

Stefan Blankertz · Gestalttherapie Essentials

Impressum:

<http://www.gestalt.de/impressum.html>

Datenschutzerklärung:

<http://www.gestalt.de/datenschutzerklaerung.html>





Stefan Blankertz ist Sozialwissenschaftler und Schriftsteller (www.stefanblankertz.de). Er arbeitet als Theorietrainer am »Gestalt-Institut Köln (GIK)«. Seit gut 40 Jahren beschäftigt er sich mit Paul Goodman und seinem Werk in philosophischer, therapeutischer und literarischer Hinsicht; seine erste Buchveröffentlichung war die Übersetzung von Goodmans schulkritischer Kampfschrift »Compulsory Mis-education« (1964) als »Das Verhängnis der Schule« (1975). Seine Doktorarbeit (1983) und seine Habilitationsschrift (1986) handeln von Paul Goodman.

Zur Erläuterung von Goodmans gestalttherapeutischer Theorie hat er u. a. die Bücher »Gestalt begreifen: Ein Arbeitsbuch zur Theorie der Gestalttherapie« (erstmalig 1996, 2011 in der 4. überarbeiteten Auflage erschienen) sowie die Streitschrift »Verteidigung der Aggression: Gestalttherapie als Praxis der Befreiung« (2010) geschrieben. Mit Erhard Doubrawa verfasste er die »Einladung zur Gestalttherapie: Eine Einführung mit Beispielen« (2000; Gesamtauflage über 30 000 Exemplare) und das »Lexikon der Gestalttherapie« (2005).

Zum 100. Geburtstag von Paul Goodman 2011 stellte er den Reader »Eingriffe« zusammen und widmete ihm seinen Roman »Die Literatte«.

In Zusammenarbeit mit dem GIK hat er das computergestützte, auf Gestalttherapie basierende, nicht-kategorisierende Diagnose-Instrument »Gestalttypen-Indikator GTI« (www.gti-coaching.de) entwickelt.

www.therapeutenadressen.de

Praxisadressen von Gestalttherapeutinnen und Gestalttherapeuten. Infos siehe letzte Seite

Stefan Blankertz

Gestalttherapie Essentials

Das Wichtigste aus dem Grundlagenwerk
von Perls, Hefferline und Goodman



Peter Hammer Verlag

Eine Edition des

Gestalt-Instituts Köln (GIK)

Legende

To St. Anger

Ein grauer Pfeil nach rechts ► bedeutet Fortsetzung auf der nächsten Spalte rechts, ein schwarzer Pfeil ► Fortsetzung auf der nächsten linken Seite, linke Spalte. Ein grauer Pfeil nach unten ▼ bedeutet Fortsetzung auf der nächsten Seite, gleiche Spalte.

Die zitierten Ausgaben von Frederick S. Perls, Ralph F. Hefferline und Paul Goodman, »*Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*«.

1951: New York (Julian Press); New York o.J. (Delta Press)
1994: Highland, NJ (The Gestalt Journal Press)
1979: Stuttgart (Klett-Cotta), Band »Lebensfreude und Persönlichkeitsentfaltung«
1991: München (dtv), Band »Grundlagen«
2006: Stuttgart (Klett-Cotta), Band »Grundlagen«

Originalausgabe
© 2012 by Stefan Blankertz
Alle Rechte ausdrücklich vorbehalten
Umschlaggestaltung: Magdalene Krumbeck
Herausgeber der Edition GIK im Peter Hammer Verlag:
Anke und Erhard Doubrawa
Satz: Edition GIK – Buchproduktion, Köln
Druck: AALEX Druck GmbH, Großburgwedel
ISBN: 978-3-7795-0381-1
www.peter-hammer-verlag.de

Inhalt

Geleitwort von Anke und Erhard Doubrawa	6	Definition 1: Selbst	122
Vorbemerkung zu den Übersetzungen	8	Definition 2: Es, Ich und Persönlichkeit	126
Vorbemerkung zur Auswahl der Passagen	8	Der »seelische Apparat«	138
Vorbemerkung zu den Kommentaren	9	Definition 3: Phasen des Kontakts	140
Zum Aufbau	9	Vom Orgasmusreflex zur Gestaltwelle	143
		Definition 4: Konfluenz	144
		Die Kontaktunterbrechungen	146
Kontaktgrenze 1: Erfahrung	10	Definition 5: Introjektion	148
Kontaktgrenze 2: Kreative Anpassung	14	Definition 6: Projektion	150
Kontaktgrenze 3: Bewusstsein	18	Definition 7: Retroflektion	152
Kontaktgrenze 4: Chronifizierter Notfall	24	Definition 8: Egotismus	154
Kontaktgrenze 5: Neurotische Selbstregulierung	36	Notiz zur Introjektion	156
Exkurs: Gestaltpsychologie und Pragmatismus	46	Notiz zur Retroflektion	156
		Exkurs: Der Moses des Michelangelo	157
Aggressionstheorie 1: »sozial« und »antisozial«	48	Egotismus oder Deflektion?	157
Exkurs: Normalität, Utopie und Pragmatismus	62		
Aggressionstheorie 2: Notwendige Aggression	64	Statt eines Schlusswortes: Therapie als Gestaltanalyse	158
Aggressionstheorie 3: Neurotische Derivate	76		
Aggressionstheorie 4: Thanatos-Kritik	82	Bonus-Track:	
Aggressionstheorie 5: Krieg	92	<i>Darren verherrlichen Gewalt</i> , eine Kurzgeschichte	164
Aggressionstheorie 6: Nachtrag zur Thanatos-Kritik	102		
Aggressionstheorie 7: Schöpferische Konflikte	110		
Aggressionstheorie: Begriff	118		
Aggressionstheorie: Empirie	118		
Laura Perls 1938: Erziehung zum Frieden	120		
Paul Goodman 1945: Natürliche Gewalt	121		

Geleitwort

Das Buch »*Gestalt Therapy*« von dem Autorenteam Frederick S. Perls, Ralph F. Hefferline und Paul Goodman (»PHG«) bildet die Grundlage der Gestalttherapie. Was auch immer die Erweiterungen, Fortentwicklungen, Modifikationen in praktischer und theoretischer Hinsicht sind, welche einzelnen Aussagen, Thesen oder Vorschläge auch einer kritischen Revision unterzogen werden, eine Gestalttherapie, die die Verbindung zu diesem 1951 erschienen Buch nicht mehr hat, wird so flach, als würde die Psychoanalyse sich nicht mehr mit der »*Traumdeutung*« von Sigmund Freud oder die Bioenergetik mit der »*Funktion des Orgasmus*« von Wilhelm Reich beschäftigen.

Das Buch »*Gestalt Therapy*« ist nun keine Lektüre, die sich den Lesern einfach erschließt. Von einer Reihe amerikanischer Kollegen, die unter dem Eindruck der »wilden« 1960er Jahre allzu oft eine Verachtung für Theorie zur Schau stellten (ohne dabei zu bedenken, dass Laura und Fritz Perls und Paul Goodman typische Intellektuelle waren, sowie Ralph F. Hefferline ein Universitätsprofessor), haben in Deutschland viele Gestalttherapeuten eine gewisse Vorsicht, wenn nicht sogar einen ängstlichen Respekt diesem Buch gegenüber übernommen. Dabei ist uns schon recht bald deutlich geworden, dass viele der Schwierigkeiten mit »PHG« von einer problematischen Übersetzung stammen.

Nachdem wir Anfang der 1990er Jahre begannen, das Buch in unseren gestalttherapeutischen Ausbildungen abschnittsweise »durchzukauen«, hat unser Theorietrainer Stefan Blankertz,

jemand, der sich von Jugend an mit Paul Goodman beschäftigte, einen Text verfasst, der ausgewählte Themen- und Problemfelder des Buches (aber auch der Übersetzung) darstellt: Sein Text »*Gestalt begreifen*« begleitet die Ausbildungen seit Mitte der 1990er Jahre und ist letztes Jahr bereits in der vierten, überarbeiteten und erweiterten Auflage erschienen.

Als 2006 die neue Übersetzung von »*Gestalt Therapy*« herauskam, war unsere Erleichterung und Freude zunächst groß, zumal diese Übersetzung nun von Gestalttherapeuten besorgt worden ist. Endlich würde der Grundlagentext unverfälscht und damit hoffentlich auch leichter zugänglich sein.

