

Die Aktualisierungstendenz im Brennpunkt

Das Konzept der Aktualisierungstendenz (AT) nimmt in der personenzentrierten Theoriebildung einen breiten Raum ein. Und es spielt im Rahmen der Frage nach der Beziehung zwischen Personzentriertem Ansatz und Systemtheorien eine zentrale Rolle. Aus eben diesem Grunde haben wir für das vorliegende Themenheft acht personenzentrierte Autorinnen und Autoren gefragt, was ihnen das Konzept der Aktualisierungstendenz theoretisch bzw. praktisch bedeutet. Ergebnis davon sind acht Beiträge dazu mit jeweils unterschiedlich formulierten Titeln (von *Eva-Maria Biermann-Ratjen*, *Jef Cornelius-White*, *Michael Gutberlet*, *Diether Höger*, *Sylvia Keil*, *Brian Levitt*, *Peter Schmid* und *Keith Tudor*).

In einem Vorspann von *Gerhard Stumm* sind einige grundlegende Aussagen zum Konzept der Aktualisierungstendenz in Thesenform verdichtet, zum Teil unabhängig von den Statements, teilweise aber auch diese resümierend. Damit verbindet sich die Hoffnung, einige Missverständnisse aufzuklären bzw. den Diskussionsbogen abzustecken.

Gerhard Stumm

Die Aktualisierungstendenz: eine Synopse in Thesen

Es gibt eine Reihe widersprüchlicher Positionen innerhalb des personenzentrierten Diskurses zum Stellenwert des Konzepts der Aktualisierungstendenz, im Besonderen seiner Nützlichkeit und Notwendigkeit im Rahmen der personenzentrierten Theorie. Während viele Autoren, wie z. B. Kriz, Bozarth und die meisten der nachfolgenden Statements die Aktualisierungstendenz als zentrales Element des PZA bzw. als zweite signifikante Säule neben den „notwendigen und hinreichenden Bedingungen“ ansehen, wird das Konstrukt von Frankel et al. (2010) mit Verweis auf die Evolutionstheorie als hinfällig erachtet. Auch aus existenzieller Sicht (z. B. Friedman, Cooper) werden Zweifel dahingehend angemeldet, dass damit die höchstpersönlichen Entwürfe, Wahlen und Entscheidungen des Subjekts unnötig in einen biologistischen Kontext gestellt werden (siehe dazu auch These 8). Wieder andere messen dem Konstrukt AT nur eine beschränkte Aussagekraft bei und geben einer ethischen Ausgangsposition, nämlich der höchstpersönlichen Erlebniswelt von Klienten nicht-direktiv und unvoreingenommen (auch von diesem „vagen“ wissenschaftlichen Konzept) zu begegnen, den Vorzug [vgl. Moon in Levitt, 2008; oder auch Levitt (2008 sowie in seinem Statement in diesem Heft), der die AT als „Mythos“ bezeichnet].

Auch wird das Wesen der AT innerhalb der personenzentrierten Community kontroversiell diskutiert. Während manche darin ein Erklärungsprinzip für empirisch beobachtbare Phänomene (wie z. B.

die Schwerkraft) erkennen (eine Position, die z. B. Kriz vertritt; vgl. auch das Statement von Cornelius-White), betont z. B. Schmid (in Levitt, 2008, p. 88) den axiomatischen Aspekt, d. h. dass es sich bei der AT um eine Glaubensfrage bzw. eine Werteposition handle. Gutberlet streicht in seinem Statement in Hinblick auf das Konstrukt phänomenologisch den Erfahrungsbezug heraus.

*These 1: Der Begriff der Aktualisierungstendenz begünstigt als Substantivum eine **Verdinglichung** des Konstrukts (vgl. These 16).*

Um dem entgegenzuwirken, plädiert Tudor dafür, von einer „Tendenz zu aktualisieren“ statt von einer Aktualisierungstendenz auszugehen (vgl. sein nachfolgendes Statement; siehe auch Tudor & Worrall, 2006, p. 86). Dies trage einer prozessorientierten Betrachtung Rechnung, also dem Umstand, dass Menschen sich ständig in Fluss befinden und sich nicht teleologisch auf ein (End-)Ziel hin entwickeln.

*These 2: Die Tendenz zu aktualisieren ist eine **Eigenschaft bzw. ein Charakteristikum des Organismus**.*

Es macht Sinn, den Organismus als Ort zu identifizieren und zu benennen, an dem die Tendenz zu beobachten ist. Anders gesagt:

Der Gültigkeitsbereich der Annahme einer solchen Tendenz sollte auf den Organismus beschränkt bleiben. Für andere Gegenstandsbereiche wie soziale Gebilde („Paare“, „Familien“, „Gruppen“ oder gar „Volk“), soziologische/politische Kategorien („Unternehmen“, „Kulturen“ oder „Staaten“) oder auch übergeordnete unbelebte Strukturen („Universum“) (siehe auch These 5) ist der Terminus angesichts seiner inhaltlichen Bestimmung nicht geeignet. Hierfür eignet sich möglicherweise das Konstrukt der „formativen Tendenz“ besser (siehe These 3).

Tudor & Worrall (2006, p. 87) gehen im Übrigen so weit, dass sie in Frage stellen, dass der Organismus eine Tendenz zu aktualisieren *habe*, hingegen meinen sie, dass er eine Tendenz zu aktualisieren *sei*.

These 3: Die Annahme einer „formativen Tendenz“ ist für die Theorie und Praxis der Personzentrierten Psychotherapie unerheblich.

Das Konzept der „formativen Tendenz“ wurde eingeführt, um Phänomene, die über den organismischen Bereich – und damit sind hier alle somatischen und psychischen Strukturen und Prozesse gemeint – hinausreichen, besser verorten zu können. Die formative Tendenz ist jedenfalls von der aktualisierenden Tendenz differenzierend dahingehend abzugrenzen, dass sie als dieser übergeordnet konzeptualisiert ist und somit zwar ein für den Personzentrierten Ansatz interessantes Feld darstellt. Für den Bereich der Psychotherapie ist sie jedoch verzichtbar.

Mit dieser These befinde ich mich in bewusstem Gegensatz zu Jürgen Kriz, der in der AT ein Erklärungsprinzip erkennt, „das grundsätzlich Ordnungsbildung bzw. Ordnungs-Ordnungsübergänge beschreibt – egal, ob die Basisphänomene nun biologischer Natur sind (Struktur des Leibes) oder psychischer (Sinnattraktoren) oder interaktiver (Familienregeln, -muster, -pattern) oder eben gar in der toten Materie (Benard-Instabilität, Dissipative Strukturen)“ (E-Mail vom 11. 8. 2010).

Analog zum zuvor angeführten Sprachgebrauch sind Tudor & Worrall (2006, p. 98) im Übrigen überzeugt, dass ‚the universe does not have a formative tendency. It is a tendency to form, or it tends to form‘.

*These 4: Im humanwissenschaftlichen Sinn ist auch **der Mensch** (das Individuum, die Person, das Subjekt) in seiner Vernetzung mit der Umwelt (vor allem der sozialen) ein Organismus.*

Unter organismisch sind alle physiologisch-somatischen sowie psychischen Phänomene (wie Denken, Fantasieren, Fühlen, Empfinden) subsumiert. Keineswegs darf hier verkürzend nur auf den Körper (als eigentlich organismisch) Bezug genommen werden, auch wenn unser Körper manchmal „mehr weiß“ als das, was eine rein kognitive Reflexion uns erschließt (vgl. Wunderlich, 2008).

*These 5: Die aktualisierende Tendenz ist eine Tendenz, die einem **Entwicklungs- bzw. Organisationsprinzip** entspricht.*

In personzentrierten Texten ist im Zusammenhang mit der Charakterisierung der AT vielfach von „Meta-Motiv“, „Motivationsquelle“, „Energie“, „Kraft“ etc. die Rede. Dies sind bedauerliche, weil unpräzise Umschreibungen. „Motivation“ ist ein psychologischer Terminus, die AT hingegen ein anthropologischer, der Aussagen über die menschliche Natur macht. „Energie“ und „Kraft“ verweisen auf physikalische (bzw. physiologische) Parameter, die dem übergreifenden Konstruktverständnis als das einer Tendenz bzw. des Prinzips der Selbstorganisation oder Ordnung bzw. von Entwicklung (nach Höger) nicht gerecht werden.

*These 6: Der Mensch **co-aktualisiert** sich in sozialen Zusammenhängen.*

Diese Akzentuierung verweist auch auf das ‚need for positive regard‘, das im Rahmen der aktualisierenden Tendenz gedacht werden sollte und nicht als ihr Gegenspieler, der sozusagen dem Streben nach Autonomie ein Schnippchen schlägt. Schmid (in diesem Heft) spricht in diesem Zusammenhang von „Personalisierung“. Die Betonung von Relationalität (Schmid) und Homonomie (Tudor mit Bezug auf Angyal) steht in einer Affinität zur Bedeutung des eingeborenen Mit-Seins in der Existenzphilosophie.

*These 7: Die Tendenz zu aktualisieren ist an den **lebenden Organismus** gebunden.*

Dies stellt klar, dass die Tendenz nicht für die Zeit vor der Geburt (zumindest aber nicht für die Zeit vor der Befruchtung) und nicht post mortem als existent angesehen wird. Dafür wären andere Konstrukte zu entwerfen bzw. heranzuziehen.

*These 8: Die Tendenz zu aktualisieren bezieht sich ausdrücklich auf **entfaltende wie auch erhaltende Aspekte**.*

Rogers und viele andere, die den Personzentrierten Ansatz vertreten oder ihm nahestehen, haben zumindest manches Mal in irreführender Weise aktualisieren mit entfalten gleichgesetzt (siehe dazu auch das Statement von Höger). Dies führt zu unauflösbaren theoretischen Widersprüchen. Denn dann würden alle auf Sicherung und Bewahrung (auch des Selbstkonzepts) abzielenden Prozesse nicht mehr als Aktualisierung zu erachten sein. Eine Person kann dies in vielleicht wenig befriedigender Weise tun, aber nichtsdestoweniger sind auch solche Ausformungen Aktualisierungen, die – und hier kommt ein sehr praktischer Aspekt hinzu – Respekt und mitunter Ehrfurcht verdienen. Wie unverständlich, bizarr, selbst- oder fremdschädigend Menschen auch auftreten, die Idee der Aktualisierung als bestmöglicher Variante kann dazu beitragen, die jeweilige

Person in ihrer eigenen Logik zu erfassen, statt sie zu verurteilen. Wertschätzung für die spezifische Aktualisierung heißt hier natürlich nicht, dass ich es immer auch gutheiße. Alle Manifestationen des Klienten verdienen positive Beachtung, dienen sie doch dem Organismus bzw. dessen Erhalt und Absicherung. In der von Husserl beschriebenen phänomenologischen Haltung entspricht dies dem Prinzip der Horizontalisierung, wonach alle Phänomene zunächst als „gleichwertig“ und ohne hierarchische Vorannahmen betrachtet werden sollten.

