

Seminar: Psychotherapeutische Methoden in der Beratung
Sitzung: 13.06.2013 und 20.06.2013

Die Störungslehre des klientenzentrierten Konzeptes

von Eva-Maria Biermann-Ratjen

Referenten: M. Wade, J. Römmelt

1

Gliederung

1. Die Entwicklung im psychotherapeutischen Prozess
2. Die Grundbegriffe des klientenzentrierten Konzeptes
3. Die Bedingungen für die Selbstkonzeptentwicklung
4. Inkongruenz
5. Das Prozesskontinuum
6. Drei Phasen der Selbstkonzeptentwicklung
7. Die Ätiologie psychotherapierbarer psychischer Störungen

2

1. Die Entwicklung im psychotherapeutischen Prozess

- Rogers nennt die Nichtübereinstimmung der Gefühle mit der Erfahrung des Selbstkonzeptes „Inkongruenz“
- Wenn der Therapeut sich den Erfahrungen des Klienten mit Inkongruenz bedingungslos und wertschätzend zuwendet, kann der Klient immer mehr fühlen wie er sich von seinen Erfahrungen von Inkongruenz bedroht fühlt.

3

1. Die Entwicklung im psychotherapeutischen Prozess

- Den Klienten werden immer mehr Erlebnisinhalte bewusst, die sie bisher in ihrem Bewusstsein verzerrt oder verleugnet haben.
- Sie können dann auch Erfahrungen wahrnehmen, die früher zu ängstigend waren, um ihnen bewusst zu werden.

4

Mögliche Verzerrungen

- Ablehnung und/oder Abwehr
entwicklungsfördernder Erfahrungen
- misserfolgsorientierter Selbstbewertung
- misstrauische und feindselige Einstellung
gegenüber anderen: Dies führt zu
Rückzugsverhalten
- unrealistische Wahrnehmung von Problemen

5

Beobachtungen von Therapieverläufen von Rogers

- Der Mensch besitzt die Fähigkeit, sich der Faktoren
bewusst zu werden, die seine psychische Störung
ausmachen.
- Er hat die Tendenz sein Selbstkonzept so zu
reorganisieren, dass es mehr mit der Erfahrung
übereinstimmt.
- Es entsteht die Fähigkeit, sich seiner Erfahrung und
seines Selbstkonzeptes und deren mangelnden
Übereinstimmung bewusst zu werden.

6

2. Die Grundbegriffe des klientenzentrierten Konzeptes

Organismus und Aktualisierungstendenz

- Die Gesamtheit aller physischen und psychischen Funktionen eines Menschen in der Interaktion mit seiner Umwelt nennt Rogers den Organismus
- Das Prinzip, nachdem auch der Mensch als ein Lebewesen, als organisiertes Ganzes funktioniert, nennt Rogers Aktualisierungstendenz

7

2. Die Grundbegriffe des klientenzentrierten Konzeptes

Erfahrung:

- Zu dem Begriff Erfahrung schreibt Rogers 1987: Er umfasst im klientenzentrierten Konzept alles was sich innerhalb des Organismus in einem bestimmten Augenblick abspielt und was potentiell dem Bewusstsein zugänglich ist.

Selbstaktualisierungstendenz:

- Die Selbstaktualisierungstendenz ist ein Teil der Aktualisierungstendenz. Sie beinhaltet die Entwicklung und Erhaltung des Selbstkonzeptes.

8

2. Die Grundbegriffe des klientenzentrierten Konzeptes

Selbstaktualisierungstendenz:

- Die Selbstaktualisierungstendenz ist ein Teil der Aktualisierungstendenz. Sie beinhaltet die Entwicklung und Erhaltung des Selbstkonzeptes.

9

3. Die Bedingungen für die Selbstkonzeptentwicklung

- Das Selbstkonzept bildet sich aus den Erfahrungen, die der Mensch mit sich selbst und mit seinen Beziehungen gemacht hat
- Kongruenz der anderen Person, bedeutet dass sie ihre eigenen Erfahrungen in Beziehung zum Kind vollständig und korrekt in ihr Bewusstsein bringen kann

10

Erfahrungen, die in das Selbstkonzept integriert werden:

1. Erfahrungen, die bewusst werden können
2. Erfahrungen, die organismisch bewertet werden
3. Erfahrungen, die von einer anderen Person empathisch verstanden worden sind
4. Erfahrungen, in denen organismische Bewertungen die Person von einer anderen Person bedingungslos positiv beachtet worden ist
5. Erfahrungen, auf die die andere Person nicht mit Inkongruenz reagiert hat

