

# Grundzüge der Gestalttheoretischen Psychotherapie

Gerhard Stemberger (Wien)

## Zusammenfassung

Dieser Beitrag fasst in kompakter Form die Entwicklung und die Grundpositionen der Gestalttheoretischen Psychotherapie zusammen. Er wurde als Darstellung der Methode für die neue (dritte) Ausgabe des von Gerhard Stumm 2011 im Wiener Falter-Verlag herausgegebenen Sammelbandes „*Psychotherapie. Schulen und Methoden. Eine Orientierungshilfe für Theorie und Praxis*“ geschrieben. Er enthält gegenüber früheren zusammenfassenden Darstellungen eine Reihe von Aktualisierungen und vor allem auch neuen Akzentuierungen. Nach dreißig Jahren Entwicklungsgeschichte der Methode im engeren Sinn kann das ja auch sinnvollerweise gar nicht anders sein. Wir stellen ihn in diesem Sinn hier – geringfügig formal redigiert – auch den LeserInnen von *Phänomenal* zur Verfügung und laden zur Diskussion ein.

Gestalttheoretische Psychotherapie (GTP) bezieht sich unmittelbar auf die sogenannte „Gestalttheorie der Berliner Schule“. Diese entstand Anfang des vorigen Jahrhunderts als ganzheitlich-systemische Antwort auf die damals vorherrschende atomistische und mechanistische Orientierung der Psychologie und entwickelte sich vorübergehend zur führenden psychologischen Schule im deutschsprachigen Raum mit starker internationaler Ausstrahlung. Die Gestalttheoretische Psychotherapie ist mit der Perls'schen Gestalttherapie zwar verwandt, aber nicht ident.

Die Bezeichnung Gestalttheorie anstelle von Gestaltpsychologie verweist darauf, dass es sich zwar um eine psychologische Theorie handelt, dass diese aber für sich beansprucht, über die Psychologie hinaus auch für andere Wissenschaftszweige als Metatheorie relevant zu sein. Tatsächlich findet die Gestalttheorie bis heute Anwendung in zahlreichen Feldern von Wissenschaft und Forschung (vgl. Metz-Göckel 2009/2011).

## Zur Geschichte

Die Gestalttheorie wurde von Max Wertheimer (1880-1943), Wolfgang Köhler (1887-1967) und Kurt Koffka (1886-1940) begründet. Als kennzeichnend für sie wird oft die Aussage zitiert: „Das Ganze ist etwas anderes als die Summe seiner Teile.“ Spezifischer formuliert Max Wertheimer das Programm der Gestalttheorie in einem Satz, der als ihre Kurzdefinition gelten kann: „Es gibt Zusammenhänge, bei denen nicht, was im Ganzen geschieht, sich daraus herleitet, wie die einzelnen Stücke sind und sich zusammensetzen, sondern umgekehrt, wo – im prägnanten Fall – sich das, was an einem Teil dieses Ganzen geschieht, bestimmt von inneren Strukturgesetzen dieses seines Ganzen. (...) Gestalttheorie ist dieses, nichts mehr und nichts weniger“ (Wertheimer 1925, 42).

Ursprünglich erforschte die Gestalttheorie hauptsächlich das Wahrnehmen, Erinnern, Denken und Problemlösen. Kurt Lewin (1890-1947) erweiterte diese Fragestellungen umfassend auf

das Verhalten, der Neurologe Kurt Goldstein (1878-1965) auf die ganzheitliche Funktionsweise des Organismus.

Dem Aufstieg der Berliner Schule machte der Machtantritt der Nationalsozialisten in Europa vorerst ein Ende. Die meisten ihrer Repräsentanten mussten emigrieren, Ziel war vor allem die USA. Erst nach dem Ende des Zweiten Weltkrieges entwickelte sich in Europa allmählich wieder eine Renaissance der Gestalttheorie, im deutschsprachigen Raum nicht zuletzt durch das Engagement von Vertretern der Kritischen Theorie (v. a. Max Horkheimer) und durch die Fortführung der gestaltpsychologischen Forschung und Lehre durch Wolfgang Metzger, Kurt Gottschaldt und Edwin Rausch in Deutschland, Richard Meili in der Schweiz und Ivo Kohler in Österreich.