Nach meiner Überzeugung, dabei sowohl existenziellem Denken als auch dem Konzept der AT aufgeschlossen, bietet diese Perspektive gleichwohl eine Anschlussfähigkeit an existenzielles Denken. Die Freiheit des Subjekts innerhalb bestimmter Grenzen bleibt unangetastet. Wir sind nicht determiniert, auch nicht durch die AT, sondern stehen angesichts unserer – möglicherweise sehr eingeschränkten – Wahlmöglichkeiten in der Verantwortung. Dies gilt für Klienten wie für Psychotherapeuten.

*These 9: Der Mensch aktualisiert sich, solange er lebt. Die AT ist beim lebenden Organismus **allgegenwärtig**.*

Rogers selbst hat im Sinne der organismischen Psychologie, wie sie von den von ihm rezipierten Autoren (Angyal und Goldstein) vorgestellt wurde, nachdrücklich die Auffassung vertreten, dass der Mensch, solange er lebt, sich aktualisiert. So ließe sich letztlich auch der Prozess des Sterbens so verstehen, dass der Mensch sich bis zu seinem letzten Atemzug aktualisiert, sich dabei mehr oder weniger erhaltend bzw. entfaltend.

In diesem Sinn ist die AT nie (!) blockiert! Sie ist allenfalls in ihrer entfaltenden Qualität gehemmt. Aber die erhaltenden Funktionen sind ebenso als (oftmals kreativer) Ausdruck der AT zu verstehen. Und so betrachtet macht es auch Sinn, das Konzept des „unmotivierten Klienten“ in Frage zu stellen. Er mag unmotiviert zur Psychotherapie sein, doch ist er immer auf etwas (anderes) hin motiviert (siehe auch das Statement von Tudor).

*These 10: Entfalten und erhalten stehen einander nicht dichotom im Sinne eines Entweder-oder gegenüber, sondern sind Begriffe für Prozesse, die sich auf einem **Kontinuum** von rein erhaltend bis Neues konstruktiv entfaltend bewegen.*

In der Definition der AT von Rogers aus 1959 ist klar differenziert, dass es bei der Aktualisierung sowohl um die Entfaltung als auch die Erhaltung des Organismus geht. Dieser entwickelt sich eben so gut wie möglich, d. h. so wie die äußeren (sozialen) Umstände und deren Verarbeitung sowie die inneren (genetischen) Dispositionen es zulassen (vgl. Brodley, 1999). Für eine mehr entfaltende Aktualisierung ist die Ausschöpfung von Potenzialen bzw. inneren wie äußeren Ressourcen ausschlaggebend. Die Beziehungsqualität in einer Psychotherapie (im Besonderen wie sie im Rahmen des

Personenzentrierten Ansatzes beschrieben ist) lässt sich als das Nützen äußerer und innerer Ressourcen begreifen.

Gleichwohl gibt es keinerlei Garantie, dass wir uns optimal entfalten können – auch nicht in einer optimalen Psychotherapie.

*These 11: Die aktualisierende Tendenz ist zwar gerichtet, nämlich auf Erhaltung bzw. Entfaltung des Organismus, sie wirkt aber gleichzeitig **ergebnisoffen**. Mit dem Konzept wird kein von vornherein angelegter „Plan der Natur“ unterstellt, was jeder Mensch aktualisiert – ebenso wenig wie etwa eine „Vorsehung“ oder ein „Willen Gottes“.*

Abgesehen davon, dass Potenziale verwirklicht werden, die der Entfaltung bzw. Erhaltung des Organismus dienen, ist nicht determiniert, was aktualisiert bzw. konkret ausgestaltet wird. Keineswegs liegt der Tendenz ein Bauplan zugrunde, vielmehr stellt sie eben ein Entwicklungsprinzip dar. Im Dialog mit Buber war Rogers zwar optimistischer als dieser, was die grundlegende Qualität (sozial und konstruktiv) des zu Aktualisierenden anlangt. Es gibt aber auch in seiner Sichtweise sehr viele Abzweigungen innerhalb der begehbaren Wege, was mit einem mühsamen Ringen verbunden sein kann. Auch dies verträgt sich mit der Betonung der existenziell fundierten Wahlfreiheit.

*These 12: Es ist der Vorzug, aber in gewisser Hinsicht auch der Fluch des Menschen, sich seiner Erfahrungen gewahr sein zu können und diese in Form eines Selbstkonzepts (sprachlich) zu symbolisieren, anders gesagt, das **Selbst zu aktualisieren**.*

Das Selbst(-konzept) ist ein Subsystem des Organismus als Ganzem. Die menschliche Fähigkeit, ein Selbstkonzept auszubilden, gepaart mit unserem Bedürfnis nach positiver Beachtung durch andere bzw. nach positiver Selbstbeachtung, ist durchaus konsistent damit, dass wir dazu tendieren, auch dieses Selbstkonzept – so wie alle Teile unseres Organismus – so gut wie möglich zu erhalten, aber auch zu entfalten (zu vermehren und auszubauen).

*These 13: **Aktualisierungstendenz und Selbstaktualisierungstendenz**, sofern sie als Subkategorie der AT konzeptualisiert ist, stehen **nicht in einem Widerspruch** zueinander.*

Es erscheint mir problematisch, von einem Widerspruch zwischen dem Ganzen und einem Teil des Ganzen auszugehen. Es kann formal logisch betrachtet ein Teil eines Systems, also z. B. das Selbst als Subsystem des Systems Organismus, nicht eine andere Tendenz haben als das ganze System, von dem es ja ein Teil ist. Sehr wohl kann aber das Subsystem Selbst mit dem Rest des Systems Organismus in eine dynamische Spannung geraten (vgl. dazu Merry, 2003/2008) (siehe auch These 14).

*These 14: In einem **Spannungsverhältnis** zueinander können aber **entfaltende bzw. erhaltende Tendenzen** des Organismus stehen.*

Hierfür ist die Aktualisierung des Selbst (= Selbstaktualisierung) im Sinne seiner Sicherung und Erhaltung auf Kosten nicht entfalteter Potenziale des Organismus insgesamt von überragender Bedeutung.

*These 15: **Selbstaktualisierung und Selbstaktualisierungstendenz** sind **mehrdeutig** und sollten daher im Sinne von terminologischer Schärfe in ihrer jeweiligen Bedeutung ausgewiesen werden.*

Selbstaktualisierungstendenz ist einerseits der von Goldstein eingeführte Vorläuferbegriff der Aktualisierungstendenz, der betonen sollte, dass sich hier etwas „von selbst“, also aus sich heraus und nicht über eine externe Steuerung, aktualisiert. Nachdem Rogers das „Selbst“ konzeptualisiert hatte, hat er aber die AT begrifflich von der Selbstaktualisierungstendenz abgegrenzt. Diese war nunmehr die auf das Selbst bezogene Tendenz zur Aktualisierung, also die Aktualisierung des Selbst.

*These 16: Konstrukte wie **Selbstentfaltungstendenz und Selbsterhaltungstendenz** unterliegen erst recht der Gefahr einer Verdinglichung (vgl. These 3).*

Die Differenzierung der AT in verschiedene Richtungsqualitäten (siehe dazu auch Selbstbehauptungs-, Selbstverteidigungs- bzw. Selbstbeharrungstendenz bei Biermann-Ratjen et al., 2003, S. 79ff.; oder Beurteilungstendenz in ihrem Statement) sind noch mehr als ein Begriff wie (Selbst-)Aktualisierungstendenz gefährdet, wie *Homunkuli* ein „Eigenleben“ zu führen, was einer prozess- und erfahrungsorientierten Annäherung zuwiderläuft.

*These 17: Der Aspekt der **Reproduktion** als ein weiteres Charakteristikum der Tendenz zu aktualisieren ist im Rahmen des Personzentrierten Ansatzes weitgehend unbeachtet geblieben.*

Eine Ausnahme dazu stellt eine Passage im Statement von Tudor dar, der diesen Aspekt in seiner intersubjektiven Qualität und in seiner Nähe zur „Generativität“ (in etwa Schaffensdrang) bei Erikson sieht.

Literatur

- Biermann-Ratjen, E.-M., Eckert, J. & Schwartz, H.-J. (2003). *Gesprächspsychotherapie. Verändern durch Verstehen*. 9. überarb. und erw. Aufl. Stuttgart: Kohlhammer.
- Brodley, B. (1999). The actualizing tendency concept in client-centered theory. *The Person-Centered Journal*, 6, 2, 108–120.
- Levitt, B. E. (2008). *Reflections on Human Potential. Bridging the person-centered approach and positive psychology*. Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Merry, T. (2008). The actualisation conundrum. In B.E. Levitt (Ed.), *Reflections on human potential. Bridging the Person-centered Approach and Positive Psychology* (pp.46–55). Ross-on-Wye: PCCS Books [Orig. (2003): *Person-Centred Practice*, 11, 2, 83–91].
- Frankel, M., Sommerbeck, L. & Rachlin, H. (2010). Rogers' concept of the actualizing tendency in relation to Darwinian theory. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 9, 1, 69–80.
- Tudor, K. & Worrall, M. (2006). *Person-centred therapy. A clinical philosophy*. London: Routledge.
- Wunderlich, K. (2008). *Der Organismus. Eine Annäherung an einen vielschichtigen Begriff und seine Bedeutung im Personzentrierten Ansatz*. Norderstedt: BOD.

Autor:

Gerhard Stumm, Dr., geb. 1950, Personzentrierter Psychotherapeut und Klinischer und Gesundheitspsychologe, Ausbilder in der Sektion „Forum“ der „Arbeitsgemeinschaft Personzentrierte Psychotherapie, Gesprächsführung und Supervision (APG)“.

