

Sartres Scham als Fundierung der gestalttherapeutischen Ich-Du-Beziehung

Kerstin Lang

Psychotherapie-Wissenschaft 7 (1) 33–41 2017
www.psychotherapie-wissenschaft.info
CC BY-NC-ND

Zusammenfassung: Die Gestalttherapie versteht sich auch als existenzialistischer Ansatz. Heidegger, Husserl und Buber werden in der einschlägigen Literatur oftmals zitiert. Vor allem Bubers Ich-Du-Beziehung bildet einen wichtigen Baustein der Theorie und wird als wichtiger (Wirk-)Faktor in der therapeutischen Behandlung gesehen. Sartre als wesentlicher Vertreter des Existenzialismus wird hingegen in der Gestalttherapie nicht explizit erwähnt. Stefan Schwall sieht die Möglichkeit, dass der Kontaktbegriff und die heilsame Komponente der Ich-Du-Beziehung durch die Beschäftigung mit Sartres Philosophie genauer definierbar werden, ohne dabei Rückgriffe auf Metaphysisches zu benötigen. Dieser Artikel macht den Versuch, Schwalls Überlegungen und Forderungen zu beantworten, indem Sartres Verständnis der Beziehung zu Umwelt und Individuum und der Selbstwerdung sowie die gestalttherapeutische Sichtweise auf Individuum und Umwelt beleuchtet werden.

Schlüsselwörter: Gestalttherapie, Existenzialismus, Sartre, Paul Goodman, Buber, Ich-Du-Beziehung, Kontakt, Scham

Ausgangsbasis meiner Überlegungen

In ihren Arbeiten über die eigene theoretische Fundierung ist zu bemerken, dass sich GestalttherapeutInnen der jüngeren Generation mit Edmund Husserl und Martin Heidegger auseinandergesetzt haben, nicht aber mit Jean-Paul Sartre. Paul Goodmans Veto gegen «Existenzialtherapie» geht ja darauf zurück, dass er Sartres Philosophie als «zu nihilistisch» (zit. n. Rosenblatt, 2008) empfand, was der Gestalttherapie gleichermassen ihren Namen und die Assoziation mit der Gestaltpsychologie einbrachte. Meine These lautet, dass die Auseinandersetzung mit dem Existenzialismus und vor allem auch mit Sartres Ideen eine interessante Möglichkeit bietet, gestalttherapeutische Theorien zu beleuchten, zu erweitern und eventuell dadurch eine veränderte, fundierte Argumentationsweise gegenüber anderen Therapieschulen zu gewinnen. Im Folgenden soll anhand des Themengebietes der Beziehung des Individuums zu seiner Umwelt der Nachweis erbracht werden, dass für die Gestalttherapie die Beschäftigung mit Sartre fruchtbringend ist.

Stefan Schwall fordert von einer fundierten Theorie der Ich-Du-Beziehung, dass sie Kontakt als invasiv, also nicht als blosses Oberflächenphänomen verstehen und die Heilkraft dieses Kontakts erklären muss – diese beiden Punkte zusammen gewährleisten ihm zufolge, dass «die von uns bemühte Metapher der Ich-Du-Beziehung durch diese Erklärung eine argumentative Basis erhält» (Schwall, 2012). Die Möglichkeit einer solchen Erklärung sieht Schwall in Sartres Philosophie vorliegen. Allerdings sollten diese Argumentationsschritte mit Bedacht formuliert werden – wenden wir uns also zunächst Goodmans und Sartres Konzeption der Gemeinschaft bzw. Gesellschaft zu.

Das Individuum und sein Umfeld

Zuerst möchte ich die Gestalttherapie und Sartre in ihrer Haltung zur Umwelt und der Gesellschaft verorten.

Schon aus Goodmans und Sartres Biografien lassen sich deren unterschiedliche Zugänge zur Gemeinschaft erkennen. Auf der einen Seite Sartre, der die Menschen lieber aus der Distanz beobachtet: «[D]as Motiv des Hochsitzes, eines Ortes ausserhalb und oberhalb der Welt der Menschen, von dem aus man sie anteilslos betrachten kann, bleibt bestimmend für Sartre» (Hackenesch, 2001, S. 17). Auf der anderen Seite Goodman, der sich Zeit seines Lebens für ein alternatives Zusammenleben engagiert, vielleicht nicht zuletzt aus dem Motiv heraus, dass er sich ebenso auf Grund seiner Bisexualität als Aussenseiter fühlte. Beide sahen sich am Rande der Gesellschaft, wobei Sartre sich scheinbar nicht nach Gemeinschaft sehnte oder diese anstrebte. Seine Haltung zur Gesellschaft war, dass das Individuum seinen eigenen Sinn im Leben schafft und damit auch den Sinn von Gemeinschaft definieren und leben kann: «Und im übrigen, wenn wir sagen, daß wir die Werte erfinden, so bedeutet das nichts anderes als: das Leben hat *a priori* keinen Sinn. Bevor Sie leben, ist das Leben nichts, es ist an Ihnen, ihm einen Sinn zu geben, und der Wert ist nichts anderes als dieser Sinn, den Sie wählen. Daraus ersehen Sie, daß es die Möglichkeit gibt, eine menschliche Gesellschaft zu schaffen» (Sartre, 2000, S. 174). Goodman hingegen ging der Frage nach, wie eine Gesellschaft aufgebaut sein müsste, damit jeder Mensch leben könnte, ohne sich zu begrenzen oder Anteile seiner Persönlichkeit zu verleugnen.

Der biografische Hintergrund bzw. die persönliche Lebenseinstellung spiegelt sich, ganz dem Existenzialismus

entsprechend, auch in den Niederschriften wider. In der Gestalttherapie wird die Ganzheit des Menschen betont und das Individuum nicht nur mit seinen innerpsychischen Vorgängen isoliert betrachtet. Der Mensch darf nicht ohne sein Umfeld gesehen werden, wofür man den Begriff des «Organismus-/Umweltfeld» übernahm: «[I]t is meaningless to define a breather without air, a walker without gravity and ground, an irascible without obstacles, and so on for every animal function. The definition of an organism is the definition of an organism/environment field» (F.S. Perls et al., 2013 [1951], S. 259).

Der Mensch wird in der Gestalttherapie stets als Organismus gesehen, dessen Definition seine Umwelt mit einschliesst. Goodman setzt sich im zweiten Teil von *Gestalt Therapy. Excitement and Growth in Human Personality* (ebd.) mit dem Einzelnen und dessen Beziehung zur Umwelt, also der Gesellschaft auseinander und damit, weshalb Therapie immer auch politische Arbeit ist. Wenn der Einzelne authentisch lebt und für sich selbst eintritt, so verändert er damit auch gesellschaftlich etwas – eine Haltung, die Sartre in ähnlicher Weise in seinem erstmals 1946 veröffentlichten Essay *Der Existenzialismus ist ein Humanismus* vertritt:

«So besteht die erste Absicht des Existenzialismus darin, jeden Menschen in den Besitz seiner selbst zu bringen und ihm die totale Verantwortung für seine Existenz aufzubürden. Und wenn wir sagen, der Mensch ist für sich selbst verantwortlich, wollen wir nicht sagen, er sei verantwortlich für seine strikte Individualität, sondern für alle Menschen. [...] Der zweite Sinn ist der tiefe Sinn des Existenzialismus. Wenn wir sagen, der Mensch wählt sich, verstehen wir darunter, jeder von uns wählt sich, doch damit wollen wir auch sagen, sich wählend wählt er alle Menschen. In der Tat gibt es für uns keine Handlung, die, den Menschen schaffend, der wir sein wollen, nicht auch zugleich ein Bild des Menschen hervorbringt, wie er unserer Ansicht nach sein soll» (Sartre, 2000, S. 150ff.).

