

Was ist ein Impasse?

Fritz Perls hat sein Leben lang abstrahierendes Denken möglichst vermieden. Er hat sich bemüht zu beschreiben, was beobachtbar ist und möglichst im Beobachtbaren zu bleiben, wenn er Veränderungen angestrebt hat. Seinen Wahlspruch kennt ihr ja: Verliere deinen Verstand und komme zu deinen Sinnen - lose your mind and come to your senses.

Offenbar ist es nicht so leicht, seinen Verstand auf die Dauer zu verlieren, wenn man einen solchen besessen hat - früher oder später macht er sich geltend. Gegen Ende seines Lebens, ein paar Jahre vor seinem Tod im Jahre 1970, ist er wieder aktiv geworden. Und eine Ausgeburt von Verstandestätigkeit ist seine Einteilung der Neurose in fünf Schichten.

Er stellt sich „der Neurose“ wie etwas Räumlichem gegenüber und möchte ihre Struktur erkennen.

Er sagt dazu gleich am Anfang eines Vortrags: Ich möchte euch jetzt etwas darüber erzählen, wie ich die Struktur der Neurose sehe. Ich weiß natürlich nicht, wie meine nächste Theorie sein wird, weil ich ständig das, was ich tue, entwickle und immer mehr vereinfache. Ich sehe die Neurose jetzt als etwas an, das aus fünf Schichten besteht.

Jede dieser Schichten, die er bei seiner Theoriebildung gefunden hat, bekommt einen Namen, und einer dieser Namen heißt Impasse, zu deutsch Sackgasse. Von der Sackgasse soll heute die Rede sein.

In der Folge zeigt sich aber, dass die Theoriebildung nicht weitergegangen ist, wie er gehofft hat, im Gegenteil: er kommt mit der Theorie der fünf Schichten nicht zurecht. Meist sind es fünf, einmal aber nur vier, die Anordnung ist unterschiedlich.

Die Sackgasse findet sich in verschiedener Weise untergebracht, einmal auch mit einem anderen Inhalt in der gleichen Schicht.

Ihm ist das aufgefallen und er sagt dazu in einem Vortrag: wenn ich in dieser Art in Kategorien einteile und ein Ding aus einem Prozess mache, seid bitte nachsichtig und seht ein, dass das nur eine Annäherung an das ist, worin der Prozess eigentlich besteht.

Er merkt also selbst, dass er nach dem Abstraktionsvorgang wieder in den Bereich zurückgehen muss, aus dem er seine Abstraktionen geholt hat. Und das ist nicht ganz leicht.

Der Begriff der Sackgasse entstammt also dem abstrahierenden Denken. Dementsprechend ist alles, was er weiter über die Sackgasse sagt, auch sehr abstrakt. Sehr konkret sind aber seine Hinweise über die hohe Bedeutung der Arbeit an der Sackgasse für den Verlauf der Therapie. Es ist entscheidend, sagt er immer wieder, dass der Therapeut mit ihr fertig wird. Er selbst ist mit ihr fertig geworden, auf das weist er wiederholt hin.

Er sagt zum Beispiel: ich bin stolz darauf, dass ich das überwunden habe, was die Russen den „sick point“, den kranken Punkt nennen. Die Russen haben gesehen, dass es im Zentrum jeder Neurose einen „kranken Punkt“ gibt und sie waren mit der Einsicht zufrieden, dass man über den nicht hinauskommen kann. Ich glaube, sagt er, dass man durch diese Sackgasse durchkommen kann, wenn man die volle Aufmerksamkeit darauf richtet, in welcher Art man stecken geblieben ist.

Solche Formulierungen machen natürlich sehr neugierig, man möchte gerne Näheres wissen, wie Perls da zu Werke gegangen ist. Was Perls dazu gesagt hat, bleibt aber weiter sehr allgemein, er kommt aus dem Reich der Abstraktion nicht heraus. Die Versuchung ist groß, auf eigene Faust die Rückübersetzung in die Sprache der Prozesse zu versuchen, es gibt da auch einige Literatur, am bekanntesten

ist die Arbeit von Staemmler und Bock: „Neuentwurf der Gestalttherapie“.

Man erfährt in diesen Schriften viel über die Phantasie der Autoren, verliert aber Perls aus den Augen.

Ich habe mir vorgenommen, bei meinem Vortrag bei Perls zu bleiben und, so gut ich kann, meine Phantasietätigkeit zurückzuhalten.

Was sagt also Perls selbst über die Sackgasse? Wir finden zunächst einmal eine Definition. Eine Sackgasse entsteht, wenn der Mensch in eine Situation kommt, in der er ein für ihn wesentliches Problem lösen muss und er dazu Unterstützung braucht. Es kommt aber keine Unterstützung von außen, und die Fähigkeit, sich selbst zu unterstützen, hat er in seiner Entwicklung noch nicht erreicht.

Bei dieser Definition muss klargestellt werden, was Perls mit Unterstützung meint. Der Begriff der Unterstützung (support) spielt bei Perls eine große Rolle. Er sagt dazu: Zum Kontakt mit der Welt werden wir veranlasst durch eine auftauchende Gestalt, ein auftauchendes Bedürfnis, eine auftauchende unabgeschlossene Situation. Und wenn wir mit der Situation nicht fertig werden können, dann suchen wir Unterstützung - etwas oder jemanden, der uns bei der Bewältigung hilft. Und diese Unterstützung können wir uns verschaffen entweder durch Hilferufe, oder durch Manipulation der Umwelt - indem wir ein Verhalten an den Tag legen, das unsere Umwelt aufmerksam auf unsere Hilflosigkeit macht. Oder aber wir können versuchen, uns selbst zu unterstützen - wir ziehen uns auf der Suche nach Unterstützung in uns selbst zurück. Wenn wir dort nichts Erprobtes finden, sind wir auf unser Phantasieleben angewiesen. Die Wege aber, die uns unsere Phantasie zeigt, sind wir noch nicht gegangen, sie können uns gefährlich scheinen, können uns Angst machen, was im Endeffekt zu einer Lähmung führt. Der Weg führt nicht weiter, wir stehen an.

Der Impasse entsteht also, wenn wir in uns keine geeignete Unterstützung finden

und wir nicht die Möglichkeit haben, sie uns von außen zu verschaffen. Er gibt Beispiele dafür: das gesunde Neugeborene, das nicht gleich zu atmen anfängt (er spricht fälschlicherweise von „blue babies“, das sind aber Neugeborene mit angeborenen Herzfehlern). Das gesunde Neugeborene wurde vom Blut der Mutter her mit Sauerstoff versorgt und hat noch nicht gelernt, selbst zu atmen. Es muss diese Fähigkeit erst bei sich entdecken, bis dahin ist es in einer Sackgasse, aus der ein Neugeborenes aber rasch herausfindet, wenn es gesund ist. Manchmal muss ihm die Hebamme ein bisschen auf den Rücken klopfen.