Korrespondenzadresse:

Gerhard Stumm
1170 Wien, Kalvarienberggasse 24
E-Mail: gerhard.stumm@tplus.at

Eva-Maria Biermann-Ratjen

Das Konzept der Aktualisierungstendenz bestimmt mein non-direktives Beziehungsangebot an den Klienten

Nach jahrelangen sorgfältigen Beobachtungen und Analysen von psychotherapeutischen Prozessen ist Rogers dazu gekommen, anzunehmen, dass eine konstruktive Aktualisierungstendenz des menschlichen Organismus der Motor – die „motivierende Kraft“ – der Psychotherapie sei. Sie ist das einzige Axiom im Klientenzentrierten Konzept: die einzige theoretische Aussage, die im engeren Sinne nicht bewiesen werden kann, und definiert als eine dem menschlichen Organismus innewohnende Tendenz, alle seine Kapazitäten so zu entwickeln, dass sie ihn erhalten und fördern im Sinne von Wachsen, Verbessern, Optimieren etc.

Was bedeutet mir das Konzept der Aktualisierungstendenz theoretisch?

Das Konstrukt Aktualisierungstendenz ist sehr komplex, bzw. in der Annahme der Aktualisierungstendenz sind viele verschiedene theoretische Überlegungen zusammengefasst. Ich werde im Folgenden zunächst diejenigen ausführen, die mir theoretisch wichtig sind.

1. Das Konzept der Aktualisierungstendenz beinhaltet die Annahme, dass die menschlichen Entwicklungen selbstbestimmt erfolgen.

Rogers hat den Begriff Aktualisierungstendenz von dem Neurologen und Gestalttheoretiker Goldstein übernommen, der von „Selbstaktualisierung“ in Zusammenhängen sprach, in denen wir heute von Selbstorganisation sprechen. Mit der Übernahme dieses Begriffes betont Rogers: Die Entwicklungen des Menschen – auch die, die wir im Psychotherapieprozess beobachten können – erfolgen aus ihm selbst heraus und auch nach Regeln, die ihm selbst eigen sind. Sie sind nicht das Produkt von Einwirkungen von außen. Auch wie die Entwicklungen erfolgen, wird nicht von außen bestimmt. Der Organismus bewirkt seine Erhaltung und Entfaltung selbst und selbstgesteuert.

2. Die Aktualisierung ist aber zugleich als ein Prozess gemeint, der sich nicht im Organismus, sondern zwischen dem Organismus und der Umwelt abspielt.

Im Rahmen der Beschreibung der Aktualisierungstendenz weist Rogers nicht nur darauf hin, dass menschliche Lebensprozesse

selbstorganisiert und selbstbestimmt – „autonom“ – verlaufen. Er bezieht sich z. B. auch auf Angyal, der formuliert habe, dass das menschliche Leben ein Prozess zwischen dem Organismus und seiner Umwelt sei. Jeder einzelne organismische Teilprozess, aber auch der Lebensprozess als solcher, sei immer das Ergebnis von zwei Komponenten: Selbstbestimmtheit und Fremdbestimmtheit. In der Aktualisierung geht es ganz wesentlich um Erfahrungen im Kontakt mit der Umwelt, um die Verarbeitung von Einwirkungen der Umwelt auf den Organismus, auf seine Entwicklung und um die Repräsentanz dieser Vorgänge usw.

3. Zur Aktualisierungstendenz gehört eine Beurteilungstendenz.

In der Definition der Aktualisierungstendenz als Tendenz, alle seine Kapazitäten so zu entwickeln, dass sie den Organismus erhalten und fördern im Sinne von Wachsen, Verbessern, Optimieren etc. ist eingeschlossen, dass mit ihr auch eine Tendenz bzw. Kompetenz zur Beurteilung von Erfahrungen gemeint ist.

Das Konzept der Aktualisierung impliziert „gesunde“ Beurteilungen von Erfahrungen im Hinblick darauf, welche Bedeutungen die Erfahrungen für den Erfahrenden haben,

Erfahrungen der Entwicklung und Förderung von Erfahrungen der Behinderung und Bedrohung zu unterscheiden. Auch diese Beurteilungen von Erfahrungen – viele von ihnen sind das Ergebnis von Kontakten mit der Außenwelt – bzw. das Erleben dieser Beurteilungsprozesse erfolgt aus sich selbst heraus und selbstgesteuert.

4. Zur Aktualisierung gehört die Selbstaktualisierung.

Die Selbstaktualisierung ist im Klientenzentrierten Konzept etwas anderes als bei Goldstein.

Sie ist ein wichtiger Teil der Aktualisierungstendenz, und zwar die Tendenz, ein Bewusstsein vom eigenen Sein und Funktionieren zu entwickeln (das ist dasselbe wie Erfahrungen zu symbolisieren), in Erfahrungen Selbsterfahrungen zu machen und vor allem: diese in eine Gestalt zu integrieren: das Selbst oder Selbstkonzept. Mit dem Entstehen der Möglichkeit, sich seines Selbstkonzepts bewusst zu werden und es im Fokus seiner Aufmerksamkeit zu halten, entsteht auch die Tendenz, Erfahrungen im Hinblick auf ihre Kompatibilität mit dem Selbstkonzept zu beurteilen.

5. Vor allem die Selbstaktualisierung vollzieht sich in Abhängigkeit von der Realität, d. h. von der Erfahrung bestimmter sozialer Beziehungen.

Selbstaktualisierungserfahrungen sind auch dadurch gekennzeichnet, dass die eine Person spüren kann, dass die andere Person sie in ihren Erfahrungen und deren Bewertung im Hinblick auf ihre Aktualisierung empathisch und unbedingt positiv beachten und zugleich ganz sie selbst sein kann.

Dass die Selbstaktualisierung von der Bedingung solcher Beziehungserfahrungen abhängig ist, lässt sich sowohl in der Psychotherapieforschung als auch in der Kleinkindforschung nachweisen.

Was bedeutet mir das Konzept der Aktualisierungstendenz praktisch?

1. Meine Überzeugung, dass menschliche Entwicklungen selbstorganisiert bzw. nach eigenen dem Organismus innewohnenden Regeln ablaufen, führt dazu, dass ich klientenzentriert bzw. in diesem Sinne non-direktiv in meinem therapeutischen Vorgehen bin.

2. Von Rogers' Definition der Aktualisierungstendenz ausgehend, versuche ich den Klienten in seinen Erfahrungen mit seinen Augen zu sehen, in seinem Inneren Bezugsrahmen. Ich versuche mich in die Prozesse seiner Beurteilung seiner Erfahrungen im Hinblick darauf einzufühlen, ob sie solche des Wachsens oder solche der Behinderung und Bedrohung sind. D. h. ich versuche mich in sein Erleben einzufühlen und bei diesen Versuchen möglichst wenig von meinen

eigenen – vor allem den mir nicht bewussten und auch den sich aus dem Mitfühlen ergebenden – Gefühlen behindert zu werden.

3. Meiner Annahme einer Selbstaktualisierungstendenz entsprechend behalte ich vor allem die Beurteilungen ihrer Selbsterfahrungen durch meine Klientinnen im Fokus meiner Aufmerksamkeit. Werden die Selbsterfahrungen erkannt, zugelassen, vollständig symbolisiert, mit dem Selbstkonzept verglichen? Welche Gefühle bzw. Symptome lösen diese Vergleiche aus? Und wie wird mit diesen umgegangen?

4. Von besonderer Bedeutung ist dabei immer wieder die Frage: Spürt mein(e) Klient/in die Angst und kann sie diese symbolisieren, in ihrer Selbsterfahrung nicht verstehbar und annehmbar zu sein? Und wie zeigt sich diese oder wie verbirgt sich diese Angst bzw. die Bedrohung des Selbstkonzepts durch Erfahrung?

Autorin:

Eva-Maria Biermann-Ratjen, Dipl. Psych., geb. 1939, Klinische Psychologin, Gesprächspsychotherapeutin, Ausbilderin in der GwG, Hamburg.

Korrespondenzadresse:

Dipl. Psych. Eva-Maria Biermann-Ratjen
20249 Hamburg, Loehrsweg 1
E-Mail: biermann-ratjen@web.de

Jeffrey H. D. Cornelius White¹

Die Aktualisierungstendenz – welche Bedeutung hat sie für mich in Theorie und Praxis?

Theoretisch liefert das Konzept eine Begründung dafür, wie Menschen ihre Umgebung nutzen, um innerlich zu wachsen. Es ist eine aus den Befunden in Therapie, Erziehung, Elternschaft und Management abgeleitete Begründung dafür, warum Menschen sich verändern und lernen, wenn ein durch Empathie, unbedingte positive Wertschätzung und Echtheit geprägtes förderliches Beziehungsklima geboten werden kann.

Die Aktualisierungstendenz schlägt gemeinsam mit der in Rogers' letztem Lebensjahrzehnt eingeführten formativen Tendenz eine Brücke zur interdisziplinären Systemtheorie, nämlich zur Frage, wie zahlreiche nichtmechanistische Prozesse in sozialen, Wahrnehmungs- und anderen wissenschaftlichen Feldern funktionieren (Kriz, 2008). Sie stellt eine Verbindung her zum „Nicht-Nullsummenspiel“ der Spieltheorie, die ein umfassendes Potenzial für eine kooperative, zunehmend komplexe und dennoch manchmal sparsame evolutionäre Tendenz bietet (Wright, 2000). Sie liefert eine Erklärung, warum Ordnung und Schönheit aus Chaos entstehen.

1 Übersetzung Christl Weixler

In Rogers' (1959) Theorie-Hauptwerk bildete die Aktualisierungstendenz das zugrunde liegende Erklärungsprinzip für folgende, ironischerweise mechanistische „wenn-dann“-Aussage: Wenn sechs Bedingungen in einer Beziehung erfüllt sind (Kontakt, Verletzlichkeit, Kongruenz, Empathie, Akzeptanz und Wahrnehmung), dann resultieren daraus therapeutische Prozesse und Fortschritte, Persönlichkeitsentwicklung und/oder Lernen.

Die Aktualisierungstendenz stellte das Motivations-Konstrukt hinsichtlich der Frage dar, wodurch es Menschen gelingt, diese Beziehungsqualität für sich zu nutzen. Darüber hinaus liefert die Aktualisierungstendenz eine Grundlage für Resilienz. In den USA vertritt die Mehrzahl der Psychologen und Berater die Auffassung, dass die therapeutischen Bedingungen notwendig, aber nicht ausreichend sind.

Ich habe Bozarth's (1998) Standpunkt unterstützt, dass die Bedingungen ausreichend, aber nicht notwendig sind. Die Aktualisierungstendenz bietet eine Erklärung dafür, warum Menschen weiterhin lernen, sich verändern und wachsen, obwohl kein therapeutisches Klima gegeben ist, wenn ein oder mehrere förderliche Aspekte fehlen.