Eine Argumentation Sartres, in der er versucht, den Existenzialismus, wie er ihn versteht, menschlicher wirken zu lassen.

Sartre hat eine klare Haltung, was die Selbstbestimmtheit eines Menschen anbelangt. Er geht in *Das Sein und das Nichts* (2012 [1943]) davon aus, dass der Mensch immer wählen kann, unabhängig davon, welche Umstände gerade vorherrschen. Erst später ändert Sartre seinen Standpunkt, und die äusseren Umstände gewinnen an Einfluss auf den Einzelnen:

«Es ist eine konkrete geschichtliche Welt, in die ich zufällig hineingeboren werde. Deren Schicksale einer von mir unabhängigen Logik des Geschehens folgen, die trotzdem *mein* Schicksal zu bestimmen vermag. In dieser Welt habe ich zu existieren als ein Einzelner. Ein Einzelner, der trotz allem *frei* darin ist, über die *Bedeutung*, die sie für ihn hat, selbst zu entscheiden» (Sartre, 2012 [1943], S. 32).

Fritz Perls äussert sich ähnlich in seinem (ursprünglichen) Gestaltgebiet, das stark die Eigenverantwortung betont.

Auch in seinen Workshops liegt die Betonung auf der eigenen Freiheit, nach dem Motto: «Ich bin nur für mich da». Etwas anders betrachtet es Fritz' Ehefrau. Aus Laura Perls' Sicht kommt es allzu oft (bezogen auf TherapeutInnen) zu einer Überbetonung des eigenen Seins und der eigenen Verantwortung, in der der Dialog und die Begegnung vernachlässigt werden oder der bzw. die TherapeutIn versucht, sich aus der Beziehung herauszunehmen: «Für manche gilt der Slogan ›I do my thing and you do your thing‹ als Bezugsrahmen ihres therapeutischen Handelns, wobei die Betonung ausschliesslich auf die Verantwortung fürs eigene Sein gelegt wird und die soziale Mitverantwortung, d. h. die interpersonelle Begegnung – das, was Buber ›Dazwischen‹ nannte – vernachlässigt» (L. Perls, 2005, S. 178).

Doch die Auseinandersetzung mit Gesellschaft und dem Individuum findet nicht nur in dem Begriff des Organismus-/Umweltfeld seinen Niederschlag. Auch der Begriff des Holismus, den Fritz Perls in seinem Buch *Das Ich, der Hunger und die Aggression* (2007 [1947]) in seine Theorie übernahm – übrigens bevor Laura und Fritz Perls Paul Goodman kannten –, geht dem nach und unterstreicht die Wichtigkeit der Interdependenz zwischen Einzelnem und der Umwelt.

Auf Jan Christiaan Smuts, dem Begründer der holistischen Lehre, bezogen meint Fritz Perls in einem Interview mit Simkin (1978, S. 4):

«Er war eine wichtige Person in meiner Entwicklung; er war der erste wirkliche Holist und ging sogar weiter als Goldstein. Goldstein betrachtete den Organismus als Ganzheit, Smuts sah jedoch auch noch den ökologischen Aspekt, daß es nicht nur der Organismus ist, sondern der in die Welt eingebettete Organismus, der zählt, daß man das eine nicht ohne das andere betrachtet.»

Auch Sartre ist die Interdependenz nicht fremd, wenngleich die Betonung hier mehr auf dem Phänomen und dem Sein als auf dem «Verwobensein» mit der Umwelt liegt. Gleich zu Beginn von *Das Sein und das Nichts* schreibt er in Bezug auf die Phänomenologie am Beispiel der Physik, spezifischer der Kraft:

«Die Kraft zum Beispiel ist nicht ein metaphysischer *co-natus* unbekannter Art, der sich hinter seinen Wirkungen (Beschleunigung, Umleitung usw.) versteckte: sie ist die Gesamtheit dieser Wirkungen. Ebenso hat der elektrische Strom keine geheime Kehrseite: er ist nichts als die Gesamtheit der physikalisch-chemischen Wirkungen (Elektrolysen, Glühen eines Kohlefadens, Bewegung der Galvanometernadel usw.), die ihn manifestieren. Keine dieser Wirkungen genügt, ihn zu offenbaren. Aber sie zeigt nichts an, was *hinter* ihr wäre: sie zeigt sich selbst an und die totale Reihe» (Sartre, 2012 [1943], S. 9ff.).

Auf das Sein bezogen betrachtet Sartre das «Phänomen» oder die «Existenz» folgendermassen: «Das Existierende ist Phänomen, das heisst, es zeigt sich selbst als organisierte Gesamtheit von Qualitäten an. Sich selbst und nicht sein Sein. Das Sein ist einfach die Bedingung jeder Enthüllung» (ebd., S. 16).

Es zeigt sich hier deutlich, dass bei Sartre ähnliche Überlegungen wie bei den Gestalttherapeuten vorliegen, Sartre sich jedoch ausgehend vom Individuum dem Sein in der Welt nähert, während die Gestalttherapie dem Aussen eine grössere Gewichtung in der Formung der Person beimisst. Beide teilen den Ausgangspunkt, dass der Einzelne nur in seiner Gesamtheit betrachtet werden kann und mithilfe der Phänomene die Existenz angezeigt wird.

Der gelungene Kontakt

Da die Ausgangslage die Forderung Stefan Schwalls nach einer fundierten Erklärung zum Kontakt als Heilkraft war, muss an dieser Stelle beleuchtet werden, wie es zu einem «nicht heilsamen» Kontakt kommt. Hierzu möchte ich eine Stelle aus *Gestalttherapy* zitieren:

«The Personality is the system of attitudes assumed in interpersonal relationships; is the assumption of what one is, serving as ground on which one could explain one's behavior, if the explanation were asked for. When the interpersonal behavior is neurotic, the personality consists of a number of mistaken concepts of oneself, introjects, ego-ideals, masks, etc.» (F.S. Perls et al., 2013 [1951], S. 382).