In der Entwicklungsgeschichte der Gestalttheorie zählte die Beschäftigung mit ihren psychotherapeutischen Anwendungsmöglichkeiten anfangs nicht zu den Kerngebieten der Forschungsarbeit. Dennoch strahlte die Gestalttheorie von Anfang an auch auf diesen Bereich aus (vgl. Kästl & Stemberger 2005) und es entstanden schon früh Pionierarbeiten zum gestalttheoretischen Verständnis gesunder und pathologischer psychischer Entwicklung (vgl. Stemberger 2002). Die Gestalttheorie beeinflusste auch die Entwicklung einiger psychotherapeutischer Schulen, so unter anderem der Gestalttherapie, der Gruppenpsychoanalyse und anderer gruppensystemisch-psychothe-

rapeutischer Ansätze, sowie der Kathym-Imaginativen Psychotherapie. Die höchste inhaltliche Übereinstimmung bestand im psychotherapeutischen Bereich wohl seit jeher zwischen Gestalttheorie und Individualpsychologie (vgl. Soff & Ruh 1999), mit der die Gestalttheoretische Psychotherapie die Finalität und das sozialpsychologische Verständnis des Menschen teilt. Auch namhafte Vertreter der Psychoanalyse erhielten von der Gestalttheorie schon früh wesentliche Anstöße und versuchten sie in die Theorieentwicklung der Psychoanalyse zu integrieren (vgl. Waldvogel 1992).

Die von Hans-Jürgen P. Walter Ende der 1970er-Jahre formulierte Gestalttheoretische Psychotherapie im engeren Sinn verstand sich ursprünglich als Vorschlag zur Integration von grundlegenden Konzepten der Psychoanalyse, Individualpsychologie, Analytischen Psychologie, Gesprächspsychotherapie, des Psychodramas, der Gestalttherapie, der Verhaltenstherapie und weiterer Verfahren auf den metatheoretischen Grundlagen der Gestalttheorie (vgl. Walter 1977/1994; 1996).

Die ursprünglichen Hoffnungen, dass der Vorschlag zur Methodenintegration auf gestalttheoretischer Grundlage auf fruchtbaren Boden fallen würde, haben sich allerdings ebenso wenig erfüllt wie die auf eine breitere Akzeptanz der Gestalttheorie als Metatheorie in der theoretisch sehr heterogenen gestalttherapeutischen Strömung. In der Folge festigte sich die Gestalttheoretische Psychotherapie als eigenständige Methode, wenn auch weiterhin mit dem Anspruch eines integrativen Ansatzes in der Psychotherapie.

### Therapietheorie

Vergleicht man die Therapietheorie der Gestalttheoretischen Psychotherapie mit denen anderer

Methoden, so fällt als Eigenart auf, dass in ihrer „konzeptionellen Architektur“ nicht eine bestimmte Praxeologie, Krankheitslehre oder dergleichen den Grundstein bildet, sondern eine spezifische erkenntnistheoretische Position. Auf dieser, dem sogenannten Kritischen Realismus (Köhler, 1933; 1968; Bischof, 1966), bauen weitere Kernkonzepte der Gestalttheoretischen Psychotherapie auf. Der Kritische Realismus ist in der Gestalttheoretischen Psychotherapie zugleich auch eine grundlegende anthropologische Position – eine differenzierte Aussage über den Menschen und seine Welt:

#### **Kritisch-realistischer Ansatz**

Kernstück des Kritischen Realismus ist die Unterscheidung zwischen

→ der anschaulichen, phänomenalen Welt des Menschen, die sein phänomenales Ich und seine phänomenale Umwelt (inklusive der anderen Menschen) mit einschließt, einerseits (Mikrokosmos) und

→ der transphänomenalen Welt (Makrokosmos) andererseits, die seinen eigenen physikalischen Organismus umfasst sowie die gesamte physikalische Welt einschließlich aller anderen Organismen.

Die phänomenale Welt des Menschen wird nicht als bloßer Hinweis auf eine andere, „objektive“, „wirkliche“ Welt verstanden, sondern als ebenso wirklich wie die von den Naturwissenschaften erforschte physikalische Welt und als für das Erleben und Verhalten des Menschen unmittelbar bestimmend.

Kurt Koffka (1935, 27f.) erläutert den Unterschied zwischen phänomenaler und physikalischer Welt mit dem legendären Ritt über den Bodensee – ein Mann reitet unbesorgt über die endlose weiße Fläche; er erschrickt zu Tode, als er erfährt, dass diese die Eisschicht

über dem Bodensee war. Vor und nach dieser Nachricht war der physikalische Sachverhalt derselbe, aber wie sehr unterschied sich seine phänomenale Welt!

