

Glossar „Coaching“

Inhaltsverzeichnis (Quelle: Wikipedia)

Coaching	2
Systemisches Coaching	11
Individualpsychologie (Adler)	14
Psychoanalyse (Freud)	20
Analytische Psychologie (Jung)	31
Stufenmodell psychosoziale Entwicklung (Erikson)	
Lösungsorientierte Kurztherapie (Shazer)	39
Teleologie	43
Salutogenese	47
Die Heldenreise	54
Die Tiefenpsychologie (Freud, Jung, Adler)	57
Genetische Epistemologie (Piaget)	64
Radikaler Konstruktivismus	77

Bern, . J. Blaser, Dezember 2012 ff

Coaching

aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie

Wechseln zu: [Navigation](#), [Suche](#)

Der Begriff **Coaching** stammt vom englischen „to coach“ (betreuen, trainieren) und bezeichnet eine Vielzahl von [Trainings-](#) und [Beratungskonzepten](#) zur Entwicklung und Umsetzung persönlicher oder beruflicher Ziele und der dazu notwendigen [Kompetenzen](#). Beispiele sind [Führungs-](#), [Umsetzungs-](#) und [Selbstmanagementkompetenzen](#). Der Begriff Coach ist nicht geschützt. Es gibt keine staatlich anerkannte Ausbildung oder wissenschaftlich fundierte Qualitätsstandards für diese Tätigkeit. Die Qualität der Coaching-Angebote reicht von [Scharlatanerie](#) bis hin zu qualitativen Mindestanforderungen wie sie im [Psychotherapeutengesetz](#) festgelegt sind (und darüber hinaus).^[1]

Inhaltsverzeichnis

[\[Verbergen\]](#)

- [1 Begriffliche Abgrenzung](#)
- [2 Abgrenzung zur Psychotherapie](#)
- [3 Wirksamkeit und Methodik des Coaching](#)
 - [3.1 Grundsätzliche Erkenntnisse](#)
 - [3.2 Coaching im medizinischen Bereich](#)
 - [3.3 Coaching im Management](#)
 - [3.4 Coaching im Leistungssport](#)
- [4 Das Coaching-Gespräch](#)
- [5 Kritik](#)
 - [5.1 Grundsätzliche Aspekte der Messung der Wirksamkeit von Coaching](#)
 - [5.2 Theorie und Praxis](#)
 - [5.3 Methodische Probleme](#)
 - [5.4 Ergebnis: Ist Coaching hilfreich oder reine Geschäftemacherei?](#)
- [6 Einzelnachweise](#)
- [7 Literatur](#)

Begriffliche Abgrenzung [[Bearbeiten](#)]

Robert Hamlin und Co-Autoren haben in einer Studie rund 40 Definitionen des Begriffs Coaching aus der akademischen und nichtakademischen Fachliteratur analysiert und ausgewertet. Als Ergebnis (Synthese) stellen sie fest:^[2]

- **“Coaching** is designed to improve existing skills, competence and performance, and to enhance their personal effectiveness or personal development or personal growth.”
- **“Executive Coaching** is a process that primarily (but not exclusively) takes place within a one-to-one helping and facilitative relationship between a coach and an executive (or manager) that enables the executive (or manager) to achieve personal-, job- or organizational-related goals with an intention to improve organizational performance.”
- **“Business Coaching** is a collaborative process that helps businesses, owner/managers and employees achieve their personal and business related goals to ensure long-term success.”
- **“Life Coaching** is a helping and facilitative process – usually within a one-to-one relationship between a coach and a coachee which brings about an enhancement in the quality of life and personal growth of the coachee, and possibly a life-changing

experience."

("Life Coaching ist ein helfender und fördernder Prozess - in der Regel innerhalb einer Eins-zu-eins-Beziehung zwischen Coach und Coachee, der eine Verbesserung der Lebensqualität und persönliches Wachstum des Coachees bringt und möglicherweise eine lebensverändernde Erfahrung. ")

Zur Frage nach der Abgrenzung von Coaching, Beratung und Training haben Robert Hamlin und Co-Autoren in ihrer Studie rund 20 Beschreibungen der Aufgaben und Praktiken hauptberuflicher Personalentwickler (HRD Professionals) analysiert. Dabei kommen sie zu dem Ergebnis: „... professional coaching is substantially the same as many aspects of contemporary HRD (Human Resource Development, d. V.)“. Ferner bemerken die Autoren "... these writers appear not to have compared the learning processes associated with coaching against the innovative approaches to individual, group and organizational learning associated with much contemporary HRD practice."^[31]

