

R. Hutterer

## Carl Ransom Rogers (1902–1987) – 10 Jahre nach seinem Tode

**Zusammenfassung** Anlässlich des Gedenkens an den Tod von Carl Rogers vor 10 Jahren werden zwei historische Artikel von ihm, die für die Psychotherapieforschung relevant waren, präsentiert. Im ersten Artikel (*The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change*) gibt Rogers sechs Bedingungen an, die er als notwendig und auch hinreichend für die Anregung eines Prozesses therapeutischer Persönlichkeitsveränderung betrachtet. Die Bedingungen sind: Psychologischer Kontakt, Inkongruenz des Klienten, Kongruenz des Therapeuten, positive Beachtung und einführendes Verstehen des Klienten durch den Therapeuten, Ansprechbarkeit des Klienten. Im zweiten Artikel (*The process of therapy*) beschreibt Rogers verschiedene Schritte eines therapeutischen Prozesses, die erfüllt werden müssen, soll die Therapie erfolgreich sein: Herstellen einer engen und warmherzigen Beziehung, freier Ausdruck von Gefühlen durch den Klienten, Anerkennung und Akzeptierung seines spontanen Selbst durch den Klienten, Treffen von verantwortlichen Entscheidungen durch den Klienten, Erreichen von Einsicht, Entwicklung zur Unabhängigkeit.

**Schlüsselwörter:** Psychotherapie, Persönlichkeitsveränderung, Therapeut-Klient-Beziehung, Therapieprozeß.

### **Carl Ransom Rogers (1902–1987) – ten years after his decease**

**Abstract** On the occasion of Carl Rogers' decease ten years ago two historical articles by Rogers are presented, both became relevant in the field of psychotherapy research. In the first article (*The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change*) Rogers developed six conditions considered as necessary and sufficient in order to facilitate therapeutic personality change. These conditions are: psychological contact, the client's incongruence (vulnerability), therapists congruence, unconditional positive regard and empathic understanding by the therapist, communication of positive regard and empathic understanding to the client (respectively receptivity by the client). The second article Rogers described distinct steps in the course of a therapeutic process. Each of these steps have will have been fulfilled in order to facilitate affective therapies: establishing of rapport, free expression of feeling by the client, recognition and acceptance of his or her spontaneous self by the client, making of responsible choices, gaining of insight, growing into independence.

**Keywords:** Psychotherapy, personality change, therapist-client-relationship, process of therapy.

### **Carl Ransom Rogers (1902–1987) – dix ans après sa mort**

**Résumé** A l'occasion de l'anniversaire de la mort de Carl Rogers, il y a dix ans, nous présentons deux de ses articles historiques, dont le contenu a joué un certain rôle par rapport à la recherche en psychothérapie. En utilisant des enregistrements sur magnétophone, Rogers a introduit de nouvelles possibilités de pratiquer une recherche objective, ce qui a finalement permis de décrire les processus et constellations pertinents. Dans le premier article (*The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change*, original publié dans le *Journal of Consulting Psychology* [1957] vol. 21, no. 2, 95–103), Rogers énumère les six conditions requises et suffisantes pour déclencher un processus de modification constructive de la personnalité. Il explique chacune d'elle et indi-

que comment les opérationnaliser à fin de recherche. Dans cet article, son hypothèse centrale – et séduisante – est que ce sont ces conditions, et ces conditions seulement, qui accompagnent l'apparition d'une modification constructive de la personnalité. Rogers explique en détail que les conditions permettant à ce processus de se dérouler ne s'appliquent pas uniquement à la psychothérapie, ni à une école spécifique ou à un certain groupe de clients seulement; il ajoute qu'une fois ces conditions satisfaites, il n'est pas besoin de mettre en oeuvre d'autres réflexions d'ordre diagnostique ou d'autres approches. L'auteur indique également quelles sont les conséquences de cette théorie pour la recherche et pour la psychothérapie, ainsi que pour les programmes de formation et de

perfectionnement visant à obtenir une modification constructive de la personnalité. Il s'avère qu'un certain nombre de conditions que l'on considère d'habitude comme indispensables au processus psychothérapeutique ne sont pas essentielles du point de vue de cette théorie.

Dans le second article (*The Process of Therapy*, original publié dans le *Journal of Consulting and Clinical Psychology* [1940] vol. 4, 161–164), Rogers tente de présenter une analyse du processus thérapeutique. S'agissant d'un processus réussi, il décrit plusieurs de ses étapes et aspects, à savoir: 1. Il faut qu'existe une relation étroite et chaleureuse [entre thérapeute et client], caractérisée pour le thérapeute par l'intérêt et une identification contrôlée. 2. Il faut que le client

exprime librement ses émotions, les schémas affectifs liés au passé et au présent jouant un rôle important. 3. Une étape importante est celle où le client accepte le soi spontané, car ce dernier lui permet d'accepter sa propre personne et d'éviter les comportements défensifs. 4. La possibilité offerte au client de prendre des décisions responsables durant et hors des séances lui permet de concentrer ses énergies sur de nouveaux objectifs, qu'il aura lui-même choisis. 5. L'assimilation des interprétations fournies par le thérapeute permet au client de se comprendre en acceptant les bases affectives de ses comportements. 6. En acquérant progressivement une certaine indépendance, le client est mieux à même de terminer la thérapie et de transférer ce qu'il y a atteint au niveau de son quotidien.