Als zweites erwähnt er etwas, was er (in seiner etwas pessimistischen Weltsicht) die „durchschnittliche Ehe“ nennt - in der die Partner nicht ineinander, sondern in die Vorstellung, wie der andere sein sollte, verliebt sind. Sie beschuldigen sich dann gegenseitig ständig, dass sie nicht so sind, wie sie sein sollten, und kommen aus diesem Zustand nicht heraus.

Um zu einer Sackgasse dieser Art zu kommen, braucht man aber nicht unbedingt einen Partner: man kann von sich selbst ein Idealbild herstellen, dem man nicht entspricht, und dann in einer Dauerkonflikt mit sich selbst verfallen.

Wie kommt man nun aus der Sackgasse? Die Antworten, die Perls gibt, sind, wie schon gesagt, durchwegs sehr allgemein. Sie stammen aus dem Reich der Abstraktion. Wenn es einem voll bewusst wird, wie man in die Sackgasse gekommen ist, hat man sie überwunden.

In einem workshop sagt er etwas mehr dazu. Er wird er gefragt: was bricht einen Impasse? Perls darauf: der Impasse kann nicht gebrochen werden.

Er muss also akzeptiert werden?

Antwort: das könntest du so sagen. Das unglaubliche Ding, das so schwer verstanden werden kann, ist, dass die Erfahrung, die Bewusstheit des Jetzt, genügt, um alle Schwierigkeiten dieser Art, alle neurotischen Schwierigkeiten zu lösen. Wenn

du zu einer vollen Bewusstheit der Sackgasse kommst, wird sie zusammenbrechen, und du wirst bemerken, dass du durch sie durchgekommen bist. Und er fügt hinzu: ich weiß, das klingt ziemlich mystisch.

Mehr ist in seinen Vorträgen nicht zu finden.

Nun gibt es ja von Perls zahlreiche Sitzungsprotokolle, außerdem Videoaufzeichnungen, die man zum Teil auch auf youtube findet. Man kann also bei diesen zu suchen beginnen. Die meisten dieser Protokolle stammen aus der letzten Lebenszeit von Perls. Er spricht auch dort immer wieder von der Sackgasse und arbeitet mit Klienten, von denen er sagt, dass sie in einer Sackgasse sind. Dabei gelingt es ihm in einigen Fällen, beim Klienten etwas in Bewegung zu bringen, manchmal gelingt es auch nicht oder nur in geringem Maß. Er erklärt manchmal einiges theoretisch - meist vor oder nach den Sitzungen.

Und hier musste ich eine Entdeckung machen, die mich zunächst sehr verwundert hat: die Art, wie er dabei zu Werke geht, seine Techniken, seine therapeutische Haltung, alles ist genau so, wie man sie von ihm kennt, wie er sie in seinen Schriften, vor allem im ersten, theoretischen Teil des Buches: „The Gestalt Approach & Eye Witness to Therapy“ (Grundlagen der Gestalttherapie) in umfassender Weise dargestellt hat. Auch wenn der Name Sackgasse in diesem Teil des Buches nicht vorkommt: das Grundmotiv, das er dann im Sackgassenkonzept besonders prägnant ausdrückt, findet man schon in diesem theoretischen Teil, der in den Fünfzigerjahren geschrieben wurde: der neurotische Mensch ist in seiner Reifung gehemmt, er traut sich auf entscheidenden Ebenen nicht zu, sich selbst Unterstützung zu geben, und er verwendet die verschiedensten Mittel, sich Unterstützung von außen zu verschaffen.

Und dort, in dem Buch, das er vor vielen Jahren geschrieben hat, schreibt er auch, wie man mit dem umgehen soll, was er zwar nicht Sackgasse nennt, aber die

Dynamik einer Sackgasse zeigt.

Er schreibt dort: wenn sich der Klient in die therapeutische Situation begibt, erwartet er natürlich Unterstützung vom Therapeuten. Wenn ihm der Therapeut da entgegenkommt, festigt er ihn in seiner Neurose und verhindert weitere Reifung, die ja darinnen besteht, dass er lernt, seine Ressourcen zu nützen und sich die Unterstützung selbst zu geben. Der Therapeut muss also trachten, in möglichst vielen Fällen auf seine Wünsche nicht einzugehen, ihn auf sich selbst rückzuverweisen, ihn also zu frustrieren. Hier das erträgliche Maß zu finden, ist eine Kunst, er spricht von skilful frustration als Basis der Therapie. Daneben schildert er die anderen Zugangsweisen, die er dabei einsetzt, um den Klienten zu fördern, Reifungsprozesse in Gang zu setzen: die Arbeit im Hier und Jetzt, die Entwicklung von erhöhter Bewusstheit (awareness), Vermeidung von Warumfragen, Einsatz von psychodramatischen Techniken, Arbeit mit Verwirrtheit und vieles andere. All das ohne von Sackgasse zu sprechen - er weist nur gelegentlich darauf hin, dass der Klient in einer bestimmten Situation das Gefühl haben kann, dass er stecken geblieben ist, und dass es wichtig ist, ihn in dieser für ihn sehr unangenehmen Lage nach Möglichkeit festzuhalten, bei dieser Situation zu bleiben und in der Situation weiter zu arbeiten. Es steht also alles schon in dem erwähnten Buch, das in den Fünfzigerjahren entstanden ist.

Meinen Eindruck kann ich jetzt in folgender Weise zusammenfassen: die Art, wie Perls von der Sackgasse und ihrer Lösung spricht, löst Erwartungen aus, dass er etwas Neues gefunden hat, das über alles, was er bisher geschaffen hat, hinausgeht. Und es macht neugierig, was das sein könnte, mir ist es jedenfalls so gegangen.

