

2.1 Zeit- und ideengeschichtlicher Rahmen

Das ausgehende 19. und beginnende 20. Jahrhundert boten auf vielen Ebenen Umbrüche und Zündstoff: politisch, kulturhistorisch, gesellschaftlich, wirtschaftlich, philosophisch und wissenschaftlich. Vor allem erweiterte sich zwischen »linken« und »rechten« Kräften das Spannungsfeld, wurde allgemein zunehmend bewusster und versuchte sich neu zu organisieren. Die Spannungen über die sozioökonomischen Missstände entladen sich mit Rückenwind des Marxismus v.a. in der russischen Revolution, sind aber in ganz Europa zu spüren, die politischen führen schließlich in den 1. Weltkrieg. Der gedanklich-philosophische Umbruch, in dem auch Nietzsches Einfluss mitwirkte, gebiert die Existenzphilosophie. Der kunsthistorische Abgesang an die traditionellen Stilrichtungen wird durch die Aufbruchskraft des Jugendstils abgelöst. In der Musik schlägt die Hörgewohnheit spätromantischer Harmonik über verschiedene Varianten unberechenbar rhythmisierter disharmonischer Reibungen in die so genannte Atonalität um. Das sich seiner selbst bewusste, einzelne Individuum ist zunehmend dazu aufgefordert es zu wagen, sich aus den historisch tradierten Lebensformen der kollektiven Überanpassung zu befreien.

In diesen Zeitgeist werden die Gründerpersönlichkeiten der Gestalttherapie hineingeboren.

Lebens- und Ideengeschichte

Die »Gestalttherapie« beginnt bei **Fritz Perls**, genauer gesagt: bei Dr. med. Friedrich Salomon Perls, geboren in Berlin 1893, gestorben 1970 in Chicago. Seine Frau **Lore Perls**, geb. Posner (1905–1990), promovierte Gestaltpsychologin, war der um Ausgewogenheit, Angemessenheit und um wissenschaftliche Klarheit und Fundiertheit bemühte Part in Ergänzung zur intuitiven Genialität ihres Mannes, inklusive all seiner unausgewogenen Seiten. Vieles von den Gedankengängen der ersten Jahre, die Fritz Perls zugeschrieben werden, stammen von ihr, was bei der ersten Auflage des ersten Buches noch im

Vorwort Erwähnung gefunden hatte. Als dritter im Bunde ist ab der ersten New Yorker Zeit der amerikanische Literat **Paul Goodman** (1911–1972) zu nennen, der den beiden immigrierten Perls seine Fähigkeit, differenziert und kreativ mit seiner Muttersprache umgehen zu können, zur Formulierung ihrer Gedanken, auf die er sich mitschöpferisch einließ, zur Verfügung stellte.

! Das in der Gestalttherapie verdichtete Gedankengut spiegelt einerseits die geistige Aufgeschlossenheit seiner Zeit und die von Fritz Perls wider. Andererseits kommen die philosophischen Fragen und Ansätze, die uns in der Gestalttherapie begegnen, oft aus einem sehr viel früheren Ursprung und finden hier Resonanz.

Begleiten wir ihn zunächst auf seinem Lebensweg (z.T. zit. n. Hartmann-Kottek, 2002).

Lebensweg und Wegbegleiter von Fritz und Lore Perls

Fritz ist drittes Kind und einziger Junge einer jüdischen Kaufmannsfamilie. An die mütterlichen Großeltern, gütige, praktizierende Juden, knüpft das Kleinkind Fritz fast paradiesische Erinnerungen. Sie sterben bald. Von der Mutter erhält er Ermutigung für seine künstlerische Seite. Sie liebt Theater-, Oper- und Museumsbesuche.

Sehr schwierig gestaltet sich die Elternehe. Sie wird belastet durch Kränkung, Hass und Aggression. Der charmante Vater unterhält immer wieder Nebenbeziehungen. Der Sohn wirft ihm Doppelmoral vor. Der Vater, der sich aus familiärer Sicht aufbrausend, stolz und gewalttätig verhält, schafft es jedoch, aktives Mitglied bei den Freimaurern zu werden. Das Vater-Sohn-Verhältnis ist äußerst gespannt. Fritz agiert davon vieles im Umfeld aus. Wegen unerträglicher Streiche wird er 13-jährig vom Gymnasium verwiesen. Er meldet sich selbst 14-jährig in einem anderen an, wo er sich angenommen erlebt, kooperiert und zurecht kommt. Er malt, dichtet und verdient sich am Deutschen Theater (Regisseur **Max Reinhardt**), das damals noch »Königliches Theater« hieß, sein Taschengeld durch Übernahme kleinerer Rollen.

Das Theater
Max Reinhardt
Dabei beim
handt gefördert
Rolle und lernt
Funktion einer
sie Bezug auf
Darstellern hat
Assistentenjahr
Einwanderung
sich am wählten
kreisen.

Während d
Rot-Kreuz-Hilf
nen, deren Ver
machen. Sein b
beendet er se
1921 und wird

1922/1924 k
ghen Salomon
der sich selbst
Neokantianism
derts als Gegen
realistischen Ge
Strukturen des
sowie an Werte

Perls erinne
Verehrung, die
S. Friedländer,
von Demut, d
glaubwürdigen

Friedländer
dung der Polarit
den einer Mitte
schöpferischen
der Zeit seines
hat, sieht sich a
bensaufgaben k
werden lässt un
viel später stöß
den Schriften L
ches Gedanken
Überwindung v
Gleichgewicht g

In den Intel
verkehrt, wird
der neuen The
speziell der Rel
weit sie für Laie

Das Theater wird seine »erste, große Liebe«, Max Reinhardt sein erster, großer Meister.

Dabei beeindruckt ihn das von Max Reinhardt geforderte totale Aufgehen in der jeweiligen Rolle und lernt die entlastende und integrierende Funktion einer Rollenübernahme kennen, sofern sie Bezug zur Hintergrundpersönlichkeit des Darstellers hat. Während seiner Studenten- und Assistentenjahre (aber auch später nach seiner Einwanderung in die USA in New York) fühlt er sich am wohlsten in linksintellektuellen Künstlerkreisen.

Während des 1. Weltkrieges kommt er als Rot-Kreuz-Helfer in todesbedrohliche Situationen, deren Verarbeitung ihm lange zu schaffen machen. Sein bester Freund fällt. Nach dem Krieg beendet er sein Medizinstudium, promoviert 1921 und wird Neuropsychiater.

1922/1924 lernt er den Schriftsteller-Philosophen Salomon Friedländer (1918, 1926) kennen, der sich selbst als Neo-Kantianer versteht. (Der Neokantianismus kommt Ende des 19. Jahrhunderts als Gegenbewegung zu einer popularmaterialistischen Geisteshaltung auf. Er zeigt sich an Strukturen des menschlichen Geistes interessiert, sowie an Werten und Idealen.)

Perls erinnert sich noch im Alter an die große Verehrung, die er zu diesem persönlichen Lehrer, S. Friedländer, empfunden hatte. Er spricht sogar von Demut, die er angesichts dieses für ihn glaubwürdigen Menschen kennen lernte.

Friedländers Lebenswerk ist der **Überwindung der Polaritäten** gewidmet, bzw. dem Auffinden einer Mitte darüber, die bei ihm »Punkt der schöpferischen Indifferenz« genannt wird. Perls, der Zeit seines Lebens um seine Mitte zu ringen hat, sieht sich auf diese Weise mit einer seiner Lebensaufgaben konfrontiert, die ihn bescheiden werden lässt und ihn gleichzeitig ermutigt. (Sehr viel später stößt Perls bei seinen Japanreisen in den Schriften Laotse auf ein faszinierend ähnliches Gedankengut: wiederum geht es um die Überwindung von Polaritäten, die hier in ein Gleichgewicht gebracht werden wollen.)

In den intellektuellen Kreisen, in denen Perls verkehrt, wird auch versucht, die Konsequenzen der neuen Theorien der **theoretischen Physik**, speziell der Relativitätstheorie, aufzugreifen, soweit sie für Laien zugänglich sind.

