sich an die Gesellschaft anpassen können; mit den wirklich chronisch Kranken habe ich nie zu tun. Andererseits haben wir es sowohl mit Schizophrenen als auch mit Paranoikern zu tun. Ich habe eine Theorie, die sicherlich von zahlreichen Psychiatern und Psychologen nicht anerkannt wird: Ich möchte sagen, daß kein Unterschied besteht zwischen jener Beziehung, die ich zu einer geistig gesunden Person aufbauen kann, und jener Beziehung zu einem Schizophrenen oder Paranoiker — ich finde wirklich keinen Unterschied. Das heißt natürlich nicht, daß, wenn ... hier taucht natürlich wieder die Frage vom Blickpunkt des Außenstehenden auf. Wenn man die Sache als Außenstehender betrachtet, kann man mit Leichtigkeit zahlreiche Unterschiede erkennen. Aber es scheint mir, daß im Fall einer erfolgreichen Therapie die Art des Zusammentreffens zwischen Menschen die gleiche ist, egal unter welcher psychiatrischen Kategorie sie einzuordnen ist. Das ist nur ein unbedeutender Punkt, der mir zu einigem einfiel, was Sie sagten. Es scheint mir, daß die wahrscheinlichsten Momente, in denen sich Menschen — oder ich denke sogar daran als an Momente, in denen sich Menschen sicher ändern, daß sie jene Momente sind, in welchen die Beziehung gleichermaßen von beiden erlebt wird. Wenn Sie sagen, daß Sie sicher ein ganz anderes Bild der Situation bekämen, wenn Sie mit meinen Patienten sprechen, stimme ich Ihnen zu; das würde auf viele Dinge zutreffen, die in diesem Interview geschahen. Aber man sollte doch annehmen, daß in jenen Momenten, in denen eine echte Änderung vor sich geht, das deswegen geschieht, weil zwei Menschen ein beiderseitiges Zusammentreffen in gleicher Weise erlebt haben.

Martin BUBER: Ja. Das ist wirklich wichtig.

Maurice FRIEDMAN: Darf ich hier eine Frage einstreuen?

Martin BUBER: Nein. Würden Sie bitte einen Moment warten? Ich möchte Dr. ROGERS nur erklären, warum diese Frage für mich und auch für Ihre Antwort besonders wichtig ist. Ein sehr wichtiger Punkt in meinen Gedankengängen ist das Problem der Grenzen. Das bedeutet: Ich tue etwas, ich versuche etwas, ich möchte etwas; und ich investiere meine ganze geistige Kraft in diese Tat. Und dann komme ich in einem bestimmten Moment an eine Mauer, an eine Grenze, an eine Schranke, die ich beim besten Willen *nicht* ignorieren kann. Das trifft auch zu für etwas, das mich mehr als alles andere interessiert:

das erfolgreiche Gespräch zwischen zwei Menschen. Ich meine damit nicht einfach nur eine Plauderei. Der Dialog kann auch Stille sein. Wir könnten vielleicht ohne Zuhörerschaft einen Dialog pflegen. Ich würde empfehlen, so einen Dialog ohne Zuhörerschaft zu führen. Wir könnten beieinander sitzen oder vielleicht besser miteinander spazieren gehen, ohne zu sprechen; und das könnte ein Dialog sein. Aber auch im Dialog, in einem sehr intensiven Dialog gibt es eine Grenze. Das ist der Grund, warum ich mich für Paranoia interessiere. Hier gibt es eine Grenze für den Dialog. Es ist manchmal sehr schwierig, mit einem Schizophrenen zu sprechen. Soweit ich diesbezüglich Erfahrungen gesammelt habe — und diese sind sicher dilettantisch —, kann ich sagen, daß ich in gewissen Momenten mit einem Schizophrenen sprechen kann, soweit er dazu bereit ist, mich in seine Privatsphäre eindringen zu lassen; und das will er im allgemeinen nicht. Aber einige Leute läßt er eindringen, und so kann es sein, daß er auch mir Eintritt gewährt. Aber sobald er sich der Außenwelt gegenüber verschließt, kann ich nicht weitertun. Und dasselbe ist der Fall bei einem Paranoiker, nur in einer viel nachdrücklicheren Art und Weise, die schrecklich ist. Er öffnet sich nicht, und er verschließt sich nicht. Er *ist* verschlossen. Mit ihm geschieht etwas, das ihn verschließt. Und die Fürchterlichkeit dieses Schicksals fühle ich sehr nachdrücklich, weil es in der Welt der normalen Menschen analoge Fälle gibt. Geistig gesunde Menschen verhalten sich nicht allen, aber manchen gegenüber geradeso: verschlossen, und das Problem ist, ob man ihnen helfen kann, offener zu werden, oder ob sie es selbst schaffen usw. Und das ist ein allgemein menschliches Problem.

Carl ROGERS: Ja, ich denke, ich verstehe als . . .

Martin BUBER: Nun möchte Dr. FRIEDMAN etwas sagen . . .