Neben dieser grundlegenden Unterscheidung von phänomenaler und transphänomenaler Wirklichkeit trifft der Gestaltpsychologe Wolfgang Metzger eine Reihe anderer Differenzierungen von Wirklichkeit (vgl. Metzger 2001). Diese haben in der Gestalttheoretischen Psychotherapie nicht nur metatheoretische, sondern auch unmittelbar praktische Relevanz. Als psychotherapeutisch besonders wichtig gilt die Unterscheidung zwischen Wirklichkeit im Sinne des unmittelbar anschaulich Angetroffenen einerseits und Wirklichkeit im Sinne des bloß Gedachten, Erinnerten, Gewussten, Konstruierten andererseits. In der Regel wird in der Gestalttheoretischen Psychotherapie dem anschaulich Angetroffenen praxeologisch der Vorrang eingeräumt.

Über die phänomenale Welt des Menschen trifft der Kritische Realismus eine Reihe weiterer Aussagen:

#### **Systemtheoretischer Ansatz**

Diese Welt ist ein dynamisches System im Fließgleichgewicht, das sich nach bestimmten Gesetzmäßigkeiten selbst und ohne äußere Eingriffe ordnen kann. Dies gilt sowohl für das phänomenale Ich als auch für dessen phänomenale Umwelt.

Damit wandte sich die Gestalttheorie schon vor hundert Jahren gegen die bis heute verbreitete Auffassung, dass natürliche Vorgänge nur unter äußerem oder innerem Zwang, Druck, Dressur oder anderen Arten der Regulierung geordnet ablaufen können. Dem stellt sie die Gegenposition der spontanen Selbstregulierungsfähigkeit und



© Spectral-Design - Fotolia.com

Selbstordnungstendenz des Lebendigen gegenüber.

Diese Selbstregulierung unterliegt nach den Befunden der gestalttheoretischen Forschung bestimmten Gesetzmäßigkeiten, den sogenannten Gestaltgesetzen. Als deren übergeordnetes Prinzip gilt die Prägnanztendenz, das Streben nach der „guten Gestalt“ (der einfachsten, ökonomischsten, zweckmäßigsten Ordnung). Die Gestaltgesetze sind für

die Gestalttheorie also nicht auf die visuelle Wahrnehmung beschränkt, wie verkürzte Darstellungen der Gestaltpsychologie bisweilen nahelegen, sondern werden als generelles dynamisches Ordnungsprinzip des Psychischen angenommen. In ihrer Wirkung sind solche Gesetzmäßigkeiten für zahlreiche psychologische und psychophysische Sachverhalte experimentell gut untersucht.



© Nejron Photo - Fotolia.com

### Phänomenologisch-experimenteller Ansatz

Die phänomenale Welt des Menschen besteht nicht aus neutralen Fakten. Der Mensch findet in ihr sowohl im Bereich der eigenen Person als auch in dem seiner Umwelt Gegebenheiten vor, die ihn anziehen oder abstoßen („Aufforderungscharaktere“), Barrieren, mehr oder weniger zugängliche Bereiche usw., die auf sein Erleben und Verhalten wirken. Die phänomenale Welt stellt in diesem Sinn ein Kraftfeld dar, das Befindlichkeit und Verhalten des Menschen in seiner anschaulichen Welt bestimmt. Das methodische Mittel, um die psychologische Situation eines Menschen, seine Verhaltenstendenzen und Möglichkeiten zu erkennen, ist demnach die *Kraftfeldanalyse* (vgl. Lewin 1963; Soff & Zabransky 2004).

So wie für die gestaltpsychologische Forschung die unvoreingenommene Erlebnisbeobachtung oder Phänomenologie der Ausgangspunkt ist, so ist es für die Gestalttheoretische Psychotherapie das gemeinsame phänomenologische Vorgehen von Patient und Psychotherapeut in der Psychotherapie. Dabei geht es nicht nur um die sogenannten „inneren Erlebnisse“ (wie in früheren Schulen der Phänomenologie), sondern um die gesamte vorgefundene phänomenale Welt.

Teil der phänomenalen Erfahrung ist nun aber auch, dass diese selbst Hinweise auf anderes, *Nicht-Phänomenales*, enthält, z.B. auf die funktionalen Beziehungen, die für das Auftreten und die Natur des Erlebten verantwortlich sind. Deshalb fordert Lewin in seiner Feldtheorie den Übergang von der „aristotelischen“ zur „galileischen“ Sichtweise, von einer rein deskriptiven, phänotypischen Ordnung und Begrifflichkeit zu einer genotypischen, konstruktiven Begriffsbildung.



Die Kraftfeldanalyse des Lebensraums der Patientin steht in diesem Sinn im Mittelpunkt des psychotherapeutischen Vorgehens in der Gestalttheoretischen Psychotherapie. Erleben und Verhalten des Menschen werden als Funktion von Person und Umwelt in wechselseitiger Abhängigkeit in einem psychischen Feld begriffen. Diese Sichtweise bestimmt auch das Verständnis von diagnostischem und therapeutischem Prozess als Prozess-Einheit (Stemberger 2005, 2009).