Albert Einstein war 1914 nach Berlin gekommen und veröffentlichte 1916 seine allgemeine Relativitätstheorie. In den Folgejahren rufen die neuen Erkenntnisse der Physik den Widerstand der neokantianischen Philosophie, die zu jener Zeit fast alle Lehrstühle inne hat, auf den Plan. Werner Heisenberg (1985, S. 163 ff) schildert rückerinnernd heftige Disputationen mit Verfechtern dieser Richtung.

Nach längerem, sehr interessiertem Eigenstudium von Sigmund Freuds Werken beginnt Fritz Perls 1925 mit der psychoanalytischen Ausbildung und Analyse bei Karen Horney (1885–1952), der er vertraut, deren Empathie ihn beeindruckt und der er sich zeitlebens verbunden fühlt.

Er steht dadurch im Gedankenaustausch mit dem Kreis der psychoanalytischen Berliner Schule. Harald Schultz-Hencke bereitet seine erste Veröffentlichung vor, »Einführung in die Psychoanalyse« (1927). Etliche Gedanken tauchen bei beiden in ähnlicher Weise auf: Beide stellen den Primat der Libidotheorie infrage, richten den Interessenfokus auf frühere Phasen der Kindheit, verfolgen ein Neurosenmodell von Hemmung und Lücke (bei Perls »wholes,« die mit »Löcher« rückübersetzt werden), beide wenden sich gegen die Überwertigkeit von Hypothesen, die Eigenleben gewinnen und eine irreführende Pseudorealität vorspiegeln können und beide verpflichten sich zu einer möglichst genauen Beobachtung der therapeutischen Situation im Hier und Jetzt. Die Körpersprache gewinnt dabei besonders an Bedeutung. Beide befassen sich mit den Begriffen »ad-greddi« und **Intentionalität**, wenn auch mit einer etwas anderen Zuordnung.

Horney und Schultz-Hencke entwickeln in jener Zeit das **Setting** einer beziehungsorientierten Analyseform im Sitzen.

Trotz des kritischen Berliner Diskussionsklimas bleibt Fritz Perls durch sein langjähriges Literaturstudium in insgesamt loyaler Verbundenheit zu Sigmund Freud, auf den er in seinen Fantasien eine Wunschvater-Übertragung entwickelt haben dürfte. Er sehnt sich danach, einmal nach Wien zu gehen.

Zunächst folgt für ihn ein sehr wichtiges Jahr (1926) in Frankfurt. Er übernimmt eine Assistentenstelle bei Kurt Goldstein (1878–1965), der seit 1919 Professor am Neurologischen Institut der

Universität Frankfurt ist und gleichzeitig Direktor eines damals berühmten Instituts für Hirnverletzte. Er hatte als klinischen Gestaltpsychologen Adhemar Gelb in seiner Klinik angestellt. Er versucht lebenslang eine geistige Brücke zwischen Biologie und Philosophie zu schlagen und entwickelt dabei seinen organismischen Ansatz.

Goldstein setzt sich sehr ernsthaft mit der Gestaltpsychologie auseinander. In der 1921 gegründeten, gestaltpsychologisch orientierten »psychologischen Forschung« arbeitet er zusammen mit Wertheimer, Köhler, Koffka und Gruhle.

1933 flieht Goldstein über Amsterdam nach New York (1935). Ohne die Verbindung zwischen den Perls und Goodman zu kennen, nimmt er bei Goodman Englischunterricht, um sich für die »Harvard Lectures«, die er zu halten hat, sprachlich vorzubereiten. Später, 1962, begegnet er uns wieder als Gründungsmitglied der humanistischen Psychologie.

Goldstein betrachtet sich in seiner beobachtenden Vorgehensweise als Phänomenologe. Er glaubt für jeglichen Organismus eine grundsätzliche »Tendenz zum Ausgleich« erkennen zu können, die ihm erlaubt, seine optimale Leistungsfähigkeit und seine »Ordnung ... trotz Störung durch Reize aufrecht zu erhalten« (1934, S. 236, zit. nach Ludwig-Körner, 1992). Die Zentrierung des Organismus versetzt ihn in ein homöostatisches Gleichgewicht und dadurch in einen »mittleren Spannungszustand«, der für die Reizbewältigung optimal sei. (Hiermit unterscheidet er sich von Freud, der die Spannungsreduktion als Ziel ansieht.) Zur »mittleren Spannung«, als »normalem Lebensvorgang«, gehöre »ein gewisses Schwanken in entgegengesetzte Phasen«, in der der Organismus zwischen einem »Sein in Ordnung«, als Zeichen einer adäquaten Reizverarbeitung, und einem »Sein in Unordnung« pendle, einer »unadäquaten Reizverwertung« bei »katastrophaler Erschütterung des Seins« (1934, S. 195).

Normal, gesund nennen wir den, bei dem die Tendenz zur Verwirklichung von innen heraus schafft, und der die Störung, die durch den Zusammenstoß mit der Welt entsteht, überwindet, nicht aus Angst, sondern aus Freude an der Überwindung (Goldstein, 1934, zit. n. Ludwig-Körner (1992), S. 197).

Die Gestaltpsychologie wird in dieser Zeit – ähnlich wie später die Kybernetik – für Verständnismodelle der Informationsverarbeitung im Gehirn und im Zentralnervensystem herangezogen.

Der gesunde Organismus reagiere ganzheitlich; im beschädigten komme es nur zu Reaktionen isolierter Teile. Die Niveaueinbuße der hirngeschädigten Persönlichkeit gehe parallel zum Verlust ganzheitlicher Verarbeitungsformen.

Interessanterweise ist auch zeitlich überlappend zu Fritz Perls S. H. Foulkes (Fuchs) Assistent bei K. Goldstein; er setzt sich ebenfalls mit der Gestaltpsychologie auseinander, außerdem mit den Arbeiten von Kurt Lewin, auf die er noch Fritz Perls aufmerksam macht, und begründet aus diesem ganzheitlichen Denkansatz heraus später im Londoner Exil die Gruppenanalyse. – Eine weitere Mitarbeiterin von Kurt Goldstein war die Psychoanalytikerin Frieda Fromm-Reichmann.

Fritz Perls lernt in Frankfurt die Psychologie-Studentin Lore Posner kennen, seine spätere Frau. Lore promoviert bei A. Gelb in Gestaltpsychologie. Sie hat Freude an körperorientierten Verfahren und macht Erfahrung mit den Methoden von Gerda Alexander, M. Feldenkrais und Elsa Gindler.

Lore Posner ist 1905 in einer wohlhabenden, sehr kultivierten, »assimilierten« jüdischen Familie in Pforzheim geboren, wo sie auch 1990 gestorben ist. Der Vater, ein Juwelier, ist zu Hause ein »stiller Patriarch«, der zu Hause wohlwollend und großzügig Hof hält, die Mutter ist in diesem Arrangement »erste Hofdame«, aber spielt die »zweite Geige« (nach Sreckovic, 1999). Zum Haushalt gehört noch neben der Schwester einiges an Personal. Lore liebt ihren Vater sehr, hat etwas Schwierigkeiten mit der Distanziertheit und Anpasstheit der Mutter. Lore musiziert (Klavier), bekommt Unterricht im Ausdruckstanz, lernt sehr leicht, übt sich eher darin, ihr Licht unter den Scheffel zu stellen, um nicht unangenehm aufzufallen, wird als einziges Mädchen zum Gymnasium geschickt, wo sie sich angewöhnt, mit Jungs kumpelhaft umzugehen, was