Ich glaube aber, dass er aber etwas ganz anderes gemeint hat. Er hat am Ende seines Lebens auf sein Lebenswerk zurückgeblickt und es von den Grundlagen her betrachtet. Dabei ist er auch in abstrahierendes Denken gekommen. Sein

Neurosemodell mit den Schichten sollte ihm vielleicht den Überblick über sein Lebenswerk erleichtern. Jedenfalls sind mit Hilfe des Modells allgemeine Aussagen über „die Neurose“ und ihre Heilung möglich. Und er ist zu der positiven Bewertung seiner Leistung gekommen: mit dem, was er in die Psychotherapie eingeführt hat, kommt man an den Kern der Neurose heran, für den die Sackgasse gewissermassen das Leitbild ist: die verzweifelte Lage eines neurotischen Menschen in einer Situation, in der er die inneren Ressourcen nicht zur Verfügung hat, die er zur Bewältigung einer lebenswichtigen Problematik brauchen würde. Und Perls wollte mit allem Nachdruck auf etwas hinweisen: genau im Bereich einer Sackgasse ist der Punkt, wo wir nicht aufgeben dürfen, weil wir gerade hier die größte Chance haben, etwas Wesentliches zu verändern. Wir sollen hier alles einsetzen, was wir uns an therapeutischen Fähigkeiten angeeignet haben. Zusätzliches ist aber nicht nötig. Mit seinen Aussagen über die Sackgasse verweist er also nicht auf etwas, was er neu gefunden hat, sondern auf das, was er in seinem Leben entdeckt hat.

Man kann somit meiner Meinung nach die Suche aufgeben, hier noch etwas zu finden. An diesem Punkt war ich schon angelangt und meinte, dass hier mein Vortrag eigentlich zu Ende sein müsste. Ich habe aber dann doch eine Stelle gefunden, wo Perls in ganz anderen Sinn von der Sackgasse spricht und ich glaube, es ist der Mühe wert, auf diese Stelle einzugehen.

Begriff und Wort Impasse kommen noch einmal in einem völlig anderen Zusammenhang vor, und zwar in einem Text, den Perls 1969, also ein Jahr vor seinem Tod geschrieben hat. In diesem Jahr erfolgte eine Neuauflage seines Buches: „Das Ich, der Hunger und die Aggression“. Für diese Neuauflage hat er eine kurze Einleitung geschrieben - nicht einmal anderthalb Seiten. Dort kommt auch wieder die Sackgasse vor, durch die es ihm gelungen ist durchzubrechen (an anderer Stelle hat er allerdings gesagt, dass die Sackgasse nicht durchbrochen werden kann), dann aber

schreibt er weiter von der Sackgasse: es ist der Punkt des status quo, an dem sich die durchschnittliche Therapie verfängt. Die Verwendung der besten Technik und des genialsten Konzepts wird den Patienten nicht daran hindern, den Bemühungen des Therapeuten ein Gegengewicht entgegenzusetzen. Das friert die Therapie ein und verhindert wahre Reifung.

Das lässt aufhorchen. Damit ist etwas ausgesagt, was sonst nirgends steht: nicht der Patient ist es eigentlich, der in die Sackgasse kommt, sondern die Therapie, daran ist der Therapeut auf alle Fälle beteiligt und bei genauem Hinsehen ist eigentlich der Therapeut derjenige, der in Gefahr ist, in eine Sackgasse zu geraten oder sich bereits mit seiner Therapie in der Sackgasse befindet.

Dieser Gesichtspunkt ist für Perls völlig neu und ungewöhnlich. Wo er die Sackgasse erwähnt, findet er immer, dass die Sackgasse eine Sache des Klienten ist, der Klient gerät in die Sackgasse, und der Therapeut versucht mit seinen Interventionen, ihn dort herauszuholen. An der zitierten Stelle hat er den Gesichtspunkt geändert: die Art, wie der Therapeut vorgegangen ist, haben eine Entwicklung beim Klienten ausgelöst; als Reaktion auf die Arbeit des Therapeuten hat der Klient seine Kräfte mobilisiert und koordiniert, sodass die Therapie nicht weitergeht. Es ist also, etwas überspitzt formuliert, eine Projektion auf den Klienten, wenn der Therapeut nur beim Klienten etwas sucht, was die Arbeit blockiert und nicht weitergehen lässt.

Wenn ich von diesem Standpunkt aus die Sitzungsprotokolle studiere, besonders wenn man sich mir die Videos anschaut, wird mir da in einzelnen Fällen etwas deutlich: die Reaktionen der Klienten werden mir immer wieder aus dem Zusammenhang verständlich und haben etwas mit der Haltung von Perls zu tun. Oft sind es nur einzelne Episoden, die Reaktionen der Klienten können sich aber zu einer durchgehenden Einstellung den Bemühungen von Perls gegenüber formieren, also

durchaus im Sinne dessen, was Perls das Gegengewicht gegen die therapeutische Arbeit nennt.

Ein für mich typisches Beispiel ist die Arbeit mit Gloria. Ihr findet ein Protokoll in dem Kapitel „Gestalttherapeutische Interviewtechnik“ (1969) in dem Buch „Gestalt - Wachstum - Integration“. Ihr könnt euch diese Arbeit auch auf youtube anschauen. Es handelt sich um eine Demonstration, in der Einleitung sagt er, dass er versuchen wird, alles Offensichtliche von der Oberfläche einer Situation zu erfassen, in der er sich mit der Klientin befindet und die auftauchende Gestalt streng auf der Basis des „Ich und Du“ und des „Hier und Jetzt“ zu entwickeln.

Gloria ist eine dreißig Jahre alte Frau. Gleich am Beginn des Interviews sagt sie, dass sie Angst hat. Perls sagt dazu: Sie sagen, dass sie Angst haben, aber Sie lächeln. Ich verstehe nicht, wie jemand Angst haben und gleichzeitig lächeln kann.

Gloria darauf: Und ich bin auch misstrauisch gegen Sie. Ich glaube, Sie verstehen sehr gut ... und Sie wissen das.

In diesem kurzen Austausch sind die Grundpositionen bereits abgesteckt. Perls misstraut der Klientin: sie hat eigentlich gar nicht Angst, sondern sagt es nur. Und die Klientin misstraut Perls: er kann sich gut vorstellen, dass man in einer ungewohnten Situation Angst haben und trotzdem eine lächelnde Maske aufsetzen kann. Er blufft nur. Dass sie wirklich Angst hat, weiß sie ganz offensichtlich.

Aus dieser Grundhaltung kommen beide nicht heraus. Perls bleibt bei seiner misstrauischen Haltung der Klientin gegenüber, aus dieser Haltung heraus nennt er einmal die Patientin eine Schwindlerin, was diese gekränkt von sich weist. Ihre Attacken gegen ihn führt er auf Projektionen zurück und lädt sie ein, sich mit ihrem Vorstellungsbild von ihm zu identifizieren. Das tut die Klientin, und es entsteht oft der Eindruck, dass ihr Vorstellungsbild in manchen Punkten nicht von Projektionen beherrscht ist, sondern dass sie ihn in seiner Wirklichkeit erfasst hat.