Zehn Jahre sind seit dem Tod von Carl Rogers am 4. Februar 1987 vergangen. Rogers wird in erster Linie als Begründer der Therapierichtung der Klientenzentrierten Psychotherapie gesehen. Darüber hinaus leistete er jedoch auch wichtige Beiträge zur allgemeinen Psychotherapieforschung. Die amerikanische Psychotherapieforschung in den vierziger und fünfziger Jahre durch Rogers und seine Mitarbeiter wandte sich in erster Linie gegen den Mythos, der psychotherapeutische Prozeß sei ein geheimnisvoller und undurchschaubarer Vorgang. Die Verwendung von Tonbandaufzeichnungen brachte neue Möglichkeiten objektiver Forschung, die es schließlich auch erlaubten, relevante Prozeß- und Wirkkonstellationen zu beschreiben.

Eine weitere zentrale Frage der Psychotherapieforschung thematisierte Rogers, indem er die Beziehung zwischen Therapeut und Klient für die empirische Forschung öffnete. Die Herausforderung wurde in diesem Zusammenhang in folgender Weise formuliert: Die Beziehung ist nicht nur eine notwendige Grundlage der Therapie, sondern birgt in sich alle wesentlichen Mechanismen und Potentiale für psychische Heilung und Veränderung – ein Gedanke, der etwa in dem Statement über die notwendigen und hinreichenden Bedingungen therapeutischer Veränderung zum Ausdruck kam (Rogers, 1957). Durch dieses Statement erhielt die Psychotherapieforschung immense Anregungen, die einerseits zu zahlreichen, sie bestätigenden Befunden führten, andererseits auch kritische Befunde brachte, die die weitere thematische Dynamik der Forschung bestimmte (vgl. Grawe, 1992; Grawe et al., 1994; Lambert und Bergin, 1994; Lambert et al., 1986; Orlinsky und Howard, 1986).

Anlässlich des Gedenkens an den Tod von Carl Rogers werden an dieser Stelle zwei historische Artikel in deutscher Übersetzung publiziert, die der empirischen Psychotherapieforschung viele neue Impulse brachten. Der erste Artikel – „The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change“ – wurde erstmals 1957 im *Journal of Consulting Psychol-*

ogy publiziert (Vol. 21, No. 2, 1957, S. 95–103). Er liegt hier in einer kritisch kommentierten Übersetzung von Gerhard Pawlowsky vor. Der zweite Artikel – „The process of therapy“ – wurde erstmals 1940 im *Journal of Consulting and Clinical Psychology* (Vol. 4, 1940, S. 161–164) publiziert und von Robert Hutterer übersetzt. Die Relevanz beider Artikel zeigt sich nicht zuletzt darin, daß sie im Jahr 1992 im *Journal of Consulting and Clinical Psychology* wieder publiziert wurden (Vol. 60, Dec. 1992, S. 827–832 und Vol. 60, April 1992, S. 163–164). Der aufmerksame Leser wird bemerken, daß beide Artikel Versuche darstellen, für das komplexe Geschehen in der Psychotherapie Schlüsselfaktoren und -prozesse zu finden, ohne jedoch in lineares Denken zu verfallen.

## Literatur

- Grawe K (1992) Psychotherapieforschung am Beginn der neunziger Jahre. *Psychologische Rundschau* 43: 132–162
- Grawe K, Donati R, Bernauer F (1994) Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. Hogrefe, Göttingen Bern Toronto Seattle
- Lambert MJ, Bergin AE (1994) The effectiveness of psychotherapy. *Handbook of psychotherapy and behavior change*, 4th edn. Wiley, New York, pp 143–189
- Lambert MJ, Shapiro DA, Bergin AE (1986) The effectiveness of psychotherapy. In: Garfield SL, Bergin AE (eds) *Handbook of psychotherapy and behavior change*, 3rd edn. Wiley, New York, pp 157–212
- Orlinsky DE, Howard KI (1986) Process and outcome of psychotherapy. In: Garfield SL, Bergin AE (eds) *Handbook of psychotherapy and behavior change: an empirical analysis*, 2nd edn. Wiley, New York, pp 233–282
- Rogers CR (1957) The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *J Consult Psychol* 21/2: 95–103

**Korrespondenz:** Dr. Robert Hutterer, Institut für Erziehungswissenschaften der Universität Wien, Garnisongasse 3, A-1090 Wien, Österreich.