Ihr eine Zeit l
ersten unglück
terbunden wa
Schriften wa
schängt. Ober
Studienverma
phie und Psych
mit großem In
(Diskurverw
und Buber, der
und taristische
moriert bei Ge
trat, über ein g
Lore und Fr
ein Kolloquium
Bewusstsein un
in dem sie sich
34). »Ab Janua
ständige, stimu
für beide bezie
Lores Einfl
therapie ist in
tender, als das
den Anschein
sprächspartner
der, ausgleich
des Vertrauens
Anfang der Be
dass ihr mit de
der sich gerne i
ler Weise präse
lung und Heil
schwierige Zeit
Oft besuche
vor allem bei M
bis ins Alter tie
Buber bring
schen den beide
schen der beo
»Ich-Es«-Bezieh
licht und funi
»Ich-Du«-Eben
habe an der a
neten Zwischen
beide gehalten
Qualität seiner
ein heilsamer S
Perls bedau
discher Traditio

ihr eine Zeit lang Probleme bringt. Nach einer ersten unglücklichen Liebe, die von zu Hause unterbunden wurde, kommt sie in Kontakt mit Schriften von Freud, die sie mit Interesse verschlingt. Über einen ersten, kurzen juristischen Studienversuch 1923/24 schwenkt sie auf Philosophie und Psychologie um und hört in Frankfurt mit großem Interesse Scheler, Tillich, Cornelius (Doktorvater von Horkheimer), Goldstein, Gelb und Buber, der in seinen Seminaren auch Laotse und taoistische Philosophie vermittelte. Sie promoviert bei Gelb, der die »Berliner Schule« vertrat, über ein gestaltpsychologisches Thema.

Lore und Fritz besuchten Ende Oktober 1926 ein Kolloquium von Goldstein/Gelb »Über das Bewusstsein und das so genannte Unbewusste«, in dem sie sich zuerst sahen (Sreckovic, 1999, S. 34). »Ab Januar 1927 waren sie ein Paar.« Der ständige, stimulierende Gedankenaustausch muss für beide beeindruckend gewesen sein.

Lores Einfluss auf Fritz und auf die Gestalttherapie ist in den Folgejahren sehr viel bedeutender, als das allgemein in der Öffentlichkeit den Anschein hat. Sie ist eine kompetente Gesprächspartnerin einerseits und ein korrigierender, ausgleichender und haltgebender Mensch des Vertrauens andererseits. Sie ahnt schon am Anfang der Beziehung, trotz ihres Verliebtseins, dass ihr mit dem äußerlich brillanten Fritz Perls, der sich gerne in origineller, zynisch-intellektueller Weise präsentiert, um dahinter seine Verzweiflung und Heimatlosigkeit zu verbergen, eher schwierige Zeiten bevorstehen.

Oft besuchen beide die gleichen Vorlesungen, vor allem bei Martin Buber, von dem Fritz Perls bis ins Alter tief beeindruckt bleibt.

Buber bringt ihnen die Unterscheidung zwischen den beiden Beziehungsaspekten nahe, zwischen der beobachtenden und distanzierenden »Ich-Es«-Beziehung, die das Gegenüber verdinglicht und funktionalisiert, und zwischen der »Ich-Du«-Ebene, die durch die empathische Teilhabe an der anderen Person einen übergeordneten Zwischenraum eröffnet, in dessen »Wir« beide gehalten sind und aneinander reifen. Die Qualität seiner Beziehung wirkt auf Perls wie ein heilsamer Strom.

Perls bedauert, Buber nicht in dessen chassidischer Tradition nachfolgen zu können. Für Bu-

ber hat jeder Mensch über seinen zentralen Wesenskern teil an der göttlichen Dimension. (So wählte die englische Übersetzung mit Bedacht die Worte »I and Thou«, die Anrede Gottes im Sprachgebrauch unseres Jahrhunderts.) Perls hält mit seinem Verstand an seinem atheistischen Selbstbild fest, schaut aber mit dem Herzen durch die Barriere seines Intellekts hindurch. Er fühlt sich in seiner tiefsten Sehnsucht von dieser »Ich-Du«- bzw. »I and Thou«-Beziehungsqualität angesprochen und glaubt darin dem Modell einer heilsamen, therapeutischen Beziehung zu begegnen, die jedoch (leider) den Vorstellungen der Psychoanalyse, die sein Zuhause ist, entgegensteht.

Fritz Perls und Lore Posner führt ihr philosophisches Interesse auch in die Vorlesungen von Max Scheler (1874–1928) und Paul Tillich, der 1929 die Nachfolge Schelers antrat.

Scheler, der in der Nachfolge E. Husserls steht, wendet die schauende und beschreibende Methode der Phänomenologie auf die personale Ethik an. So wird die phänomenologische Wesensschau Husserls bei Scheler zur Werteschau. Werte brauchten nicht befohlen zu werden, sie ziehen den Menschen von selbst an. Diese Neigungsethik geht von einem inneren, intentionalen Akt aus, der die Werte in ihrer Objektivität »wittert«. Werte werden bei ihm also nicht neu gesetzt, sondern als ein zuvor schon Vorhandenes entdeckt. Die freie Entscheidung, die erkannten Werte zu verwirklichen, macht den betreffenden Menschen zu einer ethischen Person und entspricht einer liebenden Teilhabe an der Ordnung der höchsten Wertewelt. Diesem, dem »Geist« zugeordnete Gedankengang, stehe der »Drang«, das ist hier alles vital Triebhafte, polar gegenüber. Der Geist, der zunächst als der ohnmächtige Teil erscheint, wird im Zusammenspiel mit seinem Gegenpart »ermächtigt« und geht schließlich – so die Idealvorstellung – für beide zusammen in Führung. Soweit Scheler.

Paul Tillich, der Einflüsse von Kierkegaard, Marx, Husserl, Schelling, Scheler, Freud, Wertheimer und Goldstein verdichtet, gipfelt in dem Gedanken, dass Selbstliebe und Liebe des begegnenden Dus in ein und demselben Akt zusammenfallen.

Fritz Perls setzt seine Lehranalyse während seiner Frankfurter Zeit bei Clara Happel fort.

Dort beginnt auch Lore ihre erste Lehranalyse, nicht aus innerem Druck, sondern nur, um mitreden zu können, wenn es um diese Erfahrung geht. Einen besonderen Effekt habe weder sie bei sich, noch Fritz bei sich feststellen können.

1927/28 geht er für einige Monate nach Wien, dem Mekka der Psychoanalyse, bekommt auch einige Klienten und einen Supervisionsplatz bei **Helene Deutsch** (die er als »eiskalte Frau« beschreibt).

Mit Freud ergibt sich in Wien kein Kontakt. Zu erwähnen wären aber Vorträge und Vorlesungen sowie Gespräche mit **Otto Fenichel**, **Paul Federn**, **Edward Hirschmann**, **Sandor Ferenczi**, später **Karl Landauer** und **Ernest Jones**.

Rückertinnernd berichtet **Miriam Polster** (1987), die viele Jahre mit Fritz Perls in Kontakt gestanden hatte, wie sehr er sich von **Otto Rank** und v.a. auch von **Carl Gustav Jung** beeindruckt erlebte.

Zurückgekehrt nach Berlin beginnt er seine 3. Psychoanalyse bei dem Ungarn **Eugen Harnick** (18 Monate 5-mal pro Woche), einem überaus abstinenter, nach Aussagen von Lore Perls zwanghaften Analytiker, der kaum mehr als einen Satz pro Woche spreche und auch das Handgeben beim Verabschieden vermeide. Fritz kann diesen Minimalkontakt nicht als positiv oder entwicklungsfördernd erleben. Er bricht anlässlich seiner Verheiratung mit Lore diese Analyse ab (1930).

Seine 4. und letzte Analyse macht er auf Anraten **Karen Horney**s bei **Wilhelm Reich**. Er versteht sich mit ihm auf Anhieb gut. Reich ist einige Jahre jünger, so ergibt sich eher ein geschwisterliches Verhältnis, in das beide ihre Kreativität einbringen.