Als jedoch in unseren Ausbildungsgruppen beide Übersetzungen und das amerikanische Original in wesentlichen Abschnitten besprochen wurden, stellte sich Ernüchterung ein. Streckenweise las sich die alte Übersetzung einfach flüssiger. Dann tauchten die ersten Fragezeichen bezüglich der neuen Übersetzung auf. Unsere Ernüchterung ging in Enttäuschung über – spätestens als wir einer Masse teilweise wiederum sinnentstellender Fehler gegenüber standen. So ist eine Chance vertan worden, den Text so zu übersetzen, dass er für die Praxis ebenso nutzbar geworden wäre, wie er zu einer angemessenen theoretischen Auseinandersetzung hätte einladen können.

Was konnten wir tun? Eine komplette weitere Neuübersetzung anzufertigen, ließe sich weder finanzieren, noch deren Veröffentlichung mit dem Urheberrecht vereinbaren. Im Brainstorming mit Stefan Blankertz ist die Idee entstanden, zentrale

Passagen des Buches in zu wissenschaftlichen Zwecken erlaubten Großzitate jeweils im englischen Original, in beiden deutschen Ausgaben und in einer ganz neuen (durch Stefan Blankertz extra für diese Veröffentlichung angefertigten) Übersetzung zu präsentieren und zu kommentieren. Diese Art der Darstellung, die auch zu einem innovativen Layout geführt hat, ist nicht zuletzt auch auf unsere gemeinsame Begeisterung für Religion und insbesondere die Tradition christlicher Bibelkritik zurückzuführen. Denn in dieser Tradition ist es völlig selbstverständlich geworden, die Evangelien, aber auch die verschiedenen Übersetzungen der Bibel in so genannten »Synopsen« gegenüber zu stellen.

Der Nachteil dieser Präsentation, nämlich dass bestimmt eine Reihe von besonders schönen Absätzen und auch unseren Lieblingsstellen aus dem Buch nicht enthalten sind, wird durch einen Vorteil mehr als aufgewogen: Die zentralen Gedanken des Buches treten nun konzentriert und übersichtlich hervor. Mit den Übersetzungen und Kommentaren von Stefan Blankertz als Modell wird derjenige, der sich mit weiteren Teilen des Buches intensiv auseinandersetzen will, u.E. genügend angeregt sein, sich selbst ein Bild zu machen.

Das vorliegende Buch »*Gestalttherapie Essentials*« steht auch im Zusammenhang mit der Frage nach gestalttherapeutischer Identität. Viele von den ursprünglichen Konzepten sind in die Diskussion geraten. Es finden Vermischungen mit anderen Therapieansätzen statt. Gestalttherapie ist als therapeutisches

Verfahren in Deutschland nicht »offiziell« (sozialrechtlich) anerkannt, in Österreich jedoch sehr wohl. Internationale und nationale Verbände von Gestalttherapeuten sehen ihre Hauptaufgabe darin, die Anerkennung durch den Medizinbetrieb zu erreichen. Der rebellische Impuls der ursprünglichen Gestalttherapie ist dabei leider weitgehend verloren gegangen und fast nur noch eine nostalgische Erinnerung. Kaum jedoch ist die theoretische Fundierung vorangeschritten. Ganz im Gegenteil: Zentrale Aussagen, die für die Anerkennung zu sperrig erscheinen, werden dekonstruiert, aber nicht aufgefüllt.

Ohne uns hier festlegen zu wollen, was der richtige Weg ist, möchten wir allerdings mit diesem Buch auch dazu beitragen, dass über die theoretische Identität und Konsistenz der Gestalttherapie überhaupt wieder nachgedacht und diskutiert wird. Damit wird das Buch zu einer in Form und Inhalt einzigartigen, dabei höchst inspirierenden Sache.

Unser Dank dafür gilt unserem geschätzten Kollegen und lieben Freund Stefan Blankertz.

Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, wünschen wir eine anregende Lektüre.

Anke und Erhard Doubrawa, Herausgeber
Gestalt-Institut Köln (GIK) · www.gestalt.de · gik@gestalt.de

Vorbemerkung zu den Übersetzungen

Zwei vorhandenen Übersetzungen eine dritte zuzugesellen, ist zum einen einfach: Es gibt schon Vorarbeiten. Meckern kann jeder, andere haben die Pionierarbeit geleistet. Zum anderen ist es mutig: Denn die neue Übersetzung muss ja auch beweisen, dass sie notwendig, zumindest sinnvoll ist.

Weite Bereiche einer Übersetzung lassen einen Raum für alternative Möglichkeiten der Formulierung, die weder mit *richtig* noch *falsch* gekennzeichnet werden können; es handelt sich dabei dann bestenfalls um eine Frage des Geschmacks oder sogar um Zufall. Andere Alternativen drehen sich um die Frage des Verständnisses, also haben sie eine Beziehung zur Interpretation; auch an diesen Stellen geht es nicht um richtig und falsch. In Kommentaren zu jeder Passage gehe ich dann auf den unterschiedlichen Status der Abweichungen von den vorhandenen Übersetzungen ein: Was ist eher geschmacklich begründet, was eher vom Verständnis her und was halte ich in den vorhandenen Übersetzungen für echte Fehler?

Da Paul Goodman als Autor von »*Gestalt Therapy*« sich selbst vornehmlich als Dichter gesehen hat, habe ich zudem versucht, neben einer getreuen Wiedergabe des Inhalts auch seine Sprache zu respektieren: Welche Ebene betritt er? Welche Bilder nutzt er? Gibt es gewollte Wiederholungen, Ecken und Kanten? Wo muss es flüssig und schön, wo sperrig und provokativ klingen? Ich hoffe also nicht nur auf Erkenntnis, sondern auch auf ein ästhetisches Erlebnis, wenn Sie sowohl das Original als auch die Übersetzungen lesen.

Vorbemerkung zur Auswahl der Passagen

Der theoretische Teil von »*Gestalt Therapy*« umfasst je nach Layout zwischen 250 und 450 Seiten. Es versteht sich, dass im vorliegenden schmalen Bändchen, das jede Passage in vier Versionen – Original, zwei vorhandenen und einer neuen Übersetzung – präsentiert und kommentiert, eine sehr knappe Auswahl getroffen werden musste. Viele wichtige, interessante, anregende, spannende, provokative oder auch einfach nur schöne Gedanken fehlen. Mir kam es vor allem darauf an, den Grundgedanken nachvollziehbar zu machen: Von der Feststellung, dass Kontakt »die einfachste und erste Wirklichkeit« sei, über die Neurosenbildung im sozialen Kontakt und die Kontaktfunktion der Aggression zum Begriff des Selbst, das sich an der Kontaktgrenze bilde, und den Kontaktunterbrechungen.

Dieser Grundgedanke stiftet die theoretische und praktische Identität der Gestalttherapie. Ihn in seiner Bewegung zu zeigen, lässt klar hervortreten, dass Elemente wie z. B. der in die kritische Diskussion geratene Aggressionsbegriff nicht einfach entfernt werden können, ohne den Grundgedanken und damit die Identität zu berühren; die Theorie der Gestalttherapie hat eine Gestalt, die mehr als die Summe beliebiger oder austauschbarer Teile ist. Die hier dokumentierte Gedankenbewegung soll dazu beitragen, die Diskussion um die theoretische Identität der Gestalttherapie abzulösen von verstreuten, mündlich überlieferten Fritz-Perls-Sentenzen. Sie beziehen sich auf eine konsistente Theorie. Die Gestalttherapie als Theorie ernst zu nehmen, verlangt eine Auseinandersetzung mit »*Gestalt Therapy*«.

Vorbemerkung zu den Kommentaren

In den Kommentaren teile ich meine Gedanken mit, wie sich die zitierte Passage auf die Theoriebildung der Gestalttherapie bezieht. Denn wir müssen immer im Blick halten, dass es dort nicht um die Darstellung einer schon formulierten Theorie geht, sondern um die Geburtswehen einer damals neuen Theorie. Das macht den Text so spannend, aber auch so anspruchsvoll: Er schafft sich seine eigene Referenz, man kann zu seinem Verständnis weder auf Erklärungen noch auf andere Grundlagen zurückgreifen. Der Sinn des Ganzen und die Bedeutung der Begriffe muss aus einer Analyse der inneren Struktur *dieses* Textes erschlossen werden.