Abgrenzung zur Psychotherapie [[Bearbeiten](#)]

Die [Psychotherapie](#) hat sich nach Christian Reimer und Co-Autoren erst im Laufe der letzten beiden Jahrzehnte aus der Ecke der Glaubenssysteme und Konfessionen gelöst und zunehmend zu einer wissenschaftlich begründeten Heilbehandlung entwickelt. **Einige Erkenntnisse und Methoden konnten sowohl in der Psychotherapie als auch beim Coaching eine Wirkung im Sinne eines Erfolges nachweisen** (siehe auch [Psychotherapieforschung](#)).^[41] Zu diesen so genannten Wirkfaktoren gehören:^[5]

- **Ressourcenaktivierung:** der Therapeut oder Berater verdeutlicht dem Klienten seine positiven Möglichkeiten, Eigenheiten, Fähigkeiten und Motivationen, damit sich dieser seiner Stärken bewusst wird.
- **Problemaktualisierung:** die Gesprächsführung wird so gestaltet, dass der Klient z. B. problematische oder belastende Erfahrungen und Emotionen in der Sitzung erneut erlebt. Diese fasst der Coach (oder Therapeut) in Worte und macht sie damit „greifbar“ und lösbar.
- **Unterstützung bei der aktiven Problembewältigung:** hier macht der Klient zunächst im Gespräch die Erfahrung, dass er anstehende Herausforderungen oder Probleme aus eigener Kraft bewältigen kann, die ihm bisher als nicht lösbar erschienen sind. Anschließend kann und soll er Problemlösungen mit steigendem Schwierigkeitsgrad eigenständig in der Praxis ausprobieren.
- **Motivationale Klärung:** dabei hilft der Therapeut oder Berater dem Klienten, seine bewussten oder unbewussten Motive, Ziele und Werte klarer zu sehen. Dies fördert das Verständnis dafür, warum der Patient sich so verhält und so empfindet und nicht anders.

Die Abgrenzung zwischen Psychotherapie und Coaching beschreiben [Maja Storch](#) und Frank Krause mit den Worten: „Diejenigen Fachpersonen, die ZRM ([Zürcher Ressourcen Modell](#), d. V.) im Beratungsetting oder im Coaching anwenden möchten, bitten wir, diese Begriffe mental zu ersetzen. Statt 'Psychotherapie' kann man 'Beratung', 'Training' oder 'Coaching' denken, statt 'Patient' empfiehlt sich 'Klient'.“^[6]

Dagegen unterscheidet Rolf Winiarski zwischen Beratungs- und Therapieklientel. Im Falle der Beratung sind Leidensdruck, Motivation für längerfristige Veränderungen und das Problembewusstsein der Klienten deutlich geringer. Für die Psychotherapie ist hingegen eine gezielte Veränderungsarbeit an emotionalen Problemreaktionen mit 10 bis 60 Stunden, also eine langfristige therapeutische Beziehung charakteristisch.^[7]

Sowohl in der Psychotherapie als auch beim Coaching ist für den Behandlungserfolg das persönliche Verhältnis zwischen Berater und Klient besonders wichtig.^[8] Es sollte den Prinzipien des Vertrauens, der Wertschätzung, Authentizität, Empathie, Fürsorge, und des Interesses

getragen sein. Außerdem sind Komplimente sehr wichtig.^[9] Das hat zur Folge, dass Patienten ihren Berater oder Therapeuten als Menschen (und damit auch die Therapie) als sehr positiv einschätzen. In der Regel kommen sie in die Beratung, wenn der Höhepunkt ihrer Probleme bereits erreicht ist (eine Besserung also ohnehin eingetreten wäre). Ferner glauben sie, die Therapie (durch einen Experten) habe zur Besserung beigetragen, zumal sie sehr teuer war ([Placeboeffekt](#)). Aus diesen Gründen wird bezweifelt, ob ein Coaching überhaupt eine Wirkung hat, die über ein intensives Gespräch mit guten Freunden oder Personen des Vertrauens mit gesundem Menschenverstand hinausgeht.^[10]

Die Wirkfaktoren (einschließlich der persönlichen Beziehung) sind in der Psychotherapie, im Coaching und bei anderen Beratungs- und Trainingsmethoden grundsätzlich gleich. Entscheidend ist die Frage, ob ein Coach mit diesen Wirkfaktoren umgehen kann und die notwendigen diagnostischen Instrumente beherrscht. Eine professionelle Diagnose im Hinblick auf pathologisches Verhalten ist selbst für Fachleute ([Psychologische Therapeuten](#) oder [Psychiater](#)) schwierig.^[11] Falsche Diagnosen können erhebliche menschliche und finanzielle Schäden anrichten. Aus diesem Grund empfiehlt Klaas-Hinrich Lammers, zunächst (kostenlos) einen Facharzt zu konsultieren.^[12] Im Falle des Business- oder Executive-Coaching steht die Entwicklung von [Managementkompetenzen](#) mit den entsprechenden Besonderheiten im Vordergrund (siehe Abschnitt „Coaching im Management“).