Gloria ist ein extrovertierter Mensch. Immer wieder wird sie wütend, einmal muss sie mit den Tränen kämpfen. Es wirkt aber nicht so, als hätte sie Persönlichkeitsanteile bei sich kennengelernt, die ihr vorher nicht zur Verfügung gestanden sind. Aber jedesmal, wenn sie emotionell reagiert, bekommt sie dafür Anerkennung von Perls: jetzt sind Sie echt. Wenn sie sagt: ich bin wütend auf Sie, antwortet Perls: Wunderbar.

Gloria: Aber Sie erscheinen so distanziert. Es scheint Sie überhaupt nicht zu kümmern, dass ich wütend auf Sie bin. Als ob Sie mich überhaupt nicht kennen würden, nicht ein bisschen.

Das Gespräch findet für mich keinen befriedigenden Abschluss. Meiner Meinung nach ist hier Perls in einer der von ihm erwähnten therapeutischen Sackgassen geraten. Ich glaube, formulieren zu können, wie das passiert ist. Perls eröffnet damit, dass er die Echtheit des Gefühlsausdrucks von Gloria anzweifelt. Die Klientin verteidigt sich gegen diese Zumutung und steht dazu, dass sie sich offen ausgedrückt hat. In der Folge übernimmt sie die Strategie von Perls, die sie sehr rasch gelernt hat und verwendet sie gegen ihn: sie zweifelt seine Echtheit an. Und im Laufe des Interviews wird es immer klarer, dass sie das mit mehr Recht tut als Perls ihr gegenüber. Immer klarer wird es, dass Perls eigentlich der viel größere Rollenspieler ist. Er versteckt sich hinter seiner Rolle, die er konsequent durchhält. Er möchte etwas Verborgenes bei ihr zum Vorschein bringen. Aber er bringt nichts Verborgenes bei ihr zum Vorschein: was zum Ausdruck kommt, ist ihre gelebte Persönlichkeit, hinter der sie steht und die sie verteidigt. Was bei Perls bei dem Interview innerlich vor sich geht, bleibt unklar.

Kehren wir also zu dem Text aus dem Jahr 1969 zurück - zu dem kurzen Vorwort der Neuauflage von „Ich, Hunger und Aggression“. Was schreibt er da noch, außer dass die Sackgasse in vielen Fällen eine Sackgasse ist, in die die Therapie

geraten ist?

Da steht zunächst in dem Vorwort: ohne eine adäquate Perspektive ist der Therapeut von Anfang an verloren. Und er schreibt weiter: das Buch: *Das Ich, der Hunger und die Aggression* kann dazu beitragen, dass der Leser diese Perspektive gewinnt. Da die Perspektive auf Polaritäten und Zentrierung beruht, ist das erste Kapitel wichtig, wenn es auch nicht leicht zu lesen ist. Der Rest des Buches ist seiner Meinung nach überholt.

Was steht also im ersten Kapitel? Es hat den Titel „Differenzierendes Denken“ und ist im Wesentlichen ein Hinweis auf die Philosophie von Salomo Friedländer, die dieser in seinem Buch „Schöpferische Indifferenz“ dargestellt hat. Sie wissen, dass Friedländer eine der Personen war, die den stärksten Einfluss auf das Denken von Perls gehabt haben. Es hat den Anschein, als hätte er ihn und seine Philosophie etwas aus den Augen verloren. daher der Hinweis auf sein Frühwerk, wo das noch nicht der Fall war. ((Im Grunde war aber Friedländers Einfluss bei ihm sein ganzes Leben lang wirksam. Ich verweise noch einmal auf den theoretischen Teil des Buches „Grundlagen der Gestaltherapie“, wo meiner Meinung nach alles drinnensteht.

Dort schreibt er, wie der Therapeut mit Verwirrtheit arbeiten soll, wenn sie beim Klienten auftritt: „Jemand, der die Fähigkeit hat, bei der Erfahrung der fruchtbaren Leere zu bleiben - seine Verwirrtheit bis zum Äußersten zu spüren - und der eine Bewusstheit von allem entwickelt, was da seine Aufmerksamkeit auf sich lenkt (Halluzinationen, abgebrochene Sätze, unklare Gefühle, fremdartige Gefühle, besondere Sinnes-eindrücke) der kann eine große Überraschung erleben. Er wird ein plötzliches „Aha-erlebnis“ haben; plötzlich wird er zu einer Lösung kommen, zu einer Einsicht, die vorher nicht da war, zu einem blitzartigen Aufleuchten von Aktionsmöglichkeiten oder Verstehen.“

Ihr werdet sehen: das ist Friedländer pur. Unfairerweise erwähnt er hier

Friedländer und seine Philosophie nicht - er ist unfair Friedländer, aber auch uns gegenüber, weil wir im Unklaren bleiben, wieso der sonst so rationale Perls plötzlich so irrational wird. An anderen Stellen wird er direkt poetisch, wenn er davon spricht, dass die Wüste zu blühen beginnt. All das, also eigentlich das Wesentliche, wird weggewischt, wenn er im Rahmen des Fünfschichtenmodells vom Impasse spricht.))

Im dem erwähnten ersten Kapitel von „Ich, Hunger und Aggression“ finden sich zunächst recht allgemeine theoretische Überlegungen zu Fragen der Erkenntnis und zum wissenschaftlichen Arbeiten. Und dann wird der Leser darauf hingewiesen, was für eine innere Haltung einen in die Gefahr bringt, in eine Sackgasse zu kommen:

Er schreibt: Wir sind jedenfalls dahin gekommen, es anzuerkennen, dass die Beobachtungen eines jeden von seinen speziellen Interessen bestimmt sind, von vorgefassten Meinungen und von einer - oft unbewussten - Haltung, von der ausgehend man die Tatsachen sammelt und auswählt. Mit anderen Worten: es gibt nicht so etwas wie eine objektive Wissenschaft. Da jeder Autor einen subjektiven Blickwinkel hat, hängt jedes Buch von seiner Mentalität ab. In der Psychologie sind Beobachter und beobachtete Tatsachen nicht zu trennen, mehr als in anderen Wissenschaften. Die schlüssigste Orientierung müsste zu erreichen sein, wenn wir einen Punkt finden könnten, von dem aus der Beobachter die umfassendste und am wenigsten verzerrte Ansicht gewinnen könnte. Ich glaube, dass Friedländer einen solchen Blickpunkt gefunden hat.