Mit diesem Buch versuche ich, die Argumentation in einem Hauptstrang sichtbar zu machen. Die Kommentare dienen zur Orientierungshilfe in einem Text, der auf den ersten Blick den Eindruck eines Gestrüpps aus Schlingpflanzen macht, durchsetzt von einzelnen wunderschönen Blüten, jedoch auch allerlei gewöhnungsbedürftigen Gerüchen.

Ich beziehe mich auf den theoretischen Teil aus »*Gestalt Therapy*« als das Werk von Paul Goodman. Er ist unbestritten der Autor des Buches, wobei der Umfang des Einflusses von Fritz (und Laura) Perls noch nicht endgültig geklärt ist. Der dritte genannte Autor, Ralf Hefferline, zeichnete für den (in der vorliegenden Auswahl nicht berücksichtigten) Teil mit praktischen Experimenten verantwortlich. – Zur Autorenschaft vgl. Stefan Blankertz, *Gestalt begreifen: Ein Arbeitsbuch zur Theorie der Gestalttherapie*, Wuppertal 2011, S. 155 ff.

Zum Aufbau

Jede Passage wird in vier Spalten – Original 1951, Übersetzung 1979, Übersetzung 2006 sowie meiner eigenen Übersetzung – pro Doppelseite präsentiert (zwei Spalten pro Seite). Wenn die Passage länger ist als eine Spalte, wird sie auf der nachfolgenden Doppelseite an gleicher Position weitergeführt. Ein grauer Pfeil am Ende der Spalte zeigt dies an; derart wird es möglich, das Original und die Übersetzungen sowohl parallel und vergleichend zu lesen als auch das Original oder meine Übersetzung fortlaufend, ohne sich um die anderen kümmern und die Fortsetzung suchen zu müssen. Das macht das Layout ungewohnt, doch wird man schnell feststellen, dass es sich dazu eignet, sich entweder einen schnellen Eindruck zu verschaffen oder aber intensiv mit einer Passage zu beschäftigen. Leser, die jemals in Arno Schmidts Spätwerk gelesen haben, sind allerdings im Vorteil.

Die Headlines sind von mir, nicht die aus »*Gestalt Therapy*«, darum stehen sie nur bei meiner Übersetzung.

Den Passagen folgen Doppelseiten mit zusätzlichen Informationen. Ich teile Beobachtungen zur Übersetzung mit, beschreibe den Kontext der Passage im Buch, gebe Hinweise zum theoretischen oder historischen Hintergrund und kommentiere die Passage. Das Ergebnis ist in hohem Maße nicht-sequenziell: Als Leser können Sie irgendwo beginnen und je nach Interesse vor und zurück gehen, hin und her springen und dort verweilen, wo Sie Nahrung für Ihre Bedürfnisse finden. Was Ihnen nicht schmeckt, lassen Sie links liegen. Ich hoffe, Sie werden satt.

5 Experience occurs at the boundary between the organism and its environment, primarily the skin surface and the other organs of sensory and motor response. Experience is the function of this boundary, and psychologically what is real are the »whole« configurations of this functioning, some meaning being achieved, some action completed. The wholes of experience do not include »everything«, but they are definite unified structures; and psychologically everything else, including the very 10 notions of an organism or an environment, is an abstraction or a possible construction or a potentiality occurring in this experience as a hint of some other experience. We speak of the organism contacting the environment, but it is the contact that is the simplest and first reality. You may feel this at once if, instead 15 of merely looking at the objects before you, you also become aware of the fact that they are objects in your oval field of vision, and if you feel how this oval vision is, so to speak, close up against your eyes – indeed, it *is* the seeing of your eyes. Notice, 20 then, how in this oval field the objects begin to have esthetic relations, of space and color-value. And so you may experience it with the sounds »out there«: their root of reality is at the boundary of contact, and at that boundary they are experienced in unified structures.

1951, p. 227 | 1994, p. 3

An der Grenze von Organismus und Umwelt, zuallererst an der Hautoberfläche und in den anderen Organen der Sinneswahrnehmung und der motorischen Reaktion, ereignet sich Erfahrung. Erfahrung ist die Funktion dieser Grenze; und real – im psychischen Sinne – sind die »vollständigen« Gestalten dieser Funktion, das heißt die, deren Bedeutung erreicht oder deren Handlungsablauf abgeschlossen wurde. Vollständige Erfahrungen umfassen nicht »alles und jedes«, aber sie sind absolute, ganzheitliche Strukturen; und eigentlich ist alles andere, einschließlich sogar der Vorstellungen eines Organismus oder einer Umwelt, eine Abstraktion, eine denkbare Konstruktion oder eine Möglichkeit, die sich in dieser Erfahrung als eine Andeutung irgendeiner anderen Erfahrung ereignet. Wir sprechen vom Organismus, der zur Umwelt Kontakt aufnimmt, aber es ist der Kontakt selbst, der die einfachste und erste Realität bildet. Das kannst du ohne Mühe merken, wenn du, anstatt die Gegenstände lediglich anzusehen, dir auch noch der Tatsache bewußt wirst, daß sie Objekte in deinem ovalen Blickfeld sind, und wenn du fühlst, wie sich dieses ovale Blickfeld sozusagen nahtlos an deine Augen anschließt –, in Wirklichkeit *ist* es das Sehen deiner Augen. Beachte nun, wie die Objekte in diesem ovalen Feld ästhetische Bezüge, nämlich Ausdehnung und Farbe gewinnen. Und die gleiche Erfahrung kannst du mit den Geräuschen »da draußen« machen: Ihre Verwirklichung geschieht an der Kontaktgrenze, und an dieser Grenze werden sie als ganzheitliche Strukturen erfahren.

1979, S. 9 | 1991, S. 9

Erfahrung vollzieht sich an der Grenze zwischen dem Organismus und seiner Umwelt, vor allem an der Hautoberfläche und den anderen Sinnesorganen sowie der Motorik. Erfahrung ist die Funktion dieser Grenze, und das, was im psychologischen Sinn real ist, sind die ganzheitlichen Konfigurationen dieser Funktionsweisen, sobald deren Bedeutungen erkannt wurden und deren Handlungsablauf vollzogen ist. Die Ganzheiten der Erfahrung umfassen nicht »alles«, sondern es sind ganz bestimmte einheitliche Strukturen; und psychologisch gesprochen ist alles andere, einschließlich der Vorstellung von einem Organismus und einer Umwelt, eine Abstraktion oder eine mögliche Konstruktion oder eine Möglichkeit, die sich innerhalb dieser Erfahrung als Hinweis auf irgendeine andere Erfahrung ereignet. Wir sprechen davon, daß der Organismus mit der Umwelt in Kontrakt tritt, aber der Kontakt selbst ist die erste und unmittelbarste Wirklichkeit. Man kann das direkt spüren, wenn man – statt die Objekte vor sich nur anzuschauen – sich der Tatsache bewußt wird, daß es sich um Objekte in seinem ovalen Blickfeld, das sozusagen unmittelbar an die eigenen Augen anschließt, handelt – es ist tatsächlich das Sehen unserer Augen selbst. Man beachte dann, wie die Objekte in diesem ovalen Blickfeld ästhetische Bezüge in räumlicher und farblicher Hinsicht herzustellen beginnen. Und so kann man es auch bei Tönen »da draußen« erfahren. Die Wurzel von deren Realität ist an der Kontaktgrenze, und an dieser Kontaktgrenze werden sie als einheitliche Strukturen erfahren.