Wirksamkeit und Methodik des Coaching [[Bearbeiten](#)]

Grundsätzliche Erkenntnisse [[Bearbeiten](#)]

Eine Recherche der wichtigsten Datenbanken (PubMed, ScienceDirect, INGENTA, EBSCO, Perinorm) im Januar 2012 ergab, dass es bisher keine seriösen, wissenschaftlich belastbaren Belege für die Wirksamkeit einzelner Coaching-Konzepte oder des Coaching insgesamt gibt, die über traditionelle Trainings- und Beratungsmaßnahmen hinausgehen: "To be blunt, anyone can hang out a shingle identifying himself as an executive coach."^[13] Damit ist der [Scharlatanerie](#) Tür und Tor geöffnet. Ein Grund: Seit dem Inkrafttreten des [Psychotherapeutengesetzes](#) im Jahr 1999 wurden strengere Kriterien für diese Art der Beratung festgelegt. Hinzu kam die Kürzung vieler Ausbildungsprogramme in Unternehmen. Seither arbeiten viele Berater, Ausbilder und ehemalige Trainer als *Coach*. Diese benötigen „Qualitätsnachweise“, um sich auf dem Markt gegen Konkurrenten behaupten zu können, und sorgen damit für eine große Nachfrage nach Zertifizierungen, die von den über 20 Coaching-Verbänden in Deutschland zu Preisen bis zu 13.000 Euro und teilweise auch mehr angeboten werden (in Ländern wie Frankreich oder Großbritannien gibt es nur einen oder zwei solcher Verbände).^[14] Die Situation ist in den USA nicht grundsätzlich anders.^[15]

Coaching im medizinischen Bereich [[Bearbeiten](#)]

Ein Beispiel aus dem medizinischen Bereich betrifft Patienten mit koronarer Herzerkrankung.^[16] Ziel der [Randomisierten kontrollierten Studie](#) mit 245 Patienten war es herauszufinden, ob das Coaching von Patienten geeignet ist, ein bestimmtes Cholesterin-Niveau zu erreichen. Ergebnis: Das Coaching hat dazu beigetragen, die Lücke zwischen der empfohlenen und der tatsächlichen Therapie („treatment gap“) zu schließen. Dazu die Autoren: "The effectiveness of the coaching intervention is best explained by both adherence to drug therapy and to dietary advice given."^[17] Mit dem Coaching wurden die Patienten trainiert, mehr Eigenverantwortung für die Umsetzung der Therapieziele zu übernehmen. Der Coach war ein Experte für die Behandlung von Patienten mit koronarer Herzerkrankung. Das Coaching erfolgte telefonisch. Dabei wurde von den Patienten erwartet, dass sie ihre Cholesterinwerte kennen und regelmäßig einen Soll-Ist-Vergleich durchführen. Ferner wurde überprüft, ob sie die Einflussfaktoren auf ihre Cholesterinwerte kennen und wissen, wann sie ihren Arzt konsultieren sollen.^[18] Aus diesem Fall leiten die Autoren einen Coaching-Zyklus ab. Dieser besteht aus fünf Schritten.^[19]

1. Fragen stellen und dabei prüfen, ob der Patient das nötige Wissen, die Einstellung und Motivation hat.
2. Erklärung der Zusammenhänge (Ursachen und Wirkungen), die zur Problemlösung notwendig sind.
3. Stärkung des Selbstvertrauens des Patienten zur besseren Kommunikation mit dem Arzt.
4. Klare Zielsetzung (Zielvereinbarung).
5. Neubewertung der Ziele und Maßnahmen bei der nächsten Sitzung.
6. Erneut Fragen stellen (zurück zu Schritt 1).

Fazit: Mit diesem Coaching-Ansatz wird die Willenskraft der Klienten trainiert. Ähnliche Beispiele gibt es aus der Schmerztherapie und aus zahlreichen anderen Indikationen.^[20] Entscheidend für den Behandlungserfolg ist also nicht nur die problemspezifische Vorgehensweise (Coaching-Zyklus), sondern vor allem das Fachwissen über die Therapie von Erkrankungen und wie man die [Willenskraft](#) von Patienten steigern kann.