Maurice FRIEDMAN: Das gehört zu meiner Rolle als Diskussionsleiter. Ich bin nicht zufrieden mit dem Austausch der Termini Paranoiker und Schizophrener; inwiefern handelt es sich hier um einen Streitpunkt, inwiefern ist es nur der unterschiedliche Gebrauch von Termini? Lassen Sie mich daher Dr. ROGERS noch eine weitere Frage stellen. Soweit ich verstanden habe, sagte Dr. BUBER, daß es sich um eine Ich-Du-Beziehung handle, aber nicht um eine total wechselseitige, und zwar insofern, als Sie während des Treffens auch seinen Standpunkt einnehmen können, er aber nicht Ihren. Und in Ihrer Antwort darauf wiesen Sie immer wieder auf die Begegnung hin, die stattfindet, und auch auf den Wechsel, der auf beiden Seiten stattfinden kann. Aber ich habe Sie die Möglichkeit nicht einmal andeuten hören, daß er die Sache nicht von Ihrem Standpunkt aus sehen kann oder daß es ein vollkommen wechselseitiger Dialog ist, in dem Sinne, daß er auch Ihnen hilft. Und ich fragte mich, ob das nicht lediglich ein Unterschied, wenn nicht der Termini, so doch des Standpunktes

sein könnte: Sie überdenken Ihre Gefühle ihm gegenüber; für Sie ist er ein gleichwertiger Mensch, Sie achten ihn.

Martin BUBER: Es bleibt ein *entscheidender* Unterschied. Das hat nichts mit der Frage zu tun, ob man es ablehnt, dem anderen zu helfen. Das ist eine Sache, dem anderen zu helfen. Er ist ein Mann, der einem anderen helfen will. Und seine ganze Haltung ist aktiv, auf Hilfe hin orientiert. Ich möchte sagen, daß zwischen Ihrer und meiner Haltung ein himmelhoher — ja ich würde sogar lieber sagen ein abgrundtiefer Unterschied besteht. Dieser ist ein gesunder Mensch. Ein Mann, der gesund ist, dem sozusagen schon geholfen wurde, kann es sich nicht vorstellen, einem anderen zu helfen. Wie könnte er es auch?

Carl ROGERS: Ja, hier ergibt sich nun ein teilweiser Unterschied. Denn es scheint mir wieder so, daß ich in den wahrhaftesten Momenten der Therapie nicht glaube, daß diese Absicht zu helfen mehr ist als eine Grundlage. Sicher würde ich diese Arbeit nicht tun, wenn sie nicht Teil meiner Absicht wäre, und wenn ich den Patienten zum ersten Mal sehe, hoffe ich, ihm helfen zu können. Und doch glaube ich nicht, daß im nächsten Moment mein Denken nur um die Idee kreist: „Nun möchte ich dir helfen.“ Es ist viel mehr: „Ich möchte dich verstehen. Was für eine Person versteckt sich hinter der paranoiden Abschirmung oder hinter all diesen schizophrenen Verwirrungen oder hinter all diesen Masken, die du im wirklichen Leben trägst. Wer bist du?“ Es scheint mir, daß dahinter der Wunsch steckt, eine *Person* kennenzulernen, nicht „nun möchte ich helfen“. Ich meine, daß ich aus all meinen Erfahrungen gelernt habe, daß die Hilfe von selbst geschieht, wenn es uns gelingt, einander zu begegnen; aber die Hilfe ist dabei nur ein Nebenprodukt.

Maurice FRIEDMAN: Dr. ROGERS, würden Sie nicht dennoch zustimmen, daß dies nicht eine vollkommene wechselseitige Beziehung ist, in dem Sinne, daß dieser Mensch nicht dieselbe Einstellung Ihnen gegenüber hat: „Ich möchte dich verstehen. Was für eine Art von Mensch bist du?“

Carl ROGERS: Die einzige Einschränkung, die ich diesbezüglich machte, ist die, daß ich mich vielleicht in dem Moment, in dem die wirkliche Veränderung vorgeht, frage, ob das nicht wechselseitig stattfindet, und zwar in dem Sinn, daß ich imstande bin, dieses Individuum in diesem Moment so zu sehen, wie es ist, und daß es wirklich mein Verständnis und Vertrauen spürt. Und das bezeichne ich als wechselseitig, und das ruft wahrscheinlich auch die Veränderung hervor.

Martin BUBER: Hm. Sehen Sie, ich stimme Ihnen natürlich vollkommen zu, was Ihre Erfahrung betrifft. Wenn ich aber die ganze Situation betrachte, kann ich Ihnen nicht zustimmen. Da ist Ihre Erfahrung und seine. Sie geben ihm etwas, um ihn Ihnen gleichzustellen, verstehen Sie? Sie machen seinen Mangel in seiner Beziehung zu Ihnen wett. Wenn ich es so persönlich ausdrücken darf: Sie

geben ihm aus einer gewissen Fülle heraus, was er benötigt, um — sozusagen nur für diesen Moment — mit Ihnen auf einer Ebene zu stehen. Aber sogar das ist sehr — es ist ein Berührungspunkt. Es ist ein Berührungspunkt, der vielleicht nur einen Moment vorhanden ist. Soweit ich es sehe, ist er nicht in der gesamten Begegnung vorhanden. Nicht in einer ganzen Stunde. Dieser Berührungspunkt ist nur für Minuten vorhanden. Und diese Minuten werden von Ihnen ermöglicht. Überhaupt nicht von ihm.