Diese Annahme erinnert stark an Sartres «mauvaise foi». In der *mauvaise foi* geht es um Selbsttäuschung. Ich mache mir selbst etwas über mich selbst vor, zur Not stelle ich Irrtümer als Wahrheit hin und umgekehrt. Es geht also um Unaufrichtigkeit, die etwas anderes ist als die Lüge. Sartre hält jedoch auch fest, dass er dem Subjekt oder dem Mechanismus der Unaufrichtigkeit keine reflektierte, willentliche Entscheidung unterstellt, er sieht es vielmehr «als eine spontane Bestimmung unseres Seins» (Sartre, 2012 [1943], S. 155). Er vergleicht das, was in diesem Moment passiert, mit dem Einschlafen oder dem Träumen. Als Beispiel für die *mauvaise foi* soll der Kellner dienen, der zuerst eine Rolle spielt bzw. sich so verhält, wie er denkt, dass ein Kellner sein soll. Identifiziert er sich mit dieser Rolle, so zählt er die Eigenschaften als zu sich gehörig. Aus einem «So-tun-als-ob» wird ein «Das-bin-ich». Es ist in komplexeren Situationen eine vereinfachende Handlung sich selbst und der Umwelt gegenüber, die keine bewusste Lüge oder ein bewusstes Vorspielen ist. Die *mauvaise foi* erleichtert uns auch von der Komplexität der Wahlfreiheit, indem ich mich dafür entscheide, *so* zu sein (in diesem Fall die Identifikation als Kellner) und mich somit gegen andere (Rollen-)Möglichkeiten entscheide. Eine noch deutlichere Ähnlichkeit lässt sich in folgenden Zitaten finden:

«Die späte Ernte kreativen Sozialkontaktes fährt als formierte Persönlichkeit ein: als Sichidentifizieren mit Gruppen sowie als stabile kommunikative und moralische Haltungen. Unter idealen Bedingungen hat das Selbst nicht viel Persönlichkeit. Wenn das Selbst viel Persönlichkeit hat, schleppt es eine Menge unbendeter Situationen mit sich herum, hält fest an inflexiblen Haltungen und verheerende Loyalitäten» (Blankertz, 2012, S. 135).

In beiden Denkansätzen setzt die Bildung der Persönlichkeit bzw. der Beginn einer Neurose in der situativ geforderten Auseinandersetzung des Menschen mit seiner Umgebung ein. Für Sartre ist es ein (Auswahl-)Akt, der für das Individuum notwendig ist, um sich in der komplexen Welt zurecht zu finden und der existenziellen Angst zu entkommen, die aufgrund der unbegrenzten Wahlmöglichkeiten auftaucht. In dieser Vereinfachung erliegt es aber auch der Verwechslung zwischen den realen Möglichkeiten und der eigenen auferlegten Begrenzung der Realität.

In der Gestalttherapie entsteht die Bildung der Persönlichkeit bzw. die Neurose durch die wiederholte Erfahrung, das eigene Selbst nicht entfalten zu können. Somit entsteht Persönlichkeit nur in der Begegnung mit dem Anderen bzw. der Umwelt als verfestigte Struktur oder – anders gesagt – als unflexibles Verhaltensmuster einer Person, welches etwas anderes ist als das Ich in seiner Funktion.

Beide sehen den Mechanismus der Identifikation mit der Umwelt und deren (eventuellen) Erwartungen dem Individuum gegenüber als entscheidend für eine «Störung» der Selbstentfaltung.

In meiner Überlegung möchte ich jetzt noch einen Schritt weitergehen und mich der Frage zuwenden, wie der Mensch nun zum Individuum wird? Wie kann ich ein Gefühl von mir als ein «Selbst» entwickeln?

Die Rolle «des Anderen» in der Entwicklung des Selbstgefühls

Sartre

Der Andere hat nicht nur Bedeutung für den Einzelnen in der Neurosenbildung, ihm kommt in der Gestalttherapie auch in der Form des Therapeuten und der Beziehung als heilende Kraft Bedeutung zu. In der Gestalttherapie wird Beziehung auch als Kontakt bezeichnet. Vor allem Martin Buber wird hier oftmals zitiert: «*Kontakt* ist ein *Grenzphänomen* zwischen Organismus und Umwelt. Es ist die Anerkennung des und Auseinandersetzung mit dem *anderen*» (L. Perls, 2005, S. 93). Wie vorhin schon erwähnt, wird auch Martin Buber als existenzialistischer Philosoph eingestuft. Laura Perls bezieht sich in Interviews immer wieder zustimmend auf ihn: «Was Buber *Begegnung* nannte, nennen wir *Kontakt*, d.h. die Wahrnehmung und Auseinandersetzung mit den anderen als den anderen» (ebd., S. 179). Buber lässt sich nicht wegdenken, wenn in der Gestalttherapie von einer Ich-Du-Beziehung gesprochen wird.

Zunächst möchte ich wieder zur biografischen Ausgangslage von Sartre Bezug nehmen:

«Auf dem Balkon einer sechsten Etage – dort hätte ich mein ganzes Leben zubringen sollen. Man muß die moralische Überlegenheit durch ein gegenständliches Symbol stützen, sonst bricht sie in sich selbst zusammen. Was ist nun, genau genommen, meine Überlegenheit über die Menschen? Meine erhöhte Position, das ist alles: ich habe mich über das Menschliche in mir selbst

erhoben und betrachte es» (Sartre; zit. n. Hackenesch, 2001).

Zeit seines Lebens bezieht Sartre eine reflektierende, betrachtende Position. In Biografien und Beschreibungen wirkt er distanziert – er ist ein Denker, ein Intellektueller, ein Literat ohne innige Beziehungen zu seinen Mitmenschen. Selbst zu Simone de Beauvoir, seiner Gefährtin, bleibt stets eine gewisse Distanz spürbar, die sich auch darin ausdrückt, dass er sie bis an sein Lebensende in seinen Briefen mit «Sie» anspricht.

Was bedeutet nun das Gegenüber in seinen Werken für das Individuum? Für Sartre bedeutet es zunächst einmal eine Begrenzung des eigenen Seins und der eigenen Freiheit. Man selbst wird sich seines Körpers bewusst, seines An-sich-Seins – und die Erkenntnis, Objekt für den Anderen zu sein, bringt Scham mit sich.

«Die reine Scham ist nicht das Gefühl, dieses oder jenes tadelnswerte Objekt zu sein, sondern überhaupt ein Objekt zu sein, das heißt, sich in diesem verminderten, abhängigen und erstarrten Objekt, das ich für den Anderen bin, *wiederzuerkennen*. Die Scham ist das Gefühl *eines Sündenfalls*, nicht weil ich diesen oder jenen Fehler begangen hätte, sondern einfach deshalb, weil ich in die Welt «gefallen» bin, mitten in die Dinge, und weil ich die Vermittlung des Anderen brauche, um das zu sein, was ich bin» (Sartre, 2012 [1943], S. 516).

Also ist der Andere für Sartre nicht nur eine Begrenzung seiner Freiheit, sondern auch ein Gegenüber, das mich als Individuum erkennen kann. Die Biografie Sartres interpretierend könnte man sagen, dass auch er nicht auf seinem Balkon über den Menschen bleiben konnte. Um sich selbst zu entwickeln, begreifen und definieren zu können, ist auch er abhängig vom Anderen. Bezogen auf Sartres Aussage über die Scham verdichten sich einige wichtige Komponenten, die der Mensch braucht, um zu diesem Gefühl zu kommen. Um sich schämen zu können, braucht es drei Bedingungen, die schon im Satz «Ich schäme mich» indirekt enthalten sind. Zum einen braucht es den Anderen, vor dem ich mich schämen kann, zum zweiten eine Idee davon, wie ich vom Anderen gesehen werden kann, und zum dritten die Wahrnehmung von mir selbst als Selbst.

Auch Laura Perls ordnet die Scham dem Grenzbereich zwischen mir und dem Anderen zu, jedoch ist die Beziehung zum Anderen für sie weniger eine Nichtung, wie in Sartres Beschreibung, als eine Begegnung und Auseinandersetzung mit dem Gegenüber:

«[I]ch habe ziemlich früh verstanden, dass Verlegenheit der Grenzbereich par excellence ist, und diese Erkenntnis ist ein wesentlicher Bestandteil meines Ansatzes in der Therapie ebenso wie in der Therapieausbildung. Du stehst mit einem Fuß auf bekanntem, und mit dem anderen auf unbekanntem Gebiet. Wenn es dir gelingt, deine Verlegenheit zu akzeptieren, dann fängst du an, in Kontakt mit dem «Unbekannten», dem «anderen» zu gehen» (L. Perls; zit. n. Doubrava, 2005, S. 181).