Ich gehe hinsichtlich Bozarth's Standpunkt über ausreichende, aber nicht notwendige Bedingungen sogar noch hinaus und behaupte, dass für viele spezifische Aufgabenstellungen (z. B. bestimmte Phobien, Buchstabieren lernen) in speziellen Situationen (z. B. Therapien, die von Versicherungen mitfinanziert werden, traditionelle Schulklassen) die dort vorhandenen Bedingungen durchaus hinreichend – wenn auch nicht optimal – sind.

Mit anderen Worten: Wenn nicht das grundlegende innere Wachstum einer Person erwartet wird, sondern spezifische Fähigkeiten, und dabei Dritte ihre wiederum eigenen Bewertungsbedingungen vertreten, dann kann der Einsatz alternativer Methoden (z. B. Selbsthilfe, Üben, Evidenz-basierte Praktiken) besser nachweisbare Ergebnisse erzielen. In diesem Fall glaube ich, dass das Einbeziehen dieser zusätzlichen Bedingungen, bei gleichzeitiger Transparenz, die wahrgenommenen Ergebnisse verbessern kann.

Praktisch bietet die Aktualisierungstendenz eine Begründung für die Zuversicht, „miteinander zu sein“ und zu vertrauen. Die Aktualisierungstendenz unterstützt mich, mir zu erlauben, ganz präsent zu sein und auf eine neutrale Art in die Welt von Klienten oder Studenten einzutauchen, die von freundlicher Zuneigung geprägt ist.

Sie erlaubt mir, vertrauensvoll empathisch und bedingungslos zu sein und zugleich dessen gewiss, dass ich mich darüber äußern darf, wie ich einen anderen Menschen erlebe, oder über die Probleme, mit denen er sich gerade auseinandersetzt. Sie unterstützt mich sowie meine Klienten und Studenten in ihren leidvollen Prozessen in Form eines greifbaren Gefühls der Gewissheit, dass Dinge voranschreiten, sich verändern, sich wenden und sich abermals wandeln werden.

In Gruppen und Gemeinschaften bietet die Aktualisierungstendenz einen anderen Begriff für das mir vertraute Gefühl von Verbundenheit und innerer Stille. Im Zusammensein mit einzelnen

Personen liefert sie eine Begrifflichkeit für die Geduld und Neugierde, die ich erlebe.

Bei Klienten und Studenten spüre ich oft kein Bedürfnis nach tiefgründigem Vertrauen. Anders ausgedrückt: Die spirituellen oder religiösen Dimensionen der Aktualisierungstendenz, die manche Kollegen begrüßen (z. B. Fallows, Thorne) oder kritisieren (z. B. Brodley, Sachse), berühren mich nur am Rande.

In der Erziehung meiner Kinder verspüre ich jedoch durchaus ein Bedürfnis nach Vertrauen. Es ist wichtig für mich zu wissen, dass meine Kinder wachsen, gedeihen und sich prächtig entwickeln trotz (und sogar wegen) meiner Schwächen. Für meine Kinder gibt es keine passende „Therapiestunde“ oder „Bürozeit“, „Behandlungseinheit“, „Unterrichts- und Schulstunde“ oder eine sonstige „Eingrenzung“, die definiert, wann ich empathisch, bedingungslos und kongruent sein soll und wo nicht. Als Vater kann ich nicht dauerhaft freundlich-neutral sein oder nicht besitzergreifend. In der Beziehung zu meinen Kindern, wo die Bindung eher den Charakter einer notwendigen Realität hat, verleiht mir die Aktualisierungstendenz ein gewisses Vertrauen und den Glauben daran, dass sie sich positiv weiterentwickeln werden unabhängig davon, ob ihre Beziehung zu mir gut ist oder nicht.

Literatur:

- Bozarth, J. (1998). *The person-centered approach: A revolutionary paradigm*. Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Kriz, J. (2008). *Self-actualization: Person-centered approach and systems theory*. Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In E. Koch (Ed.), *Psychology: A study of science: Vol. 3* (pp. 181–256). New York: McGraw Hill.
- Wright, R. (2000). *Nonzero: The logic of human destiny*. New York: Vintage/Random House.

Autor:

Jeffrey Cornelius-White, Psy.D., Associate Professor für Counseling an der Missouri State University und Adjunct Assistant Professor für Educational Leadership and Policy Analysis an der University of Missouri, 2008–2010 Chair des Board der 'World Association for Person-Centered and Experiential Psychotherapy and Counseling', seit 2005 Herausgeber von *The Person-Centered Journal*.

Korrespondenzadresse:

Dr. Jeffrey Cornelius-White
Missouri State University
901 S. National Avenue, Springfield, MO 65897, USA
E-Mail: jcornelius-white@missouristate.edu

Diether Höger

Aktualisierungstendenz: Fragen – Antworten – mehr Fragen

Auf den Punkt gebracht: Für mich ist das Konzept der Aktualisierungstendenz eine ständige Herausforderung: Einerseits eine Selbstverständlichkeit, wirft es andererseits für die Theorie wie für die Praxis mehr Fragen auf, als es beantwortet.

Während meiner Ausbildung und ersten Tätigkeit als Gesprächspsychotherapeut ab dem Jahre 1971 (damals orientiert an dem Konzept von Tausch, 1970) war ich dem Begriff „Aktualisierungstendenz“ nicht begegnet. Aber vom ersten Klienten an ist mir aufgefallen, wie Menschen in der therapeutischen Situation, wenn man sie nur verstehend begleitete, von sich aus ihr Erleben erforschten und dabei konstruktive Wege der Veränderung fanden. Vor allem „passen“ diese Wege zumeist wesentlich besser zu ihnen als Person und zu ihrer Situation als das, was ich aus meiner Sicht für angebracht gehalten hätte. Das war überzeugend und gab mir Sicherheit.

Eine Erklärung dafür fand ich, als ich die Lektüre von Tausch um die von Rogers ergänzte, in der Aktualisierungstendenz, stieß aber dabei auf recht widersprüchliche Aussagen. Bei Rogers und Wood (1974/1977b, S. 136) las ich, dass sie sich in jedem Falle Bahn breche, auch bei ungünstigen Umweltbedingungen, ebenso könne man sich, so Rogers (1963a, p. 3), darauf verlassen, „dass die Verhaltensweisen eines Organismus in die Richtung gehen, sich selbst zu erhalten, zu erhöhen („enhance“) und zu reproduzieren“, dann aber an anderer Stelle, dass die Aktualisierungstendenz erst dann Wachstum, Reife und Bereicherung des Lebens bewirke, „wenn sie nicht behindert wird“ (Rogers, 1951a/1973, S. 424) – also bricht sie sich doch nicht „in jedem Falle“ Bahn? Auch fand ich bei Rogers (1980b/1991, S. 212), dass es „eine Unzahl von Umständen in der Umwelt gibt, die den menschlichen Organismus davon abhalten, sich in Richtung auf Aktualisierung hin zu bewegen“ und dass sie „den menschlichen Organismus davon abhalten, sich in Richtung auf Aktualisierung hin zu bewegen“, dass es sein könne, „dass die Aktualisierungstendenz im Wachstum behindert oder gänzlich zum Stillstand gebracht wird; dass sie eher sozial destruktive als konstruktive Wege einschlägt“.

Der letzte Halbsatz hat es in sich, denn demnach wäre auch sozial destruktives Verhalten eine Manifestation der Aktualisierungstendenz, und zwar dann, wenn ungünstige Umstände sozial konstruktives Wachstum verhindern. Es scheint so, als habe Rogers Probleme gehabt, sich von seiner ursprünglich rundum optimistischen Sicht der Aktualisierungstendenz zu verabschieden. Es erinnert ein wenig an den Kinderglauben an einen lieben Gott, der dafür sorgt, dass nichts Schlimmes passiert – aber dann stirbt das geliebte Meerschweinchen doch. Analog musste Rogers offenbar

damit zurechtkommen, dass Menschen erfahrungsgemäß einander auch brutalste Gemeinheiten zufügen können bis hin zum (Massen-) Mord. Die verführerische Vorstellung einer in jedem Falle heilsamen Aktualisierungstendenz erweist sich als trügerisch.

Einen Ausweg mag die Unterscheidung zwischen einem erhaltenden (sichernden) und einem entfaltenden (kreativen) Aspekt der Aktualisierungstendenz bieten, wobei der entfaltende Aspekt dann wirksam werden kann, wenn der Organismus seine Existenz in für ihn wesentlichen Aspekten als hinreichend gesichert erfährt. Wobei immer noch fraglich bleibt, ob die kreativ-entfaltende Komponente stets mit prosozialem Denken, Fühlen und Verhalten einhergeht. Gegenbeispiele lassen sich leicht finden, denn Kreativität wird durchaus auch eingesetzt, um anderen zu schaden oder sie gar zu vernichten. Und was bedeutet eigentlich „prosozial“? Wenn es die Übernahme der in der jeweiligen (Sub-)Kultur gültigen Regeln bedeutet, würde auch der (Selbstmord-)Attentäter aus seiner Sicht „prosozial“ handeln.

Dass sich Menschen u. a. in der Personzentrierten Psychotherapie in der Regel im Sinne größerer persönlicher Reife verändern, kann als empirisch nachgewiesen gelten. Aber selbst dann bleiben einige übrig, die auf dieses therapeutische Beziehungsangebot nicht ansprechen, bei denen Personzentrierte Psychotherapie als nicht indiziert gelten dürfte.

Was bleibt, ist, dass wir noch viel zu wenig über die Aktualisierungstendenz wissen. Zwar können wir annehmen, dass sie sich in epigenetischen Prozessen entfaltet, d. h. interaktiv zwischen einem sich selbst organisierenden Organismus und dessen Umwelt, die beide in den ihnen eigenen Weisen aufeinander reagieren und sich dabei sowohl selbst als auch gegenseitig verändern. Auch wenn die Bindungstheorie (vgl. Höger, 2007) hier wertvolle Hinweise geben mag, wissen wir noch viel zu wenig über die in diesem Prozess bedeutsamen *konkreten* Einflussgrößen und ihr Zusammenwirken. Ein Forschungsfeld, dem sich kaum jemand widmet.

Literatur

- Höger, D. (2007). Der personzentrierte Ansatz und die Bindungstheorie. In J. Kriz & T. Slunecko (Hrsg.), *Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt des personzentrierten Ansatzes* (S. 64–78). Wien: Facultas.
- Rogers, C. R. (1963a). The actualizing tendency in relation to 'motives' and to consciousness. In M. R. Jones (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (pp. 1–24). Lincoln: University of Nebraska Press.