### Ethischer Ansatz

Eine auch ethisch relevante Kernaussage der Gestalttheorie über die phänomenale Welt ist, dass diese nicht in sich abgeschlossen, sondern an allen Punkten offen ist für Einwirkungen „von außen“, aus dem physiologischen Organismus und der ihn umgebenden physikalischen Welt, und umgekehrt, dass das Verhalten des Menschen in seiner phänomenalen Welt auch „hinauswirkt“ auf seinen physiologischen Organismus, über diesen in die umliegende physikalische Welt und auf diesem Wege im Weiteren auch in die phänomenalen Welten anderer Menschen (siehe dazu auch den nachfolgenden Punkt *Sozialpsychologischer Ansatz*).

Damit unterscheidet sich diese Position z.B. von der des sogenannten Radikalen Konstruktivismus und grenzt sich auch kritisch vom ethischen Relativismus ab. Nach Auffassung der Gestalttheoretischen Psychotherapie enthält jede Situation bestimmte Forderungen an den Menschen, die er grundsätzlich erkennen und denen er entsprechen kann, wenn er sich dafür empfänglich macht und wenn er die Bereitschaft – und den oft auch notwendigen Mut – aufbringt, der *Gefordertheit der Lage* zu entsprechen (vgl. Wertheimer 1991; Galli 1999).

### Sozialpsychologischer Ansatz

Damit in Verbindung steht eine weitere Aussage über die phänomenale Welt des Menschen: Sie ist eine genuin soziale Welt, in der sich die Mitmenschen und die mitmenschlichen Gemeinschaften für die Person besonders hervorhe-

ben. Diese Kräfte und Ereignisse in das „Innere“ der Person verlegen, und in denen andere Menschen oder allgemeiner die Umwelt erst sekundär als Objekt von Trieben und Bedürfnissen, als Anstoßgeber oder als sonstiger äußerer Einflussfaktor erscheinen.



© iQoncept - Fotolia.com

ben. Das anthropologische Modell dieses Ansatzes ist also nicht monopersonal, sondern hat schon strukturell Beziehungscharakter. Der Akzent liegt nicht einseitig auf den „inneren Komponenten“ des Menschen, sondern auf der Beziehung zwischen Person und Umwelt, wie sie für den Menschen erlebens- und verhaltenswirksam gegeben ist (vgl. dazu etwa Galli 1999, 29ff.).

Darin unterscheidet sich der Ansatz der Gestalttheoretischen Psychotherapie grundsätzlich von anthropologischen Modellen, die primär monopersonal ausgerichtet sind, indem sie alle psychisch wesentli-

Diese phänomenale soziale Welt ist damit aber auch keine nur individualistische Welt, sondern eine gesellschaftlich geprägte, durch die jeweiligen konkreten gesellschaftlichen Strukturen und Gegebenheiten, Macht und Politik beeinflusste und auf diese wieder zurückwirkende Welt, die den Menschen auch in die gesellschaftliche Verantwortung nimmt (vgl. dazu Stemberger 2011, im vorliegenden Heft).

### Psychophysischer Ansatz

Schließlich trifft die Gestalttheorie auch eine grundsätzliche Aussage zum Verhältnis der phänomenalen Welt des Menschen zur

transphänomenalen, erlebnisjenseitigen Welt. Es handelt sich hier um die sogenannte „Isomorphieannahme“. Diese besagt im engeren Sinn, dass allen Wirkzusammenhängen im phänomenalen Bereich strukturgleiche (= isomorphe) Wirkzusammenhänge im neurophysiologischen Bereich zugeordnet sind. Im weiteren Sinn besagt sie, dass eine strukturelle Übereinstimmung auch zwischen Prozessen in der Wahrnehmungswelt des Menschen und deren neuronalem Substrat einerseits, den Sachverhalten in der transphänomenalen physikalischen Welt andererseits besteht. Diese schon Anfang des vorigen Jahrhunderts formulierte Hypothese, für die die Gestalttheorie zeitweise heftig als „materialistisch“ und „physikalistisch“ kritisiert wurde, scheint sich in neueren neurowissenschaftlichen Untersuchungen zu bestätigen, zuletzt in der Entdeckung der Spiegelneuronen (vgl. Eagle & Wakefield 2010).