Carl ROGERS: Mit diesem Letzten stimme ich vollkommen überein — ich spüre, daß hier eine wirkliche Meinungsverschiedenheit vorhanden ist, weil es mir scheint, daß ich ihm die Erlaubnis gebe zu *sein*. Was natürlich in gewisser Weise etwas anderes ist, als ihm etwas zu verleihen.

Martin BUBER: Ich denke, daß kein Mensch mehr als das geben kann. Ich stimme Ihnen zu — soweit es sich darum handelt, daß man für einen anderen das Leben lebenswerter macht.

Carl ROGERS: Na ja, wenn wir nicht aufpassen, werden wir gleich wieder übereinstimmen. (Gelächter.)

Martin BUBER: Fahren wir fort.

Carl ROGERS: Ich würde mich wirklich gerne einem anderen Thema zuwenden, denn soweit ich Ihre Schriften kenne, unterscheide ich noch eine weitere Art der Begegnung, die für mich in meiner Arbeit von großer Bedeutung ist und die Sie, soweit ich weiß, nicht erwähnen. Es könnte aber sein, daß ich mich diesbezüglich irre; ich weiß es nicht. Was ich meine ist folgendes: Eine der wichtigsten Arten der Begegnung, des Dialogs, scheint mir die Beziehung des Menschen zu sich selbst zu sein. In der Therapie wieder — auf die ich Bezug nehmen muß, weil das der Hintergrund meiner Erfahrungen ist — gibt es einige sehr lebendige Augenblicke, in denen das Individuum einen Teil seiner selbst kennenlernt; ein Gefühl, das es nie vorher kennengelernt hat, etwas wie eine Bedeutung seiner selbst, die ihm vorher nie bewußt gewesen ist. Das kann alles sein. Es kann sein intensives Gefühl der Einsamkeit sein oder ein schrecklicher Schmerz, den es gefühlt hat, oder etwas sehr Positives wie sein Mut usw. Aber auf jeden Fall habe ich in diesen Augenblicken den Eindruck, daß da etwas ist, das zu eben jenem Wesen dazugehört, das ich als echten Dialog bezeichne. Sein ganzes Wesen steckt in dem Gefühl, und das Gefühl steckt in ihm. Es ist etwas, das es total erfüllt. Es hat das vorher niemals erlebt. Es könnte, denke ich, wirklich bezeichnet werden als eine Begegnung mit einem Teil seiner selbst, dem es vorher niemals begegnet ist. Nun weiß ich nicht, ob Ihnen das als ein Ausdehnen des Begriffes erscheint, den Sie verwendet haben. Ich würde nur gerne Ihre Stellungnahme dazu hören. Ob Ihnen das als eine mögliche Art einer echten Begegnung erscheint? Ich möchte noch einen Schritt weitergehen. Ich nehme

an, daß ein Mensch dann, und nur dann, wenn er sich selbst in diesem Sinn begegnet ist — vielleicht vielen verschiedenen Teilaspekten seiner selbst — tatsächlich imstande ist, einem anderen in einer Ich-Du-Beziehung zu begegnen.

Martin BUBER: Wir haben es hier nun mit einem sprachlichen Problem zu tun. Sie nennen etwas Dialog, das ich nicht so nennen kann. Aber ich kann erklären, warum ich es nicht so nennen kann; warum ich eine andere Bezeichnung dafür haben möchte, die zwischen Dialog und Monolog angesiedelt ist. Für das, was ich Dialog nenne, ist das Überraschungsmoment von ungeheurer großer Wichtigkeit. Ich meine . . .

Carl ROGERS: Sie sagen „Überraschung“?

Martin BUBER: Ja, das meine ich. Ein Dialog . . . nehmen wir ein ziemlich alltägliches Bild. Der Dialog gleicht einem Schachspiel. Der Reiz des Schachs liegt darin, daß ich nicht weiß und nicht wissen kann, was mein Partner tun wird. Ich bin darüber überrascht, was er tun wird, und auf dieser Überraschung basiert das ganze Spiel. Nun weisen Sie darauf hin, daß ein Mensch sich selbst überraschen kann. Diese Überraschung unterscheidet sich aber sehr stark von jener, die ein Mensch einem anderen Menschen bereiten kann.

(Während das Tonband gewechselt wurde, setzte Dr. BUBER seine Beschreibung eines echten Dialoges fort. Ein zweites Merkmal ist, daß in einem echten Zusammentreffen oder Dialog das hervorgekehrt wird, was an dem Partner anders ist: seine Andersartigkeit.)