- Rogers, C. R. (1951a/1973). *Die klient-bezogene Gesprächstherapie*. München: Kindler (Original erschienen 1951: Client-centered therapy).
- Rogers, C. R. (1980b/1991). Klientenzentrierte Psychotherapie. In: C. R. Rogers & P. F. Schmid, *Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis* (S. 185–237). Mainz: Matthias-Grünewald (Original erschienen 1980: Client-centered psychotherapy).
- Rogers, C. R. & Wood, J. K. (1974/1977b). Klientenzentrierte Theorie. In C. R. Rogers, *Therapeut und Klient, Grundlagen der Gesprächspsychotherapie* (S. 131–165). Frankfurt/M.: Fischer (Original erschienen 1974: Operational theories of personality).
- Tausch R. (1970). *Gesprächspsychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.

Autor:

Diether Höger, geb. 1936, Dr., Univ.-Prof. (emer.) für Psychologie an der Fakultät für Psychologie und Sportwissenschaft der Universität Bielefeld, Klinischer Psychologe, Ausbilder in Gesprächspsychotherapie; *Schwerpunkte: Psychotherapieforschung (insbesondere therapeutische Beziehung) und Bindungstheorie.*

Korrespondenzadresse:

Prof. Dr. Diether Höger
D-33613 Bielefeld, Barlachstraße 36
E-Mail: diether.hoeger@uni-bielefeld.de

Michael Gutberlet**Zum Erfahren der Aktualisierungstendenz**

Dieser Beitrag beschäftigt sich weniger mit dem *Konzept* der Aktualisierungstendenz (Rogers, 1959/1987), sondern mehr mit dem, was man – gewagt ausgedrückt – das unmittelbare *Erfahren* von Aktualisierungstendenz nennen könnte. In der Praxis kann ich die Tendenz zur Entfaltung und Erhaltung im Klienten nur dann unterstützen, wenn dieses „Feuer“ in mir als Therapeut spürbar brennt und stetig genährt wird. Wie ich solche Nahrung für mich gewinne und wie andere sie erleben, steht im Zentrum dieses Artikels.

Eine der Nahrungsquellen: der Blick auf die Farne in unserem Garten, die sich im Frühling aus einem grünen Klumpen bis zu ihrer reifen Gestalt buchstäblich ent-falten. Obwohl sie dicht beieinander stehen, wird aus jeder Pflanze ein prachtvolles Exemplar. Offenbar haben sie gute Wachstumsbedingungen und werden wenig eingeschränkt. Sie erdrücken sich auch nicht gegenseitig.

Ein paar Meter weiter wächst ein einzelner Farn aus einem Mauerriss. Verglichen mit seinen Kollegen kommt der fast kümmerlich daher. Aber das „kümmert“ die Pflanze vermutlich kaum – auch unter den ungünstigen Wachstumsbedingungen versucht sie, ihre Potenziale als Farn so gut wie möglich zu leben und sie in ihrer individuellen Art auszugestalten: zwar kleiner und weniger kräftig-grün als ihre Kollegen nebenan – aber unverkennbar ein Mitglied ihrer Art.

Der *erhaltende* Aspekt der Aktualisierungstendenz manifestiert sich besonders anschaulich in der Fichte neben unserem Haus, die vor zehn Jahren aus Sicherheitsgründen buchstäblich geköpft wurde, dabei ein Viertel ihrer Höhe einbüßte und ziemlich deprimierend

aussah. Die Pflanze hat ein schweres Trauma erlitten – und sie war ohne Chance, jemals wieder zur üblichen Fichten-Form zurückzufinden. Aber diese unzerstörbare Kraft im Organismus, sich zu erhalten und vorhandene Potenziale zu entfalten, tat auch hier ihre Wirkung. Der Baum starb nicht ab, sondern aus dem glatt abgeschnittenen Stamm begannen Äste in Richtung Himmel zu sprießen. Auch wenn er keine „normale“ Fichte mehr ist, scheint er trotz einer atypischen Krone ein zufriedenes Baumdasein zu leben.

Haben wir solche Beispiele nicht schon oft genug gelesen und könnten sie daher endlich mal abhaken? Wir erinnern uns doch hinlänglich an die Kartoffeltriebe im Keller der Familie Rogers, die blass und dünn, aber unverdrossen Richtung Licht streben (Rogers, 1980/1983, S. 70). Oder an das wackere, palmenähnliche Seegras, das von den Brechern des Pazifik hin- und hergerissen wird und dennoch sich erhalten und wachsen kann (Rogers, 1977/1985, S. 265f.).

Ja, das liest man immer wieder, und nicht nur bei Carl Rogers. Aber auch beim x-ten Lesen oder Wachrufen solcher Beispiele wird in mir etwas berührt, das viel „tiefer“ liegt als das kognitive Registrieren und Einordnen. Ich nenne dieses Etwas ein – oft vages, wenig klar symbolisiertes – *Erfahren* von dem, aus dem das Konzept Aktualisierungstendenz einmal hervorgegangen ist. Indem ich Wachstums- und Erhaltungsprozesse der Pflanzen dieserart „*wahrnehme*“, wird die gleiche aktualisierende Tendenz in meinem Organismus immer wieder neu ins *Gewahrsein* gerufen und kann auf diese Weise mehr und mehr zum ständigen Gast werden.

Wann immer das passiert, wird auch das „Vertrauen in den Organismus“ – ohne das Personzentrierte Psychotherapie und Beratung nicht wirken kann – wieder neu belebt und gestärkt. In dem Maße, in dem ich dieses Vertrauen in die innere Kraft der Person in mir *erfahre* (und selbstverständlich die personzentrierte Haltung erfahre), wirke ich therapeutisch und verändernd. Denn ich unterstütze damit den ständigen „Suchprozess“ der Aktualisierungstendenz nach dem optimalen Zusammenwirken von möglicher *Entfaltung* und notwendiger *Erhaltung*.

Menschen, die das Wirken der Aktualisierungstendenz und das wachsende Vertrauen in diese Kraft erfahren, drücken das zum Beispiel so aus:

- In der Standortbestimmung eines langen Therapieprozesses sagt eine Klientin: „Ja, ich rede hier viel und Sie sagen relativ wenig. Aber wenn Sie etwas sagen, ist das meistens nah bei dem, wo ich selbst bin – und das gibt mir irgendwie Sicherheit in meinem täglichen Kampf mit mir und der Welt draußen. Nur von diesem Ort aus kann ich Neues wagen. Und mindestens genauso wichtig: Sie haben mich noch nie zu etwas gezwungen.“
- Eine Teilnehmerin eines PCA-Einführungskurses schreibt in der Evaluation: „Erstaunlich, dass ich trotz anfänglicher ‚Planlosigkeit‘ doch das Gefühl von strukturierten Themen mitnehme.“
- Nach einem Kommunikationskurs sagt ein Manager: „Ich kann nicht sagen, was ich konkret aus den zwei Tagen mitnehme. Aber die Art, wie wir hier miteinander umgegangen sind, wirkt *irgendwie* so in mir, dass ich morgen meinen Mitarbeitern anders begegne als bisher.“
- Eine Teilnehmerin nach einem Kriseninterventionskurs: „Für einmal gehe ich aus einer Fortbildung nicht raus mit dem Gefühl: ‚Meine Güte, was muss ich noch alles lernen!‘, sondern fühle: ‚Meine Güte, was ich beruflich schon alles kann!‘. Daneben habe ich Mut gewonnen zum verantwortungsbewussten Experimentieren mit neuen Möglichkeiten.“
- In einer fortlaufenden Encountergruppe bemerkt jemand: „Wir haben uns hier einen ‚themenfreien Raum‘ geschaffen. Vor unseren Treffen habe ich etwas Bammel vor dieser ungewohnten Strukturlosigkeit. Und bin jedes Mal überrascht, wie daraus etwas entstehen kann, das so erfüllend und kostbar ist.“

Meine Interpretation solcher Äußerungen: Aus ihnen spricht, dass sich in der personzentrierten Atmosphäre der Begegnungen in diesen Menschen etwas ent-faltet hat, das zuvor ein-gefaltet war, oder dass ein besserer Weg des Erhaltens sich geöffnet hat. Die Beteiligten haben das Wirken von dem erfahren, was Rogers Aktualisierungstendenz genannt hat und es auf ihre individuelle Art in Worte gefasst.

Solche Erfahrungen der persönlichen Kraft und Freiheit tendieren dazu, dass sie *immer* leben wollen, und nicht nur in bestimmten Situationen.

Literatur

- Rogers, C. R. (1959/1987). *Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen. Entwickelt im Rahmen des klientenzentrierten Ansatzes*. Köln: GwG.
- Rogers, C. R. (1977/1985). *On Personal Power – Inner strength and its revolutionary impact*. New York: Delacorte; dt.: *Die Kraft des Guten* (1985). Frankfurt: Fischer.
- Rogers, C. R. (1980/1983). *A Way of Being*. Houghton Mifflin: Boston; dt. (tw.): *Der neue Mensch* (1983). Stuttgart: Klett-Cotta.

Autor:

Gutberlet, Michael, geb. 1947, Dipl.-Psych., Psychotherapeut, Supervisor, Ausbilder für Personzentrierte Psychotherapie und Beratung *pca.acp* (SGGT), Dozent an Ausbildungsinstitutionen des Gesundheits- und Erziehungswesens, selbstständig tätig seit 1974.

Korrespondenzadresse:

Michael Gutberlet
CH-8005 Zürich, Josefstrasse 84
E-Mail: mgut@active.ch

Sylvia Keil

Das Vertrauen in die Aktualisierungstendenz

Wer schon einmal einen Samen eingesetzt, dann ungeduldig auf das Keimen gewartet, sich dann an den ersten Keimspitzen erfreut und schließlich das Werden der ganzen Pflanze beobachtet hat, dem oder der fällt es nicht schwer, so ein Denkmodell wie die Aktualisierungstendenz als realitätsgerechtes und nützliches Konzept zu betrachten. Verglichen mit dem Wunder, das schon die Entwicklung nur eines Samenkorns bedeutet, sind die kritischen Einwände lächerlich. Ja, ich weiß: Menschen sind nicht Pflanzen, Menschen sind nicht Tiere. Menschen sind als Personen nicht biologisch determiniert – so what! Menschen sind genauso biologisch determiniert, sie sind festgelegt, eine Person zu werden, d. h. sich als bio-psycho-soziales Wesen zu behaupten. Nicht festgelegt ist nur die Form, in der sie sich behaupten bzw. in der es ihnen gelingt.