### Veränderungsrelevante Persönlichkeitstheorie

Nach dem persönlichkeits-theoretischen Ansatz der Gestalttheoretischen Psychotherapie ist der Mensch grundsätzlich so ausgestattet, dass sich seine phänomenale Welt mithilfe der Prägnanztendenz als dynamischem Ordnungsprinzip den wechselnden Lebensanforderungen immer wieder neu bestmöglich anpasst. Diese Anpassung gelingt, wenn der *Lebensraum* des Menschen je nach situativer Anforderung angemessen differenziert, geordnet, weit und flüssig ist, ein angemessenes Verhältnis zwischen den Realitäts- und Irrealitätsebenen und eine situativ passende Ausdehnung der psychologischen Zeitperspektive aufweist.

Die eben angeführten Dimensionen des Persönlichkeitskonstrukts von Lewin (Differenziertheit, Ge-

ordnetheit, Weite etc.) haben in der Gestalttheoretischen Psychotherapie zugleich handlungsleitenden Charakter für die Psychotherapie. So kann etwa an der Differenzierung des Lebensraums eines Patienten gearbeitet werden, an der situationsangemessenen Ausweitung oder Verengung der Zeitperspektive usw.

Eine bedeutende Stellung in der Persönlichkeitskonzeption der Gestalttheoretischen Psychotherapie nehmen die Konstrukte der *Ichhaftigkeit* und *Sachlichkeit* ein. Unter Ichhaftigkeit wird – in Anlehnung an die Arbeiten des Adlerianers Fritz Künkel – eine situationsunangemessene dynamische Gliederung der phänomenale Welt im Dienste des Ich verstanden (etwa eine unpassende Zentrierung auf die eigene Person), unter Sachlichkeit die Fähigkeit und Bereitschaft, eine Situation in ihrer sachlichen Ordnung wahrzunehmen und sich situationsangemessen zu verhalten. Die Entstehung der Ichhaftigkeit als anhaltende und situationsübergreifende Disposition wird entwicklungspsychologisch auf eine verzärtelnde oder auch zu autoritäre Erziehung zurückgeführt. Eine ichhafte Strukturierung des Lebensraums kann zu typischen Problemen mit der Umwelt führen, aber auch Teil schwerer psychischer Störungen sein. In der Gestalttheoretischen Psychotherapie wird daher besonderer Wert darauf gelegt, die Fähigkeit und Bereitschaft zur Sachlichkeit zu fördern.

### Rolle der Wahrnehmung

Wolfgang Metzger hat herausgearbeitet, dass es ein verhängnisvolles Missverständnis wäre, nur Fragen der Persönlichkeit, Motivation oder sozialer Interaktionen als relevant für Psychotherapeuten zu erachten und Wahrnehmungsprobleme für ein vernachlässigbares Randgebiet zu halten: „Streng genommen

ist jede soziale Interaktion primär eine Interaktion zwischen Wahrnehmungen – eine Interaktion, die erst über kybernetische Vorgänge an die teilhabenden Organismen übermittelt und von diesen aufgenommen wird, sodass jede Interaktion zwischen Organismen nichts anderes ist als ein vermittelndes Korrelat dessen, was in den Wahrnehmungswelten der beteiligten Individuen geschieht. Deshalb kommt der Wahrnehmungstheorie eine fundamentale Rolle für alle anderen Bereiche der Psychologie zu“ (Metzger 1974, 3; Übersetzung G. Stemberger).

Gerade auch aus der gestaltpsychologischen Wahrnehmungsforschung bezieht die Gestalttheoretische Psychotherapie grundlegende Ableitungen für eine Theorie der Psychotherapie, die sich mit der Feldtheorie Kurt Lewins verbindet (vgl. dazu den Mehr-Felder-Ansatz der psychotherapeutischen Situation in Stemberger, 2009).

### Praxeologie

Für die Prozess-Einheit von Entdecken und Verändern in der Psychotherapie sehen Gestalttheoretische Psychotherapeutinnen die von Wolfgang Metzger (1962) ausgearbeiteten und von Hans-Jürgen P. Walter (1977/1994) auf die Psychotherapie übertragenen „Kennzeichen der Arbeit mit dem Lebendigen“ als wegweisend an. In diesen kommen prägnant die bereits angeführten epistemologischen, anthropologischen und ethischen Grundpositionen der Gestalttheorie zum Ausdruck. Sie werden zunehmend auch über die Gestalttheoretische Psychotherapie hinaus als methodenübergreifend relevant anerkannt (Kriz 1985):

1. *Wechselseitigkeit des Geschehens*: In der Psychotherapie stehen sich nicht ein persönlich unbeteiligtes diagnostizierendes und the-

rapierendes Subjekt und ein passives diagnostiziertes und behandeltes Objekt gegenüber. Psychotherapie ist vielmehr ein gemeinschaftliches Entdeckungs- und Veränderungsverfahren im lebendigen Beziehungsgeschehen zwischen Menschen. In der GTP ist dieses allgemeine interaktionelle Verständnis dahingehend spezifiziert, als dieses Geschehen als Feldgeschehen mit bestimmten Gesetzmäßigkeiten aufgefasst wird. Die Psychotherapeutin wird zum Teil des Lebensraums der Patientin und umgekehrt. Damit bildet sich ein beide Seiten umfassendes phänomenales soziales Feld – Erleben und Verhalten beider Menschen stehen im Feldzusammenhang (eingehender dazu Stemberger 2009).