Carl ROGERS: Die ersten zwei Aspekte . . . ich hoffe, daß ich einmal Gelegenheit haben werde, Ihnen solche Interviews vorzuspielen, um Ihnen zu zeigen, wie dort das Überraschungsmoment vorhanden sein kann. Ich will damit folgendes sagen: Ein Mensch kann etwas ausdrücken und dann plötzlich selbst verwirrt sein durch die Bedeutung dessen, was durch einen Teil seiner selbst, der ihm bis dahin unbekannt war, ausgedrückt wurde. Er ist wirklich durch sich selbst *überrascht*. Das kann zweifelsohne passieren. Aber das Element, das von Ihrer Vorstellung des Dialoges am weitesten entfernt ist, ist folgender Umstand: Es trifft tatsächlich zu, daß diese seine eigene Andersartigkeit nicht etwas ist, das hervorgehoben werden muß. Ich denke, daß in der Art von innerem Dialog, von dem ich spreche, der Widerstand dieser Andersartigkeit vielleicht gebrochen werden könnte. Und es ist mir klar, daß diese Diskussion zumindest teilweise auch durch den Gebrauch verschiedener Termini hervorgerufen werden kann.

Martin BUBER: Und Sie merken — darf ich einen technischen Gesichtspunkt hinzufügen? Im Laufe meines Lebens habe ich gelernt, Termini zu schätzen. Und ich finde, daß dies in der modernen Psychologie nicht in ausreichendem Maße der Fall ist. Wenn ich auf etwas stoße, das sich von etwas anderem grund-

legend unterscheidet, dann brauche ich einen neuen Terminus. Ich brauche auch eine neue Idee. Nehmen wir folgendes Beispiel: Die moderne Psychologie verzeichnet im allgemeinen das Unbewußte als einen bestimmten Aspekt der Psyche. Das ergibt für mich überhaupt keinen Sinn. Wenn etwas so anders ist . . . wenn zwei Dinge voneinander so verschieden sind wie „seelische Überforderung“ und „Unbewußtes“: Die Seele einerseits ändert sich jeden Augenblick, ich kann nichts begreifen, wenn ich versuche, ihre Eigenart — dieses Sein in der bloßen Zeit — von einer Seite her zu erfassen; und andererseits ist das Unbewußte überhaupt kein Phänomen, wir haben überhaupt keinen Zutritt zu ihm, wir haben es nur mit seinen Wirkungen zu tun usw. Wir können nicht beide als psychische Phänomene bezeichnen; daß das Unbewußte etwas ist, in dem Psychisches und Psychologisches — wie soll ich es ausdrücken? — vermischt sind, genügt nicht. Sie durchdringen einander derartig, daß wir erkennen müssen, daß in bezug darauf die Termini „Körper“ und „Seele“ sozusagen nachträgliche Bezeichnungen, nachträgliche Ideen sind; und Ideen sind nie mit der Wirklichkeit gleichzusetzen. Wie können wir also diese eine Idee begreifen?

Carl ROGERS: Diesbezüglich stimme ich mit Ihnen vollkommen überein. Wenn eine Erfahrung eindeutig von anderer Art ist, dann hat sie, denke ich, auch Anspruch auf eine andere Bezeichnung. Ich nehme an, wir stimmen diesbezüglich überein. Da ich sehe, daß unsere Zeit bald um ist, vielleicht . . . ich würde gerne noch eine weitere Frage aufwerfen, die für mich von großer Bedeutung ist, aber ich weiß nicht genau, wie ich es ausdrücken soll. Lassen Sie es mich so sagen. Meine Erfahrung, die ich mit Menschen gesammelt habe, zu denen ich während der Therapie Beziehungen aufgebaut habe, hat mich gelehrt, eines zu glauben, zu fühlen und zu erleben: was ich als menschliche Natur oder Fundament der menschlichen Natur bezeichne — das ist ein schlechter Terminus, und es kann sein, daß Sie es besser bezeichnen können — etwas, dem man wirklich vertrauen muß. Und es scheint mir, daß ich in einigen Ihrer Schriften einiges von diesen selben Gefühlen wiedergefunden habe. Jedenfalls habe ich in der Therapie sehr stark die Erfahrung gemacht, daß man den Patienten keine positiven oder konstruktiven Anregungen geben muß. Diese sind im Individuum vorhanden. Mit anderen Worten: Wenn es uns gelingt, das Fundament der menschlichen Natur freizulegen, wird es selbst schöpferisch wirksam. Nun weiß ich nicht . . . ich hoffe jedenfalls, daß Sie das veranlaßt, einige Bemerkungen dazu zu machen.

Martin BUBER: Ich habe die Frage nicht genau verstanden.

Carl ROGERS: Die einzige Frage, die ich stelle, ist: Stimmen Sie mit mir überein? Wenn ich mich nicht klar ausgedrückt habe, stellen Sie mir bitte weitere Fra-

gen. Ich werde versuchen, es anders darzustellen. Es scheint mir, daß die ortho-doxe Psychoanalyse zumindest der Meinung war, daß man, wenn das Individuum sich offenbart, wenn man wirklich in das Innere des Menschen eindringt zu der Erkenntnis gelangt, daß der Mensch hauptsächlich aus Instinkten und Verhaltensmustern usw. besteht, die man beherrschen muß. Und das ist meine eigenen Erfahrung genau entgegengesetzt: Daß man nämlich, wenn man in die tiefsten Tiefen des Individuums eindringt, gerade zu jenem Teil gelangt, vor dem man am ehesten erwarten kann, daß er schöpferisch wirkt oder daß er zu Sozialisierung oder zur Entwicklung besserer zwischenmenschlicher Beziehungen beiträgt. Ergibt das nun einen Sinn für Sie?