Gleich anschließend beschreibt er den Weg, den ihm Friedländer aus der Sackgasse gewiesen hat:

In seinem Buch *Schöpferische Indifferenz* entwickelt Friedländer die Theorie, dass jedes Ereignis mit einem Nullpunkt verbunden ist, von dem aus eine Differenzierung in Gegensätze stattfindet. Diese *Gegensätze zeigen in ihrem spezifischen Zusammenhang* eine große Affinität zueinander. Wenn wir wachsam im

Zentrum bleiben, können wir eine schöpferische Fähigkeit entwickeln, beide Seiten eines Ereignisses zu sehen und eine unvollständige Hälfte zu ergänzen. Indem wir so eine einseitige Anschauung vermeiden, gewinnen wir eine tiefere Einsicht.

Spätestens hier werde ich nicht darum herumkommen, euch etwas von Salomo Friedländer und seinem Buch „Schöpferische Indifferenz“ zu erzählen, das für Perls eine so große Bedeutung gehabt hat. Hier fühle ich mich überfordert, erstens habe ich nur sehr oberflächliche philosophische Kenntnisse, außerdem ginge eine Darstellung der Philosophie Friedländers und ihres Einflusses auf die Gestalttherapie weit über den Rahmen unseres Themas hinaus.

Ich will mich darauf beschränken, Friedländers Kernaussage darzustellen und kritisch meine persönliche Stellung dazu mitzuteilen. Er geht davon aus, dass wir nur dann etwas erleben können, wenn es sich in Gegensatz zu etwas anderem befindet. Wir können nur etwas als groß erleben, wenn wir es etwas Kleinem gegenüberstellen können, von dem es sich abhebt, wir können nur dann etwas als gut bezeichnen, wenn wir es im Gegensatz zu etwas Schlechten erleben können. Die Gegensätzlichkeiten zeigen aber eine innere Verwandtschaft, sie gehen von etwas Gemeinsamen aus, sind in die Gegensätzlichkeiten gegangen durch einen Akt, den Friedländer differenzieren nennt. Er kommt dadurch auf einen ungestalteten Nullpunkt der Indifferenz, der leer ist, ein Nichts, in dem aber alles enthalten ist.

Auf den sollten wir uns immer wieder zurückbesinnen. Wenn wir in der differenzierten Welt drinnenstehen, neigen wir sehr dazu, uns mit der einen Seite der Gegensätzlichkeit zu verbinden, unser ganzes Interesse dieser einen Seite zuzuwenden und die andere zu vernachlässigen. Damit schaffen wir ein Ungleichgewicht und kommen in Schwierigkeiten. Wenn wir uns immer wieder auf den Nullpunkt beziehen, von dem der Differenzierungsprozess ausgegangen ist, kommen wir in eine Haltung hinein, die er Indifferenz nennt. Indifferenz ist nicht

Gleichgültigkeit. Es ist nicht die Haltung: es kann so oder auch ganz anders sein, das ist ja im Grunde ganz gleichgültig - im Gegenteil: wir sollen uns mit dem gleichen Interesse dem anderen Extrem unserer Ausgangshaltung zuwenden, um ein Gleichgewicht herzustellen.

Aus dieser Haltung kann man schöpferisch werden: es kann sich uns zeigen, dass aus dem Urgrund des Nichts andere Differenzierungsmöglichkeiten erscheinen: Modifizierungen der schon gewonnen Differenzierung oder auch ganz neue Wege.

Er nennt das Indifferenzieren und grenzt sich damit gegen die innere Haltung ab, die er vor allem in den östlichen Geistesrichtungen verwirklicht sieht: dass man das Differenzieren überhaupt aufgeben und sich ganz mit dem Undifferenzierten verbinden soll.

Es ist aber auch nicht das, was er als westliche Haltung bezeichnet - im Differenzieren zu bleiben und es zu perfektionieren, unbekümmert um das, was passiert.

Seine Haltung bezeichnet er als westöstlich: man soll zwar weiter differenzieren, sich aber nicht von einer herausdifferenzierten Seite anziehen lassen und nur diese einseitig weiter differenzieren, sondern sich immer erneut auf den Nullpunkt zubewegen und aus dem Undifferenzierten neue Formen der Differenzierung schaffen.

Meine Haltung Friedländers Weltanschauung gegenüber kann ich auf eine einfache Formel bringen: wenn ich sie als Philosophie betrachte: ich kenne bessere Philosophien. Wenn sie als Esoterik betrachte, was auch berechtigt ist: ich kenne bessere Esoteriken. Aber er bietet mir etwas, was ich sonst nirgends finde: eine Einsicht in Elemente künstlerischen Schaffens, ja sogar Anweisungen, wie man vorgehen kann, wenn man kreativ tätig sein will. Und ich glaube, dass es das war, was Perls so angesprochen hat - eine Zurückweisung von allem, was sich in

Spekulationen verliert, was zu Ideologien und Glaubensinhalten führen könnte, sondern eine Ermutigung dazu, einen zentralen Punkt zu suchen, von dem aus beide Seiten einer Gegensätzlichkeit zu sehen sind und dadurch eine umfassende Einsicht möglich ist.

Ich werde jetzt etwas Respektloses tun und weiter Perls als Demonstrationsobjekt verwenden, um an ihm zu zeigen, wie solche Einseitigkeiten zustandekommen und wie sie sich auswirken. Es hat den Vorteil, dass ihr wisst, wie er in seiner Arbeit vorgegangen ist und ich nicht erst jemanden euch Unbekannten beschreiben muss. Er wird es mir verzeihen, er ist ja offenbar selbst am Ende seines Lebens kritisch mit sich selbst umgegangen.

Es hat tatsächlich den Anschein, als wäre es Perls nicht immer gelungen, das von Friedländer so dringend geforderte Gleichgewicht zwischen den neu gefundenen Gegensätzlichkeiten zu halten. Immer wieder kommt es vor, dass er nach einer Seite kippt. Das kann ihm niemand übelnehmen: das Differenzieren ist etwas, das wir fortwährend vollbringen, Indifferenzierung ist etwas Ungewohntes, aus dem man rasch herausfallen kann.

Das zeigt sich natürlich vor allem in dem wesentlichsten Gebiet, auf dem Perls im Sinne von Friedländer vorgegangen ist. Es handelt sich um die Arbeit mit dem Gegensatz Vordergrund - Hintergrund. Hier sah er ein Gebiet, auf dem er schöpferisch im Sinne von Friedländer wirken konnte. Ich könnte mir fast vorstellen, warum er auch gegen Widerstände an der Bezeichnung seiner Arbeit als Gestalttherapie festhielt: Weil sich für ihn in der Gestaltpsychologie am deutlichsten die Differenzierung der Gegebenheiten in einen Vordergrund und einen Hintergrund abzeichnete. Seine Aufmerksamkeit richtete sich aber weniger darauf, wie sich aus etwas Undifferenzierten eine Gestalt herausheben kann - wie es das Interesse der Gestaltpsychologen war und ist -, sondern auf das, was übrig bleibt, wenn sich eine

Gestalt gebildet hat. Sein Interesse galt nicht so sehr dem Vordergrund, wie es bei den Gestaltpsychologen der Falle ist, sondern dem Hintergrund, der sich bei der Gestaltentstehung aus dem gemeinsamen Grund des Nichts gebildet hat.