Coaching im Management [[Bearbeiten](#)]

Im Management kann man im Wesentlichen vier Varianten unterscheiden

- Coaching zur unmittelbaren Leistungssteigerung
- Coaching als Führungsstil
- Coaching als Beratung von Führungskräften (Executive Coaching) und
- Coaching zur Entwicklung von Kompetenzen, insbesondere Führungskompetenzen.

Ein Coaching zur **Leistungssteigerung** wird eingesetzt, wenn ein Mitarbeiter keine akzeptable Leistung (aus oft unbekanntem Gründen) erbringt. Dabei handelt es sich um einen Prozess, der mit der Analyse der Leistungsfähigkeit des Individuums beginnt und darauf zielt, Mittel und Wege zur Verbesserung zu finden. In der Praxis erfolgt dies häufig in einem Gespräch zwischen dem Vorgesetzten, dem Betroffenen und einem (internen) Experten aus der Personalentwicklung. Ein Lösungsansatz ist der Vergleich von Persönlichkeits- und Kompetenzprofil mit entsprechenden individuellen Trainings- und Entwicklungsmaßnahmen.^[21]

Häufig wird gefordert, Führungskräfte sollten einen **Führungsstil** als Coach praktizieren. Dabei handelt es sich allerdings lediglich um ein neues Wort (Modewort) für das traditionelle Konzept der beziehungs- oder personenorientierten Führung. Nach diesem Konzept zeigt der Vorgesetzte weniger dirigierendes und mehr unterstützendes Verhalten. Er berät seinen Mitarbeiter bei Problemen, Krisen oder besonderen Herausforderungen. Zugleich fördert er gezielt bestimmte Fähigkeiten. Im Hinblick auf die Effektivität des personenbezogenen Führungsstils gibt es keine überzeugenden Belege, wonach dieser zu besseren Ergebnissen (zum Beispiel zu mehr Produktivität) führt.^[22]

Beim **Executive Coaching** agiert der Coach als persönlicher Berater des Vorgesetzten. In der Regel sind Führungspositionen mit zahlreichen Spannungen und Konflikten verbunden. Außerdem fehlt es Managern häufig an Gelegenheiten, sowohl über ihre Führungsprobleme als auch über ihre geschäftlichen Herausforderungen mit Personen ihres Vertrauens zu sprechen. Ein entsprechend qualifizierter Coach kann dazu beitragen, Probleme aufzuarbeiten, neue Perspektiven zu eröffnen und neue Kompetenzen zu entfalten.^[23] Hinzu kommt ein weiterer Aspekt: Je höher ein Manager in der Hierarchie aufsteigt, desto weniger aufrichtiges Feedback bekommt er, obwohl Feedback gerade in Top-Positionen besonders wichtig ist.^[24] Gary Yukl bemerkt dazu: „Having a coach provides the unusual opportunity to discuss issues and try out ideas with someone who can understand them and provide helpful, objective feedback and suggestions, while maintaining strict confidentiality“.^[25] Zwischen Manager und Coach ist eine so genannte Consulting-Beziehung sehr hilfreich, die in der Regel eine strukturierte Gesprächsführung erfordert (siehe Abschnitt Coaching-Gespräch).^[26]

Ein Coaching zur **Entwicklung von Kompetenzen**, insbesondere von [Führungskompetenzen](#) verfolgt das primäre Ziel, die Effektivität der Führung (Führungskultur) zu steigern und somit die Leistungsfähigkeit und [Motivation](#) der Mitarbeiter zu erhöhen.^[27] Ein Beispiel für die Messung des Erfolges von Coaching-Maßnahmen ist die Berechnung einer Coaching-Rendite ([ROI](#)) durch Dianna and Merryl Anderson. Die Autoren haben eine Kosten-Nutzen-Rechnung durchgeführt und einen ROI von 51 Prozent ermittelt (ohne Berücksichtigung des immateriellen Nutzens wie zum Beispiel größere Kundenzufriedenheit, geringere Fehlerquote etc.)^[28]

Entscheidend für die Effektivität der Entwicklung von Kompetenzen (den Lernerfolg) ist nicht die Lernform (Coaching, Training, Beratung, Therapie etc.), sondern die [Validität](#) und [Reliabilität](#) der verwendeten Konzepte und Methoden.^[29] Werden beispielsweise nicht valide Kompetenz- oder Führungsmodelle zugrunde gelegt, ist die Wirksamkeit eines Coaching fraglich, weil es nicht möglich ist, aus nicht validen oder nicht reliablen Diagnoseinstrumenten und Modellen praxisrelevante Empfehlungen abzuleiten.^[30] Ein Beispiel für ein validiertes Konzept ist das Modell der [Transformationalen Führung](#), das in zahlreichen empirischen Studien nachgewiesen hat, dass die Empfehlungen daraus den Unternehmenserfolg und die intrinsische Motivation der Mitarbeiter tatsächlich erhöhen können.^[31] Als Beispiel für die Steigerung der Effektivität einer Coaching- oder Trainingsmaßnahme gilt das [360-Grad-Feedback](#), das vor und nach einer Coaching-Maßnahme zur Einschätzung der Wirksamkeit durchgeführt werden kann.^[32]