Wenn eine Pflanze trotz guter Pflege abstirbt, wenn ein Baum, der normalerweise guten Boden braucht, aus einer Mauerritze herauswächst, wird deutlich, wie Leben von der Umwelt abhängig ist, aber auch wie eigensinnig oder wie zufällig es sich entwickeln kann. Evident ist, dass die Wahrscheinlichkeit für gesundes und kräftiges Wachstum zunimmt, wenn die Umweltbedingungen angemessen sind, evident ist aber auch, dass jedes Leben früher oder später endet. Nichts anderes wird mit dem Konzept der Aktualisierungstendenz beschrieben.

Im Klientenzentrierten Ansatz kommt der Aktualisierungstendenz der Stellenwert zu, zu erklären, warum unter den in der Therapietheorie beschriebenen, günstigen Beziehungsbedingungen Menschen sich „wie von selbst“ weiterentwickeln und warum umgekehrt sogenannte psychische Störungen als Antwort auf und Anpassung an ungünstige Beziehungsverhältnisse zu verstehen sind.

Das Konzept weist außerdem auf die Prozesshaftigkeit von Beziehungen, Personen, psychischen Störungen/Symptomen und Entwicklungen hin und erinnert uns als Therapeutinnen immer wieder daran, dass wir nur eines tun können, um hilfreich zu sein: uns empathisch auf den Beziehungsprozess einzulassen, indem wir bereit sind, uns selbst verändern und überraschen zu lassen. Bei diesem oft zittrigen Unternehmen hilft mir der *Glaube* an die Aktualisierungstendenz – auch wenn ich weiß, wie sehr mein Bemühen um empathisches Verstehen fehlschlagen kann, und es keine Sicherheiten gibt, dass sich tatsächlich das günstige Beziehungsklima entwickelt. Denn der Begriff *Aktualisierungstendenz* besagt eben, dass es sich dabei lediglich um eine Tendenz handelt, und eben nicht um ein fixes Programm.

Auch wenn ich daran glaube, dass sich Menschen unter den günstigen therapeutischen Bedingungen zum Positiven entwickeln,

heißt das keineswegs, dass dies für Therapeutinnen und Klientinnen ein leichter oder ungefährlicher Weg ist. Er kann es nicht sein, wenn wir davon ausgehen, dass psychische Störungen immer auch mit traumatisierenden Beziehungserfahrungen einhergehen. Gerade dann, wenn Klientinnen Vertrauen fassen, ist es möglich, dass „verborgene“ Symptome spürbarer, deutlicher werden und sich oftmals als Krisen in der Therapie zeigen, die in der therapeutischen Beziehung bewältigt werden wollen.

Aber auch in weniger dramatischen Momenten der Therapie hilft mir der Glaube an die Aktualisierungstendenz. Es sind diese Szenen, in denen eine schwere Problematik verstanden wurde und das Gefühl „ja – so ist es“ dennoch kein „*carrying forward*“ hervorzubringen scheint. In diesen Augenblicken der Hilflosigkeit, die Aussichtslosigkeit zuzulassen und die Gefühle der Ausweglosigkeit zu teilen, ist mit der Hoffnung auf die Kreativität der Aktualisierungstendenz leichter zu ertragen. Manchmal stoße ich in solchen Situationen an meine therapeutischen Grenzen und ich beginne zu glauben, dass mir Handwerkszeug fehlt oder ich erfinde neue Therapiepläne. Diese werden selten gebraucht, denn in der nächsten Sitzung scheinen die Klientinnen schon ein Stück weiter zu sein und zeigen mir den Weg, der aus dem Dilemma führt.

Mein Glaube an die Aktualisierungstendenz wird in den Therapien kontinuierlich bestätigt, weil die nachhaltigen Veränderungen durch Therapie niemals in der Form erfolgen, wie ich mir mögliche Entwicklungen vorstelle, sondern regelmäßig überraschend verlaufen und immer individuell sind, d. h. sich niemals wiederholen. Ohne ein therapeutisches Verständnis, das vom Glauben an die Aktualisierungstendenz bestimmt ist, könnte ich solche Entwicklungen wohl nicht verstehen und würde sie vermutlich behindern.

So verblüffte mich ein Klient mit folgender Entwicklung: Er wirkte auf mich zu Beginn der Therapie „zu weich“, „zu wenig aggressiv“ und ich hatte die Vorstellung, dass dieser am Ende „eckiger und kantiger“ erscheinen würde. Tatsächlich gestaltete sich der Therapieprozess selbst als sehr konfliktreich, doch am Ende erlebte ich einen Klienten, der noch immer weich war, nun aber „liebvoll weich“. Die mir fehlende Aggression war offenbar im „Zu-Weichen“, als einer Form von verborgener Machtausübung, mehr als genug vorhanden gewesen. Diese unterschwellige Aggression wurde in der Therapie ausgetragen, sodass der Klient beginnen konnte, seine Beziehungen liebevoll zu gestalten.

Selbst wenn sich das Konzept der Aktualisierungstendenz als ein wissenschaftlich nicht haltbares Modell herausstellte, handelt

es sich um ein sehr nützliches Konzept. Es hilft in der Therapie, die notwendige Hoffnung und den Glauben an eine positive Entwicklung aufrechtzuerhalten, und unterstützt das Offen-Sein für das Potenzial der Klientinnen, selbst den Weg ihrer Veränderung zu suchen und zu entdecken.

Autorin:

Sylvia Keil, MSc, Klientenzentrierte Psychotherapeutin, Ausbilderin und Lehrtherapeutin der ÖGWG, Lektorin der FH Campus Wien, Fachbereich Soziale Arbeit.

Korrespondenzadresse:

Sylvia Keil
1080 Wien, Albertgasse 39/6
E-Mail: sylvia@keil.or.at

Brian E. Levitt

Für und wider Theorie: Das Konzept der Aktualisierungstendenz dekonstruieren²

Ich neige zur Skepsis gegenüber theoretischen Konzepten, besonders wenn sie auf Menschen angewandt werden, sei es als eine Beschreibung des Anderen oder als Begründung für das Verordnen einer Technik. In diesem Sinn bin ich gegen Theorien. Das große Zeitalter der Persönlichkeitstheorien wird von Theorien gekennzeichnet, die den Klienten auf Distanz halten, ihn oder sie objektivieren und verwirren und den Psychotherapeuten auf bestürzende Weise frei von letzter Verantwortung und Selbstprüfung in der Beziehung zum Anderen halten. In der gegenwärtigen Praxis schleppen viele von uns diese Ketten mit hinein in die Therapiebeziehung.

Meiner Ansicht nach ist Theorie nur dann respektvoll, wenn sie der Begegnung mit der einzigartigen Erfahrung einer Person und ihrer Art und Weise, in der Welt zu sein, nicht im Weg steht. Wenn eine Theorie dem Anderen und der Begegnung mit ihm übergestülpt wird, verändert sie notwendigerweise die Fähigkeit des Psychotherapeuten, die Klientin mit Klarheit zu sehen.

Für mich wird eine menschliche Begegnung im therapeutischen Kontext am besten von einer ethischen Grundlage geleitet, weder von einer theoretischen Formulierung des Anderen noch von einem empirisch gestützten Set von Techniken, die dem Anderen aufgedrängt werden. Theorie kann jedoch förderlich sein, wenn sie im Dienst der eigenen Selbst-Bewusstheit des Psychotherapeuten und seinen Bemühungen steht, nicht urteilend und allen Aspekten des Anderen gegenüber offen zu bleiben. Im An-erkennen des Anderen, besonders im Wertschätzen des Anderen und im Bestreben,

vor allem keinen Schaden zuzufügen, ist eine ethische Basis unabdingbar.

Rogorianische (nicht-direktive) Theorie ist eine wichtige Revolution, indem sie dem Psychotherapeuten als Leitlinie dient beim Explorieren dessen, was ihn davon abhält, in der Beziehung mit einem Klienten ganz präsent zu sein – bezogen auf Urteile oder auf die Distanz vom Selbst des Psychotherapeuten. Rogorianische Theorie ist insofern einzigartig, als sie die Klienten nicht definiert, sondern den Psychotherapeuten daran erinnert, so offen wie möglich dafür zu sein, wie der Klient sich von Moment zu Moment selbst definiert. Sie ist auch radikal in ihrer Annahme, dass Heilung am besten vom Klienten gesteuert wird, und dass Klienten von Natur aus dazu fähig sind. Für Rogers gründete sich diese Annahme auf Beobachtungen und wurde beschreibbar mit Blick auf das theoretische Konstrukt der Aktualisierungstendenz.

Für mich ist die Aktualisierungstendenz nicht mehr und nicht weniger als eine Idee; ein Mythos, wie ich das an anderer Stelle ausgeführt habe (Levitt, 2008), eine leitende Geschichte oder ein theoretisches Konstrukt, das mit meiner Sicht auf die Welt und meinen Beobachtungen der unermesslichen Ressourcen, die wir alle in uns haben, konsistent ist. Sie ist konsistent mit meiner Ansicht, dass sogar die schockierendsten, beängstigendsten, holprigen oder anscheinend befremdlichen Äußerungen von Klienten Ausdruck eines tieferen, positiven Strebens sind. Sie erinnert mich an das Potenzial zur Heilung, die oft spontan und ohne Bedarf an Therapie geschieht. Diese selbstgesteuerte Heilung kann auch im Zusammenhang mit einer wirklichen (echten) Begegnung in der Therapie

² Übersetzung Irmgard Fennes

geschehen, wenn der Therapeut die Geduld und den Willen hat, dem Klienten die Chance zu geben, Zugang zu seinen ausgedehnten inneren Ressourcen für Heilung zu finden. Die Aktualisierungstendenz ist ein theoretisches Konzept, das die Auffassung unterstützt, dass menschliche Wesen so eine Fähigkeit besitzen und dass diese Fähigkeit am besten innerhalb einer bestimmten Art von Begegnung gewürdigt und unterstützt wird.

So eine Begegnung ist so frei wie möglich von der Beurteilung durch den Therapeuten. In so eine Begegnung tritt der Therapeut als authentisches menschliches Wesen ohne falsche Masken ein. Im Fördern dieser Begegnung kann die Aktualisierungstendenz eine brauchbare Idee für die Selbstreflexion des Therapeuten sein. Das Reflektieren dieses Konzeptes von Zeit zu Zeit kann helfen, den Therapeuten von seinen eigenen Beurteilungen weg zu lenken, anstatt die Klienten über diese Beurteilungen zu definieren. Sie kann Therapeuten als Mahnung dafür dienen, offen zu bleiben für die Theorie des Klienten über sich selbst, wie sie sich vor ihnen in der Begegnung entfaltet.