Um auf diesem Gebiet etwas erkennen zu können, entwickelte er ein - nennen wir es - Erkenntnisorgan, oder er bediente sich einer Möglichkeit etwas zu erkennen, die er wie jeder Mensch hat. Er nannte sie awareness - sehr unvollkommen als Bewusstheit übersetzt im Gegensatz zu Aufmerksamkeit. Awareness is the fuzzy twin of attention - auch nur sehr sperrig zu übersetzen: Bewusstheit ist das verschwommene Geschwisterkind der Aufmerksamkeit.

In diesem Bereich, der ihm dadurch zugänglich wurde, vermutete er alles, was der Mensch in sich selbst nicht anerkennen will, vor dem der Mensch sich fürchtet, was er von sich selbst weglässt, um auf andere eine bestimmten Eindruck machen zu können und so weiter. Warum der Mensch im Einzelfall das tat, interessierte ihn nur in zweiter Linie (er lehnte ja Warumfragen überhaupt ab): sein Anliegen war, den Menschen darauf hinzuweisen, dass vieles von dem, das durch awareness zum Vorschein kommen kann, zu ihm gehört, er will es den Menschen gewissermaßen zur Verfügung zu stellen, es ihm anbieten, damit er die Möglichkeit hat, es in sein Selbstbild (und damit auch in sein Selbstsein) einzubauen. Für diesen Prozess des Einbaus in das bewusste Selbstbild, auf den er immer wieder hinweist, verwendet er das Wort Integration. Dies würde das Ende und Ziel des schöpferischen Prozesses bedeuten. Es ist klar, dass er nicht abschließbar ist, solange der Mensch lebt und sich entwickelt.

So weit, so gut. Voraussetzung für eine gelingende Arbeit in diesem Sinn ist aber, dass der Therapeut sich während des ganzen Prozesses immer wieder auf den Nullpunkt besinnt, von dem alles ausgeht und beim Indifferenzieren beide Vertreter der Differenz im Auge behält. Andernfalls reagiert der nicht beachtete Teil und wird

immer mächtiger, um das Gleichgewicht (auf das Friedländer so großen Wert legt) aufrecht zu erhalten. Beim Klienten, der zum Therapeuten kommt, ist anzunehmen, dass sein innerer Vordergrund zu einseitig festgehalten wird, daher ist sein Hintergrund immer mächtiger und für den Klienten störend und bedrohlich geworden. Der Therapeut kann das wahrnehmen und versuchen, das Gleichgewicht wieder herzustellen. Das kann er, indem er dem Klienten Wege zeigt, sich mit seinem Hintergrund zu verbinden und mit Hilfe des Therapeuten einen Integrationsprozess einzuleiten. Der Therapeut kann das aber nur (und das ist eine Kernaussage meines Vortrags), wenn er dabei nie die Beziehung zu dem aus dem Auge verliert, was ihm der Klient als Vordergrund anbietet. Sonst baut er sich einen Widerstand auf, der bald unüberwindbar ist.

Damit glaube ich, im Sinne des ganz späten Perls eine Möglichkeit aufgezeigt zu haben, wie man in eine Sackgasse kommen kann, und was es für „Perspektiven“ gibt, das zu vermeiden.

Es ist auch als Trost gedacht: wenn ihr in die Sackgasse kommt, seid ihr in guter Gesellschaft: ihr werdet den seligen Perls darin vorfinden. Denn er ist - in seiner Faszination von dem, was sich ihm auf Grund seiner hohen awareness ergeben hat - von diesen Inhalten oft zu stark angezogen worden und hat dadurch immer wieder das Gleichgewicht verloren.

Ich will da sofort ein typisches Beispiel geben, das Perls betrifft. Es ist ihm unter anderem aufgefallen, dass sich der Mensch oft nicht voll zeigt, wenn er sich sprachlich ausdrückt. Der Mensch neigt dazu, manches zu unterdrücken, nicht deutlich an die Oberfläche kommen zu lassen. Diese Inhalte unterhalb der Oberfläche drücken sich in Formen aus, deren Produktion dem Klienten nicht bewusst sind: Sprechpausen, Flickworte, ähs und ahs. Diese Formen kann der Therapeut wahrnehmen, wenn er darauf achtet, er kann auch den Klienten anregen, darauf zu

achten, was er da tut, dieser hat dann die Möglichkeit, offener darzustellen, was er eigentlich sagen möchte.

Es ist damit der Bereich angesprochen, zu dem man dem Klienten Zugang verschaffen kann, wenn man ihn zu erhöhter „awareness“ aufruft. Das ist alles hilfreich und wird im therapeutischen Alltag angewandt.

Nun gibt Perls damit im Zusammenhang wiederholt folgenden therapeutischen Ratschlag: auf das, was der Klient sagt, brauchst du gar nicht zu achten, das sind ohnehin meistens Lügen. Achte auf den Stimmklang, die kurzen Unterbrechungen, die Gesten, die der Klient macht usw.

Das ein typisches Beispiel, wo Perls das Gleichgewicht verliert und nach einer Seite kippt, sogar in einem Ratschlag für Therapeuten. Für ihn ist nur interessant, was sich im Bereich des Hintergrundes abspielt: hier ist das Eigentliche zu finden, auf das es ankommt. Was für eine Bedeutung die Inhalte haben, die der Klient bewusst ausspricht, ist uninteressant. In diesen Inhalten äußert sich aber, was der Mensch bisher in seinem Leben aus sich gemacht hat, wie er sich erlebt und erleben will, wenn er einem anderen Mensch gegenüber tritt. Es muss gewürdigt werden, dass da eine kreative Leistung dahintersteht, die vielleicht nicht in allen Punkten geglückt ist, aber jedenfalls alles ist, zu dem sich der Klient bekennen kann. Das als etwas Unmaßgebliches anzusehen, ist eine grobe Missachtung.

So eine Haltung muss für den Klienten wahrnehmbar sein (besonders wenn man den allgemeinen Anspruch hat, möglichst authentisch zu sein). Und ich kann mir vorstellen, dass sich aus solchen Erlebnissen und Erlebnissen ähnlicher Art mit dem Therapeuten beim Klienten eine Abwehr aufbaut, die schließlich die Therapie unmöglich macht.