Reich praktiziert eine »aktive Analyse« und berührt gelegentlich den Körper seines Patienten, um auf die Spannungen des »Charakterpanzers« aufmerksam zu machen. Für die Gestalttherapie ist die körpertherapeutische Arbeit in ihren verschiedensten Varianten von Anfang an ein selbstverständlicher Bestandteil der Methode. Die reichianischen Vorstellungen erfahren durch Lore Perls eine subtilere Modifikation. (Insgesamt kommen aber die körpertherapeutischen Möglichkeiten erst nach 1936 im Behandlungsstil zur Auswirkung.)

Die Perls leben in Berlin. 1931 kommt ein Mädchen, **Renate**, zur Welt. Fritz ist stolz, Vater geworden zu sein. Er kümmert sich viel um das Kind. Vier Jahre später wird ein Junge, **Steve**, folgen. Die psychoanalytische Praxis floriert. Bald aber verdüstert sich die politische Lage. Die Nationalsozialisten übernehmen die Macht. Der Reichstag brennt. Die Perls sind, wie viele ihrer Schicksalsgenossen, in echter Lebensgefahr. Sie lassen alles Vermögen zurück und fliehen im April 1933 nach Holland, wo sich Fritz Perls vergeblich um eine Arbeitserlaubnis in Amsterdam bemüht.

Mithilfe von **Ernest Jones**, dem Freund und Biografen **Sigmund Freuds**, gelingt die Emigration nach Südafrika.

In Johannesburg gründen sie das erste Psychoanalytische Institut Südafrikas. Bald schon sind sie bekannt. Der Zulauf ist beträchtlich.

Fritz Perls arbeitet nach den orthodoxen Regeln (zumindest in den ersten beiden Jahren): »Fünf mal fünfzig Minuten pro Woche und Patient«, keinen körperlichen, visuellen oder sozialen Kontakt. Rückblickend spürt er in jener Zeit schon Unbehagen aufkommen, das Entfremdungserleben eines »chronometrischen Kadavers«, wie er das in seiner Schnodderigkeit beschreibt. Aber noch überwiegt die Freude an der neuen Existenz und an ihren Kompensationsmöglichkeiten.

Die Perls gewinnen gesellschaftlich und materiell an Boden, kaufen ein großzügiges Anwesen mit Tennisplatz, Swimmingpool, Eisbahn etc., leben umgeben von Hauspersonal und klinken sich innerlich und äußerlich in das dortige mondäne Leben ein. Fritz Perls spielt gerne Schach. Noch mehr liebt er sein Privatflugzeug.

In seinen Wunschträumen fliegt er als »erster fliegender Analytiker« nach Europa zum nächsten Internationalen Kongress für Psychoanalyse, der in **Marienbad** (bei Prag) 1936 stattfindet, um auch selbst ein Referat vorzutragen. Der Wunsch nach Freuds Anerkennung und die der psychoanalytischen Kollegen, die weiterhin seine innere Bezugsgruppe bilden, wird zu einer starken Triebfeder. Obwohl er die Reise natürlich nicht mit dem Privatflugzeug unternehmen kann, bricht er doch mit großen Erwartungen auf. Schließlich geht es um nichts geringeres, als

den »Sagen« ein Lebensleistung, den früheren »terrible« zu ver- Der Abstart tungen ist bei d programmiert.

Perls trifft chen, hinter die steckt hervort längstige Kalle Bedrückung ver den von seiner Freud scharen, genständiges D Betonung der sen.)

In Ergänzu »analien Wider auch als diskus Perls Beobacht Widerstände« : ein differenzi oralen Phase, Zahnentwickl auf-die-Welt-zu obachten lasse Hunger (im e Selbsterhaltung tit als dem A beobachtet der des Kleinkinde ne zukünftige l di« rückt in di ferat findet nur ditorium.

Eine weiter Wiederbegegna kaum wieder e weiteren Fortgenen Gedant Ängsten, die P - gefangen ist.

Schließlich such bei Sigm Perls seinen l möchte. Der : (1969/1981, S.

den »Segen« eines Wunschvaters für die bisherige Lebensleistung zu erfahren und – vielleicht (?) – den früheren Status des rebellierenden »enfant terrible« zu verwandeln.

Der Absturz aus der Ebene der großen Erwartungen ist bei dieser Ausgangslage fast schon vorprogrammiert.

Perls trifft mit seiner Fassade des Erfolgreichen, hinter der seine Bedürftigkeit nur sehr versteckt hervorschaut, auf zumeist existenzgeängstigte Kollegen, die sich unter der politischen Bedrohung verstärkt in geistiger Loyalität um den von seiner Krankheit gezeichneten Sigmund Freud scharen. Kein guter Boden für neues, eigenständiges Denken. (Wahrscheinlich wäre die Betonung der Verbundenheit passender gewesen.)

In Ergänzung zu Freuds Gedanken über die »analen Widerstände«, aber zugegebenermaßen auch als diskussionswürdige Gegenposition, trägt Perls Beobachtungen zum Thema »Die oralen Widerstände« zusammen. Sie bemühen sich um ein differenziertes Verständnis der ausgehenden oralen Phase, in der sich mit der beginnenden Zahnentwicklung des Säuglings aggressive bzw. auf-die-Welt-zugehende Verhaltenselemente beobachten lassen. Perls zieht Parallelen zwischen Hunger (im engen und weiten Sinn) als dem Selbsterhaltungstrieb einerseits und der Sexualität als dem Arterhaltungstrieb andererseits. Er beobachtet den Modus der Nahrungsaufnahme des Kleinkindes als ein mögliches Modell für seine zukünftige Beziehung zur Welt. Das »ad-gredi« rückt in die Nähe zur Intentionalität. Das Referat findet nur eine reservierte Aufnahme im Auditorium.

Eine weitere Enttäuschung erlebt er bei der Wiederbegegnung mit Wilhelm Reich, der ihn kaum wieder erkennt, kein Interesse an seinem weiteren Fortgang zeigt und offenbar ganz in eigenen Gedankengebäuden – (vielleicht auch Ängsten, die Perls nicht wahrzunehmen vermag) – gefangen ist.

Schließlich kommt es zu dem ersehnten Besuch bei Sigmund Freud in Wien, bei dem Fritz Perls seinen Bericht zur Diskussion vorlegen möchte. Der alte Perls schreibt rückerinnernd (1969/1981, S. 58 ff):

1936 dachte ich, dass es soweit wäre. War ich nicht die Triebfeder für die Gründung eines meiner Institute und hatte ich nicht 4000 km zurückgelegt, um an seinem Kongress teilzunehmen? Ich vereinbarte einen Termin, wurde von einer ältlichen Frau empfangen (ich nehme an, seine Schwester) und wartete. Dann öffnete sich die Tür etwa einen Meter breit und da war er, vor meinen Augen. Es wirkte seltsam, dass er die Tür nicht verließ, aber damals wußte ich noch nichts von seinen Phobien.

»Ich bin aus Südafrika gekommen, um einen Vortrag zu halten und um Sie zu sehen.« »Und wann fahren Sie zurück?«, sagte er.

Ich erinnere mich nicht an den Rest der (etwa vierminütigen) Unterredung. Ich war schockiert und enttäuscht... (Perls, 1969).

Die folgende Heimreise nach Südafrika steht unter dem Zeichen einer tiefen, persönlichen Krise, die auch noch zu Hause länger anhält. Zu dem Verlust der geografischen Heimat ist der der geistigen hinzugekommen. Für den 43-jährigen Fritz Perls steht die berufliche Identität als Psychoanalytiker zur Disposition. Was aber ist er sonst?

! Die Krise mobilisiert in Perls einen wissenschaftstheoretischen Neuorientierungswunsch, lässt alte Zweifel gegenüber dem bisher Hochgehaltenen aus ihrer Verbannung frei, besinnt sich neu auf sich selbst und leitet damit die Geburt der Gestalttherapie ein.

Neuorientierung

Alle bedeutsamen Gedankengänge, die ihn in der Vergangenheit fasziniert hatten, aber die bisher aufgrund des psychoanalytischen Primats im Hintergrund schlummern mussten, dürfen nun in den Vordergrund kommen und werden von Perls auf ihren möglichen Beitrag zu einem für ihn wahrhaftigeren und umfassenderen Welt- und Menschenbild und einem stimmigeren Therapieverständnis abgetastet und ggf. neu integriert.