11

4. Inkongruenz

4.1 Gegensätzliche Auswirkungen der Aktualisierungstendenz

- Erfahrungen, die nicht mit der Erfahrungsrepräsentation des Selbstkonzeptes übereinstimmen werden als Bedrohung erlebt

12

4.1 Gegensätzliche Auswirkungen der Aktualisierungstendenz

Bedrohlich sind:

Erfahrungen, in denen das Kind, als es sie zum ersten Mal machte, nicht empathisch verstanden oder nicht bedingungslos positiv beachtet wurde

Dies trifft auch auf aktuelle Erfahrungen, die dem Klienten zustoßen

Solche Erfahrungen werden abgewehrt, das heißt dem Bewusstsein vorenthalten oder entsprechend dem Selbstkonzept verzerrt

13

4.2 Die Verteidigung gegen die Erfahrung

- Inkongruenz kann bedeuten, dass die Person die Bedrohung ihres Selbstkonzeptes als Angst erlebt
- Spätestens 20 Minuten nach einem traumatischen Ereignis beginnt typischerweise eine Art von Betäubung. Es kann zu einem Verlust der Orientierung kommen aber auch zu einem Rückzug aus der Realität bis zum Erstarren der gesamten Psychomotorik
- Die Zeit nach dem Trauma ist mit dem Wechsel zwischen von Intrusionen und Konstriktionen zurechnen

14

4.3. Internalisierte Bewertungsbedingungen

- Die internalisierten Bewertungsbedingungen sind wesentlich an der Organisation von mehr oder weniger psychisch gesundem Funktionieren beteiligt
- Alle Kinder wollen geliebt werden und zusammen mit dem Selbstkonzept entwickelt sich auch das Bedürfnis nach einer positiven Selbstbeachtung

15

5. Das Prozesskontinuum

Idealbild des Klienten zu Therapie-Ende – er kann:

- aktuelle u. neue Erfahrungen machen u. Reaktion (eigene u. Umwelt) auf sie wahrnehmen
- sich Erfahrung bewusst zuwenden, sich in ihr verstehen u. akzeptieren
- Erfahrung aktuell u. neu bewerten, in Bezug auf sich interpretieren
- sich bezüglich seiner Erfahrung mitteilen
- Probleme differenziert wahrnehmen
- Verantwortung für das eigene Verhalten übernehmen
- offen u. aufrichtig i.d. Beziehung zu anderen sein

16

PT-Klient zu Beginn der Therapie:

- distanziert zu eigenen aktuellen Erfahrungen,
- Gefühle kaum gegenwärtig
- emotionale Bedeutung der aktuellen Erfahrungen eher unbedeutsam u. selten symbolisiert
- Kann sich eigene Erfahrungen nicht bewusst machen
- kognitive Funktionen dienen starrer Deutung des Erlebten als (äußere) Fakten, Erfahrung wird nicht bezüglich der eigenen Person interpretiert

17

PT-Klient zu Beginn der Therapie:

- Widerwille, etwas über sich mitzuteilen
 - Probleme = außerhalb der eigenen Person, kein Wunsch nach persönlicher Veränderung
 - meidet enge Beziehungen
-
- Prozesskontinuum beschreibt Entwicklung (des Klienten innerhalb) einer erfolgreichen PT
 - veranschaulicht inwiefern der Prozess der Hinwendung zur Erfahrung stattfindet

18

3 Phasen der Selbstkonzeptentwicklung

- Entwicklung des Selbstbildes gehört zur gesunden (psychischen) Entwicklung eines Kindes
- Selbstkonzept repräsentiert bestimmte Selbst- u. Beziehungserfahrungen, diese sind mit aktuellen Erfahrungen vergleichbar
- Mit Strukturen des Selbstkonzepts unvereinbare Erfahrungen stellen **Inkongruenz** dar, können Selbstkonzept bedrohen und Angst hervorrufen
- Selbstkonzeptentwicklung = phasenweise Entwicklung; abhängig von der Phase, in der Inkongruenz erlebt wird, variiert Angst

19

1. Phase

- Erfahrungen des Kindes beziehen sich nur auf die Bewertung seiner eigenen Befindlichkeiten u. der lebenserhaltenden, körpernahen Regulierung dieser Erfahrungen (mittels Pflege-/Bindungspersonen)
- basale Affekte als Empfindungs- u. Ausdrucksprogramme angeboren, unmittelbar nach Geburt identifizierbar
- Erfahrungen können nur ins Selbstkonzept integrierbar, wenn Pflege-/Bindungspersonen das Kind empathisch verstehen, bedingungslos positiv beachten und nicht inkongruent werden