In Sartres Abhandlungen ist der Andere für die eigene Existenz und dem eigenen Gefühl zu sein unentbehrlich – oder anders ausgedrückt: Der Andere ist eine notwendige Bedingung meiner Selbstwerdung. Jedoch bleibt Sartre bei der Funktionalität, die das Gegenüber für die eigene Person hat. Seine Auseinandersetzung betont das Trennende zweier Personen, die aber nicht getrennt voneinander existieren können: «Ich kann den Anderen nur auf Distanz halten, wenn ich eine Grenze für meine Subjektivität akzeptiere. Aber diese Grenze kann weder von mir kommen noch durch mich gedacht werden, denn ich kann mich nicht selbst begrenzen, sonst wäre ich eine abgegrenzte Totalität» (Sartre, 2012 [1943], S. 512).

So ist, in anderen Worten, das Gegenüber der Andere, in seinem Für-sich-Sein notwendig, damit ich mich als mich selbst begreife und damit ich auch eine Begrenzung meines Seins erkenne. Den Anderen kann ich aber nur als Objekt erfassen und in diesem Sinne kann mir klar werden, dass auch ich im Blick des Anderen nur Objekt für diesen bin. Die Begrenzung findet genau in diesem Erkenntnisakt statt, ich bin ein Körper, ich werde gesehen von einem Anderen und der Andere definiert sich für mich durch die Eigenschaften, die nicht ich bin. Dementsprechend negiere ich den Anderen und mich selbst. «So wird der Andere nun das, was ich meiner Projektion auf das Nicht-Anderer-sein hin begrenze. [...] Der Andere wird *dann das, was nicht zu sein ich mich mache*, und seine Möglichkeiten sind Möglichkeiten, die ich zurückweise und einfach betrachten kann, als tote – Möglichkeiten» (ebd., S. 515ff.). Für Sartre bleibt das Bewusstsein vom Anderen ein Bewusstsein von einem Objekt, auch wenn klar ist, dass der Andere ebenso seine eigene Subjektivität hat. «Der grundsätzliche Unterschied zwischen Objekt-Anderem und Subjekt-Anderem kommt allein daher, daß der Subjekt-Andere in keiner Weise als solcher erkannt oder auch nur erfaßt werden kann» (ebd., S. 524).

Buber

An dieser Stelle kann Buber als Kontrapunkt dienen. Mit der Aussage, der Subjekt-Andere könne in keiner Weise als solcher erkannt oder auch nur erfasst werden, unterscheidet sich Sartre stark von Bubers Zugang zum Phänomen der Beziehung. Buber unterscheidet zwei Formen von Beziehung, die Ich-Du- und die Ich-Es-Beziehung. Das Ich für sich alleine existiert ihm zufolge nicht: «Es gibt kein Ich an sich, sondern nur das Ich des Grundwortes Ich-Du und das Ich des Grundwortes Ich-Es. Wenn der Mensch Ich spricht, meint er eins von beiden» (Buber, 2009 [1923], S. 4). Um mein Ich, meine Selbstheit zu definieren, brauche ich den Anderen als Gegenüber. Ich nichte mich am Anderen, soweit Sartres Aussage. Buber teilt demgegenüber seine Theorie in zwei Bereiche, nämlich in den der Erfahrung (Ich-Es) und den der Beziehung (Ich-Du). Erfahrungen zu machen oder sich im Bereich des Ich-Es zu befinden, bedeutet für Buber ein Zerlegen, ein Beschreiben und Reflektieren meines Gegenübers, wobei als Gegenüber ein Gegenstand, ein Mensch, aber

auch eine Pflanze oder ein Tier gestellt werden kann. Ich erfasse also den Anderen als Objekt mit Eigenschaften, jedoch nicht mehr als Ganzheit. Vielleicht ist diese Bezugnahme noch Sartres An-Sich, also die Dinge in der Welt, die ihre Existenz durch die erfahrbaren Phänomene zeigen, annähernd ähnlich.

Anders ist es im Falle des Ich-Du. Buber beschreibt diese Ebene folgendermassen: «Man sucht den Sinn der Beziehung nicht zu entkräften: Beziehung ist Gegenseitigkeit» (Buber, 2009 [1923], S. 8). Ein Erfassen des Gegenübers in seinem Wesen, ohne ihn zu beschreiben und zu zerlegen, also ein Gewährsein all seiner Eigenschaften oder – ein Versuch es noch «gestalttherapeutischer» auszudrücken – das Erkennen des Eingebettetseins eines Organismus in seine Umwelt.

Auch in der Gestalttherapie wird die Gegenseitigkeit betont. Der Versuch wird unternommen, dass der Therapeut die Rolle des Experten und «wissenden Analytiker» aufgibt und an diese Stelle eine Beziehung auf Augenhöhe rückt, in der der Patient angeleitet wird, sich zu erforschen. Anders sieht das bei Sartre aus:

«Wir könnten nämlich nur dann eine beständige Haltung dem Anderen gegenüber einnehmen, wenn dieser uns *gleichzeitig* als Subjekt und als Objekt enthüllt würde, als transzendierende-Transzendenz und als transzendierte-Transzendenz, was grundsätzlich unmöglich ist. [...] Wir können uns nie konkret auf eine Gleichheitsebene stellen, das heißt auf die Ebene, wo die Anerkennung der Freiheit des Anderen die Anerkennung unserer Freiheit durch den Anderen nach sich zöge, der Andere ist grundsätzlich das Unfaßbare; er flieht mich, wenn ich ihn suche, und er besitzt mich, wenn ich ihn fliehe» (Sartre, 2012 [1943], S. 712).

Damit scheint zunächst Stefan Schwalls Forderung nach einer Argumentation, auf deren Grundlage sich die Beziehung auf Augenhöhe erklären lässt, nicht erfüllbar zu sein.

Synthese

Bisher formulieren Buber und Sartre unterschiedliche Standpunkte über den Anderen, das Gegenüber und die Beziehung zu mir als Individuum. Kernaussage beider ist jedoch, dass die Individuation nur über das Gegenüber stattfinden kann. Buber formuliert es wie folgt: «Der Mensch wird am Du zum Ich» (Buber, 2009 [1923], S. 28).

Dabei nehmen Sartre und Buber unterschiedliche Positionen ein bzw. bringen ein unterschiedliches Grundgefühl gegenüber dem Anderen mit. Folgende Aussage Sartres verdeutlicht dies: «Er erblickt mich und besitzt als solcher das Geheimnis meines Seins. Den Schlüssel zu diesem Geheimnis» (Sartre, 2012 [1943], S. 636). Die Bedeutung des Anderen für das Individuum schwingt hier mit, da dieser mehr über mein Sein weiss, als ich selbst wissen kann, und dieser Andere essenziell ist, damit ich mein Sein erfahren kann.