2006, S. 21

An der Grenze zwischen dem Organismus und seiner Umwelt passiert Erfahrung, vor allem an der Oberfläche der Haut und an den weiteren Organen der Wahrnehmung und der Bewegung. Funktion dieser Grenze ist Erfahrung und psychologisch gesehen fungiert die »Ganzheit« der an der Grenze erfahrenen Gestalten als Wirklichkeit: ein Sinn wird gemacht, eine Handlung abgeschlossen. Die ganzheitlichen Erfahrungen schließen nicht »alles« ein, sondern bilden fest umrissene, vereinheitlichte Strukturen; und psychologisch gesehen ist alles andere, sogar die Vorstellung, es gäbe einen »Organismus« oder eine »Umwelt«, eine Abstraktion, ein geeignetes Konstrukt oder der in dieser Erfahrung auftauchende Keim, der auf eine andere Erfahrung hindeutet. Wir sprechen vom Organismus, der zur Umwelt Kontakt aufnehme, der Kontakt aber ist die einfachste und erste Wirklichkeit. Das kann man sofort fühlen, wenn man, statt bloß die Gegenstände anzuschauen, die Tatsache ins Gewahrsein nimmt, dass sie sich als Gegenstände im ovalen Blickfeld befinden, und wenn man spürt, wie dieses Blickoval sozusagen von den Augen ausgeht – tatsächlich *ist* es das Sehen der Augen. Dann bemerkt man, wie die Objekte in diesem ovalen Feld anfangen, räumlich und farblich in ästhetische Beziehungen zueinander zu treten. Genauso erfährt man von »draußen« kommende Töne: Ihre Wirklichkeit wurzelt in der Kontaktgrenze und an jener Grenze werden sie in vereinheitlichten Strukturen erfahren.

eigene Übersetzung

Zur Übersetzung

»whole« (z. 6) kann sicherlich »vollständig« heißen (Übersetzung 1979), das steht aber in einem gewissen Widerspruch zu der Aussage, nicht »alles« sei eingeschlossen. Die Übersetzung 2006 hat »Ganzheit«, was dem Sprachgebrauch der Gestaltpsychologie entspricht (vgl. das Lewin-Zitat S. 40 z. 83 ff).

»configurations« (z. 7): Der Aufmerksamkeit der Übersetzer ist anscheinend entgangen, dass das Wort »configuration« der Versuch ist, den Begriff »Gestalt« englisch wiederzugeben.

»unified« (z. 9) ist mit »ganzheitlich« (Übersetzung 1979) zwar verständlich, nicht jedoch trennscharf bezeichnet, denn es hätte dort ja dann auch »whole structures« stehen können; »einheitlich« (Übersetzung 2006) ist zweifellos lexikalisch richtig, »unified« allerdings ist ein Partizip und es ist durchaus von theoretischem Belang, hier den Sinn als Tätigkeitswort zu erhalten: Die Struktur ist nicht von einer objektiven Einheit gekennzeichnet, sondern die Einheit durch das tätige Subjekt hergestellt. Mit dieser Wortwahl haben sich die Autoren in der gestaltpsychologischen Diskussion auf der Seite derer positioniert, die die Gestaltbildung als Leistung des Wahrnehmungs- und Denkapparates ansahen und nicht als gleichsam objektive Struktur der Außenwelt.

»everything else, including the very notions of an organism or an environment, is an abstraction or a possible construction or a potentiality occurring in this experience as a hint of some other experience« (z. 10ff): Abstraktionen sind keine Erfahrungen. Ein umständlich ausgedrückter Allgemeinplatz.

Zum Kontext

Mit diesen Worten beginnt der theoretische Teil von »Gestalt Therapy«. Obwohl mit »Einleitung« (*Introduction*) überschrieben, haben sie nichts Einleitendes. Der Leser wird nicht schonend vorbereitet auf das, was ihn erwartet: Eine geballte, hochkonzentrierte Zusammenfassung der Grundaussagen der Gestaltpsychologie. Anstatt die Autorität anderer Autoren herbeizuzitieren oder sich auf deren Forschungsergebnisse zu berufen, verlassen sich die Autoren ganz auf die Überzeugungskraft ihrer eigenen Argumentation und verweisen die Leserschaft darauf, das Gesagte in der eigenen Erfahrung zu überprüfen. Dies setzt das Paradigma für den weiteren Text: Die Argumentation steht auf eigenen Füßen, sie will die Leser an ihrer Erfahrung packen. Die empirischen Belege für das Gesagte finden die Leser, sofern die Autoren Recht behalten, in ihrer eigenen Erfahrung.

Die »einleitenden« Worte haben also inhaltlich die Funktion, die Basis zu etablieren, auf der argumentiert wird (Kontakt und Gestalt), und formal die Methode der Argumentation vorzuführen. Dass eine Theorie, für die die Erfahrung grundlegend ist, als Beweismethode auf die Erfahrung der Leser zurückgreift, liegt zwar irgendwie nahe, ist jedoch, soweit ich sehe, in dieser Radikalität einzigartig.

Zum Hintergrund

Fritz und Laura Perls hatten engen Kontakt zu Gestaltpsychologen. Laura promovierte bei Adhemar Gelb und Fritz arbeitete als Assistent von Kurt Goldstein. Führende Gestaltpsychologen, darunter Wolfgang Köhler, waren in den 1930er Jahren vor den Nationalsozialisten in die USA geflohen. Dass sich Paul Goodman mit der Gestaltpsychologie befasste, bevor er die Perls traf, ist mir nicht bekannt. Während er an »Gestalt Therapy« schrieb, benutzte er, wie Zitate und Verweise im Buch zeigen, »A Source Book of Gestalt Psychology« von Willis D. Ellis (1938) mit Beiträgen u. a. von Köhler, Wertheimer, Lewin (aber nicht Goldstein).

Die Gestaltpsychologie, Gestalttheorie, Ganzheits-, Denk- oder Strukturpsychologie wurde zu Beginn des 20. Jahrhunderts von Max Wertheimer (1880-1943) begründet, wobei er sich auf eine Begriffsbildung von Christian von Ehrenfels (1859-1932) bezog, der 1890 den Aufsatz »Über Gestaltqualitäten« veröffentlicht hatte. Im Gegensatz zu der damals vorherrschenden Assoziationspsychologie widmete sich die Gestaltpsychologie der Erforschung, wie der Mensch »Figuren«, »Ganzheiten«, »Felder« und »Sinneinheiten« wahrnimmt. Die Grundannahme lautete, dass der Wahrnehmungsapparat nicht mechanisch die Objekte der Umgebung abbildet und dem Gehirn zur Begutachtung vorlegt, sondern bereits strukturiert. Punkte, die auf einer imaginären Kreislinie angeordnet werden, stellen ein einfaches Beispiel dar: Das Auge nimmt sie, sofern sie in einer hinreichenden Dichte vorliegen, als Kreis wahr.

Kommentar

Die »einleitenden« Worte erschöpfen sich nicht darin, den Ansatz der Gestaltpsychologie zu referieren. Denn in das Referat wird der spezifische eigene Ansatz gewoben, der mit dem Begriff »Kontaktgrenze« verbunden ist. Damit wird dem Begriff der Ganzheit jede Qualität von Allumfassendheit oder Ununterscheidbarkeit genommen und als Bedingung von Kontakt (und damit Erfahrung) das aufrecht erhaltene Gefühl von Differenz benannt. An der Hautoberfläche »passiert« Erfahrung und wird der Austausch mit der Umwelt organisiert, aber nicht, wie sich im weiteren Verlauf der Argumentation herausstellt, durch Verschmelzen und Ganzheitserlebnisse, sondern durch Auswahl des Zutraglichen versus Zurückweisung des Abträglichen oder Bedrohlichen: Dass Konflikt eine wesentliche Funktion an der Kontaktgrenze sei, wird an dieser Stelle schon vorbereitet.

Zur Verortung innerhalb der gestaltpsychologischen Diskussion: Neben der bekannteren »Berliner Schule« gab es u. a. eine »Österreichische« oder »Grazer Schule« (Alexius Meinong, Christian von Ehrenfels, Vittorio Benussi). Sie ging nicht wie die Berliner davon aus, dass die Gestalt etwas dem Objekt oder der Natur Anhaftendes sei, sondern vom Wahrnehmenden dem Objekt beigelegt werde. Dies wird die »Produktionsqualität der Gestalt« genannt (dergegenüber die Berliner eine »Systemqualität der Gestalt« betonten). Nicht personell, aber inhaltlich zeigt der Beginn von »Gestalt Therapy« eine deutliche Neigung zu der »Grazer« Auffassung (vielleicht hat Köhler, ein Vertreter der Berliner, das Buch darum so heftig abgelehnt).