20

2. Phase

- Kind macht nun subjektive Selbsterfahrungen, beginnt Gefühle und Absichten zu haben
- erlebt jetzt eigene Bewertung seiner Erfahrungen und Vergleich mit ersten Selbstrepräsentanzen (kann z.B. stolz auf sich sein / Scham empfinden)
- Diese Selbsterfahrungen kann es, wenn es darin anerkannt wird, in sein Selbstkonzept integrieren
- erfolgreicher Integrationsprozess von Erfahrung in das Selbstkonzept = angenehme Erfahrung
- Wenn dafür notwendige Bedingungen nicht erfüllt werden, kann Inkongruenz erlebt werden

21

2. Phase

- Kind kann Angst empfinden / auf seine Erfahrung wie auf einen Feind reagiert (Flucht- u. Kampfimpulse)
- Wenn das Kind bedingungsfreie positive Beachtung erfährt können auch 1. Inkongruenzerfahrungen in das Selbstkonzept integriert werden
- Kind kann sich dann bei erneutem Aufkommen dieser Erfahrungen in ihnen verstehen u. akzeptieren

22

3. Phase

- Kind entdeckt persönl. Entwicklungsmöglichkeiten und –begrenzungen sowie seine Bewertung anderer darin
- falls diese Bewertung z.B. nicht mit einer bedingungsfreien positiven Beachtung einhergeht wird Inkongruenz erlebt (Angst/Verteidigungsform)
- je früher Erfahrungen nicht in das Selbstkonzept integriert werden können, desto anfälliger ist die Person für Angst
- Stabiles Selbstkonzept = „Bollwerk“ gegen Erleben von Chaos und Angst

23

Das Angsterleben bei den mehr oder weniger frühen Störungen

- Reife des Selbstkonzepts hängt von der Wahrscheinlichkeit, dass Angst erlebt wird und deren Qualität ab
- Wurden in der 1. Phase wenige Erfahrungen der unbedingten positiven Beachtung i.d. affektiven Erfahrung gemacht u. ins Selbstkonzept integriert = Selbstkonzept, das durch jede affektive Erfahrung, die mit Abhängigkeit oder dem Bindungsbedürfnis verknüpft ist, erschüttert wird
- Kind erlebt, dass es alleine körperlich u. psychisch nicht überlebensfähig ist

24

- Stagnierung d. Entwicklung in 2. Phase: Inkongruenz bringt Angst mit sich, böse und wertlos zu sein, infolge dessen verlassen zu werden
- kommt auf, wenn Person in ihren Gefühlen, Absichten und besonders in ihrer Verteidigung gegen mit dem Selbstkonzept inkompatiblen Erfahrungen falsch verstanden / bewertet werden
- Stagnierung d. Entwicklung in 3. Phase: sind Erfahrungen nicht in das Selbstkonzept integriert kommen Zweifel auf, dass man „in Ordnung“ ist („richtiger“ Mann/Frau)
- Selbstzweifel/Schuldgefühle, wenn Betroffener Anerkennung erlebt, die an Bedingungen geknüpft ist

25

7. Die Ätiologie psychotherapierbarer psychischer Störungen

- psychische Störungen sind behandelbar, wenn ihre Entstehung mit Stagnation der Selbstentwicklung verbunden ist / Störung auf Inkongruenz zwischen Erfahrung und Selbstkonzept gründet
- Symptome psychoneurotischer Störungen = Verteidigungshaltungen gegenüber Erfahrungen angesehen, die das Selbstkonzept bedrohen
- vegetativ-funktionelle/psychosomatische Störungen behandelbar bei gesicherter psychischer Ätiologie

26

- Annahme der 3 versch. Phasen in der Entwicklung des Selbstkonzepts ist Voraussetzung für Unterscheidung mehr oder weniger früher Störungen
- Wenn früh Selbsterfahrungen nicht in das Selbstkonzept integriert werden konnten ist primäre Inkongruenz ausgeprägter
- welche Ängste beim Betroffenen beim Erleben einer sekundären Inkongruenz aufkommen ist davon abhängig, in welcher Phase die Stagnation der Selbstentwicklung eingesetzt hat
- auch Qualität des Selbstexplorationsprozesses hängt davon ab, wann die Störungen begonnen haben.

27

■ Ende

28