Buber meint zwar, dass ich mich erst durch den Anderen definieren kann, jedoch ist die Individuation nicht

das letzte Ziel in der Entwicklung eines Menschen. «Kierkegaards «ein Einzelner werden» ist, wie wir gesehen haben, nicht sokratisch gemeint: zum Ziel hat dieses Werden nicht das «richtige» Leben, sondern den Eintritt in eine Beziehung» (Buber, 1997 [1962], S. 215). Bubers (Gedanken-)Bewegung geht mehr nach aussen und betont die Gegenseitigkeit, wobei ihm wichtig ist, dass Begegnung nur zwischen zwei (geeinzelt) Menschen stattfinden kann, jenen, die sich des Andersseins des jeweils Anderen bewusst sind und trotzdem ja sagen zum Anderen.

Bis hierhin haben Sartre und Buber, bis auf die soeben erwähnte Tatsache, dass es ein Individuum braucht, um in Beziehung treten zu können, nichts gemeinsam. Wie können nun Sartres Überlegungen in der Gestalttherapie wirksam werden? Hier möchte ich mich Stefan Schwalls Anregung aufgreifen:

«Wohin haben uns unsere Überlegungen bisher gebracht? Ich ging davon aus, dass es der Gestalttherapie an einer konsistenten philosophischen Fundierung fehle. Begründet hatte ich dieses damit, dass die Gestalttherapie ontologisch sehr unterschiedliche philosophische Erklärungsmodelle bemüht, die einander sogar widersprechen. Diese Unsicherheit war für mich weiter Ausdruck einer Schwäche in der Fundierung der Grundbegriffe der Gestalttherapie. Ein Grundbegriff ist der des Kontaktes. Meine These war nun, dass der Konstruktivismus, der häufig als Erklärung der Phänomene der Gestalttherapie bemüht wird, einen Kontakt im Sinne Bubers, also eine Ich-Du-Beziehung, nicht erklären kann, da er in seiner Bewegung zur Welt immer nur im Rahmen eines Konstrukts sich diesem nähern kann. [...] In der Ontologie Sartres findet sich aus meiner Sicht die von mir geforderte Fundierung des Begriffes Kontakt im Sinne einer Ich-Du-Beziehung» (Schwall, 2012).

Dies aufgreifend möchte ich nun Sartres Bezug zum Anderen noch einmal genauer betrachten.

Mit Sartre auf den Kontaktbegriff blicken

Sartre beschäftigt sich mehr mit dem Individuum und dessen Sein oder Werden. Er setzt sich damit auseinander, was der Andere mit *mir* macht und wie *ich* ihn brauche, um mein Selbst zu werden. Sartres Ausgangspunkt und zentrales Element im Existenzialismus ist die Annahme, dass ich mich in jedem Moment entwerfe, dass es also keine Vorbestimmung und keinen (Lebens-)Sinn gibt, die a priori festgelegt sind. Der Andere dient dabei, mich als Individuum zu sehen, indem ich mich definieren kann und sehe, was ich nicht bin. Somit ist Sartre einen Schritt vor dem, was Buber vom beziehungs-fähigen Menschen möchte. Buber beschreibt die Beziehung und Begegnung zweier Individuen. Was jedoch nicht beschrieben ist, ist *wie* sich ein Mensch zum Individuum entwickeln kann. Erst nach diesem Prozess kann Ich-Du-Beziehung und Ich-Es-Beziehung oder Eintritt in eine Gemeinschaft erfolgen.

Stefan Schwall beschäftigt sich in seinem Vortrag mit Sartre und damit, wie Sartres Existenzialismus behilflich

sein kann, den Kontaktbegriff in der Gestalttherapie zu konturieren:

«Ich halte den Begriff der Beziehung für einen metaphysisch problematischen Begriff. Metaphysisch problematisch heißt, er benötigt eine Fundierung im grundsätzlichen Sinne, damit er nicht konturlos wird. Konturlos wird dieser Begriff, weil er ein Phänomen beschreibt, welches sich eben nicht mehr so unproblematisch auf einen abstrakteren Begriff reduzieren lässt. Und dieses ist deshalb problematisch, weil er so sehr in unserer Alltagssprache verankert ist und dort ein Grundbegriff ist, so dass eine weitere Beschreibung schwierig ist» (Schwall, 2012).

Auch Schwall bezieht sich auf den Individuationsprozess durch den Anderen, wie er von Sartre beschrieben wird. Die Vagheit des Kontaktbegriffs liegt vielleicht auch darin, dass Buber mit dem Chassidismus auch etwas Metaphysisches in seine Theorie mit hineinnimmt und konkreteres Argumentieren weglässt: «Die Beziehung zum Du ist unmittelbar. Zwischen Ich und Du steht keine Begrifflichkeit, kein Vorwissen und keine Phantasie» (Buber, 2009 [1923], S. 12).

Buber definiert die Ich-Du-Beziehung ähnlich dem, was wir aus der Gestaltpsychologie kennen:

«Wie die Melodie nicht aus Tönen sich zusammensetzt, der Vers nicht aus Wörtern und die Bildsäule nicht aus Linien, man muß dran zerren und reißen, bis man die Einheit zur Vielheit zubereitet hat, so der Mensch, zu dem ich Du sage. Ich kann die Farbe seiner Güte aus ihm holen, ich muß es immer wieder; aber schon ist er nicht mehr Du» (ebd., S. 9).

In diesem Sinne gibt es keine Beziehung für Sartre. Begegnung besteht für ihn aus Phantasieren darüber, was der Andere von mir sieht und wie ich mir vorstelle, dass ich mich ihm bzw. ihr gegenüber verhalten sollte:

«Um zu irgendeiner Wahrheit über mich zu gelangen, muß ich durch den anderen gehen. Der andere ist für meine Existenz unentbehrlich, wie übrigens auch für die Kenntnis, die ich von mir selbst habe [...]. So entdecken wir sofort eine Welt, die wir Inter-Subjektivität nennen werden, und in dieser Welt entscheidet der Mensch darüber, was er ist und was die anderen sind» (Sartre, 2000, S. 166).

Man kann also an diesem Punkt bemerken, dass Sartre eine viel genauere Auseinandersetzung zwischen dem Anderen und mir betreibt als zuerst angenommen. Dem Gegenüber kommt eine grosse Gewichtung zu, damit ich zu mir komme und Bewusstwerdung finde, wenngleich es Heideggers «Wesenhaftigkeit des Mitseins» für Sartre nicht gibt (vgl. hierzu Hackenesch, 2001, S. 33). Der Blick des Anderen als Enthüllung meines Seins, welches mir in dieser Form ohne ihn nicht möglich wäre zu erkennen, ist ein zentraler Punkt bei Sartre:

«Und da die Existenz des Anderen mir das Sein enthüllt, das ich bin, ohne daß ich mir dieses Sein aneignen oder

es mir auch nur denken kann, motiviert diese Existenz zwei entgegengesetzte Haltungen: der Andere *erblickt* mich und besitzt als solcher das Geheimnis meines Seins, er weiß, was ich *bin*; demnach ist der tiefere Sinn meines Seins außerhalb meiner, in einer Abwesenheit gefangen; der andere ist mir gegenüber im Vorteil» (Sartre, 2012 [1943], S. 636).

Auch hier ist der Andere wieder Objekt, der dem eigenen dient. Der Andere bekommt die Funktion, dass er durch seine Existenz dem eigenen Dasein Substanz verleiht.