Envisaging an animal freely roaming in a spacious and various environment, we see that the number and range of contact-functions must be vast, for fundamentally an organism lives in its environment by maintaining its difference and, more importantly, by assimilating the environment to its difference; and it is at the boundary that dangers are rejected, obstacles are overcome, and the assimilable is selected and appropriated. Now what is selected and assimilated is always novel: the organism persists by assimilating the novel, by change and growth. For instance, food, as Aristotle used to say, is what is »unlike« that can become »like«; and in the process of assimilation the organism is in turn changed. Primarily, contact is the awareness of, and behavior toward, the assimilable novelty; and the rejection of the unassimilable novelty. What is pervasive, always the same, or indifferent is not an object of contact. (Thus, in health, the organs themselves are not contacted, for they are conservative.) [...]

20

Since the real is progressively given in contact, in the creative adjustment of organism and environment, when this is inhibited by the neurotic, his world is »out of touch« and therefore progressively hallucinatory, projected, blacked out, or otherwise unreal.

1951, p. 23 of | 1994, p. 6f

Wenn wir uns ein Tier vorstellen, freischweifend in einer weiträumigen und vielgestaltigen Umwelt, dann sehen wir, daß Anzahl und Variationsbreite der Kontaktfunktionen enorm sein müssen, denn das Leben eines Organismus in seiner Umwelt besteht wesentlich darin, daß er seine Eigenart behauptet und, was noch wichtiger ist, daß er die Umwelt seiner Eigenart anpaßt. Die Grenze ist der Ort, wo Gefahren abgewehrt und Hindernisse überwunden werden, wo ausgewählt und vereinnahmt wird, was sich als assimilierbar erweist. Was also ausgewählt und assimiliert wird, ist stets das Neue; der Organismus überlebt durch die Assimilation des Neuen, durch Verwandlung und Wachstum. Nahrung zum Beispiel ist, wie Aristoteles zu sagen pflegte, etwas »Ungleiches«, das »gleich« werden kann; und im Prozeß der Assimilation wird auch der Organismus seinerseits verwandelt. Kontakt ist primär Wahrnehmung des assimilierbaren Neuen und Bewegung zu ihm hin sowie die Abwehr des unassimilierbaren Neuen. Das Allgegenwärtige, stets Wiederkehrende oder Indifferente wird nicht Kontaktgegenstand. (So werden zum Beispiel gesunde Sinnesorgane nicht Kontaktobjekte; denn sie sind bewahrende, »konservative« Elemente.) [...]

Da im Kontakt, das heißt in der schöpferischen Anpassung von Organismus und Umwelt, sich fortschreitend die Wirklichkeit ergibt, ist die Welt des Neurotikers, wenn er den Kontakt verdrängt, »beziehunglos« und daher zunehmend halluzinatorisch, voller Projektionen und Ausblendungen oder auf andere Weise fern der Wirklichkeit.

1979, S. 12f | 1991, S. 12f

Wenn wir uns ein Lebewesen vorstellen, das frei in einer weiten und vielgestaltigen Umwelt umherstreift, dann begreifen wir, daß die Zahl und Reichweite der Kontaktfunktionen außerordentlich hoch sein muß, denn im wesentlichen lebt ein Organismus in seiner Umwelt, indem er seine Unterschiedlichkeit aufrechterhält, und, was noch wesentlicher ist, indem er die Umwelt an seine Unterschiedlichkeit anpaßt; und an dieser Grenze werden Gefahren abgewehrt, Hindernisse überwunden, und das, was assimilierbar ist, wird ausgewählt und angeeignet. Was nun ausgewählt und assimiliert wird, ist immer neu. Der Organismus überlebt, indem das Neue durch Veränderung und Wachstum assimiliert. Beispielsweise ist Nahrung etwas Ungleichartiges, das – wie Aristoteles es formulierte – zu etwas Gleichem wird; und im Prozeß der Assimilation wird der Organismus seinerseits verändert. Kontakt ist vor allem die Bewußtheit von und das Verhalten gegenüber dem assimilierbaren Neuen und die Zurückweisung des nicht assimilierbaren Neuen. Was ständig vorhanden ist, immer gleich bleibt oder indifferent ist, ist nicht Gegenstand des Kontaktes. (Deshalb wird mit den Organen, sofern sie gesund sind, kein Kontakt aufgenommen, denn sie bleiben immer gleich.) [...] | Das, was real ist, ergibt sich fortlaufend im Kontaktprozeß, also bei der kreativen Anpassung zwischen Organismus und Umwelt. Wenn dieser Kontakt nun durch den Neurotiker blockiert wird, ist diese seine Welt »außer Reichweite« und daher zunehmend halluzinatorisch, voller Projektionen, getilgt oder anderweitig unreal.

2006, S. 25f

Wenn wir uns ein ungebunden die Weite einer abwechslungsreichen Umwelt durchstreifendes Tier vorstellen, sehen wir, dass es zahllose Kontaktfunktionen in großer Bandbreite geben muss, denn wesentlich lebt ein Organismus in seiner Umwelt, indem er seine Verschiedenheit aufrechterhält und, wichtiger noch, indem er die Umwelt seiner Verschiedenheit einverleibt; an der Grenze werden Gefahren abgewehrt, Hindernisse überwunden und es wird das, was man einverleiben kann, herausgepickt und in Besitz genommen. Was nun herausgepickt und einverleibt wird, ist immer neu; der Organismus überdauert durch das Einverleiben des Neuen, durch Veränderung und Wachstum. Zum Beispiel ist Nahrung, wie Aristoteles zu sagen pflegte, das, was »verschieden« ist, aber »gleich« werden kann; und im Vorgang der Einverleibung wird der Organismus seinerseits gewandelt. Kontakt ist hauptsächlich das Wahrnehmen des Neuen, das einverleibt werden kann, die Bewegung auf dies zu und die Abweisung dessen, was sich nicht einverleiben lässt. Allgegenwärtiges, Immergleiches oder Ununterscheidbares ist kein Gegenstand des Kontaktes. (Darum werden bei Gesundheit die Organe selbst nicht kontaktiert, denn sie sind konservativ.)

Da die Wirklichkeit fortschreitend im Kontakt gegeben ist, in der kreativen Anpassung von Organismus und Umwelt, befindet sich die Welt des Neurotikers, wenn Kontakt von ihm gehemmt wird, »außer Reichweite« und ist darum fortschreitend halluzinatorisch, projektiv, geschwärzt oder auf andere Weise unwirklich.

eigene Übersetzung

Zur Übersetzung

»*assimilate*« (z. 7) wird sowohl 1979 als auch 2006 zunächst mit »anpassen« (wie »*adjust*«, z. 20) übersetzt, um dann stets »assimilieren« zu lassen. Das ist sicherlich möglich und verständlich. Mit »Verähnlichung« oder »angleichen« würde die Etymologie von »*assimilate*« (»*similis*«, lateinisch »ähnlich«, »gleich«) erhalten und über das englische Original hinaus die Bezugnahme auf Aristoteles spürbar gemacht, ließ sich jedoch nicht überall einfügen; »einverleiben« führt das Bild der Nahrungsaufnahme und des Verdauens weiter.

»*novel*« (z. 10): Leider ist es mir nicht gelungen, ein Wort zu finden, welches das Missverständnis vermeidet, es handele sich immer um etwas »noch nicht Dagewesenes«.

»*awareness*« (z. 14) wird in der gestalttherapeutischen deutschen Szene von Anfang an wahlweise entweder mit »Bewusstheit« oder »Gewahrsein« übersetzt. »Bewusstheit« bedeutet in der philosophischen und psychologischen Literatur allerdings meist »Bewusstsein seiner selbst als Ich«, das hier nicht gemeint ist. (Das englische *conscious* ist etymologisch näher als das deutsche »bewusst« an *conscience* [Gewissen].) »Gewahrsein« hat den Nachteil, nicht in allen syntaktischen Zusammenhängen anwendbar zu sein und in manchen Formen antiquiert zu klingen. Ohne die Tradition der bisherigen Übersetzungen im Rücken würde ich »*awareness*« in Anlehnung an Sigmund Freud mit »Wahrnehmungsbewusstsein« oder »Aufmerksamkeit« wiedergeben wollen. – An dieser Stelle halte ich »Wahrnehmen« wie in der Übersetzung 1979 für angemessen.