Martin BUBER: Ich verstehe. Ich würde es ein bißchen anders ausdrücken. Sie wissen ja, daß im allgemeinen jeder, der wirklich mit dem zu tun hat, was wir Seele nennen, nicht als einer bezeichnet wird, der es mit guten Menschen zu tun hat, sondern mit schlechten, problematischen, für die Gesellschaft unannehmbaren Menschen usw. Die guten Menschen können seine Freunde sein aber sie brauchen ihn nicht, daher interessieren mich nur die sogenannten schlechten, problematischen Menschen usw. Wenn ich es also nun mit, sagen wir einmal, einem problematischen Menschen oder schlicht einem kranker Menschen, einem Menschen, den andere einen schlechten Menschen nennen oder nennen wollen, zu tun habe, und wenn es mir gelingt, der Wirklichkeit dieses Menschen näherzukommen — und das kommt dem nahe, was Sie sagen ist aber doch ein bißchen anders —, so erfahre ich sie als eine gegensätzliche Realität. Sie sehen, im allgemeinen sagen wir: Das ist entweder „A“ oder „nicht A“. Es kann nicht „A“ und „nicht A“ zugleich sein. Das kann nicht sein. Ich meine damit: Man kann sich auf das, was Sie sagen, verlassen; das steht in gegensätzlicher Beziehung zu dem, worauf man sich bei diesen kranken Menschen am wenigsten verlassen kann. Sie können nicht sagen — und es kann sein, daß ich in diesem Punkt nicht mit Ihnen übereinstimme —, Sie können nicht sagen: „Oh, ich decke in ihm gerade das auf, worauf man sich verlassen kann.“ Ich würde sagen, wenn ich ihn nun kennenlerne, wenn ich nun tiefer und tiefer in seine Persönlichkeit eindringe als vorher, erkenne ich seine ganze Gegensätzlichkeit, und dann erkenne ich auch, wie das Schlechteste in ihm und das Beste in ihm voneinander abhängen, zueinander in Beziehung stehen. Und ich kann ihm helfen, es kann sein, daß ich ihm gerade dadurch helfen kann, daß ich ihn befähige, die Beziehung zwischen den Polen zu ändern, nicht durch willkürliche Auswahl, sondern durch eine gewisse Kraft, die er dem einen Pol gibt im Verhältnis zu dem andern. Die Pole sind anfangs qualitativ ziemlich gleich stark. Ich glaube das nicht, wie wir im allgemeinen denken, daß „Gut“ und „Böse“ in der Seele eines Menschen einander gegenüberstehen. Es gibt immer

wieder eine verschiedenartige Polarität, und die Pole sind nicht „Gut“ und „Böse“, sondern eher „Ja“ und „Nein“, eher „Vertrauen“ und „Ablehnung“. Und wir können den einen Pol stärken oder ihm helfen, ihn zu stärken. Und vielleicht können wir sogar die Kraft in einer bestimmten Richtung in ihm forcieren, denn diese Gegensätzlichkeit entbehrt sehr oft jeder Richtung. Es ist ein chaotisches Stadium. Wir könnten eine harmonische Note hineinbringen. Wir können helfen, Ordnung zu schaffen, der Sache eine Gestalt zu geben. Denn ich denke, daß das Gute, was wir im allgemeinen das Gute nennen, immer nur eine Richtung ist, nicht eine Substanz.

Carl ROGERS: Und wenn ich den letzten Teil der Besonderheit, die Sie eben beschrieben haben, richtig verstanden habe, so meinen Sie, daß wir dem Individuum vielleicht helfen können, das „Ja“ zu stärken, das heißt, das Leben eher zu bejahen als es zurückzuweisen. Ist das ...?

Martin BUBER: M-hm. Sehen Sie, ich möchte nur ein anderes Wort verwenden, ich möchte das Wort „Leben“ nicht verwenden; ich möchte dieses Problem nicht mit einem Objekt in Verbindung bringen.

Carl ROGERS (zu Dr. FRIEDMAN): Es sieht so aus, als ob Sie etwas sagen wollten. Ich nehme an, wir könnten über dieses Thema ewig weiterdiskutieren.