«Wir können uns nie auf eine Gleichheitsebene stellen, das heißt auf die Ebene, wo die Anerkennung der Freiheit des Anderen die Anerkennung unserer Freiheit durch den Anderen nach sich zöge. Der Andere ist grundsätzlich das Unfaßbare; er flieht mich, wenn ich ihn suche, und besitzt mich, wenn ich ihn fliehe» (ebd., S. 712).

Anders sieht es Buber, wenn er sich mit der Erfassung des Gegenübers und dem Erblicktwerden beschäftigt:

«Jede wirkliche Beziehung in der Welt ruht auf der Individuation; die ist ihre Wonne, denn nur so ist Einander erkennen der Verschiedenheit gewährt, und ist ihre Grenze, denn so ist das vollkommene Erkennen und Erkenntwerden versagt. Aber in der vollkommenen Beziehung umfaßt mein Du mein Selbst, ohne es zu sein; mein eingeschränktes Erkennen geht in einem schrankenlosen Erkenntwerden auf» (Buber, 2009 [1923], S. 95).

Sartre wie Buber setzen sich somit mit dem Blick des Gegenübers auseinander und mit dessen Bedeutung für das Individuum. Beide erachten den Anderen als wichtig für den Individuationsprozess. Anders als Buber beschreibt Sartre den Blick des Anderen als beschämend – beschämend deshalb, weil der Andere mehr erkennen kann als ich an mir selbst erkenne und im Blick des Anderen mein eigenes Objektsein für ihn verspüre. Für Buber ist es möglich, das Wesen des Anderen zu spüren, er sieht diesen Moment der Ich-Du-Beziehung als keinen kognitiven Akt an. Der Sprachgebrauch und Ausgangspunkt Bubers ist zwar ebenso ein existenzialistischer, jedoch auch geprägt vom Chassidismus, sodass es für ihn ein inneres Wesen gibt, wofür er das Bild der Puppe und des ihr innewohnenden Faltes verwendet. Sartre hingegen hält sich an das, was offensichtlich ist, an die Phänomene. Er versucht, Beziehung zu anderen Menschen und das eigene Dasein ohne den Rückbezug auf etwas Metaphysisches zu beschreiben. Er beschreibt zwei Modi, in denen ich den Anderen halten kann. Entweder ist er der Objekt-Andere, den ich so erfasse, wie ich einen Hammer oder einen Gegenstand erfasse, nämlich in seiner Funktion. Erkenne ich aber, dass der andere ebenso Fähigkeiten und Talente besitzt, so wird er zum Subjekt-Andere. In diesem Moment werde ich zum Objekt, da ich weiss, dass mein Gegenüber mich zum Objekt macht, wie ich es beim ihm tue.

«Meine ständige Sorge ist es also, den Andern in seiner Objektivität zusammenzuhalten, und meine Bezüge

zum Objekt-Anderen bestehen wesentlich aus Tricks, die ihn Objekt bleiben lassen sollen. Aber ein Blick des Anderen genügt, damit alle diese Tricks scheitern und ich von neuem die Verwandlung des Anderen erfahre. So werde ich von der Verwandlung auf die Verminderung und von der Verminderung auf die Verwandlung verwiesen, ohne daß mir jemals eine Gesamtschau dieser beiden Seinsmodi des Anderen gelingt» (Sartre, 2012 [1943], S. 530).

Anders als Buber, dessen Begriff der Ich-Du-Beziehung man auch als Wesensschau bezeichnen könnte, kann bei Sartre keine Erfassung des anderen in seinem Wesen stattfinden. Fast konträr dazu schreibt Buber:

«Wer ein ganzes Wesen sieht und es ablehnen muß, ist nicht mehr im Reich des Hasses, sondern in dem der menschhaften Einschränkung des Du-sagen-könnens. Daß dem Menschen widerfährt, zu seinem menschlichen Gegenüber das Grundwort, das stets eine Bejahung des angesprochenen Wesens einschließt, nicht sprechen zu können, entweder den anderen oder sich selbst ablehnen müssen: das ist die Schranke, an der das In-Beziehung-treten seine Relativität erkennt und die erst mit dieser aufgehoben wird» (Buber, 2009 [1923], S. 17).

Auch Buber schränkt die Ich-Du-Beziehung ein, insofern als aus diesem Moment der Wesensschau das Gegenüber wieder zu einem Es, einem Gegenstand oder Objekt werden muss. Buber geht von Momenten aus, in denen man nicht nur Objekt für den Anderen bleibt, was Sartre anders sieht:

«[D]as ist die Tatsache, daß der Andere sich nicht anders definieren läßt als durch eine totalitäre Organisation der Welt und daß er der Schlüssel dieser Organisation ist. Wenn ich also von der Welt zum Anderen zurückkehre, um ihn zu definieren, so nicht deshalb, weil die Welt mich den Anderen verstehen ließe, sondern weil der Objekt-Andere nichts anderes ist als ein autonomes innerweltliches Bezugszentrum meiner Welt» (Sartre, 2012 [1943], S. 526).

Obwohl der Andere bei Sartre Objekt bleibt, so mindert das nicht die Furcht gegenüber den Anderen und die Bedrohung, die für Sartre von diesem Anderen ausgeht, der so unausweichlich präsent ist.

Laura Perls' Mittelweg

An diesem Punkt erscheint es fast so, als habe Laura Perls einen Mittelweg zwischen den beiden Positionen von Sartre und Buber gefunden:

«Ich nehme Kontakt auf, indem ich dich zur Kenntnis nehme und mich mit dir *auseinandersetze* – hier zeigt die deutsche Sprache sehr zutreffend die Bedeutung der Kontaktgrenze – und indem ich uns in Aktion erlebe. Ja, das ist ein Hin- und Herschwingen zwischen «Ich» und «Du». Die Kontaktgrenze ist die Zone der Erregung, des Interesses und der Neugier, aber auch der Unsicherheit, der Furcht und der Feindseligkeit» (L. Perls, 2005, S. 180).

Sie nimmt in die Begegnung mit dem Anderen mehr als nur die Scham hinein. Es ist die Vielfalt der Erlebensebenen in mir selbst, wenn ich jemandem gegenüberstehe – das Fremde, welches auch als Nicht-Ich gesehen werden kann. Es braucht eine aktive Auseinandersetzung, damit es zur Begegnung kommen kann: «Kontakt ist die Wahrnehmung und Verarbeitung des anderen, des Verschiedenen, des Neuen, des Fremden. Er ist kein Zustand, in dem man sich befindet oder nicht befindet (das würde mehr den Zuständen der Konfluenz oder Isolierung entsprechen), sondern eine Tätigkeit» (L. Perls, 2005, S. 109).

Es braucht also eine aktive Leistung, um in Beziehung zu treten. Wie vorhin schon angesprochen, geht Sartre davon aus, dass sich der Mensch dem anderen gemäss seiner eigenen Projektion verhält. Der Mensch verhält sich dem Anderen gegenüber so, wie er glaubt, dass es der Andere erwartet, dass er sich gibt. Ähnlich sehen es die Gestalttherapeuten.