Zum Hintergrund

»Zweifel werden vorgebracht, ob Nahrung richtig als »das Gegenteil« charakterisiert wäre. Denn es scheint doch so zu sein, dass die Nahrung dem ähnelt, den sie ernährt. Nahrung ist schließlich die Ursache des Wachstums. Und es ist richtig zu sagen, dass Gleiches durch Gleiches wachse. (Wenn der Nahrung etwas beigemischt ist, das der Natur des Ernährten widerspricht, so fördert sie das Wachstum nicht.) Richtiger scheint es demnach zu sein, das Gleiche als Nahrung für das Gleiche zu bezeichnen.

Anderen scheint es dagegen so zu sein, dass die Ernährung durch das jeweilige Gegenteil erfolgt. Dafür sind zwei Gründe anzuführen. Der erste lautet, die Nahrung werde verdaut und in das verwandelt, was sich ernährt. Verwandlung heißt, dass sich etwas »ins Gegenteil« oder »ins Dazwischen« wendet. [...]

Der zweite Grund betrifft den Vorgang der Verwandlung (denn Gleiches kann nicht in Gleiches verwandelt werden). »Nahrung wird durch den sich Ernährenden verwandelt« (d. h. aufgenommen und verdaut). »Nicht aber wird der sich Ernährende von der Nahrung verändert, so wie das Material nicht den Handwerker »verändert, sondern umgekehrt«. Das Material wird verändert, nicht der Handwerker, ausgenommen vielleicht in der Hinsicht, dass er eine Möglichkeit in die Tat umsetzt. Deshalb scheint es, dass die Nahrung das Gegenteil dessen sein muss, der ernährt wird.

Der erste Grund, weshalb das Gegenteil nahrhaft ist, leitet sich aus dem Begriff der Verwandlung ab, der zweite aus dem

Kommentar

Verhältnis von Handelndem – der, der sich ernährt – und Material – das, was als Nahrung dient – im Vorgang der Veränderung: dieses wird in jenen verwandelt.

Die Einwände gegen diese Position beantwortet Aristoteles dann, indem er sagt, es bestehe ein Unterschied zwischen dem, »was schließlich herauskommt«, d. h. nach Zerkleinerung und Verdauung, und dem »was zunächst« aufgenommen werde, d. h. vor dem Kauen und Verdauen. Demnach gibt es zwei Begriffe von der Nahrung, der eine bezogen auf Nahrung *nach* ihrer Verdauung, der andere bezogen auf Nahrung *vor* ihrer Verdauung. Betrachtet man die Nahrung vor ihrer Verdauung, ist sie das Gegenteil dessen, der sich ernährt (denn sie wird aufgenommen und verändert). Betrachtet man die verdaute Nahrung, ist sie dem gleich, der sich ernährt (denn der Handelnde passt das Material an sich an, und letztlich wird das Angepasste dem Anpassenden gleich). Auf diese Weise lässt die Nahrung wachsen, was sich ernährt. Und darum haben die beiden Meinungen zur Ernährung in jeweils einer Hinsicht recht und in der anderen Hinsicht unrecht.«

Aus: **Thomas von Aquin**, *De anima* II.9 (zu Aristoteles »Über die Seele« [416a29 - 416b8]). Eigene Übersetzung.

Zum Begriff »*novel*« (z. 10): »Wir sind so eingerichtet, daß wir nur den Kontrast intensiv genießen können, den Zustand nur sehr wenig«, **Sigmund Freud**, *Das Unbehagen in der Kultur* (1930), Frankfurt/M. 1994, S. 43.

Diese Passage, ebenfalls aus den einleitenden Kapiteln, setzt die Argumentationsweise fort, in welcher Alltagsbeobachtungen mit einer komplexen Tradition der Theoriebildung verknüpft werden. Der Begriff der Kontaktgrenze, entwickelt aus einem gestaltpsychologischen Kontext, wird nun auf grundlegende Lebensprobleme außerhalb der Betrachtung reiner Wahrnehmung angewendet. Er macht deutlich, dass einer Definition von Leben und Seele gefolgt wird, die keine scharfe Trennung zwischen den Formen vornimmt und die den Menschen in die Natur einbettet. Das Sich-Nähren ist das, was nach Aristoteles alle Lebensformen auszeichnet.

Dass Sich-Nähren Kontakt ist und dass dieser Kontakt ein Feld von Organismus und Umwelt konstituiert, erscheint hier so evident, dass man darüber leicht die Innovation und Provokation des Gedankens übersieht: Über den Organismus kann man nicht sinnvoll sprechen, ohne seine Interaktion mit der Umwelt einzubeziehen. (In der nächsten Passage wird das weiter ausgeführt.)

Damit ist auch bezeichnet, an welchem Ort psychische Probleme entstehen, die möglicherweise nach Therapie rufen: an der Kontaktgrenze und zwar dergestalt, dass jemand den Kontakt hemmt. Wenn es zu einer solchen Kontakthemmung kommt, wird das Verhalten des Organismus entfremdet, das heißt, ist nicht mehr den Umweltbedingungen angemessen. Die Probleme sind demzufolge keine »inneren«, sondern solche, die sich im oder durch den Kontakt ergeben.

From the point of view of psychotherapy, when there is good contact – e.g. a clear bright figure freely energized from an empty background – then there is no peculiar problem concerning the relations of »mind« and »body« or »self« and »external world.« There are, of course, any number of particular problems and observations concerning particular functioning, such as how flushing and tensing of jaws and hands is functionally related to a certain feeling of anger, and this feeling and this behavior are functionally related to destroying a frustrating obstacle; but in such cases the total context is easily accepted and it is a question of clarifying the relations of the parts; and as the clarification proceeds in details, the bonds of relation are again felt and easily accepted. [...]

Every contacting act is a whole of awareness, motor response, and feeling – a cooperation of sensory, muscular, and vegetative systems – and contacting occurs at the surface-boundary *in* the field of the organism / environment. [...]

The definition of an animal involves its environment: it is meaningless to define a breather without air, a walker without gravity and ground, an irascible without obstacles, and so on for every animal function. The definition of an organism is the definition of an organism / environment field; and the contact-

Vom Standpunkt der Psychotherapie gibt es bei gutem Kontakt – das heißt einer klaren, leuchtenden Figur, die vom Hintergrund mit Energie gespeist wird – kein besonderes Problem in Hinsicht auf die Beziehungen von »Seele« und »Leib« oder »Selbst« und »Außenwelt«. Es gibt natürlich eine Anzahl von Einzelproblemen und Beobachtungen hinsichtlich besonderer Funktionen, so zum Beispiel die Frage, wie das Erröten und das Zusammenpressen der Kiefer und der Hände als Funktion mit einem gewissen Ärgergefühl verbunden sind, und wie dieses Gefühl und dieses Verhalten wiederum funktional mit der Zerstörung eines frustrierenden Hindernisses zusammenhängen. Aber in solchen Fällen wird der Gesamtzusammenhang schnell akzeptiert, und es ist nur eine Frage der Klärung der Beziehungen der Teile untereinander; in dem Maße, wie die Klärung im einzelnen fortschreitet, werden die Bande der Beziehungen wieder fühlbar und leicht akzeptiert. [...]

Jeder Kontaktvorgang ist eine Einheit als Wahrnehmung, Bewegungsreaktion und Gefühl – ein Zusammenwirken der Sinne, der Muskulatur und des vegetativen Systems – und Kontakt geschieht an der Oberflächengrenze *im* Organismus / Umwelt-Feld. [...]

Die Definition eines Lebewesens bezieht seine Umwelt mit ein: Es ist sinnlos, einen Atmenden ohne Luft zu definieren oder einen Gehenden ohne Schwerkraft und den Boden oder einen Zornigen ohne den Gegenstand seines Zorns, und so weiter; das läßt sich fortsetzen für alle Funktionen des Lebens. Die Defini-

Vom Standpunkt der Psychotherapie gibt es dann kein besonderes Problem hinsichtlich der Beziehungen zwischen »Geist« und »Körper« oder »Selbst« und »Außenwelt«, wenn der Kontakt gut ist, wenn also beispielsweise eine prägnante Figur aus einem leeren Hintergrund mit Energie versorgt wird. Es gibt natürlich jede Menge spezieller Probleme und Beobachtungen bei Funktionsweisen wie etwa Erröten, Spannungen im Kiefer oder in den Händen, die mit einem besonderen Ärger zusammenhängen, und wie dieses Gefühl und Verhalten wiederum funktional mit der Zerstörung eines frustrierenden Hindernisses verknüpft sind. Aber in einigen dieser Fälle kann der Gesamtzusammenhang leicht akzeptiert werden, und es ist nur eine Frage der Klärung der Beziehungen zwischen einzelnen Komponenten. Und während die Klärung im einzelnen vollzogen wird, werden Verbindungen wieder spürbar und können leicht akzeptiert werden. [...]