Ich möchte jetzt von Perls wegkommen und ein Beispiel aus der täglichen Praxis geben, damit das Ganze nicht zu theoretisch wird. Es stammt aus meiner

Supervisionstätigkeit. Eine Frau kommt zum Therapeuten, weil sie von ihrem geliebten Partner verlassen worden ist. In ihr ist ein großer Schmerz entstanden, zugleich ein Hass auf den Partner, der ihr das angetan hat. Sie meint, dass der Hass, mit dem sie sich ganz identifiziert, in der Lage sein müsste, die Liebe nach und nach auszulöschen und dass sie dann weniger leiden wird. Der Therapeut soll ihr dabei helfen. Das gelingt aber nicht gut. Der Partner meldet sich nach einiger Zeit wieder, er hat inzwischen eine andere Freundin, aber er bittet die Klientin, sie möge etwas für ihn tun. Ganz deutlich nicht als Annäherungsversuch, sondern weil er weiß, dass die Klientin so etwas leicht machen kann, weil sie entsprechende Beziehungen hat. Die Klientin tut es, ärgert sich dann aber über sich, dass sie sich überreden lassen hat. Auch der Therapeut ist verärgert, dass in der Therapie ganz offenbar nichts weitergegangen ist.

Falls der Therapeut sich jetzt weiter mit dem Teil der Klientin verbündet, der den Hass ausleben will, fühlt sich der lebendige Teil in ihr, der noch die Liebe spürt, von zwei Gegnern in die Ecke gedrängt. Dieser Teil wird alles tun, um sein Anrecht zu verteidigen. Dass sie den Wunsch des Expartners erfüllt hat, war vielleicht schon seine erste Aktion in dieser Richtung. Wenn die Therapie mit dieser Dynamik weitergeht, muss sie scheitern. Obwohl der Therapeut eigentlich das tut, was die Klientin explizit von ihm verlangt.

Hier ist eindeutig, dass zunächst die Einstellung des Therapeuten verändert werden muss. Er hat zwar zunächst auftragsgemäß versucht, sie in einer bestimmten Richtung zu bewegen. Es muss aber auch der Gegenseite, der Liebe, die nötige Beachtung geschenkt werden, sonst gerät die Therapie aus dem Gleichgewicht. Dies kann der Therapeut mit der Klientin aushandeln, er kann sie darauf hinweisen, dass es sich bei ihrer Liebe um etwas Großes handelt, dem man Beachtung schenken muss, dass man sie nicht so einfach aus seinem Leben herausreißen kann. Sie verdient eine

genau so große Beachtung wie ihr berechtigter Hass.

Der Kollege hat meinen Rat befolgt, einen veränderten Therapieauftrag mit der Klienten ausgearbeitet, und er hat mir Rückmeldung gegeben, dass die Arbeit jetzt gut weitergeht.

Ich möchte im Anschluss daran schildern, wie hier eine fruchtbare Indifferenzierungsarbeit vor sich gehen könnte.

Es ist zunächst einmal auf die Liebesfähigkeit der Klientin hinzuweisen, die ja noch immer besteht und die auch weiter in ihrem Leben eine Rolle spielen wird. Auch wird es in ihrer Beziehung Erlebnisse gegeben haben, die wert sind, dass man sie aufbewahrt, auch wenn es anders gekommen ist als sie damals gedacht hat. Dabei kann auch der Hass in die Arbeit einbezogen werden, es kann sein, dass es in ihrer Beziehung Momente gegeben hat, wo er bereits berechtigt gewesen wäre, dass sie aber darüber hinweggegangen ist. Sie kann hingewiesen werden, dass Stärke der Liebe nicht mit absoluter Bedingungslosigkeit zusammenhängen muss - es hätte sein können, dass die Beziehung anders verlaufen wäre, wenn sie sich in solchen Situationen gewehrt hätte. Sie kann dadurch vielleicht Strukturen in ihr Liebesverhalten einbauen, die sie das nächste Mal besser schützen können.

Aber auch mit dem Hass kann kreativ indifferenzierend gearbeitet werden. Da er zunächst die ganze Seele ausfüllt, ist er diffus und sagt eigentlich gar nichts über den gehassten Menschen aus. Dadurch dass auf den Hass Aufmerksamkeit gerichtet wird, bekommt er Struktur, sie kann lernen, einzelne negative Eigenschaften eines Menschen zu sehen, die ihr vorher entgangen sind. Sie hat vielleicht früher überhaupt vermieden, Menschen in irgendeiner Weise negativ zu beurteilen und manches gar nicht wahrgenommen. Jetzt kann ihr kritischer Blick auf andere Menschen geschärft werden.

In dieser Richtung könnte etwa eine Arbeit gehen. Man könnte es auch so

ausdrücken, dass da eine (differenzierende) Grenzlinie zwischen Liebe und Hass vorhanden war. Diese Linie ist jetzt durchlässiger geworden. Es kann jetzt etwas von der einen Seite auf die andere hinübergenommen werden, der Aufbau neuer Strukturen in kreativer Weise wird möglich. Die Klientin kann dadurch so etwas wie eine neue Identität zu entwickeln. Sie wird, wenn alles gut läuft, ihre Liebesfähigkeit voll erhalten, aber sich in Beziehungen nicht mehr restlos aufgeben. Und sie wird sich daran gewöhnen, andere Menschen klarer zu beurteilen.

Ich möchte noch einmal darauf hinweisen, dass alles was ich jetzt über den möglichen Verlauf einer Therapie geschildert habe, meiner Phantasie entspringt, wobei ich mich natürlich auf eigene Erfahrungen beziehe.

Vom gleichen Hintergrund aus kann man zum Beispiel auch die richtige Einstellung bei einer Trauerarbeit verstehen. Diese Einstellung ist ja inzwischen psychotherapeutisches Allgemeingut geworden. Hier sind ja auch zunächst alle positiven Gefühle gegenüber dem Verstorbenen im Vordergrund: die ganze Liebe, die ihm gegolten hat, alle Bereiche, in denen seine Anwesenheit wichtig war, alle gemeinsam verbrachten schönen Zeiten. Man will das alles erhalten und will es nicht verlieren, weil man fürchtet, dass man ihn dann ganz verloren hat. Alles Negative will man nicht erleben.

Das ist zunächst richtig so, aber früher oder später ist es wichtig, auch die Gegenseite ernst zu nehmen: alles, was sich an Aggressionen gegen ihn sich im Laufe des Lebens angesammelt hat, alle unangenehmen Erinnerungen, all die Situationen, in denen wir durch ihn behindert waren. Mit großer Vorsicht muss der Klient angeregt werden zu akzeptieren, dass auch so etwas vorhanden ist, dass man aber im Angesicht des Todes manches innerlich verändern kann. Auch hier kann man so - und nur so - die Grenzlinien zwischen zugelassenen und nicht zugelassenen Gefühlen durchlässiger machen, die Spannung vermindern und zu einer neuen gereiften

Einstellung dem Toten gegenüber kommen.