Was für Insider nicht zu übersehen ist: Der forcierte Ablösungsversuch und die heftige Polemik gegen die Psychoanalyse zeigt Perls tiefe Verwurzelung in ihr. Sie bleibt in vielen Aspekten, v.a. im Verständnis von widerstreitenden, bewusstseinsfernen, psychischen Kräften, eine selbstverständliche Basis in dem neuen und kom-

plexen Gebilde des Gestaltentwurfs. Perls scheint alles das zu behalten, was sich für ihn in seiner bisherigen psychoanalytischen Praxis bewährt hat. Aber die Gewichtung – auch die des uneingestanden »assimilierten« psychoanalytischen Gedankenguts – relativiert sich. (Die innere Aussöhnung mit der Psychoanalyse, v.a. mit der Person Freuds, schafft Perls erst kurz vor seinem Tode, in einem Zeitabschnitt, in dem er, wie es scheint, wirklich in seiner Mitte angekommen ist.)

❗ Obwohl letztlich alle psychotherapeutischen Schulen auf reflektierte und konstruktiv verarbeitete Krisenerfahrungen ihrer Begründer rückführbar sind, scheint dies für die Gestalttherapie in besonderem Maße zuzutreffen.

So sind die einzelnen inhaltlichen Aspekte, die in die Gestalttherapie eingeschmolzen wurden, von nachrangiger Bedeutung, auch wenn sie zu der eigenen Note beitragen, die aus der Verdichtung des damaligen Zeitgeistes vor dem Hintergrund der Holocaust-Bedrohung entsteht.

Existenzielle Krisen, also die Fragen nach Sein und Nicht-Sein, nach Sinn und Wirklichkeit, stellen zunächst alles, was bisher Halt und Identität zu geben versprach, infrage. Funktionen, Rollen, Status, »Beziehungsspiele«, Gruppenzugehörigkeiten, Konzepte, Programme und die »Landkarten« unserer jeweiligen Welt zeigen sich dann in ihrer beschränkten Bedeutung und fallen ab wie Blätter im Wind. Was bleibt? Bleibt etwas? Und falls ja, wie verändert sich die Art und Weise zu leben, wenn die Kontakterfahrung zu diesem Etwas über die Krise hinaus bestehen bleibt?

Diese existenzielle Dimension gibt der Gestalttherapie Zentrum, Tiefe und Bezugsrahmen.

Zurück zu Perls. Beim Auftauchen aus seiner Identitätskrise kommt er wieder mit vielen Gedanken und Erfahrungen in Kontakt, die ihm im Laufe seines bisherigen Lebens bedeutsam waren:

❗ Die Existenzphilosophie hatte für ihn immer schon eine große Bedeutung. Sie mobilisiert den Sinn für Verantwortung und das Ausloten der persönlichen Entscheidungsfähigkeit.

Sören Kierkegaard, der Wegbereiter des Existentialismus, ruft das Individuum in seiner Einmaligkeit auf. Er fragt es nach seinem Einsatz und seiner Innerlichkeit, nach seinem inneren Handeln. Dieses existenzielle Ich erlebt seine Wirklichkeit in der inneren Bewegung, in seiner individuellen Eigentätigkeit, die sehr wohl zwischen »Entweder-oder« schwanken könne. Wichtig sei jedes Mal seine Entscheidung, auch wenn sie sich wie ein »Sprung« anfühle, der naturgemäß mit Angst verbunden sei. Die Entscheidung zwischen den Möglichkeiten ist das Wagnis der Freiheit. Die objektive Ungewissheit könne nur mit der »Leidenschaft der Innerlichkeit« überbrückt werden, deren Wagnis auch scheitern könne. Wer diese Angst kennt und ausgehalten hat, hat die Brüchigkeit, Unsicherheit und Nichtigkeit dieser zeitlichen Realität begriffen und hat hier nichts mehr zu verlieren. Er wird frei von der Welt. Bei Kierkegaard wird er dabei gleichzeitig frei für Gott.

Der Begriff des Nichts bei Martin Heidegger (in seiner Spätzeit) ist gleichzeitig die Kehrseite des Seins und gibt daher Boden und Fülle. – Gabriel Marcel, katholischer Existenzphilosoph in Frankreich, findet im einzelnen Subjekt eine Verpflichtung dem Sein gegenüber, die so ursprünglich ist, wie ein lebendiges Ich-Du-Verhältnis. Hier kann man eine Brücke zu Martin Buber sehen. – Jean Paul Sartres Mensch ist absolut und bodenlos frei, ist zur Freiheit verdammt. Für ihn gibt es keine Wahrheit, keine Werte, keine haltgebenden Beziehungsqualitäten, keine Transzendenz. Von Sartres Existenzialismus möchte sich Fritz Perls distanzieren. Wenn es Sartre nicht gegeben hätte, hieße die Gestalttherapie sehr wahrscheinlich »Existenztherapie«.

❗ In seiner erkenntnistheoretischen Krise wendet er sich auch wieder der Phänomenologie zu, der schlichten, unvoreingenommenen Schau der Wirklichkeit.

Sie mündet über »die Hingabe an das Objekt in der Intuition« (Diemer, 1956, S. 9) in der nicht weiter hinterfragbaren Erfahrung der »Sachen selbst« (E. Husserl). Jede Hypothesenbildung und jedes »Darüber-Reden« schiebt sich wie ein Vorhang zwischen den Erlebenden und seine

Wirklichkeit, unmittelbare Erfahrung ist haltig mit bereits ein Die bewusste wart zu zentrale Ereignisse in (wirklich) ist. Perls ermit nem Leiter K Gestaltpsychol Sie erlaubt, keit vorzustell selwirkungsgel gen Systemen, auch die gege übergeordnete men, z. B. Staat Die Gestaltthe theorie.

»Gestalt« braucht. Sie ist bares Beziehung oder eine Erle nes paranoider haltensmuster Rückzug, Anpr etc.) oder ein S Verlierer, der es etc.). Gestalt li onseinheit ode Sie wird durc zuweisung aus anderen Mögli Situation entha

Die Gestalt der Erschaffung ten zu verstel Wahrnehmung sung dasjenige in den Vorderg nen Unausgewe ken wir vorübe gestalten unser subjektiven Sc Gleichgewicht s deres Defizit in das Wahrnehm was weiter und

Wirklichkeit, unterbricht oder verdünnt seinen unmittelbaren Kontakt. Die unmittelbare Erfahrung ist haltgebend und korrigierend und hat damit bereits ein eigenes, therapeutisches Potenzial. Die bewusste Erfahrung hilft, sich in der Gegenwart zu zentrieren und mit ihr und dem Fluss der Ereignisse in Verbindung zu sein. Sehen, was (wirklich) ist, verändert.

Perls erinnert sich weiterhin an die von seinem Lehrer Kurt Goldstein so hoch geschätzte Gestaltpsychologie.

Sie erlaubt, sich die Vernetztheit der Wirklichkeit vorzustellen, sowohl hinsichtlich der Wechselwirkungsgefüge von scheinbar (!) unabhängigen Systemen, z.B. Therapeut und Klient, wie auch die gegenseitige Einflussnahme zwischen übergeordneten Ganzheiten und ihren Subsystemen, z.B. Staat/Gruppe/Familie und Individuum. Die Gestalttheorie ist eine anschauliche Systemtheorie.

»Gestalt« wird synonym zu Ganzheit gebraucht. Sie ist ein unteilbares aber transponierbares Beziehungsgefüge, wie z.B. eine Melodie oder eine Erlebnisbereitschaft (z.B. aufgrund eines paranoiden Wahrnehmungsfilters), ein Verhaltensmuster (z.B. Überlebensstrategien durch Rückzug, Anpassung oder Vorwärtsverteidigung etc.) oder ein Selbstbild (der Schlichter, der ewige Verlierer, der einäugige König, die graue Eminenz etc.). Gestalt lässt sich auch als eine Informationseinheit oder als ein Energiefeld auffassen. Sie wird durch eine aktualisierte Bedeutungszuweisung aus dem Hintergrundfeld der vielen anderen Möglichkeiten, die im Reizgesamt einer Situation enthalten sind, hervorgeholt.