Von einem Coach im Management wird in der Regel erwartet, dass er als Gesprächspartner "auf Augenhöhe" ernst genommen wird. Das setzt voraus, dass er über fundierte Praxiserfahrungen sowohl mit "weichen" als auch mit "harten" [Managementkompetenzen](#) verfügt und den Umgang mit validen Diagnose- und Entwicklungsinstrumenten beherrscht. Ein Coach ist kein Lehrer, Ratgeber, Prediger, Problemlöser, Tröster oder Beichtvater, sondern ein Partner bei der Bewältigung unternehmerischer Herausforderungen und Probleme. Dabei ist nach wie vor nicht die Lernform (Coaching, Training etc.) entscheidend, sondern der Inhalt.^[33]

Coaching im Leistungssport [[Bearbeiten](#)]

Im [Leistungssport](#) soll beim Wettkampf eine hohe Leistung erreicht werden. Hierzu wird ein [Training](#) geplant, das von einem Trainer überwacht wird. Dieser Trainer wird oft als *Coach* bezeichnet. Daneben werden zur psychologischen Unterstützung von Hochleistungssportlern verschiedene Coachingmethoden angeboten.^[34]

Das Coaching-Gespräch [[Bearbeiten](#)]



Abbildung: Wie funktioniert ein Coaching-Gespräch?

Coaching-Gespräche können sehr unterschiedlich gestaltet sein. Dennoch lassen sich sowohl in der Psychotherapie als auch im Management einige gemeinsame Merkmale und Ziele identifizieren. Das Hauptanliegen besteht darin, den „Klienten“ durch Feedback, Training und Beratung in die Lage zu versetzen, sich selbst zu organisieren (Prinzip der [Selbststeuerung](#)). Das umfasst die Schritte der autonomen Zielsetzung, der selbstständigen Planung und Organisation bis hin zur Selbstkontrolle (Ergebnis- und Fortschrittskontrolle) im Hinblick auf die Umsetzung der selbst gesetzten Ziele ([Umsetzungskompetenz](#)). Die nebenstehende Grafik zeigt ein zusammenfassendes Beispiel dafür, wie ein solches Coaching-Gespräch funktioniert. Es beruht auf dem Konzept der [Selbstregulierung](#), das unter anderem [Frederick Kanfer](#) zur [Selbstmanagement-Therapie](#) weiterentwickelt hat.^[35]

Kritik [[Bearbeiten](#)]

Grundsätzliche Aspekte der Messung der Wirksamkeit von Coaching [[Bearbeiten](#)]

Die meisten bisherigen Studien zur Wirksamkeit von Coaching-Maßnahmen beruhen auf Befragungen der Beteiligten. Wegen des oben beschriebenen Placebo-Effektes und der persönlichen Beziehung sind belastbare (valide) Aussagen über die Effektivität von Coaching-Maßnahmen problematisch.^[36] Nur aus [validen](#) und [reliablen](#) Erkenntnissen lassen sich nützliche Empfehlungen für die Praxis ableiten.^[37] Zu dieser Problematik zwei Beispiele von David Myers.^[38] In einer Befragung von 2.900 Klienten in den USA, die sich einer psychologischen Therapie unterzogen haben, gaben rund 90 Prozent der Befragten an, sie seien mit dieser Maßnahme zufrieden bis sehr zufrieden („fairly well satisfied“). Soweit die subjektive Sicht. Wegen des oben beschriebenen Placeboeffektes und der Wirkung der persönlichen Beziehung (siehe Abschnitt „Abgrenzung zur Psychotherapie“) wurde eine zweite Studie mit 500 männlichen Kindern und Jugendlichen im Alter von 5 bis 13 Jahren durchgeführt. Alle Probanden galten als kriminalitätsgefährdet. Die Gruppe wurde nach dem Zufallsprinzip in zwei Hälften geteilt. Die eine bekam fünf Jahre lang ein psychologisches Behandlungsprogramm, und die andere Hälfte keines. Nach 30 Jahren hat man 485 dieser Personen identifiziert und erneut untersucht. Das Ergebnis: In der (psychologisch behandelten) Interventionsgruppe hatten 66 Prozent keine Vorstrafen. In der (psychologisch nicht behandelten) Kontrollgruppe waren es allerdings 70 Prozent. Die nicht behandelte Gruppe hatte auch generell weniger Probleme wie Alkohol- und Drogenabhängigkeit, und sie war zufriedener in ihrer Arbeit. Die Tatsache, dass sich sowohl in der Interventions- als