Diese akzeptierende Haltung auch gegensätzlichen Tendenzen im Klienten gegenüber entsprechen genau dem, was später in der systemischen Therapie mit Neutralität, Allparteilichkeit bezeichnet wurde. Sie spielt in der Arbeit mit Familien eine ganz große Rolle, erstreckt sich aber auch in die Einzeltherapie, wenn man diese nach systemischen Grundsätzen durchführt. Es ist eine durchgehende Regel: wenn man in einem inneren Konflikt eine Seite bevorzugt, rächt sich die entgegengesetzte und macht unter Umständen die Arbeit zunichte.

In diesem Zusammenhang möchte ich noch auf einen wichtigen Punkt hinweisen, den man besonders im Rahmen der Gestalttherapie nicht übergehen sollte. Es handelt sich um die therapeutische Beziehung. Perls spricht wenig über ihre Wichtigkeit. Von seinem eigenen Mangel an Respekt den Klienten gegenüber, den man bei ihm manchmal beobachten kann, habe ich bereits gesprochen. Wo er über die therapeutische Beziehung spricht, sind seine Aussagen oft überschattet von seiner Forderung, auf die Wünsche der Klienten möglichst wenig einzugehen, besonders nicht auf die Wünsche nach Unterstützung. Das würde die Klienten in ihrer Unreife festhalten - und sie sollen ja fähig werden, sich selbst zu unterstützen.

Das mag ja in einzelnen Situationen durchaus das richtige Verhalten sein, im allgemeinen hat die Psychotherapieforschung aber ergeben, dass eine vertrauensvolle, tragende Beziehung zum Therapeuten eine der wichtigsten, wenn nicht der wichtigste Faktor für das Gelingen einer Therapie ist. Vielleicht mag auch das Fehlen einer solchen tragenden Beziehung die Grundlage mancher Sackgasse sein, in die der Therapeut geraten kann. Auf alle Fälle ist in solchen Fällen zu prüfen, wie es um die therapeutische Beziehung steht, vor allem sollte sich der Therapeut selbst prüfen, wie sich seine Beziehung zum Klienten für ihn anfühlt. Merkt er hier, dass etwas nicht stimmt, sollte er alles tun, um die Beziehung zu verbessern. Oft ist das gar nicht so

schwierig.

Das gilt ganz allgemein. Aber von ausschlaggebender Wichtigkeit scheint es mir bei allen Prozessen zu sein, die sich rund um eine Indifferenzierung abspielen. Vergessen wir nicht: es ist ein kreativer Prozess, es ist etwas Neues entstanden. Etwas Neues, noch nicht Erprobtes, das sich vielleicht von innen her gut anfühlt, wo aber noch die Sicherheit fehlt, wie es außen ankommt.

Hier ist es ganz wichtig, dass der Klient positive Rückmeldung vom Therapeuten bekommt, dass er ihn lobt, bestärkt, ihm Mut macht. Nur dann wird er den Mut aufbringen, das Neugelernte in sein Leben zu tragen und es bereichernd beizubehalten.

Ich möchte jetzt zusammenfassen. Ich möchte das Wagnis unternehmen, eine Antwort auf die Frage zu formulieren, die ich im Titel meines Vortrags gestellt habe: was ist ein Impasse? Ich muss mich dabei auf Friedländer stützen, von dem ich wahrscheinlich nur wenig verstanden haben. Ich muss mich auf Perls stützen, der wahrscheinlich auch nur wenig von Friedländer verstanden hat. Und wieviel Friedländer von der Welt und vom Mensch verstanden hat, kann ich nicht beurteilen. Lauter wacklige Sachen. Ich riskiere das trotzdem das Wagnis.

Man muss davon ausgehen, dass sich der Mensch in einer Welt von Gegensätzlichkeiten vorfindet, er muss sich in dieser Welt zurechtfinden und kann nicht überleben, wenn er sich nicht immer erneut mit jeweils einer Seite dieser Gegensätzlichkeiten verbindet. Dadurch kommt er aber immer wieder in Gefahr, sich mit der einen Seite einer Gegensätzlichkeit zu stark zu verbinden und das Gleichgewicht zu verlieren. Da aber diese Gegensätzlichkeiten in einer dem Menschen nicht offensichtlichen Weise miteinander verbunden sind, kann dann die andere Seite des Gegensatzes mächtig und für den Menschen bedrohlich werden. Jeder weitere Schritt würde die Bedrohung ins Unerträgliche steigern, der Mensch

kann keinen Schritt mehr nach vorne tun.

So kann man sich nach Friedländer/Perls vorstellen, wie man in den Impasse hineinkommt und wie er beschaffen ist.

Um herauszukommen, muss man - aus eigenem Instinkt heraus oder durch einen Kundigen angeleitet - im Differenzierungsprozess umkehren und versuchen, sich dem Nullpunkt anzunähern, aus dem sich die Gegensätze entwickelt haben. Der erwähnte Kundige muss nicht unbedingt Friedländer studiert haben, es genügt, dass er Lebenserfahrung besitzt. Durch schöpferische Umgestaltung der Gegensätzlichkeiten kann der Mensch zu einer alternativen Einstellung seinen Lebensproblemen gegenüber kommen, mit der er besser leben kann.

Die Umkehr ist dabei übrigens nicht so vorzustellen, dass der Mensch den Weg wieder zurückgeht, auf dem er gekommen ist, sondern so, dass er gewissermassen in eine andere Dimension geht. Der Nullpunkt, dem er sich annähern soll, befindet sich weder hinten noch vorne.

Am seines Lebens hat Perls darauf hingewiesen, dass nicht nur der Klient, sondern auch der ganze therapeutische Prozess in eine Sackgasse kommen kann. Hier ist es wichtig zu prüfen, ob nicht in der therapeutischen Beziehung oder auch in der Haltung des Therapeuten etwas aus dem Gleichgewicht gekommen ist.-

Ich habe jetzt den Eindruck, dass ich auch zwei weitere Gegensätzlichkeiten etwas indifferenzieren konnte - den Gegensatz zwischen dem klaren, wissenschaftlich vorgehenden Perls und dem unberechenbaren, etwas skurrilen Perls, der einen immer wieder mit ausgefallenen Ideen überrascht. Ich glaube, es ist diese eigenartige Mischung, die ihn uns allen letztlich sympathisch gemacht hat.