Die Gestalttheorie hilft, den kreativen Prozess der Erschaffung der jeweiligen subjektiven Welten zu verstehen: Unsere bedürfnisgesteuerte Wahrnehmung holt sich durch Bedeutungszuweisung dasjenige aus der Vielfalt der Wirklichkeit in den Vordergrund, was dem Ausgleich der eigenen Unausgewogenheit entspricht. So verschränken wir vorübergehend durch solche Funktionsgestalten unser Inneres mit dem Außen zu einer subjektiven Scheinwelt. Wenn wir wieder im Gleichgewicht sind und sofern uns noch kein anderes Defizit in seinen Bann gezogen hat, wird das Wahrnehmungsspektrum der Welt wieder etwas weiter und subjektunabhängiger. Einfaches

Beispiel: Die Sichtweise eines Autofahrers mit fast leerem Tank verengt sich drastisch auf Tankstellenanzeigen, je mehr, umso bedrohlicher die Nadel gegen Null zeigt. Nach dem Tanken sieht die Welt wieder anders aus, vielfältiger und farbiger. Der selektiv Wahrnehmende und sein Objekt bilden vorübergehend eine Beziehungsgestalt.

! Ein unvollendeter, in seinem Ablauf blockierter Gestaltentwurf drängt danach, zum Abschluss zu kommen, z.B. ein unverständlicher Beziehungsabbruch, eine abgebrochene, berufliche Laufbahn, ein versäumter Versöhnungsversuch am Sterbelager, eine abgewehrte Trauer etc. »Unerledigte Gestalten« fixieren, halten fest. Abgerundete verabschieden sich wie eine reife Frucht. Gestalten erkennen, schließen und loslassen befreit und ermöglicht neues, volles Einlassen auf das Leben jetzt.

Kurz erwähnt sei noch Perls Interesse an der Kybernetik und an der Quantenphysik, soweit er sie als Nicht-Physiker aufnehmen kann. Natürlich geht es um die Frage, wie diese neuen Einsichten, z.B. die der Relativitätstheorie, in der psychotherapeutischen Praxis zu berücksichtigen sind, welche Auswirkungen sie auf die therapeutische Beziehung hat. Perls findet es höchste Zeit, das in der Psychoanalyse immer noch hoch gehaltene monokausale Denken zu verlassen und sich auf die gegenseitigen Wechselwirkungen in einem gemeinsamen Feld einzustellen.

Eine wichtige Bezugsperson für Fritz und Lore Perls ist der Schriftsteller-Philosoph und Polit-Ökologe Jan Christiaan Smuts (Premierminister in Südafrika 1919–24 und 1939–48, sowie Justizminister 1933–39) geworden. Sein Buch »Holism and Evolution« (1926) war Perls noch vor seiner Emigration, als er noch bei Goldstein Assistent war, in die Hände gefallen und hat es ihm erleichtert, sich für Südafrika zu entscheiden. Der Holismus Smuts weist auf die Vernetzung aller sozialen und naturgegebenen Lebensräume hin, nicht nur im Äußeren, sondern auch in der inneren Welt. Man kann im Holismus einen Vorläufer des Holografie-Konzeptes sehen.

Der Holismus Smuts führt zum Gedanken der selbstorganisatorischen Kompetenz des Organismus. Sie wird auch als »Weisheit des Organismus«

angesprochen, ein Ausdruck, der zwar relativ biologisch und individuumzentriert klingt, der aber durch seinen Kontext auf die Einbindung in das gesamte Netzwerk der Natur verweist. Der Holismus ist mit der Gestaltpsychologie hochkompatibel. Die Perls identifizieren sich mit ihm in vieler Hinsicht.

Bedeutsam sind für Fritz Perls ferner die Schriften von Alfred Korzybski (1879–1959). Er arbeitet über die Sprache, über das Verhältnis ihres intellektuellen und ihres emotional-intuitiven Anteils sowie ihres semantischen Umfeldes. Sprechen sei Handeln, und zwar in einem kulturell vorgegebenen Kontext. Von ihm stammt der von Perls vielzitierte Satz: »Die Landkarte ist nicht die Wirklichkeit!«, d. h., die sprachlich gefasste Aussage ist nicht die Ganzheit der Erfahrung. Von Korzybski aus verläuft eine Brücke zum Konstruktivismus, auf den sich manche neuere Gestalt-Autoren stärker beziehen (Portele, H., Fuhr R., und andere).

Noch vieles andere taucht aus Perls Hintergrundwissen auf, z. B. die Erinnerung an seinen philosophischen Lehrerfreund S. Friedländer.

Beeindruckend dabei bleibt dessen Gewissheit, dass über jeder Polarität eine Ebene der »Indifferenz« existiert, eine suprapolare Existenz. Friedländer sieht es als Lebensaufgabe an, dieses überpolare Zentrum zunehmend in sich zu verankern.

Wenn Perls Heraklit zitiert, was er öfters tut, scheint es, dass dieser aus einer ähnlichen Meta-Perspektive, nämlich der des »Logos«, auf das Auf und Ab des Lebens herabsieht und von dieser Warte her den Pendelschlag zwischen den Polen als sinnvolles Ganzes zuzuordnen vermag.

In späteren Jahren wird sich Perls öfter auf Lao-tse beziehen, wird sich dort von dem Streben nach dem Ausgleich der Pole und dem Umkreisen der nicht benennbaren, übergeordneten Mitte anziehen lassen.

Die Fortsetzung der Lebensgeschichte soll ab jetzt verdichtet dargestellt werden: Das Erstlingsbuch »Ego, Hunger and Aggression«, ein Gemeinschaftswerk von Fritz und Lore Perls, erscheint 1942 in Durban.

Während des 2. Weltkriegs arbeitet Perls 4 Jahre als Armeepsychiater.

Die zunehmenden Rassenunruhen in Südafrika reaktualisieren die erlebte Holocaust-Bedrohung. So beschließt er 1946 (53-jährig) nach New York auszuwandern. Seine Familie kommt ein Jahr später nach.

Im New Yorker Psychoanalytischen Institut findet Perls Starthilfe und Unterstützung durch die altvertraute Karen Horney, durch Erich Fromm, dem späteren Autor von u. a. »Zen Buddhism and Psychoanalysis« (1960), und durch die Ferenczi-Schülerin Clara Thompson. Bei anderen Kollegen löst er durch seine »abweichlerischen Ideen« und sein unangepasstes Verhalten Zwiespältigkeit und Kritik aus.

! Er nimmt wieder Kontakt mit Künstlerkreisen auf und begeistert sich für das »Living theater«. 1947 und 1949 kommt es zu Kontakten mit dem Psychodramatiker Jakob Moreno. Beide finden sich über ihre Theaterleidenschaft. Perls lernt die Monodrama-Technik kennen und wandelt sie für sich ab. Sein Schwerpunkt wird die intrapsychische Inszenierung im Rollenspiel.

Als gestaltorientierte Kerngruppe finden sich 1950 in New York zusammen: Paul Goodman (Dichter und Schriftsteller), Isadore From (Phänomenologiestudent), Paul Weisz (Psychotherapeut und Zen-Praktizierender), Lotti Weisz, Elliot Shapiro, Sylvester Eastman, Fritz (Frederick) und Lore (Laura) Perls, etwas später auch Ralph Hefferline (Uni-Professor). Noch etwas später stoßen Joseph Zinker und Erving und Miriam Polster zu dieser Gruppe.