Was kann nun zusammenfassend über das Ich und die Anderen gesagt werden? Ein wichtiger Grundpfeiler in der Gestalttherapie ist das Organismus-/Umweltfeld und die Einbettung des Organismus bzw. des Einzelnen in dieses. Der Akzent liegt in der Gestalttheorie eher in der Interdependenz des Organismus mit seiner Umwelt. Ähnlichkeiten lassen sich sowohl in der Annahme der Entstehung der Persönlichkeitsbildung sowie im Bereich der Gefühle finden, die in der Begegnung mit dem Anderen entstehen. Obwohl Buber und Sartre zu den Existenzialisten gezählt werden, so unterscheiden sie sich doch stark, was nicht heisst, dass in der Theoriebildung die zwei Denkrichtungen nicht voneinander profitieren könnten. Da der Begriff des Kontakts eher ein vager Begriff in der Gestalttherapie ist, der sich an Buber anlehnt, kann Sartres Ausgangspunkt zur Überlegung um den Individuationsprozess ein fruchtbarer sein. Sartres Annahmen geben dem Anderen eine spezielle Rolle im menschlichen Sein und Gesehenwerden – viel stärker als dies Buber tut. Der Andere spielt eine existenzielle Rolle für mich als Individuum, da ich meine Begrenzung begreifen kann und mein Sein erst durch den Anderen erkennbar ist. Sowohl für die Gestalttherapie als auch für Buber ist ein gelungener Kontakt bzw. eine gelungene Beziehung erst dann möglich, wenn sich zwei Individuen begegnen.

Wie das in konkreter Weise aussehen könnte, wird bei Buber nicht ausgeführt und ebenso wenig in der Gestalttherapie thematisiert. Ich denke, hier kann über die Auseinandersetzung mit Sartres Idee der Entwicklung eines Menschen zum Individuum fruchtbringend sein. Die Gestalttherapie hat eine Schwäche in Bezug auf die Ausformulierung einer Entwicklungspsychologie und damit einem Modell, wie das Individuum zum Individuum wird. Die starke Betonung liegt auf der Beziehung, mit der schon ein mehr oder weniger geglückter Individuationsprozess vorliegt. Hier konnte eine Lücke festgestellt werden, die geschlossen werden könnte durch eine Arbeitshypothese, die auf den existenzialistischen Annahmen von Sartre beruht. Selbstverantwortung, Autonomie, (erfüllende) Beziehungen können auf der Basis entstehen, wenn die Individuation geglückt ist. Da sich die Gestalttherapie als

existenzieller Ansatz deklariert, ist dies auch eine Chance, in ähnlichen theoretischen Überlegungen neue Konzepte zu entwickeln in Bereichen, die bisher vernachlässigt wurden und für die auf andere Theoriesysteme (Piaget, Freud, Erickson...) zurückgegriffen wurde. In beiden Überlegungen, in der Gestalttherapie wie bei Sartre, kann die Persönlichkeitsentwicklung auf die interpersonelle Ebene zurückgeführt werden. Wobei Sartre hier nur die Scham abhandelt und Laura Perls das Gefühlsspektrum in der Begegnung mit dem Anderen etwas weiter fasst.

Zurück zur Ausgangsbasis

Nun möchte ich auf Stefan Schwalls drei Forderungen zurückkommen und sie mithilfe des bisher Besprochenen beantworten.

Stefan Schwalls erste Forderung

Die erste Frage bzw. Forderung war: *Eine fundierte Theorie zur Ich-Du-Beziehung müsste erklären können, dass Kontakt invasiv ist, das heisst nicht nur ein Oberflächenphänomen.*

Hier möchte ich nochmals auf folgendes Zitat zurückgreifen: «Er erblickt mich und besitzt als solcher das Geheimnis meines Seins. Den Schlüssel zu diesem Geheimnis» (Sartre, 2012 [1943], S. 636). Damit ich überhaupt zu einer Definition meines Seins komme und mich als Wesen, das *ist*, begreifen kann, braucht es den Anderen, an dem ich mich nichte – dass ich also am Anderen etwas sehe, von dem ich sagen kann: «Das bin nicht ich». Da ich mich als Subjekt dadurch begreifen kann, gehe ich davon aus, dass auch der Andere Subjekt für sich selbst ist und sich in der gleichen Weise sich an mir nichtet. Dementsprechend bin ich Objekt für den Anderen, wie ich Objekt für ihn bin. Daraus resultiert die Scham, denn im Blick des Anderen werde ich zum Objekt und bin in meinem Subjektsein bedroht. Auf den ersten Punkt Stefan Schwalls bezogen, ist der Kontakt durch den Blick des Anderen invasiv. Kontakt ist daher nicht nur ein Oberflächenphänomen, da ich, um mein Sein zu begreifen, den Anderen brauche. Also kann ich nur durch mein Gegenüber zu einem Individuum werden, indem ich mich am Anderen nichte und Begrenzung erfahre. Das Gegenüber ist somit nicht nur invasiv, es ist essenziell für mein Bewusstsein von meinem Sein und der Klärung der Frage: «Wer bin ich?»

Stefan Schwalls zweite Forderung

Schwalls zweite Forderung richtet sich an den heilenden Kontakt. Hier ist es erforderlich, nochmals das Schema der Persönlichkeitsentwicklung zu rekapitulieren. Aus der Sicht der Gestalttherapie entsteht die Persönlichkeit aufgrund (früher) interpersoneller Erfahrungen: «The Personality is the system of attitudes assumed in inter-

personal relationships» (F.S. Perls et al., 2013 [1951], S. 382). Bei Sartre ist mein Verhalten gegenüber dem Anderen geprägt durch meine Projektion auf den Anderen und die gleichzeitige Identifikation mit meiner erdachten Rolle. Das heisst, ich verhalte mich so, wie ich glaube, mich verhalten zu müssen, um den (vermeintlichen) Erwartungen des Anderen zu entsprechen:

«So wird der Andere nun das, was ich meiner Projektion auf das Nicht-Anderer-sein hin begrenze. [...] Der Andere wird *dann das, was nicht zu sein ich mich mache*, und seine Möglichkeiten sind Möglichkeiten, die ich zurückweise und einfach betrachten kann, als tote – Möglichkeiten» (Sartre, 2012 [1943], S. 515ff.).

In beiden Fällen geht es um ein Dazwischen, in der Gestalttherapie um die Erfahrungen, die ich mit den Anderen gemacht habe, bei Sartre um die Projektion auf den Anderen. Es ist eine Begrenzung, die ich mir auferlege und eine Selektion, welche Eigenschaften ich als zu mir gehörig empfinde und welche ich abweise. Letzten Endes schränkt diese Form der Begegnung mich in meiner Freiheit ein, ebenso die Möglichkeiten, in welcher Art und Weise ich mich für die Zukunft definieren kann.

Das heilende Element in der Begegnung der Therapie kann nun sein, dass ich mich mit dem betrachten kann, was eine Beziehung in mir auslöst. Dabei ist es aus meiner Sicht wichtig, dass sich beide darüber im Klaren sind, dass die Wahrnehmung des Anderen durch den eigenen Filter, meiner eigenen definierten Seinsweise betrachtet wird. Es ist demnach eine Begegnung auf Augenhöhe, da sich, wenn man nun Sartres Hypothese heranzieht, niemand aus dem Kreislauf des Subjekt-Anderen bzw. Objekt-Anderen herausnehmen kann. Wenn der Andere für mich «den Schlüssel zu meinem Sein» besitzt, so kann ich durch die Beschreibung seiner Wahrnehmung von mir meine Projektionen untersuchen und vielleicht zu dem Schluss kommen, dass die Eigenschaften, die ich als «Nicht-Ich» definiert habe, auch zu mir gehören (könnten). Ich kann mir erlauben, neue Verhaltensweisen auszuprobieren und zu erkennen, wie meine Emotionen mein Verhalten dem Anderen gegenüber steuern. Ebenso kann ich Eigenschaften, die ich dem Therapeuten bzw. der Therapeutin zuschreibe oder welche dieser bzw. diese verkörpert, ebenso übernehmen und im Sinne eines mich (neu) Entwerfens im Moment annehmen. Durch die Kommunikation in der Therapie kann eben festgestellt werden, dass beide Parteien sich aufgrund der oben genannten Bedingungen nur auf gleicher Ebene begegnen können. Ich kann nur «am Du zum Ich werden» (Buber, 2009 [1923], S. 28), in dem Sinne, dass ich mein Sein nur durch den Anderen definieren kann und auch nur durch den Anderen die Definition meiner selbst verändern kann und damit freier bin, mich zu erleben und zu entscheiden.