Die Aktualisierungstendenz ist ein theoretisches Konzept, das anscheinend auf etwas hinweist oder etwas beschreibt, das beobachtbar und wirklich ist. Es bleibt – wie bei jedem theoretischen Konzept – die Frage, ob es nützlich ist bzw. ob es keinen Schaden zufügt und hilfreich ist. Die Aktualisierungstendenz ist als theoretisches Konzept nur dann brauchbar, wenn uns die Reflexion darüber ermöglicht, dem Klienten nicht im Weg zu stehen, Verantwortung

für unsere Beurteilungen zu übernehmen und uns von ihnen zu befreien sowie offen und wertschätzend zu bleiben für das Erleben des Klienten, seine Richtung und seinen Heilungsweg.

Literatur

Levitt, B. E. (2008). The myth of the actualizing tendency: The actualizing tendency as a guiding story. In B. E. Levitt (Ed.), *Reflections on Human Potential: Bridging the Person-Centered Approach and Positive Psychology* (pp. 56–67). Ross-on-Wye: PCCS Books.

Autor:

Brian Levitt, Dr., leitender Psychologe bei Kaplan und Kaplan Psychologists, in Hamilton, Ontario, Praxis für Rehabilitation und klinische Psychologie; Herausgeber von ‚*Embracing Non-Directivity and Reflections on Human Potential*‘ (PCCS Books, 2008).

Korrespondenzadresse:

Brian Levitt, Psy.D., C.Psych.
Hamilton, Ontario, Canada
E-Mail: brian@kaplanpsychologists.com

Peter F. Schmid

Ein Prozess der Personalisierung – Zum dialektisch-dialogischen Verständnis der Aktualisierungstendenz

Rogers' Verständnis der Aktualisierungstendenz als „organismische Tendenz, nach Erfüllung zu streben“ geht auf die aristotelische Energieia-Dynamis-Lehre bzw. die thomatische Akt-Potenz-Lehre zurück, mit der im klassischen griechischen Denken Bewegung (Motivation) und Veränderung (Entwicklung) erklärt werden: Akt (energeia „Wirklichkeit, Handlung, Vollzug, Tätigkeit“) ist, was ein Ding oder eine Person schon geworden ist; Potenz (dynamis, „Möglichkeit, Vermögen, Kraft, Wirksamkeit“), was es oder sie noch werden kann. Eine Frau ist dementsprechend eine potenzielle Mutter; wird sie schwanger und bekommt ein Kind, ist sie eine aktuelle Mutter. Eine Idee ist eine potenzielle Revolution, ein abhängiger Klient potenziell eine selbstbestimmte Persönlichkeit usw.

Aristoteles beschäftigte die Frage: Wie wird aus etwas etwas anderes? Wie geschieht Veränderung? Jede Veränderung als Verwirklichung eines Vermögens setzt ein anderes wirkliches Seiendes voraus, das diese Verwirklichung anregt. Die Möglichkeit ist somit auf ein Ziel und dessen Verwirklichung hin ausgerichtet (letztlich eine teleologische Vorstellung, der zufolge die Bewegung der Natur als ganzer auf ein Ziel ausgerichtet ist – ein Gedanke, der sich in Rogers' formativer Tendenz wiederfindet). Thomas von Aquin, der diesen Ansatz weiterführte, betonte ebenfalls: Das Sein ist die Verwirklichung der angelegten Möglichkeiten, wozu es stets eines anderen bedarf.

Zentral für dieses Denken ist zweierlei: Erstens, dass neben dem Wirklichen auch dem Möglichen Realität zukommt (und dieses

nicht nur eine Denkmöglichkeit ist). – Die psychotherapeutische Konsequenz ist unmittelbar einleuchtend: Will der Therapeut dem Klienten gerecht werden, muss er sich auf das Potenzielle ebenso beziehen wie auf das Aktuelle, Offensichtliche.

Zweitens: Werden besteht nach der aristotelisch-thomasischen Philosophie darin, dass die Potenz von einem anderen Akt in ein Vollsein, d. h. in einen Akt, überführt wird. Keine Potenz kann sich selbst aktualisieren. Der Übergang von der Potenz zum Akt setzt immer eine Ursache voraus, die ihn bewirkt (Wirkursache, *causa efficiens* – im Übrigen die Grundlage für alle Erklärungsmodelle der modernen Naturwissenschaften). Als Beispiel nennt Aristoteles den Künstler, der aus dem Material eine Statue schafft. – Übersetzt für das Verständnis von Persönlichkeitsentwicklung: Leben bedeutet die Verwirklichung (Aktualisierung) der gegebenen Möglichkeiten (Potenz), wozu eine „Einwirkung“ von außen, also durch jemanden anderen, erforderlich ist. Die Idee des „notwendigen“ Anderen bildet die Grundlage für das Verständnis der humanistischen Aktualisierungsidee, für die es demnach unabdingbar ist, den „Einfluss von außen“ mitzubedenken. Hier liegt die Wurzel für die essenzielle Bedeutung der Begegnung (als Konfrontiertsein mit dem Anderen) für das Verständnis von Persönlichkeitsentwicklung – auch und gerade vom substanzialen Aspekt des Personseins her. Obwohl die Aktualisierungstendenz eine dem Individuum inhärente Tendenz ist, bedarf es des Anderen, der Beziehung (näher hin der Präsenz als Realisierung der therapeutischen Grundbedingungen), damit sie wirksam werden kann. Oder anders formuliert: Ohne den Anderen gibt es den Einen nicht.

Rogers und einige Humanistische Psychologen stehen in dieser Tradition, und wenn man sie ernst nimmt, so ergibt sich ein umfassenderer Blick auf das Phänomen des Aktualisierungsprozesses. Damit kommen sowohl die Gerichtetheit der menschlichen Motivation in den Blick, als auch bereits von Anfang an die innere Verbundenheit der substanzialen mit der Beziehungsdimension des Personseins: Aktualisierung gibt es nicht von selbst, nicht ohne „Anstoß“ von außen. Gegen jedes individualistische (oder gar egoistische, narzisstische) Missverständnis von „Selbstverwirklichung“ ist also festzuhalten, dass die zugrundeliegende Idee nicht die eines sich allein von sich selbst aus verwirklichenden Menschen ist. Es geht vielmehr um die Verwirklichung (Aktualisierung) der innewohnenden Möglichkeiten, die aber nur dann geschehen kann, wenn die entsprechenden Bedingungen „von außen“ – sprich: eine förderliche Beziehung – gegeben sind. (Noch lange vor der Entstehung einer explizit systemischen Sichtweise in der Psychotherapie wird so durch die Beziehungsdimension des Personbegriffes, der zufolge die Person nicht ohne Beziehung zu anderen Personen denkbar ist, eine „systemtheoretische“ Sichtweise vorweggenommen.)

Die Aktualisierungstendenz muss daher ebenfalls dialektisch und dialogisch verstanden werden, nicht nur als innere Kraft des Individuums, sondern ebenso als beziehungsorientiertes, soziales

Konstrukt, als Axiom, das Unabhängigkeit (Autonomie) und wechselseitige Abhängigkeit (Solidarität) miteinander verbindet.

Rogers geht somit von einem dem Menschen immanenten Potenzial aus, seine gegebenen Möglichkeiten konstruktiv und prosozial zu verwirklichen, und von einer proaktiven Tendenz, den Organismus unter den jeweils gegebenen Umständen optimal funktionstüchtig zu erhalten und zu entwickeln. Dies darf weder in einem moralischen Sinn (miss-)verstanden werden, noch heißt das, dass Menschen einfach „gut“ sind; sie haben auch das Potenzial, sich asozial und destruktiv zu entwickeln, wenn das notwendige förderliche Beziehungsklima nicht gegeben ist: Eine konstruktive, prosoziale Tendenz muss nicht notwendigerweise ein ebensolches Resultat zeitigen; behindernde Einflüsse von außen können das verhindern oder die Entwicklung in eine andere Richtung lenken.

Nur hingewiesen werden kann hier darauf, dass aus diesem Verständnis die Kartoffel- und Seeigel-Metaphern nur sehr bedingt greifen; die Aktualisierungstendenz des Menschen ist aus dem „*specificum humanum*“ zu begreifen, und dementsprechend ist von einer *Personalisierungstendenz* zu sprechen. Bei näherer Untersuchung des Eigentümlichen des Aktualisierungsprozesses beim Menschen stößt man dann unweigerlich auf die Kreativität als Proprium des personalen Aktualisierungsprozesses und ihre Zwillingsschwester, die Spontaneität.

Personzentrierte Psychotherapie ist dementsprechend Förderung von Personalisation durch Begegnung und damit prinzipiell nicht-direktiv, ko-kreativ. Menschen tendieren dazu, unter geeigneten Beziehungsbedingungen die Möglichkeiten ihres Lebens schöpferisch konstruktiv zu gestalten, d. h. ihr Personsein zu aktualisieren. Wer hingegen damit beschäftigt ist, für einen anderen eine Lösung zu finden, hat ihn schon auf ein Problem reduziert. Dasselbe gilt für die Beschäftigung mit „geeigneten Methoden oder Techniken“. Der Fokus in der Therapie liegt vielmehr darauf, das kreative Potenzial zu fördern und in diesem Sinne „zu werden, was man – gemeinsam mit anderen – sein kann“.

Die dialektische Natur des Aktualisierungsprozesses erfordert daher auch, den PCA als einen sozialen und politischen Ansatz weiterzuentwickeln.³

3 Belege und ausführliche Darstellung in: Schmid, P. F. (2008). A personalizing tendency: Dialogical and therapeutic consequences of the actualizing tendency axiom. In B. E. Levitt (Ed.), *Reflections on human potential* (pp. 84–101). Ross-on-Wye: PCCS Books; ders. (1996). Personalisation – die Aktualisierungstendenz als Kreativität. In *Solidarität und Autonomie* (S. 413–423). Köln: EHP; ders. (2007). Begegnung von Person zu Person. Die anthropologischen Grundlagen Personzentrierter Psychotherapie. In J. Kriz & T. Sluneko, *Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt des personzentrierten Ansatzes* (S. 34–48). Wien: Facultas.

Autor:

Peter F. Schmid, Univ.-Doz. HS-Prof. Mag. Dr., Begründer personenzentrierter Ausbildung in Österreich, Personenzentrierter Psychotherapeut und Ausbilder der Akademie für Beratung und Psychotherapie des Instituts für Personenzentrierte Studien (IPS der APG); Fachkoordinator des Studiengangs Personenzentrierte Psychotherapiewissenschaften an der Sigmund Freud PrivatUniversität (SFU), Wien; Faculty Member Saybrook Graduate School and Research Center, San Francisco. Zusammenarbeit mit Carl Rogers in den achtziger Jahren; zahlreiche

Fachpublikationen in mehreren Sprachen; Mitbegründer des Personenzentrierten und Experienziellen Weltverbands (WAPCEPC) und des Europäischen Netzwerks (NEAPCEPC), Preisträger des Carl Rogers Award der American Psychological Association (APA) 2009.