Paul Goodman, der die Gestalttherapie in Worte fassen half und als Mitbegründer gilt, war ein überaus kultivierter, facettenreicher, künstlerischer, sozial engagierter, oft querdenkender Mensch, der mehrmals durch seine anarchischen und durch seine bisexuellen Ambitionen in Schwierigkeiten gekommen war und ferner darunter litt, dass ihm als Künstler (Poet) der Erfolg, das Publikum, versagt geblieben ist. Seine für die Gestalttherapie bedeutsamen »Identitäten« reduziert Sreckovic (1999, S. 57) auf die folgenden: Literat, Philosoph, Amerikaner, Existenzialist, konservativer Anarchist und psychoanalytischer Künstler. In seiner Biografie gibt es belastende Aspekte (jüdische Herkunft, Vaterlo-

sigkeit, Armut unbefriedigenden Begabtes (Er geht seiner Therapie sehr schätzen.) an kein warm Zweckverhältnis

1951 ersch von Perls, He endgültigen A schen Identität abgrenzendem analyse geschichte Blickrichtung

1952 wird gegründet, 195

Die Wege sich nun weit im New Yorker Gründergruppe weitert.

Für Fritz Perls und Wer gruppenerfahrung feilt, mit ihm kommt es, dass Perls, der sich blockierenden der Arbeitsweise Gruppe (= »Ost

Fritz Perls eines genialen die Welt. Sein Klöster in Japa

Die insgehe Erleuchtungser Unerwartet beg Reiseabschnitt buz integriert e an der Küste E zu malen begin

! Zurück in d (Kalifornien) Tagungs- und sentlichen c shops berüf Amerikas wi

sigkeit, Armut u. a.), die den schillernden, für ihn unbefriedigenden Weg, trotz seiner offensichtlichen Begabung, etwas verständlicher machen. (Er geht seine Belastungen erst relativ spät in einer Therapie bei Lore Perls an, die ihn als Person sehr schätzt.) Zu Fritz Perls besteht von Anfang an kein warmes, sondern eher ein funktionales Zweckverhältnis.

1951 erscheint das Buch »Gestalt-Therapy« von Perls, Hefferline und Goodman, das Perls endgültigen Abschied von seiner psychoanalytischen Identität anzeigt. Es ist damals in einem abgrenzenden Sinne als Antithese zur Psychoanalyse geschrieben worden. Später war eine solche Blickrichtung nicht mehr notwendig.

1952 wird das **New Yorker Gestalt-Institut** gegründet, 1954 das in Cleveland.

Die Wege von Fritz und Lore Perls trennen sich nun weitgehend, aber nie ganz. Lore bleibt im New Yorker Institut und im Kontakt mit der Gründergruppe, deren Umfeld sich ständig erweitert.

Für Fritz Perls folgen mehrere Jahre Vortragsreisen und Workshop-Tätigkeiten, teils mit Großgruppenerfahrungen, in denen er seinen Stil ausfeilt, mit ihm experimentiert und verdichtet. So kommt es, dass sich der Arbeitsstil des alten Fritz Perls, der sich überwiegend auf die gegenwärtig blockierenden Verhaltensmuster zentriert, von der Arbeitsweise der New Yorker und Clevelander Gruppe (= »Ostküstenstil«) unterscheidet.

Fritz Perls führt in den Folgejahren das Leben eines genialen Außenseiters. 70-jährig reist er um die Welt. Sein Interesse für Zen bringt ihn in Zenklöster in Japan, wo er sich unterweisen lässt.

Die insgeheime Hoffnung auf ein »satori«, ein Erleuchtungserlebnis, erfüllt sich natürlich nicht. Unerwartet beglückend gestaltet sich jedoch sein Reiseabschnitt in Israel, wo er sich in einem Kibbuz integriert erlebt und voll neuer Lebensfreude an der Küste Elats wieder – wie in alten Zeiten – zu malen beginnt.

! Zurück in den USA wird er 1963 nach Esalen (Kalifornien) eingeladen, einem therapeutischen Tagungs- und Begegnungszentrum, das im Wesentlichen durch seine eindrucksvollen Workshops berühmt wird. Für die 68er Generation Amerikas wird er zu einer Art »Kultfigur«.

1969 zieht er sich mit etwa 30 Schülern in die Stille an den See von Cowichan auf Vancouver Island zurück, um dort mit ihnen in gestaltischer **Lebensgemeinschaft** (nach Art eines Kibbuz) zu leben. Er ist dort integriert, »zu Hause«, umgänglich und glücklich. Er stirbt 1970 (77-jährig) auf einer Vortragsreise in Chicago an einem Herzinfarkt.

Fritz Perls Persönlichkeit wird immer wieder zwischen genial und schillernd beschrieben. Sein Auf und Ab ist beträchtlich. Das Gegenüber fühlt sich manchmal verführt, ihn hochzuheben, ein anderes Mal ihn zu entwerten. Beides spiegelt ihn und doch führt beides an seinem Kern vorbei. So gesehen lädt er nicht dazu ein, sich ihn als Vorbild zu nehmen. Allenfalls beeindruckt das lebenslange Ringen um Wachstum und Mitte, seine Wahrhaftigkeit (wenn er auf die Fassade verzichtet) und die hohe Sensibilität und Kreativität. Sein besonderes Verdienst ist es, wie mir scheint, dass er sich von seiner Intuition führen lässt. So wirkt er in gewisser Weise wie ein Brennglas, das einen beträchtlichen Teil der Aussage seiner Zeit, aber auch des Menschseins (vielleicht in seiner mühevolleren Form) verdichtet.

Da wo er Lücken lässt, nicht zuletzt durch die Grenzen seiner Persönlichkeitsstruktur, haben die nachfolgenden Generationen die Möglichkeit, das unvollständige System der »Gestalt« weiter abzurunden.

Es ist nicht verwunderlich, dass die Gestalttherapie, über die es noch kein allgemein verbindliches Theoriewerk gibt, oft nur in Teilaspekten weiter gegeben worden ist, meist mit einem reduzierten, technischen Know-how, dem der tragende und modulierende Hintergrund fehlt. In den ersten Jahren der Verbreitung ist durch relativ unerfahrene, selbst ernannte Gruppenleiter öfters auch Schaden angerichtet worden. Damals war noch keine Modifikation für struktur- und kohärenzlabile Patienten erarbeitet gewesen. Gestalttherapie ist ein hochpotentes Instrumentarium und gehört deshalb nur in die Hand solide ausgebildeter Therapeuten.

Die Kenntnisse und Erfahrungen, die in diesen Artikel eingehen, stammen (neben dem Literaturstudium) aus einer abgeschlossenen Ausbildung am Fritz-Perls-Institut, einer etwa 30-jährigen klinischen und ambulanten Patientenbe-

handlungspraxis und Weiterbildungserfahrung und aus den persönlichen Begegnungen mit: Lore Perls (†, New York/Pforzheim), Axel Villumsson (†, Esalen, Ca), Erving Polster (San Diego), Hildegund Heintz (†, Mainz), Hilarion Petzold (Düsseldorf), Toni Horn (†, ehemaliger Perls-Schüler), Jan Velzeboer (Holland) und andere.

2.2 Geburt der Humanistischen Psychologie

In der griechisch-römischen Antike kam als Ideal ein Menschenbild auf, bei dem Würde, Selbstbestimmung und Entfaltung des menschlichen Potenzials an Bedeutung gewannen. Diese Ideale wurden im Humanismus der Renaissance und nochmals später im 19. Jahrhundert im Neuhumanismus wieder belebt.

Die Sehnsucht nach Würde und Menschlichkeit wurde in besonderem Maße für die Generation, die direkt oder indirekt von der Holocausterfahrung erfasst war, zur Vision und Zielvorstellung.