auch in der Kontrollgruppe nahezu die gleiche „Besserung“ einstellte, kann darauf zurückzuführen sein, dass nicht die Therapie, sondern einfach die Zeit der „Heiler“ war (und auch nicht die persönliche Beziehung).

Das Beispiel zeigt, dass eine subjektive Einschätzung einer Therapie oder einer Coaching-Maßnahme nicht ausreicht, wenn es darum geht, den tatsächlichen (objektiven) Nutzen zu beurteilen. Deshalb sollten Wirkungsstudien dem Grundsatz [randomisierter kontrollierter Studien](#) folgen, wie sie zum Beispiel Richard Kravitz und Co-Autoren für das Coaching von Krebspatienten, die unter starken Schmerzen litten, durchgeführt haben.^[39] Methodisch vergleichbare Studien zur Wirkung von Life-, Executive- oder Business-Coaching waren bislang (September 2012) in wissenschaftlichen Datenbanken nicht zu finden. Angesichts der unüberschaubaren Fülle von Beratungs-, Trainings-, Lehr-, Gesprächs- und Trainingsmethoden, die unter dem Begriff Coaching subsumiert werden, erscheint eine generelle, wissenschaftlich fundierte Aussage über die Wirksamkeit von Coaching kaum möglich und wenig sinnvoll. Die Wirksamkeit lässt sich aus wissenschaftlicher Sicht nur für einzelne (validierte) Methoden und Konzepte nachweisen. Beispiele sind in den Abschnitten „Coaching im medizinischen Bereich“ und „Coaching im Management“ dargestellt.^[40]

Theorie und Praxis [[Bearbeiten](#)]

Der Begriff Coaching wird oft willkürlich und widersprüchlich verwendet. Beispielsweise behaupten einige Anbieter, Coaching sei eine lösungsorientierte Beratung, während andere die Beratung explizit ausschließen. Eine häufige Formulierung besagt, Coaching sei eine „Begleitung“ oder „Unterstützung“ des Klienten, bei der dieser eine Problemlösung selber finden soll. Dabei bleiben die Begriffe „Begleitung“ und „Unterstützung“ so vage, dass man nicht erkennen kann, welche konkreten Methoden sich dahinter verbergen. Besonders auffällig ist die verbreitete Verwendung blumiger Worthülsen wie „professionelles Beratungsformat“ oder „andauernde Partnerschaft auf Prozessebene“ oder „interaktiver, prozessorientierter Beratungs- und Begleitungsprozess“. Was Coaches tatsächlich tun, fördert eine wissenschaftlich fundierte Untersuchung von Joyce Bono und Co-Autoren zutage. Dazu gehören: Erlernen neuer Kompetenzen, Stress-, Zeit-, Konflikt- und Zeitmanagement, Mentoring, Planung, Delegation, Motivation von Mitarbeitern, 360-Grad-Feedback etc.^[41] Fazit: Coaching ist in der Praxis ein schillerndes Modewort für traditionelle Lern-, Trainings und Beratungsaktivitäten. Der kleinste gemeinsame Nenner aller dieser Ansätze ist die Diagnose. Bei Vereinbarung von (Lern-)Zielen erstellt ein Coach (wie auch ein Berater, Trainer oder Therapeut) eine Diagnose der aktuellen Situation des Klienten. Diese umfasst die Einschätzung seiner Leistungsfähigkeit, seiner emotionalen Befindlichkeit, seiner Kompetenzen und anderer, nicht direkt beobachtbarer Eigenschaften. Als Instrumente dienen unter anderem Anamnesen, Interviews, Beobachtungen, Beurteilungen und Tests.^[42]

Das spricht nicht dafür, den Begriff Coaching zu vermeiden; vielmehr ist es wichtig zu beachten, dass potentielle Klienten und Personen, die in eine Coaching-Ausbildung investieren wollen, sich sorgfältig darüber informieren, worin sich diese Ausbildung inhaltlich, methodisch und qualitativ von anderen Ausbildungsgängen in den Bereichen Training, Pädagogik, Beratung, Psychologie, Management-, Personal- oder Organisationsentwicklung konkret unterscheidet. Hinweise zur Qualität einer Berufsausbildung gibt das Anspruchsniveau, das einen bestimmten finanziellen und zeitlichen Aufwand rechtfertigt (Preis-Leistungs-Verhältnis). Siehe dazu die [Klassifikation der Berufe 2010](#) der [Bundesagentur für Arbeit](#) und die nebenstehende Grafik zur Coaching-Definition.