**2. Gestaltung aus inneren Kräften:** Diagnostische Klärung und therapeutische Veränderung können nur auf in der Patientin selbst angelegte innere Kräfte gestützt gelingen. Sowohl das Bestreben und die Fähigkeit, zu einer solchen Klärung und Veränderung zu kommen, als auch die dem entgegengesetzten Kräfte haben in der Patientin selbst ihren Ursprung. Auch die scharfsinnigste und erfahrenste Psychotherapeutin steht auf verlorenem Posten, wenn es ihr nicht gelingt, die Patientin wirksam dabei zu unterstützen, in konstruktiver Weise ihre eigene Diagnostikerin und Therapeutin zu werden.

**3. Nicht-Beliebigkeit der Form:** Dem Lebendigen lässt sich auf Dauer nichts gegen seine Natur aufzwingen. Es kann zur Entfaltung nur gebracht werden, was in der Person selbst angelegt ist. Jede Vorgangsweise im Zusammenwirken von Psychotherapeutin und Patientin muss daher den individuellen Möglichkeiten und Fähigkeiten beider beteiligten Seiten in der jeweiligen konkreten Situation angemessen sein.

**4. Nicht-Beliebigkeit der Arbeitszeiten:** Jeder Mensch hat seine eigenen fruchtbaren Zeiten für Entdeckungen und Veränderungen. Planmäßiges Vorgehen in der Psychotherapie kann daher nicht heißen, nach einem starren Schema ohne Rücksicht darauf vorzugehen, ob die Zeit für einzelne Schritte für die Patientin schon da ist.

**5. Nicht-Beliebigkeit der Arbeitsgeschwindigkeit:** Auch die mögliche Ablaufgeschwindigkeit diagnostischer Entdeckungs- und therapeutischer Veränderungsprozesse ist weder bei allen Menschen gleich, noch kann sie beliebig beschleunigt oder verlangsamt werden.

**6. Duldung von Umwegen:** Nicht alle bedeutsamen Fragen lassen sich direkt ansteuern. Oft ist es notwendig, Umwege in Kauf zu nehmen oder sie aus der Einsicht, dass solche Umwege notwendige Zwischenschritte sein können, auch bewusst vorzusehen.

**Sechs weitere Merkmale:** Diesen „Kennzeichen der Arbeit mit dem Lebendigen“ werden von Hans-Jürgen P. Walter sechs weitere Merkmale zur Seite gestellt (Walter 1977/1994, 148-160), die maßgeblich dafür sind, dass die psychotherapeutische Situation zu einem „Ort schöpferischer Freiheit“ werden kann (die ersten drei gehen auf K. Lewin zurück, die nächsten drei auf C. R. Rogers): der Beziehungscharakter der verursachenden Faktoren, die Konkretheit der wirkenden Faktoren, die Gegenwärtigkeit der wirkenden Faktoren, die Authentizität und Transparenz des Therapeuten, die Akzeptierung und Wertschätzung des Klienten sowie die Einfühlung.

In der Gestalttheoretischen Psychotherapie ist für die Therapeutin die Beachtung dieser Kennzeichen vorrangig, nicht die Anwendung bestimmter Techniken oder

Interventionsformen (siehe dazu auch Kästl 2011 und Wedam 2011, im vorliegenden Heft). Sie geht davon aus, dass bei Beachtung dieser Kennzeichen die psychotherapeutische Situation als Ort schöpferischer Freiheit (Walter 1977/1994) für die Patientin, aber auch für die Therapeutin gestaltet werden kann. Auf dieser Grundlage sucht die Psychotherapeutin mit der Patientin die jeweils tauglichsten Vorgangsweisen, um mit ihr ihren Lebensraum und die in ihm gerade dynamisch wirksamen Faktoren zu explorieren und die darin angelegten nächsten Veränderungsschritte zu vollziehen. Dies kann durch eine erlebnisaktivierende Gesprächsführung geschehen, es können dafür aber auch passende „Experimente“ vorgeschlagen oder mit der Patientin gemeinsam „erfunden“ werden. Dazu gehören die aufmerksamkeits- und erlebnisorientierten Interventionstechniken und Methoden, die aus Gestalttherapie und Psychodrama bekannt sind, von der Arbeit mit dem leeren Stuhl bis zur psychodramatischen Inszenierung, wie auch eine Reihe anderer Interventionstechniken, die aus der gestalttheoretischen Forschung abgeleitet werden können.