Mitte des 20. Jahrhunderts war in den USA das Bild der etablierten Psychotherapie von zwei gegensätzlich wirkenden Strömungen geprägt, von der Psychoanalyse und vom Behaviorismus bzw. der daraus sich entwickelnden Verhaltenstherapie. Beide boten keinen Entwurf über den Menschen an, der der oben genannten Sehnsucht entsprach. Die Psychoanalyse zeichnete in kulturpessimistischer Weise einen Menschen, den sie mit einem schwer beherrschbaren Triebleben kämpfen sah. Die damalige Verhaltenstherapie reduzierte den Menschen auf eine zufällige Konstruktion konditionierter Lernprozesse, eine Reduktion, die der wissenschaftlichen Mess- und Fassbarkeit zugute kam. Beide Verfahren fokussierten auf Defizite und Fehlreaktionen. Diese negativ konnotierte Zugangsweise ließ die Unzufriedenheit in Psychologen- und Psychotherapeutenkreisen wachsen.

Rückblickend erinnert sich Charlotte Bühler (1972, S. 6):

»Alle stimmten darin überein, dass ein neuer Impuls notwendig war, um der wachsenden sozialen und kulturellen Krise und dem Gefühl der Entmenschlichung und der Vermassung des Individuums im 20. Jahrhundert wirksam entgegenzutreten zu können.«

Ein Teil der jüngeren Generation setzte das unterschwellige Unbehagen um und brach damals innerlich und/oder äußerlich mit »Flower-Power« auf Sinnsuche nach Fernost auf. Diese jungen, meist auch spirituell interessierten Menschen wandten sich vietnamkriegsermüdet von den Zielvorstellungen des »mainstreams« ab. – »Make love, not war!« war ein Slogan.

Das Unbehagen der Psychotherapeuten fand eine andere Ausdrucksform.

1962 gründete – nach einigem Vorlauf – eine Gruppe um Maslow, zusammen mit Ch. Bühler, Rogers, Köstler, May, Goldstein, Huxley, Mumford, Sutich, Bugental u. a., der sich auch Satir und Perls zurechneten, die »Association of Humanistic Psychology«, die sich hinsichtlich der Verhaltenstherapie und der Psychoanalyse als »dritte Kraft« verstand. Virginia Satir nannte sie stets die »Human-Potential-Bewegung«. Ab 1961 gab Sutich die Zeitschrift »Humanistische Psychologie« heraus. – Nach Charlotte Bühler (1973, S. 7) legte sich 1962 die Gesellschaft für Humanistische Psychologie auf folgende 4 Thesen fest:

1. Im Zentrum der Aufmerksamkeit steht die erlebende Person. Damit rückt das Erleben als das primäre Phänomen beim Studieren des Menschen in den Mittelpunkt. Sowohl theoretische Erklärungen wie auch sichtbares Verhalten werden im Hinblick auf das Erleben selbst und auf seine Bedeutung für den Menschen als zweitrangig betrachtet.
2. Der Akzent liegt auf spezifisch menschlichen Eigenschaften wie der Fähigkeit zu wählen, der Wertsetzung und Selbstverwirklichung – im Gegensatz zu einer mechanistischen und reduktionistischen Auffassung des Menschen.
3. Die Auswahl der Fragestellungen und Forschungsmethoden erfolgt nach Maßgabe der Sinnhaftigkeit – im Gegensatz zur Betonung der Objektivität auf Kosten des Sinns.
4. Ein zentrales Anliegen ist die Aufrechterhaltung von Wert und Würde des Menschen, und das Interesse gilt der Entwicklung der jeden Menschen innewohnenden Kräfte und Fähigkeiten. In dieser Sicht nimmt der Mensch in der Entdeckung seines Selbst, in seiner Beziehung zu anderen Menschen und zu sozialen Gruppen eine zentrale Stellung ein.

Maslows unglücklicherweise (1973) überlegen bei genauem Fachwissen auf den Fokus. Maslows weisen Wachstumsstufe erst die Bedürfnisse d... worden seien. Befriedigung mit dem Erlebnisgefühligkeit, E und Geachtet folgen im Laufe der Bedürfnisse, z. B. nung, Gerechtigkeit, Schönheit. In seinen s... schwerpunktmäßig wurde ein Jahr »transpersonalerweise« logisch-psychologisch stand. Allerdings Ebene ist lateinisch humanistische Virginia Satir Humanistischen (1987 (1991, S. Worten:

! »Ein wichtigung (»ganzung desse und positivduen zu heentwickeln. gie und Kraeffektiver u dass das auslogie mit de gleichbar ist

Wenn man diechotherapiespez ziehen lässt, w zur ressourcen gehensweise b

Maslows ungewöhnliche Untersuchungen (Maslow, 1973) über subjektive Höhepunkterfahrungen bei gesunden, kreativen Menschen ließ die Fachwelt aufhorchen und veränderte bei vielen den Fokus. Maslow kam dabei zu einem stufenweisen Wachstumsmodell, bei dem die nächste Stufe erst dann angestrebt werde, wenn die Bedürfnisse der vorigen ausreichend abgesättigt worden seien. Seine Rangreihe beginnt mit der Befriedigung physiologischer Bedürfnisse, ferner mit dem Erleben von Sicherheit, Liebe und Zugehörigkeit, Erleben von Selbstachtung, Achten und Geachtet werden; diesen Grundbedürfnissen folgen im Laufe der Reifung 16 Wachstumsbedürfnisse, z. B. Sinnhaftigkeit, Einfachheit, Ordnung, Gerechtigkeit, Vollkommenheit, Lebendigkeit, Schönheit, Güte, Wahrhaftigkeit.

In seinen späteren Jahren wandte sich Maslow schwerpunktmäßig spirituellen Fragen zu und wurde ein Jahrzehnt später Mitbegründer einer »transpersonalen« Vereinigung, die sich konsequenterweise als »vierte Kraft« auf der psychologisch-psychotherapeutischen Landschaft verstand. Allerdings: der Einbezug der spirituellen Ebene ist latent, wenn auch nicht manifest, im humanistischen Ansatz enthalten.

Virginia Satir, die als die Begründerin der humanistischen Familientherapie gilt, erinnert sich 1987 (1991, S. 130) an die 60er-Jahre mit den Worten:

! »Ein wichtiges Ziel der »Human-Potential«-Bewegung (»ganzheitliche Gesundheit«) war die Betonung dessen, was im Menschen bereits wächst und positiv ist. Eine vorrangige Idee war, Individuen zu helfen, das Positive in ihnen weiterzuentwickeln. Dabei würden sie die benötigte Energie und Kraft ausbilden, um mit ihren Grenzen effektiver umzugehen. Einige von uns glauben, dass das ausschließliche Arbeiten mit der Pathologie mit dem Schlagen eines toten Pferdes vergleichbar ist. Es führt zu nichts.«

Wenn man die Entwicklung der deutschen Psychotherapieszene vor dem inneren Auge vorbei ziehen lässt, wird deutlich, dass die »Erlaubnis« zur ressourcenorientierten, therapeutischen Vorgehensweise beim Gros der Psychotherapeuten

vor einigen Jahren mit einer Zeitverzögerung von etwa 4 Jahrzehnten angekommen ist.

2.3 Zusammenfassung der Wurzeln und Haupteinflüsse

- Theoretische Quellen:
 - Psychoanalyse bis 1936:
 - klassische
 - neoanalytische
 - reichianische
 - »aktive Psychoanalyse« nach Ferenczi
 - Philosophische (inklusive religionsphilosophische Strömungen):
 - Existenzphilosophie
 - Phänomenologie
 - Neo-Kantianismus
 - Taoismus und Zen-Buddhismus
 - Chassidismus
 - Holismus und Konstruktivismus
 - Gestalttheorie und Gestaltpsychologie
 - Kybernetik und Quantenphysik
- Methodische Einflüsse:
 - Psychoanalytische Sicht von Psychodynamik, Unbewusstem, Widerstand und Übertragung
 - Phänomenologischer Wirklichkeitszugang, Intersubjektivität
 - Bewusstseins- und Awareness-Konzept, »sensory awareness«
 - Körpertherapien, Körperausdruckschulung, Körpersprachverständnis
 - Mono-Psychodramatische Rollenspieltechnik
 - Integration der Gruppendynamik
 - Künstlerische Methoden des Ausdrucks (Stegreiftheater, bildnerische, tänzerische, musikalische und dichterische Ausdrucksformen)