Maurice FRIEDMAN: Meine Aufgabe als Diskussionsleiter ist es, Ergebnisse zu konkretisieren; und ich habe das Gefühl, daß hier zwei Probleme, die in wechselseitiger Beziehung zueinander stehen, nur berührt, aber nicht eingehender besprochen wurden; ich würde das aber für wichtig erachten. Gehen wir noch einmal darauf ein. Als Dr. ROGERS Prof. BUBER erstmals nach seiner Einstellung zur Psychotherapie fragte, erwähnte er das Akzeptieren als einen der Faktoren, die ihm den Zugang zur Therapie ermöglichten. Wie wir schon gestern Abend bemerkten, verwendet Prof. BUBER oft den Terminus „Bestärkung“; sowohl das gestern Gesagte als auch meine Kenntnis Ihrer Werke geben mir Anlaß zu der Vermutung, daß es von großer Wichtigkeit sein könnte, klarzustellen, ob Sie das gleiche meinen. Dr. ROGERS schreibt folgendes über das Akzeptieren: Es ist erstens eine aufrichtige Hochachtung dem anderen Individuum gegenüber als einer Person von uneingeschränktem Wert, und zweitens ist es „Ein Vertrauen zu und eine Wertschätzung für seine derzeitige Geisteshaltung, wobei es nicht darauf ankommt, inwiefern diese zu seinen anderen, früheren Geisteshaltungen im Widerspruch steht. Und dieses Vertrauen in jeden strukturierenden Aspekt dieses anderen Menschen macht es für ihn zu einer herzlichen und sicheren Beziehung.“ Nun würde es mich interessieren, ob Prof. BUBER seine Bestärkung ähnlich sieht. Oder bedeutet Bestärkung für ihn vielleicht eine gewisse Forderung dem anderen gegenüber, die in einem gewissen Sinn einer Nichtannahme

seiner Gefühle im Moment entspricht, zum dem Zweck, ihn später zu bestärken?

Martin BUBER: Ich würde sagen, daß jede echte existentielle Beziehung zwischen zwei Menschen mit Akzeptieren beginnt. Die beiden Ideen sind vielleicht nicht ganz gleich; ich meine, daß ich durch das Vertrauen imstande bin, dem anderen Menschen zu sagen — oder vielleicht nicht zu sagen, aber es ihn fühlen zu lassen —, daß ich ihn eben gerade so akzeptiere, wie er ist. Ich nehme dich an, so wie du bist. So weit, so gut; aber das ist noch nicht das, was ich unter Bestärkung des anderen verstehe. Denn Akzeptanz heißt eben nur, ihn so zu akzeptieren, wie er in diesem Moment gerade ist, in seiner eigenen Wirklichkeit. Bestärkung bedeutet zu allererst, die gesamten Fähigkeiten des anderen gelten zu lassen, auch wenn sich diese von unseren weitgehend unterscheiden; natürlich können wir dabei immer wieder irren, aber es ist eine Chance, die Menschen nicht ungenützt lassen dürfen. Ich kann in ihm die Persönlichkeit erkennen und kennenlernen, die — ich kann es nur so ausdrücken — er zu werden erschaffen wurde. In unserer wirklich einfachen Sprache finden wir keine Bezeichnung dafür, weil es keine Worte gibt für die Idee, „Mensch sein, um zu werden“. Das müssen wir erfassen, soweit wir können, wenn nicht im ersten Moment, so doch später. Und nun nehme ich den anderen nicht nur an, wie er ist, sondern ich bestärke ihn, zuerst in mir selbst, dann in ihm, in bezug auf seine Fähigkeiten; nun können diese sich entwickeln, entfalten, der Wirklichkeit des Lebens entsprechen. Er kann in einem gewissen Rahmen mehr oder weniger tun, aber auch ich kann etwas tun. Und das gesteckte Ziel geht weit über das Vertrauen hinaus. Nehmen wir zum Beispiel Mann und Frau, Ehemann und Ehefrau. Er sagt, nicht ausdrücklich, aber durch seine ganze Beziehung zu ihr: „Ich nehme dich an, so wie du bist.“ Aber das heißt nicht „Ich möchte dich nicht ändern“. Sondern das heißt „Ich entdecke in dir durch meine Liebe, die dich annimmt, was aus dir werden soll.“ Das ist natürlich nicht etwas, was in gewichtigen Termini ausgedrückt werden kann. Aber es kann sein, daß es wächst mit den Jahren des Zusammenlebens. Ist das das, was Sie meinen?

Carl ROGERS: Ja. Und ich denke, das kommt dem sehr nahe, was ich unter Erfahrung der Akzeptanz verstehe, obwohl ich dazu neige, es anders auszudrücken. Ich denke, wir nehmen sowohl das Individuum als auch seine Fähigkeiten an. Es scheint mir eine konkrete Frage zu sein, ob wir das Individuum so annehmen können, wie es ist — denn oft ist es in einer sehr schlechten Verfassung —, wenn wir nicht in einem gewissen Sinne auch seine Fähigkeiten verstehen und anerkennen. Ich glaube, ich spüre auch, daß totales Vertrauen — Vertrauen zu diesem Menschen, so wie er ist — die stärkste treibende Kraft zur Veränderung ist, die ich kenne. In anderen Worten: Ich vermute, herauszufin-

den „ich werde angenommen, so wie ich bin“, löst die Veränderung aus oder weckt die Fähigkeiten — dann muß ich mich ändern. Denn dann fühle ich, daß Abwehrmaßnahmen nun nicht mehr notwendig sind; und dann können die weiterführenden Lebensprozesse selbst ihre Funktion übernehmen.