Korrespondenzadresse:

Peter F. Schmid
A-1120 Wien, Koflergasse 4
E-Mail: pfs@pfs-online.at; Website: pfs-online.at

Keith Tudor**Alpha und Omega, oder: Umfasst die Aktualisierung den Tod?**

Personenzentrierte Psychologen und Therapeuten neigen dazu, sich – wie Rogers – auf die „Aktualisierungstendenz“ zu beziehen. Wenn man dieses Konzept als Hauptwort definiert und sich so darauf bezieht, objektiviert und verdinglicht man jedoch das Konzept, welches – so meinen ich und Worrall – besser in einer Verb-Form ausgedrückt werden sollte: z. B.: Der Organismus tendiert dazu, sich zu aktualisieren (vgl. Tudor & Worrall, 2006; Tudor, 2008). Dies hat den Vorteil, das Prozesshafte an diesem Konzept zu beachten: ein inhärenter, gerichteter Prozess, der sowohl eine biologische als auch eine soziale Wirklichkeit darstellt –wie auch eine einheitliche Theorie der Motivation. Zudem entspricht die Aussageform, „dass der menschliche Organismus dazu tendiert, sich zu aktualisieren“, der Aussagenlogik, wie sie Rogers verwendet hat, und dem undogmatischen Vorgehen, Theorien zu entwickeln und zu erproben, wie es vom Personenzentrierten Ansatz typischerweise gefordert wird.

In diesem kurzen Beitrag untersuche ich einen anderen Aspekt oder Aspekte dieser einheitlichen Motivationstheorie, was durch ein erneutes Lesen von Rogers' (1963) Aufsatz über „Die Aktualisierungstendenz in Bezug auf ‚Motive‘ und Bewusstsein“ wachgerufen worden ist. Darin bezieht sich Rogers auf den Organismus als sich selbst erhaltend, entfaltend und reproduzierend. Er bezieht sich auch auf seine eigene frühere (1959 veröffentlichte) Arbeit, in der er über die aktualisierende Tendenz geschrieben hatte, die „eine Entwicklung hin auf zunehmende Ausdifferenzierung von Organen und Funktionen, Expansion und Entfaltung durch Reproduktion beinhaltet“ (p. 196). Diese Arbeiten stellen drei Eigenschaften dieser Tendenz heraus (bzw. der Tatsache, dass der Organismus dazu neigt, sich zu aktualisieren), nämlich: 1) sich zu erhalten; 2) sich zu entwickeln, auszuweiten und zu entfalten; und 3) sich zu reproduzieren.

Große Teile der Literatur zur Aktualisierungstendenz, innerhalb und außerhalb der personenzentrierten Psychologie, hat sich auf die ersten beiden Eigenschaften (besonders auf die zweite) konzentriert und kaum, wenn überhaupt, die dritte Eigenschaft bzw. das dritte Kennzeichen aufgegriffen, nämlich das Sich-Reproduzieren. Dies mag teilweise daran liegen, dass Rogers nach 1963 auf diesen Aspekt des Lebens im Organismus nicht mehr Bezug genommen hat. Der Ausdruck „reproduzieren“ war vielleicht – und ist immer noch – mit einer zu starken genetischen, biologischen und möglicherweise heterosexuellen Bedeutung assoziiert, um in die Diskurse miteinbezogen zu werden. Dennoch verdient er es, nach meiner Ansicht, aus zwei Gründen wieder berücksichtigt zu werden:

1. Er ist oder könnte als Zeichen einer Richtung oder eines Trends (Angyal, 1941) betrachtet werden, der über individuelle und individualistische Ziele hinausgeht und einen Zugehörigkeitssinn sowie den Wunsch, zur Menschheit etwas beizutragen, zum Ausdruck bringt.

2. Er könnte als Bezugnahme auf eine erweiterte Bedeutung von „Reproduktion“ verstanden werden, nämlich ähnlich zu Eriksons (1968) Konzept der Generativität. Mit anderen Worten: als Re-Produktion des Organismus durch Kreativität wie auch Pro-Kreativität in der Gestalt von beispielsweise Kunst, Bauwerken – und natürlich Artikeln! Interessanterweise wurde von Erikson die psychosoziale Krise in einem bestimmten Stadium bzw. in einer Lebensphase als „Generativität vs. Stagnierung“ bezeichnet – obgleich von einer personenzentrierten Sicht aus der Organismus immer in Bewegung ist, also niemals stagniert. Wie Patterson (1964/2000, p. 16) es formuliert: „Es gibt nicht so etwas wie einen Mangel oder eine Abwesenheit von Motivation. Am Leben zu sein bedeutet, motiviert zu

sein; unmotiviert zu sein ist so viel wie tot zu sein. Somit können wir nicht sagen, dass ein Klient unmotiviert ist.“

Als ich über diese drei Eigenschaften nachgedacht habe – und teilweise als ein Ergebnis, diesen Aspekt der personenzentrierten Theorie über etwa zwanzig Jahre gelehrt zu haben – begann ich mich zu fragen, ob der Prozess des Aktualisierens den Tod mit einschließt. Ist der Tod ein vierter Aspekt des Aktualisierens, oder ist der Tod des Organismus eine Unterbrechung und somit der „Tod“ der Aktualisierung? Freud (1924, S. 270) räumt ein: „Sogar bei der Geburt schon ist der gesamte Organismus dazu bestimmt zu sterben.“ Ob wir dies als vorherbestimmt ansehen oder nicht: Was immer wir über diese Fragen denken, hat zutiefst moralische, ethische und klinische Auswirkungen. Wenn wir den Tod als einen Aspekt des Aktualisierens betrachten, dann können wir Klienten darin unterstützen zu sterben und sogar, möglicherweise, sich umzubringen. Wenn wir denken, dass der Tod eine Anti-Aktualisierung ist, werden wir Menschen dazu ermutigen, wie es der Dichter Dylan Thomas (1952/2003) tat, „zu kämpfen, gegen das Sterben des Lichtes zu wüten“. In einem der wenigen Aufsätze zu diesem Thema ‚The actualization of the existential self in human dying‘ schreibt Prouty (2008) über seinen zu jener Zeit todkranken Kollegen und Freund, Eugene Southwell, und reflektiert über Southwells Mut und Liebe für Andere. In der theoretischen Betrachtung dazu vermischt Prouty allerdings Aktualisierungstendenz und Selbstaktualisierung, er bezieht sich auf die „Selbst-Aktualisierung“ (p. 226) „im Angesicht des Todes“ [Hervorhebung K.T.] und er behandelt, während er bewegend über den Mut als einen Ausdruck von Aktualisierung schreibt, nicht die Frage, ob der Tod, im Unterschied zum Sterben, ein Aspekt des Aktualisierens ist.

Als ich diese Ideen in einem Workshop vorstellte, dachte ein Teilnehmer über das andere Ende des Lebenszyklus nach und fragte sich, ob der Organismus die Tendenz habe – oder dazu neige – zum Vorschein zu kommen (D. Dumitru, persönliches Gespräch am 4. März 2009). Während ich es für interessant halte darüber zu spekulieren, ob der potenzielle Organismus die Tendenz hat, ins Leben einzutauchen, neige ich gedanklich dazu, dass dies in der Qualität des Sich-Entfaltens, Ausweitens und Weiterentwickelns einbezogen ist. Dies ist übereinstimmend mit Sterns (1985) Konzept des auftauchenden Selbst, ein Auftauchen, welches das Leben hindurch fort dauert.

Alpha und Omega beziehen sich auf den Anfang und das Ende der Dinge. Die Aussage, der Organismus neige dazu (sich) zu aktualisieren, stellt eine Herausforderung im Hinblick auf solche Fixpunkte dar und begünstigt ein Konzept des menschlichen Organismus, wonach sich dieser in einem fort dauernden Prozess in Beziehung zu seiner Umgebung befindet.

Literatur:

- Angyal, A. (1941). *Foundations for a science of personality*. New York: Commonwealth Fund.
- Erikson, E. (1968). *Identity, youth, and crisis*. New York: W. W. Norton.
- Freud, S. (1924). The passing of the Oedipus complex. In *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*. Vol. 19 (pp. 3–66). London: Hogarth Press.
- Patterson, C. H. (2000). A unitary theory of motivation and its counseling implications. In C. H. Patterson, *Understanding psychotherapy: Fifty years of client-centred theory and practice* (pp. 10–21). Ross-on-Wye: PCCS Books (Orig.: 1964).
- Prouty, G. (2008). The actualization of the existential self in human dying. In B. E. Levitt (Ed.), *Reflections on human potential: Bridging the person-centered approach and positive psychology* (pp. 223–226). Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In E. Koch (Ed.), *Psychology: A study of science: Vol. 3* (pp. 181–256). New York: McGraw Hill.
- Rogers, C. R. (1963). The actualizing tendency in relation to ‘motives’ and to consciousness. In M. Jones (Ed.), *Nebraska symposium on motivation 1963* (pp. 1–24). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Stern, D. N. (1985). *The interpersonal world of the infant*. New York: Basic Books.
- Thomas, D. (2003). Do not go gentle into that good night. In *The collected works of Dylan Thomas 1934–1953*. London: Phoenix (Orig.: 1952).
- Tudor, K. (2008). Verbal being: From being human to human being. In B. E. Levitt (Ed.), *Reflections on human potential: Bridging the person-centered approach and positive psychology* (pp. 68–83). Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Tudor, K. & Worrall, M. (2006). *Person-centred therapy: A clinical philosophy*. London: Routledge.

Autor:

Keith Tudor, PhD, Associate Professor und Programme Leader am Department für Psychotherapie der Auckland University of Technology, Aotearoa Neuseeland Psychotherapeut (United Kingdom Council for Psychotherapy) und Ausbilder für Transaktionsanalyse, Autor von über 200 Publikationen, im Editorial Advisory Board von „Person-Centered & Experiential Psychotherapies“.

Korrespondenzadresse:

Dr. Keith Tudor
Department of Psychotherapy
Auckland University of Technology
Akoranga Drive
Private Bag 92006
Auckland 1020
Aotearoa New Zealand
E-Mail: keith.tudor@aut.ac.nz