Jeder Kontaktprozeß ist eine Einheit aus Bewußtheit, Bewegungsreaktion und Gefühl – eine Kooperation der sensorischen, muskulären und vegetativen Systeme; und der Kontaktprozeß geschieht an der Grenze *im* Feld von Organismus / Umwelt. [...]

Die Definition eines Lebewesens schließt seine Umwelt mit ein: Es ist sinnlos, einen Atmenden ohne Luft, einen Spaziergänger ohne Schwerkraft und Boden, einen Zornigen ohne Hindernis usw. zu definieren, und das gilt für jede Funktion des Lebens. Die Definition eines Organismus ist gleichbedeutend mit

Aus dem Blickwinkel der Psychotherapie gibt es kein besonderes Problem der Verbundenheit von »Geist« und »Körper« oder »Selbst« und »Außenwelt«, wenn der Kontakt gut ist, also wenn beispielsweise eine deutliche und strahlende Figur aus einem leeren Hintergrund reichlich Energie bezieht. Sicher, es gibt eine Reihe spezieller Fragen und Beobachtungen bezogen auf spezielle Funktionen, etwa auf welche Weise das Krampfen von Kiefer und Händen sowie das Erröten funktional sich auf ein gewisses Gefühl der Wut beziehen und dass dies Gefühl und dies Krampfen sich funktional zur Zerstörung eines frustrierenden Hindernisses verhalten; in solchen Fällen aber wird der gesamte Kontext einfach hingenommen und es geht bloß um eine Klärung der Frage, wie die Teile zueinander stehen; und im Laufe der Klärung ist wieder spürbar, wie die Teile miteinander verbunden sind, und dies wird einfach hingenommen.

Jede Kontaktaufnahme ist eine Ganzheit aus Gewahrsein, zielgerichteter Bewegung und Fühlen – eine Zusammenarbeit der sensorischen, muskulären und vegetativen Systeme – und sie passiert an der Oberfläche der Grenze *im* Feld von Organismus und Umwelt.

Die Definition eines Tieres schließt seine Umwelt ein: Es ist sinnlos, das Atmen ohne Luft zu definieren, das Gehen ohne Schwerkraft und Grund, das Zürnen ohne Hindernisse und so weiter bezogen auf jede Lebensfunktion. Die Definition eines Organismus ist die Definition eines Feldes von Organismus und

boundary is, so to speak, the specific organ of awareness of the novel situation of the field, as contrasted, for instance, with the more internal »organic« organs of metabolism or circulation, that function conservatively without the need of awareness, deliberateness, selection or avoidance of novelty. [...]

As Freud and especially William James pointed out, consciousness is the result of a delaying of the interaction at the boundary. (James meant, of course, the interrupted reflex-arc, but let us here move in a gestalt theory.) And we can see at once that consciousness is functional. For if the interaction at the contact-boundary is relatively simple, there is little awareness, reflection, motor adjustment, and deliberateness; but where it is difficult and complicated, there is heightened consciousness. Increasing complexity of sensory organs means that there is need of more selectivity, as an animal becomes mobile and adventures among more novelties. [...]

All this is, ultimately, to simplify the organization of the organism/environment field, to complete its unfinished situations. [...] Tending toward the simplest structure of the field is the interacting at the contact-boundary of the tensions of the organism and environment until a relative equilibrium is established. (Delay – consciousness – is the difficulty in finishing the process.)

1951, p. 255ff | 1994, p. 31ff

tion eines Organismus ist die Definition eines Organismus/ Umwelt-Feldes; und die Kontaktgrenze ist sozusagen das spezifische Organ für das Gewahrsein der neuen Situation im Feld, im Unterschied zum Beispiel zu den inneren, »organischen« Organen des Stoffwechsels oder des Kreislaufs, die konservativ, das heißt ohne Bedürfnis nach Bewußtheit, Planung, Auswahl oder Vermeidung von »Neuem« funktionieren.

Wie Freud und vor allem William James ausführten, ist das Bewußtsein das Resultat einer Verzögerung der Interaktion an der Grenze. (James meinte natürlich den unterbrochenen Reflexbogen, aber wir wollen uns hier gestalttheoretisch ausdrücken.) Wir können jetzt erkennen, daß das Bewußtsein funktional ist. Denn solange die Interaktion an der Kontaktgrenze relativ einfach ist, ist wenig Bewußtheit, wenig Reflexion, wenig motorische Anpassung und wenig Planung vorhanden; wird sie aber schwierig und differenziert, dann ist erhöhtes Bewußtsein da. Wachsende Vielfalt der Sinnesorgane bedeutet die Notwendigkeit der Wahl, in dem Maße, wie ein Lebewesen mobiler wird und sich mehr Neuem aussetzt. [...]

Diese Reihe bedeutet im Endeffekt eine Vereinfachung der Organisation im Organismus/ Umwelt-Feld, nämlich die Vollendung seiner unvollständigen Situationen. [...] Das Streben nach der einfachsten Feldstruktur heißt Interaktion an der Kontaktgrenze der Spannungen zwischen Organismus und Umwelt, bis ein relatives Gleichgewicht erreicht worden ist. (Verzögerung – Bewußtsein – ist die Schwierigkeit bei der Beendigung des Prozesses.)

1979, S. 37ff | 1991, S. 39ff

der eines Organismus/ Umweltfeldes. Und die Kontaktgrenze ist sozusagen das spezielle Organ der Bewußtheit von der neuen Situation im Feld, im Gegensatz beispielsweise zu den inneren »organischen« Organen des Stoffwechsels oder Kreislaufs, die ohne die Notwendigkeit von Bewußtheit, Absicht, Auswahl oder Vermeidung des Neuen zur Erhaltung funktionieren.

Freud und vor allem auch William James haben hervorgehoben, daß das Bewußtsein das Ergebnis einer Verzögerung der Interaktion an der Grenze ist. (James meinte natürlich den unterbrochenen Reflexbogen, aber bleiben wir bei der Gestalttheorie.) Und da können wir dann sofort erkennen, daß das Bewußtsein funktional ist. Denn wenn die Interaktion an der Kontaktgrenze relativ einfach ist, dann gibt es dabei wenig Bewußtheit, Reflexion, motorische Anpassung und Überlegung; aber wenn sie schwierig und kompliziert ist, ist das Bewußtsein erhöht. Höhere Komplexität der Sinnesorgane bedeutet, daß es mehr Entscheidungsnotwendigkeiten gibt, da ein Lebewesen dann beweglicher wird und mehr Neues erprobt. [...]

All dies geht letztlich in Richtung einer Vereinfachung der Organisation des Organismus/ Umweltfeldes, der Vollendung unabgeschlossener Situationen. [...] Das Streben zur einfachsten Struktur des Feldes ist gleichbedeutend mit der Interaktion im Spannungsfeld zwischen Organismus und Umwelt, bis ein relatives Gleichgewicht erreicht ist. (Verzögerung – also Bewußtsein – ist die Schwierigkeit bei der Vollendung des Prozesses.)

2006, S. 57ff

Umwelt; und die Kontaktgrenze ist sozusagen das auf die Wahrnehmung der ungewohnten Situation im Feld spezialisierte Organ; im Gegensatz dazu stehen beispielsweise die eher inneren »organischen« Organe des Stoffwechsels und des Blutkreislaufs, deren lebenserhaltende Funktionen keiner Aufmerksamkeit und keiner Willensanstrengung bedürfen und die nichts Neues aufnehmen oder vermeiden müssen.