## Literatur

- Bischof, N. (1966): Erkenntnistheoretische Grundlagenprobleme der Wahrnehmungspsychologie. In W. Metzger & H. Erke (Hg.), *Handbuch der Psychologie*. Bd. 1/1 (S. 21-78), Göttingen: Verlag für Psychologie.
- Eagle, M.N. & Wakefield, J. C. (2010): Die Gestaltpsychologie und die Entdeckung der Spiegelneuronen. *Phänomenal*, 2, 1, 3-8.
- Galli, G. (1999): *Psychologie der sozialen Tugenden*. Wien: Böhlau.
- Kästl, R. (2011): Zur Therapeutin-Klientin-Beziehung in der Gestalttheoretischen Psychotherapie. *Phänomenal* 3(2).
- Kästl, R. & Stemberger, G. (2005): Gestalttheorie in der Psychotherapie. *Journal für Psychologie*, 13, 4, 333-371.
- Koffka, K. (1935): *Principles of Gestalt Psychology*, New York: Hartcourt-Brace.
- Köhler, W. (1933): *Psychologische Probleme*. Berlin: Springer.
- Köhler, W. (1968): *Werte und Tatsachen*. Berlin: Springer.



- Kriz, J. (1985): *Grundkonzepte der Psychotherapie*. Weinheim: PVU.
- Lewin, K. (1963): *Feldtheorie in den Sozialwissenschaften*. Bern: Huber.
- Metzger, W. (1962): *Schöpferische Freiheit*. Frankfurt am Main: Waldemar Kramer.
- Metzger, W. (1974): Can the subject create his world? *Hiroshima Forum of Psychology*, 1, 3-14.
- Metzger, W. (2001): *Psychologie*. 6., unveränd. Aufl. Wien: Krammer.
- Metz-Göckel, H. (Hg.) (2009/2011): *Handbuch zur Gestalttheorie*. 2 Bde. (Bd. 1: Gestalttheorie aktuell; Bd. 2: Gestalttheoretische Inspirationen). Wien: Krammer.
- Soff, M. & Ruh, M. (1999): Gestalttheorie und Individualpsychologie - Eine fruchtbare Verbindung. *Gestalt Theory*, 21, 256-274.
- Soff, M. & Zabransky, D. (2004): Gestalttheorie und Feldtheorie. In M. Hochgerner, H. Hoffmann-Widhalm, L. Nausner & E. Wildberger (Hg.), *Gestalttherapie* (S. 13-36). Wien: Facultas,
- Stemberger, G. (Hg.) (2002): *Psychische Störungen im ich-Welt-Verhältnis. Gestalttheorie und psychotherapeutische Krankheitslehre*. Wien: Krammer.
- Stemberger, G. (2005): Gestalttheoretische Psychotherapie. In H. Bartuska, M. Buchsbaumer, G. Mehta, G. Pawlowsky & S. Wiesnagrotzki (Hg.), *Psychotherapeutische Diagnostik*. Wien/New York: Springer, 105-116.
- Stemberger, G. (2009): Feldprozesse in der Psychotherapie. Der Mehr-Felder-Ansatz im diagnostischen und therapeutischen Prozess. *Phänomenal*, 1, 1, 12-19.
- Stemberger, G. (2011): Gestalttheorie, Gesellschaftstheorie, Gesellschaftspolitik. *Phänomenal* 3(2).
- Waldvogel, B. (1992): *Psychoanalyse und Gestaltpsychologie*. Stuttgart: Frommann Holzboog.
- Walter, H.-J. P. (1977/1994): *Gestalttheorie und Psychotherapie*. Darmstadt: Steinkopff (3. Aufl. 1994: Opladen: Westdeutscher Verlag).
- Walter, H.-J. P. (1996): *Angewandte Gestalttheorie in Psychotherapie und Psychohygiene*. Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Wedam, U. (2011): Von der Komplexität des Traumas und der Notwendigkeit ganzheitlichen Denkens. *Phänomenal* 3(2).
- Wertheimer, M. (1925): *Über Gestalttheorie*. Verlag der Philosophischen Akademie: Erlangen.
- Wertheimer, M. (1991): *Zur Gestaltpsychologie menschlicher Werte. Aufsätze 1934-1940*. (hrsg. von H.-J. P. Walter; Einleitung: Albert Einstein). Opladen: Westdeutscher Verlag.