Martin BUBER: Ich fürchte, ich bin da nicht so sicher wie Sie, vielleicht deswegen, weil ich kein Therapeut bin. Und ich habe notwendigerweise mit einem problematischen Menschen zu tun. Ich kann die Gegensätzlichkeit in meiner Beziehung zu ihm nicht ausschalten. Ich kann sie nicht beiseite schieben. Wie ich schon sagte, ich habe es mit beiden Menschen zu tun. Ich habe es mit dem problematischen Menschen in ihm zu tun, und ich habe . . . es gibt Fälle, wo ich ihm gegen sein eigenes Selbst helfen muß. Er möchte meine Hilfe gegen sich selbst. Er möchte . . . sehen Sie, das erste und wichtigste ist, daß er mir vertraut. Ja, das Leben ist für ihn sinnlos geworden. Er steht nicht mehr am festen Boden, auf der festen Erde, er hängt sozusagen in der Luft. Und was möchte er? Was er braucht, ist ein Mensch, dem er nicht nur vertrauen kann, wie ein Mensch dem anderen vertraut, sondern auch ein Mensch, der ihm Sicherheit gibt, daß es einen Boden, eine Existenz gibt; daß die Welt nicht verdammt ist zur Entbehrung, zur Entartung, zur Zerstörung; daß die Welt erlöst werden kann; daß er erlöst werden kann, weil es dieses Vertrauen gibt. Und wenn wir soweit sind, dann kann ich diesem Menschen sogar in seinem Kampf gegen sich selbst helfen. Und das kann ich nur dann tun, wenn ich zwischen Vertrauen und Bestärkung unterscheide.

Carl ROGERS: Ich merke, daß es eine Schwierigkeit des Dialogs ist, daß er endlos fortgeführt werden könnte, aber wir müssen sowohl mit Dr. BUBER als auch mit unseren Zuhörern Erbarmen haben . . .

Martin BUBER: Was haben Sie gesagt?

Carl ROGERS: Ich sagte, daß wir aus Rücksicht auf Sie . . .

Martin BUBER: Nicht auf mich.

Carl ROGERS: In Ordnung . . . (Gelächter) . . . aus Rücksicht auf die Zuhörerschaft.

Maurice FRIEDMAN: Darf ich so erbarmungslos sein, noch eine letzte Frage zu stellen? Ich habe den Eindruck, daß einerseits Dr. ROGERS mehr Nachdruck auf die vollere Wechselwirkung der Ich-Du-Beziehung gelegt hat als Dr. BUBER, aber andererseits habe ich das Gefühl, daß Dr. ROGERS mehr klientenzentriert ist . . .

Martin BUBER: Was?

Maurice FRIEDMAN: Mehr klientenzentriert (Gelächter) . . . mehr interessiert daran, was aus dem Menschen wird. Er spricht in einem kürzlich veröffentlichten Artikel davon, daß man dem eigenen Organismus vertrauen kann, daß er Erfüllung finden wird, daß er eine Ausdrucksmöglichkeit finden wird. Und er sagt, daß der entscheidende Wert in uns liegt, wogegen ich aus meiner Begegnung mit Dr. BUBER eher den Eindruck gewinne, daß er diesen Wert *zwischen* uns vermutet. Es würde mich interessieren, ob das eine echte Streitfrage zwischen Ihnen beiden ist.

Carl ROGERS: Ich kann nur versuchen, meinen Standpunkt diesbezüglich auszudrücken. Ich verwende ganz andere Termini als Sie, aber ich denke, daß es sich um das gleiche Problem handelt. Ich habe in den letzten Monaten darüber nachgedacht, und ich würde sagen, daß man das Ziel der Therapie vergleichen könnte mit dem Ziel, auf das der Reifungsprozeß eines Individuums sich zubewegt, das im Werden begriffen ist oder das sich seines Wesens voll bewußt ist. Auch das drückt ein echtes Vertrauen in unsere Entwicklung aus, das wir heute abend vielleicht nicht ganz teilen.

Martin BUBER: Vielleicht hilft es uns weiter, wenn ich auf ein Problem näher eingehe, das mir bewußt wurde, als ich diesen Ihren Artikel las. Sie sprechen über „Person“, und der Begriff „Person“ ist sicherlich dem Begriff „Individuum“ sehr eng benachbart. Ich würde es trotzdem für ratsam halten, zwischen diesen beiden Begriffen zu unterscheiden. Ein Individuum ist ein ganz bestimmtes einzigartiges menschliches Wesen. Und es kann sich nur entwickeln, indem es sich einzigartig entwickelt. JUNG nennt das Individuation. Es kann sein, daß man nur an Individualität, nicht aber an Menschlichkeit gewinnt. Ich könnte eine Menge Beispiele anführen von Menschen, die ihre Individualität immer mehr gesteigert haben, die sich sehr deutlich von anderen unterscheiden haben, die ihr So-und-so-Sein immer weiterentwickelt haben, ohne aber am Ende noch das zu sein, was ich einen Menschen nennen würde. Der Terminus Individuum bezeichnet nur diese Einzigartigkeit, die den Menschen befähigt, sich so und so zu entwickeln. Aber eine Person, würde ich sagen, ist ein Individuum, das mit der Realität dieser Welt lebt. Und mit dem Begriff „mit der Welt“ meine ich nicht „in der Welt“. Aber doch in einem echten Kontakt, in echter Wechselbeziehung mit der Welt in allen Berührungspunkten, in denen der Mensch mit der Welt zusammentreffen kann. Ich sage ausdrücklich nicht nur mit dem Menschen, denn oft begegnen wir der Welt auch in anderen Formen als nur in der des Menschen. Aber das ist das Wesen, das ich mit dem Begriff Person belegen würde, und wenn ich zu bestimmten Erscheinungen ausdrücklich ja oder nein sagen darf, dann bin ich gegen Individuen und für Personen. (Applaus.)