Stefan Schwalls dritte Forderung

Dies beantwortet beinahe auch Schwalls dritte Bedingung, die Frage, wie die Ich-Du-Beziehung auf Augenhöhe

argumentiert werden kann. Hinzufügen möchte ich zur vollständigen Beantwortung, dass der Therapeut bzw. die Therapeutin nicht ausgenommen ist aus dem beschriebenen Prozess der Seins-Definierung durch den Anderen. Auch er oder sie richtet sich am Patienten und tritt mit den eigenen Gefühlen in die Beziehung zum Anderen ein. Auch der Therapeut bzw. die Therapeutin geht den Moment des Erblicktwerdens ein und kann dadurch berührt werden und Veränderung in Gang setzen.

Zusammengefasst kann gesagt werden, dass mithilfe von Sartres Philosophie ein anderer Akzent in der Gestalttherapie gesetzt werden kann. Es ist nicht nur möglich, mit diesem Konstrukt die Ich-Du-Beziehung ohne mystischen Hintergrund zu beleuchten, sondern auch einen Beitrag zu leisten in der Frage, wie der Mensch zum Individuum wird. Damit können Ideen generiert werden, wie der Mechanismus zur Persönlichkeitsentwicklung funktionieren könnte.

Literatur

- Buber, M. (2009 [1923]). *Ich und Du*. (11. Aufl.) Stuttgart: Reclam.
- Buber, M. (1997 [1962]). *Das Dialogische Prinzip*. (8. Aufl.) Heidelberg: Lambert Schneider.
- Blankertz, S. (2012). *Gestalttherapie Essentials. Das Wichtigste aus dem Grundlagenwerk von Perls, Hefferline und Goodman*. Wuppertal: Peter Hammer.
- Doubrawa, E. & Doubrawa, A. (Hrsg.). (2005). *Meine Wildnis ist die Seele des Anderen. Der Weg zur Gestalttherapie. Laura Perls im Gespräch mit Daniel Rosenblatt*. Wuppertal: Peter Hammer.
- Hackenesch, C. (2001). *Jean-Paul Sartre*. Reinbek bei Hamburg: rororo.
- Perls, F.S. (2007 [1947]). *Das Ich, der Hunger und die Aggression. Die Anfänge der Gestalt-Therapie. Sinneswahrheit, spontane persönliche Begegnung, Phantasie, Kontemplation*. (7. unveränderte Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta. [Titel der Originalausgabe: *Ego, Hunger and Aggression*]
- Perls, F.S., Hefferline, R.F. & Goodman, P. (2013 [1951]). *Gestalt Therapy. Excitement and Growth in the Human Personality*. Croydon: CPI.
- Perls, L. (2005). *Leben an der Grenze. Ein Gespräch mit Milan Sreckovic*. In A. Sreckovic & R. Fuhr (Hrsg.), *Leben an der Grenze. Essays und Anmerkungen zur Gestalt-Therapie* (S. 177–192). (3. unveränderte Aufl.). Bergisch Gladbach: EHP-Verlag Andreas Kohlhaage.
- Rosenblatt, D. (2008). *Laura Perls – Interview 1984*. http://www.gestalt.de/laura_perls_rosenblatt_interview.html (12.03.2015).
- Sartre, J.-P. (2012 [1943]). *Das Sein und das Nichts. Versuch einer phänomenologischen Ontologie*. (17. Aufl.). Reinbek bei Hamburg: rororo.
- Sartre, J.-P. (2000). *Der Existentialismus ist ein Humanismus und andere philosophische Essays 1939–1943. Philosophische Schriften 4*. Reinbek bei Hamburg: rororo.
- Schwall, S. (2012). *Sartre für Gestalttherapeutinnen und -therapeuten. Ein Vortrag*. http://www.gestalt.de/schwall_sartre.html (08.02.2015).
- Simkin (1978). *Ein Interview mit Dr. Friederich Perls von James Simkin*. <https://opus4.kobv.de/opus4-Fromm/frontdoor/index/index/docId/26137> (28.02.2015).

Sartre's Shame as Foundation of the I-thou-relationship in Gestalt-therapy

Gestalt-therapy considers itself as an existential approach. Gestalt-literature often cites Heidegger, Husserl and Buber. Buber's I-thou-relationship is an essential component of the theory and is often perceived as a necessary (working) factor in treatment. Sartre as a principal representative of existentialism is not often mentioned in Gestalt-therapy. Schwall sees the possibility that the contact concept and healing component of the I-thou-relationship could be more accurately defined by engaging with Sartre's philosophy, without relying on the metaphysical. This article tries to answer Schwall's contemplations and demands by illuminating Sartre's understanding of the relationships between environment, individual, and the individuation, as well as the perspective of the Gestalt-therapy on individual and environment.

Keywords: Gestalt-therapy, existentialism, Sartre, Goodman, Buber, I-thou-relationship, contact, shame

Il pudore di Sartre come fondamento della relazione Io-Tu della terapia della Gestalt

La terapia della Gestalt viene intesa anche come approccio esistenzialista. Nella letteratura della Gestalt vengono spesso citati Heidegger, Husserl e Buber. Soprattutto la relazione Io-Tu di Buber costituisce un'importante componente della teoria e viene ritenuta il più importante fattore (d'influenza) nel trattamento terapeutico. Sartre non viene invece menzionato in modo esplicito come importante rappresentante dell'esistenzialismo nell'ambito della terapia della Gestalt. Stefan Schwall vede la possibilità di definire in modo più esatto il concetto di contatto e le componenti benefiche della relazione Io-Tu tramite il coinvolgimento della filosofia di Sartre, senza dover fare ricorso alla metafisica. Il presente articolo tenta di rispondere alle riflessioni e alle rivendicazioni di Schwalls, facendo luce sulla comprensione di Sartre della relazione con l'ambiente e l'individuo e dell'autorealizzazione nonché sul punto vista della terapia della Gestalt riguardo all'individuo e all'ambiente.

Parole chiave: terapia della Gestalt; Esistenzialismo; Sartre; Paul Goodman; Buber; relazione Io-Tu; contatto; pudore

Die Autorin

Mag.^a Kerstin Lang, Österreich, studierte Psychotherapiewissenschaften an der Sigmund Freud Privatuniversität in Wien, Integrative Gestalttherapeutin, Psychotherapeutin in freier Praxis und Krisenbegleitung in einer Einrichtung für Kinder und Jugendliche mit Behinderung.

Kontakt

Kerstin Lang
Matthäusgasse 12/8
1030 Wien
lang.k@gmx.at