Methodische Probleme [[Bearbeiten](#)]

Analysiert man die Curricula der Verbände oder in Verbänden zusammengeschlossener Anbieter, reicht das Spektrum von „Aktives Zuhören“ über [Neurolinguistisches Programmieren](#) (NLP) bis hin zu psychotherapeutischen Behandlungsmethoden. Das Psychotherapeutengesetz verlangt zum Schutz hilfeschuchender Klienten vor Scharlatanerie, dass zur Ausübung psychotherapeutischer

Behandlungen eine [Approbation](#) als [Psychologischer Psychotherapeut](#) notwendig ist, bei der wissenschaftlich anerkannte psychotherapeutische Verfahren eingesetzt werden. Voraussetzung für die Approbation ist wiederum eine Ausbildung als Facharzt. Psychologen mit abgeschlossenem Studium müssen das Fach Klinische Psychologie absolviert haben und eine Zusatzausbildung in einem anerkannten Therapieverfahren entsprechend der Psychotherapie-Richtlinie nachweisen. Der Nachweis der Befähigung zur Ausübung dieser Profession ist in einer eigenen Ausbildungs- und Prüfungsordnung geregelt (siehe Artikel „[Psychotherapeutengesetz](#)“). Damit ist zugleich klargestellt, was unter dem Begriff „professionell“ zu verstehen ist. Dieser Hinweis erscheint besonders wichtig, weil viele Coaches und Verbände „Professionalität“ für sich in Anspruch nehmen und damit den Eindruck erwecken, ein „ausgebildeter“ Coach habe eine Qualifikation, die mit der eines Arztes, Rechtsanwalts oder eines Steuerberaters vergleichbar sei.^[43]

Fragt man, welche Methoden im Coaching am häufigsten angewandt werden und gibt in eine Suchmaschine die Begriffe „Coaching NLP“ ein, bekommt man rund 14 Millionen Treffer. Nun ist NLP eine wissenschaftlich äußerst umstrittene Methode, die bislang – abgesehen von wenigen sehr speziellen Einzelfällen – keinen signifikanten Nutzen nachweisen konnte (siehe Artikel [Neurolinguistisches Programmieren](#)). Manche Wissenschaftler gehen sogar soweit, diese „Methode“ als pseudowissenschaftlichen Unfug zu bezeichnen (siehe dazu den Artikel in der englischsprachigen Wikipedia mit zahlreichen Literaturquellen zu diesem Thema). Ferner sind es nach der empirischen Studie von Joyce Bono und Co-Autoren meistens Instrumente aus dem Assessment-Center wie zum Beispiel Interviews mit Klienten, ihren Vorgesetzten, Kollegen oder Familienmitgliedern, hinzu kommen Persönlichkeits-, Motivations- und Eignungstests, Vorgesetztenbeurteilungen, Rollenspiele, Leistungsbewertungen, Verhaltensanalysen und -trainings sowie zahlreiche andere Methoden zur Entwicklung sozialer Kompetenzen.^[44] Fazit: Methodisch umfasst Coaching, wie es tatsächlich praktiziert wird, sowohl Beratung als auch Therapie und Training oder [Supervision](#). Die Grenzen sind dabei fließend. Das gilt auch für Anzahl der Klienten. Bei Beratung und Therapie dominiert das Gespräch unter vier Augen, während beim Training oder bei der Supervision mehrere Teilnehmer die Regel sind. In qualitativer oder professioneller Hinsicht umfasst Coaching ein Spektrum, das vom Dilettantismus (z. B. "Seelen-Coach") bis hin zur psychotherapeutischen Heilbehandlung reicht (siehe nebenstehende Grafik und die dort angegebenen Quellen). Bislang ist es der Coaching-Industrie nicht gelungen, wissenschaftlich fundierte, reliable und valide Methoden in der Coaching-Ausbildung zu etablieren, die von staatlichen oder unabhängigen Stellen akkreditiert sind. Derartige Mindestanforderungen an die Qualität, wie sie in zahlreichen anderen Ausbildungsgängen und Berufen üblich sind, gibt es im Coaching nicht.