Maurice FRIEDMAN: Wir sind Ihnen, Dr. ROGERS und Dr. BUBER, für diesen einzigartigen Dialog zu großem Dank verpflichtet. Er ist sicher einzigartig in meinen bisherigen Erfahrungen; erstens, weil es ein echter Dialog war, der vor Publikum stattgefunden hat, und zweitens auf Grund dessen, was die beiden Herren uns zu geben bereit waren und uns auch wirklich gaben; und drittens, verehrte Zuhörer, weil es eigentlich eine Art Dialog oder, mich einbezogen, eine Art Quartalog war, in dem Sie die stillen Teilhaber waren. (Applaus.)

#### Anmerkung

<sup>1</sup> Dialogue between Martin Buber and Carl Rogers. In: Psychologia. Kyoto, December 1960, 3, S. 208—221. Übersetzung von Susanne Pratscher und Reinhold Stipsits, Wien 1983.

Karl Garnitschnig

## Das Selbst sein, das man in Wahrheit ist

Aspekte einer Theorie der Selbstverwirklichung

Im Ausdruck „Selbst“ sind viele Schattierungen enthalten, und je nach dem weltanschaulichen Hintergrund wird mehr oder weniger an Bedeutung zugelassen: angefangen von einem phänomenalen Selbst als das Schauspiel der Gedanken, Empfindungen und Gefühle, hinter denen es keinen Schauspieler geben darf aus Angst vor jeder „Substantialisierung“. Vielleicht gesteht man diesem Strom der Gedanken, Gefühle und Empfindungen noch eine Struktur zu und sagt, sie seien ein strukturiertes Ganzes. Bis hierher spricht's mich nur als Wissenschaftler an, das Interesse an mir selbst ist methodisch ausklammert.

Dann gibt es jene Gedankenströmung, die den Menschen als eigenständige, autonome Person agieren läßt, die eine Welt von Ideen des guten Lebens aus sich entwirft, die freier Selbstbestimmung und dann erst Selbsterkenntnis — im Sinne dessen, daß man Möglichkeiten an sich entdeckt, wenn man sich nicht als Beobachter betrachtet, irgendetwas von außen, sondern sich als Zuschauer und Erlebender zugleich versteht, als jemand, der denkt, entscheidet, handelt, fühlt . . . und dabei in Beziehung zu sich selbst steht, auf diese Weise modifizierend in sein Erleben als bewußtes Erleben eintreten kann. Da finde ich schon ein persönliches Interesse; das ist die Ebene, auf der ich die Beziehung mit anderen suche, welche zugleich auch das Klima schafft, Zuschauer und Erlebender zugleich sein zu können. Das ist auch der Beginn, wo ich mich als Selbst erleben kann: einer doppelten Weise:

Einerseits als Ich oder Selbst, unterschieden von anderen, als eigene Individualität, wo ich zu leben beginne, indem ich Möglichkeiten meines Handelns Raum gebe und erlebe, da sie Raum erfüllen, daß ich meinen Lebensraum kultiviere und ich andererseits dadurch bin, wie andere sich Raum geben, wie ich mit ihnen in Beziehung trete, wie sich durch die Anerkennung Räume gestalten und ich über Widerstände, Rationalisierungen abwehren und Durchbrüche und Regressionen und „Kindsein“ gestaltet werde und mich gestalten lasse.

Dieses bewußte Erleben ist Bedingung für den nächsten Schritt, in dem ich mich von dem zurückziehe, was ich im Handeln, Denken und Fühlen bin, nicht mehr bewußt mein Handeln entwerfe, kultiviere, sondern es von innen heraus intuitiv in quasi künstlerischer Inspiration sich entwerfen und kultivieren lasse, wo ich im Innesein meiner selbst das Zentrum meines Handelns bin. Es steht dann nicht mehr das bewußte Entwerfen meines Handelns im Vordergrund, das deshalb nicht aufgehoben ist, sondern das konzentrierte Innesein meiner selbst, das dann zugleich als universales Selbst erlebt wird, das Selbst, das in Wahrheit ist.

Die faszinierende Beschäftigung mit mystischer Literatur führt immer wieder zur gleichen Frage, nämlich zu der nach konsequenter Selbsterkenntnis. Um nur einige Statuen zu nennen: SOKRATES legte sein Leben nach der Überschrift zum Eingang ins Delphische Orakel „Erkenne dich selbst“ an. Er entdeckte in sich ein Selbst, das ihm Quellen des Wahren und Guten ist.