#### Zeitschriften

- Gestalt Theory - An International Multidisciplinary Journal* (englisch/deutsch, seit 1978) (Hrg.: G.-J. Boudewijnse, J. Kriz, G. Stemberger, F. Toccafondi & H.-J. P. Walter); Wien: Krammer; erscheint vierteljährlich.
- Phänomenal - Zeitschrift für Gestalttheoretische Psychotherapie* (seit 2009; vorher, seit 1993, *ÖAGP-Informationen*) (Hg.: B. Lindorfer, M. Seidenschwann & G. Stemberger); Wien: Krammer; erscheint halbjährlich.

## Fachspezifische Psychotherapieausbildung in Gestalttheoretischer Psychotherapie

Die ÖAGP ist die staatlich anerkannte Einrichtung für die fachspezifische Psychotherapieausbildung in der Methode Gestalttheoretische Psychotherapie (GTP)

### Gestalttheoretische Psychotherapie (GTP)

#### Eingangs-/Aufnahmephase

Einzel- oder Gruppenselbsterfahrung wird im Vorfeld empfohlen

Informationsgespräch zur Ausbildung	
Aufnahmegespräch	3 Stunden

Zulassung zur Ausbildung, Abschluss des Ausbildungsvertrages

#### 1. Abschnitt: 2 Jahre (1116 Einheiten EH, 55 Tage)

Ausbildungsgruppe (20 Tage pro Jahr)	Tage	EH
Theorie Grundlagen-Seminare	6	48
Fachseminare	6	48
Literaturseminare	3	24
Einzelanalyse		60
Arbeitskreise		30
Praktikum		550
Praktikums-supervision		30

**Sonstige Anforderungen**  
Schriftliche Reflexionen zu verschiedenen Themen und Erfahrungen in der Ausbildungsgruppe  
Fachvortrag in der Ausbildungsgruppe  
Literaturstudium nach Literaturliste  
Peer-Group empfohlen

#### 2. Abschnitt: 2 Jahre (1132 Einheiten EH, 56 Tage)

Ausbildungsgruppe	20 Tage	160 EH
Theorie Seminare	6	48
Fachseminare	9	72
Literaturseminare	3	24
Wahlpflichtseminare	3	24
Arbeitskreise		30
Kolloquium	3	24
Gruppen-Lehrsupervision	12	96
Einzel-Lehrsupervision		48
Eigene psychotherapeutische Praxis		600

**Sonstige Anforderungen**  
Fachvortrag im Arbeitskreis  
Literaturstudium nach Literaturliste  
Theorieprüfung am Ende des 3. Jahres  
Peer-Group empfohlen

#### Schriftliche Abschlussarbeit und Graduierung

Die Gesamtkosten der Ausbildung betragen ca. **24.700 €** ohne Unterkunft und Verpflegung

Stand 2012

**Dauer der Ausbildung:** min. vier Jahre

**Aufbau:** zwei Abschnitte zu je zwei Jahren plus Abschlussarbeit (siehe auch Schema)

**Schwerpunkte:** Selbsterfahrung / Eigenanalyse im Einzel- und Gruppensetting, Vermittlung theoretischer Grundlagen und praktisch-therapeutischer Kompetenz in Ausbildungsgruppe, Fach-, Theorie- und Wahlpflichtseminaren, Einzel- und Gruppen-Lehrsupervision zur eigenständigen psychotherapeutischen Arbeit

**Kosten:** ca. 24.700 Euro (Stand 2012), excl. Fahrtkosten und Unterbringung bei den Seminaren

Der **Einstieg in die fachspezifische Ausbildung** ist bei Erfüllung der Aufnahmebedingungen jederzeit möglich. Die Aufnahme kann nach einem Aufnahmegespräch bei zwei LehrtherapeutInnen der ÖAGP erfolgen. Es wird empfohlen, im Vorfeld dazu die Gelegenheit zu nutzen, im Rahmen eines der regelmäßig angebotenen Selbsterfahrungsseminare die Methode kennen zu lernen. Nähere Auskünfte zu solchen Seminaren und zum Aufnahmeverfahren, sowie zu allen anderen Aspekten der Ausbildung erteilt die ÖAGP (Kontaktmöglichkeiten siehe unten) - Hinweise darauf finden sich auch auf der Homepage der ÖAGP.

#### ÖAGP:

A-1180 Wien, Schopenhauerstraße 48/6;

Tel: 0699 / 81 30 40 99

Email: [info@oeagp.at](mailto:info@oeagp.at)

<http://www.oeagp.at>