Freud und besonders William James haben hervorgehoben, Bewußtsein sei Resultat einer verzögerten Interaktion an der Grenze. (James meinte allerdings den unterbrochenen Reflexbogen, aber wir wollen hier eine Gestalttheorie entwickeln.) Und wir können sofort erkennen, dass Bewußtsein funktional ist. Denn wenn die Interaktion an der Kontaktgrenze relativ einfach bleibt, gibt es wenig Gewahrsein, Reflexion, motorische Anpassung und Willensanstrengung; wenn sie dahingegen schwierig und kompliziert wird, schärft sich das Bewußtsein. Gesteigerte Komplexität der Sinnesorgane bedeutet, dass stärker ausgeiebt werden muss, weil ein Tier beweglicher geworden ist und sich öfter im Ungewohnten tummelt.

Dies alles dient letztlich dazu, die Organisation des Feldes von Organismus und Umwelt einfacher zu gestalten, damit unbeendete Situationen abgeschlossen werden. Nach möglichst einfacher Struktur des Feldes zu streben, bedeutet, solange an den Spannungen zwischen Organismus und Umwelt zu arbeiten, bis ein relatives Gleichgewicht erreicht ist. (Verzögerung – d. h. Bewußtsein – markiert eine Schwierigkeit, diesen Prozess zu beenden.)

eigene Übersetzung

Zur Übersetzung

»mind« (z. 6) wegen der traditionellen Bezeichnung »Leib-Seele-Problem« mit »Seele«, also ebenso wie »soul«, zu übersetzen, war eine Entscheidung, die die Kapitel 3 und 4 in der Ausgabe von 1979 streckenweise schlichtweg unverständlich gemacht hat, da »mind« in »Gestalt Therapy« für den vom Körper getrennten Geist steht; »soul« bezeichnet dagegen die Einheit von Körper und Geist.

»deliberateness« (z. 33, 42), ein Wort, das noch häufiger auftauchen wird, ist von der Übersetzung 1979 in dieser Passage als »Planung« – oder »Planungsbereitschaft« – wiedergegeben; dies ist diskutabel. Ich habe mich für »Willensanstrengung« entschieden, um Subjektivität und Kraftaufwand zu betonen, während ich das Missverständnis einer unterstellten Rationalität vermeiden wollte. Die Übersetzung von 2006 hat zwei verschiedene Worte – »Absicht« und »Überlegung« – die etwas kraftlos, doch möglich sind; an anderen Stellen wird es problematischer. Da »deliberateness« eine wichtige Rolle in der Erklärung der Neurosenbildung hat, ist es vorzuziehen, überall das gleiche deutsche Wort zu benutzen. Lexikalisch bedeutet »deliberateness« Bedächtigkeit, Besonnenheit, Absichtlichkeit; »deliberate« be-, nachdenken, beratschlagen, sich überlegen, erwägen; bedächtig, besonnen, beabsichtigt, bewusst, absichtlich, planmäßig, vorsätzlich (etymologisch: unbefreit, unfrei). Mir hätte die alte Bedeutung von »Willkür« gefallen; das Wort ist aber im Sinne von »Machtmissbrauch« deutbar (während die alte Bedeutung nur noch in »unwillkürlich« erhalten blieb).

Zum Kontext

»Gestalt Therapy« setzt an dem Punkt an, an welchem zwar niemand mehr die Ansicht philosophisch verteidigt, eine Trennung von Körper und Geist liege vor, aber gleichwohl die konkreten Handlungen und das innere Gefühl die Trennung ständig vollziehen. Das 3. Kapitel (die ersten Kapitel bilden die Einleitung) – »Mind, Body, and External World« – befasst sich mit der Trennung oder Spaltung. Nicht jedoch, indem man die philosophische Diskussion aufnimmt, sondern indem erklärt wird, warum der Körper sich vom Geist abgespalten fühlt und warum der Geist den Körper abspaltet.

In dieser Passage wird die psychologische Erklärung für das Gefühl der Spaltung von Körper und Geist vorbereitet. Dazu ist es nötig, das »Bewusstsein« einzuführen (ein in der damaligen Gestaltpsychologie vernachlässigter Begriff), das den unmittelbaren organischen Lebensvollzug unterbricht. Goodman greift einerseits auf den funktionalen Ansatz des Pragmatismus von William James (und John Dewey) zurück, »Bewusstsein« bilde sich zum Zweck der Lösung eines konkreten, aktuellen Problems; andererseits auf Sigmund Freud, der in »Jenseits des Lustprinzips« ein Bewusstsein zeichnete, das durch die Reibung an der Grenze zwischen Innen und Außen entsteht. Die Bildlichkeit dieser Darstellung, von der nebenstehend ein kleiner Ausschnitt zitiert ist, hat Goodman offenbar inspiriert.

Man kann sich übrigens meistens sicher sein, dass dunkle Stellen in »Gestalt Therapy« sich dadurch einsichtig machen lassen, indem man bei Freud nachliest.

Zum Hintergrund

Sigmund Freud: »Da das Bewußtsein im wesentlichen Wahrnehmungen von Erregungen liefert, die aus der Außenwelt kommen, und Empfindungen von Lust und Unlust, die nur aus dem Innern des seelischen Apparates stammen können, kann dem System *W-Bw* [Wahrnehmungsbewusstsein] eine räumliche Stellung zugewiesen werden. Es muß an der Grenze von außen und innen liegen. [...] Gegen außen gibt es einen Reizschutz [...]; nach innen zu ist der Reizschutz unmöglich. [...] Es wird sich die Neigung ergeben, sie so zu behandeln, als ob sie nicht von innen, sondern von außen her einwirkten, um die Abwehrmittel des Reizschutzes gegen sie in Anwendung bringen zu können« (*Jenseits des Lustprinzips* [1920], zit. n. *Das Ich und das Es* u. a. Schriften, Frankfurt/M. 1978, S. 135ff).

William James (1842-1910) verneinte die Stofflichkeit von »Bewusstsein«, erklärte es vielmehr zur »Funktion« mit den fünf Kennzeichen Subjektivität, Veränderung, Kontinuität, Intentionalität, Selektivität. Den evolutionären Sinn von Bewusstsein sah James darin, dem Reflexbogen (neuronalen Erregungskreis) den Automatismus zu nehmen und zwischen möglichen Antworten (Reflexen) auswählen zu können. (*Principles of Psychology*, 1890; *The Reflex Action and Theism*, 1897; *Does Consciousness exist?*, 1904; da James »reflex action« sagt, hatte Goodman vielleicht eher **John Dewey** im Sinn: *The Reflex Arc Conception in Psychology*, 1896: »Bei reibungsloser Erfahrung sind wir uns der Bewegung als Bewegung nicht bewusster als dieser oder jener Farbe oder diesem oder jenem Klang selbst.«)

Kommentar

Innerhalb der Diskussion um das Bewusstsein verorten sich die Autoren auf der pragmatischen und funktionalen Seite: Die Funktion des Bewusstseins sei es, ein aktuelles und konkretes Problem zu lösen. Damit klammern sie metaphysische Spekulationen ebenso aus wie Versuche, das Bewusstsein rein organisch zu bestimmen. Freud steuert das Bild vom Bewusstsein bei, das sich nicht tief im Inneren des Menschen – seiner Seele oder seines Körpers – befinde, sondern durch Reibung an der Grenze zur Außenwelt bilde. Die enge Bindung von Bewusstsein an Wahrnehmung entspricht der angelsächsischen Tradition des Empirismus, vermutlich sah Goodman jedoch darin keinen Widerspruch zu Aristoteles, der in der Schrift »Von der Seele« vom Nähren, Wachsen, Zeugen über die Wahrnehmungsorgane zu komplexeren Denkvorgängen fortschritt.

Das Problem der Leib-Seele-Einheit, der Verknüpfung des Geistes mit dem Körper wird eher heruntergespielt. Ich meine, dass Goodman die Bestimmung von Aristoteles, die Seele sei die Form des Körpers, ausreichte.

Für den Fortgang der Argumentation in »Gestalt Therapy« ist besonders die Beobachtung wichtig, dass Bewusstsein eine Verzögerung der Interaktion an der Grenze sei. Diese Verzögerung ermöglicht auf der positiven Seite mehr Nachdenken und wohlherwogene Entscheidung, auf der negativen Seite aber bedeutet sie eine Unterbrechung des reibungslosen Lebensvollzuges. Und an dieser Stelle setzt die psychotherapeutische Frage ein.