Abbildung: Coaching-Definition (abgeleitet aus der Coaching-Praxis)

Ergebnis: Ist Coaching hilfreich oder reine Geschäftemacherei? [[Bearbeiten](#)]

Wegen der unüberschaubaren und verwirrenden Vielfalt an Umschreibungen des Begriffs Coaching haben Joyce Bono und Jennifer Wenson sowie eine Befragung durch die [Harvard Business School](#) in Zusammenarbeit mit der [Harvard Medical School](#) empirisch untersucht, was ein Coach in der Praxis tatsächlich macht. In der Harvard-Studie wurden 140 „führende“ Coaches befragt, und fünf Experten sollten dazu einen Kommentar abgeben. Einige Ergebnisse dazu:^[45] Ein Executive Coach verdient zwischen 200 und 3.500 Dollar pro Stunde. Diese Investition erscheint den Auftraggebern angemessen, wenn der Coach den entsprechenden Nutzen für die Organisation bringt.

Die drei wichtigsten Gründe für das Engagement eines Coaches sind: (1.) Entwicklung von Kompetenzen (leistungsstarker) Potentialträger (Fach- und Führungskräfte) zur Unterstützung des (immer schneller werdenden) Wandels in Unternehmen. 48 Prozent der Befragten gaben dies als erste Priorität an. Ein Coach soll (2.) außerdem als Resonanzboden („sounding board“) dazu beitragen, dass Potentialträger und Führungskräfte durch eine realistische Einschätzung ihrer Fähigkeiten und Leistungen ihre Effektivität steigern (26 Prozent). Schließlich (3.) soll ein Coach dazu beitragen, unangemessene oder störende Verhaltensweisen zu identifizieren und Lösungsvorschläge sowie geeignete Trainingsmaßnahmen zu erarbeiten (12 Prozent). In nur drei Prozent der Fälle waren persönliche Themen Ziel des Coachings (zum Beispiel Work-Life-Balance), wobei diese Bereiche in der Praxis nur schwer zu trennen sind.

Die Autoren kommen zu dem Ergebnis: „Coaching as a business tool continues to gain legitimacy, but the fundamentals of the industry are in flux. In this market, as in so many others today, the old saw applies: Buyer beware!“^[46] Die Empfehlung: Coaching ist eine teure und zeitaufwendige Maßnahme; außerdem verändert sich häufig der ursprünglich vereinbarte Schwerpunkt der Beratung auf Themen, die mit der ursprünglichen Aufgabe nicht viel zu tun haben. Unternehmen sollten daher regelmäßige Fortschritts- und Ergebnisberichte anfordern – auch wenn Resultate nicht direkt messbar sind. Auch eine häufig vorkommende Abhängigkeit vom Coach sollte verhindert werden, damit der Manager nicht vor jeder Entscheidung seinen Coach oder Therapeuten befragen muss.^[47]

Auf welche Qualifikationen achten Unternehmen besonders, wenn sie einen Coach engagieren: An erste Stelle kommt die Frage, ob er über Erfahrungen in ähnlich gelagerten Fällen verfügt. Dies war für 65 Prozent der Befragten das wichtigste Kriterium. An zweiter Stelle (61 Prozent) kommt eine klare Methodologie: „If a prospective coach can't tell you exactly what methodology he uses – what he does and what outcomes you can expect – show him the door“.^[48] Und an dritter Stelle kommen Referenzen: 50 Prozent der Befragten hielten dies für das wichtigste Auswahlkriterium. Nur 29 Prozent der Befragten hielten eine Zertifizierung und 13 Prozent eine psychologische Ausbildung für notwendig. Aufgrund der verwirrenden Vielzahl von Zertifizierungen, der verbreiteten Praxis der „Selbst-Zertifizierung“ und der vielen Fälle von Scharlatanerie besteht ein Problem der Glaubwürdigkeit der Coaching-Industrie. Aus diesem Grund wird statt einer Zertifizierung eine Akkreditierung empfohlen, wie sie in anderen gesellschaftlichen Bereichen zur Qualitätssicherung beigetragen hat.^[49] Das Besondere dabei ist, dass nicht eine [Akkreditierung](#) einer Person (des Coaches), sondern einer Methode sinnvoll ist. Auf dieser Grundlage kann eine staatlich anerkannte, wissenschaftlich fundierte Coaching-Ausbildung erfolgen. Einen zusammenfassenden Überblick zur Qualität und Abgrenzung von Coaching, Beratung und Training sowie zur Einschätzung der Professionalität soll die nebenstehende Grafik geben.

Systemisches Coaching

aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie

Wechseln zu: [Navigation](#), [Suche](#)



Dieser Artikel oder nachfolgende Abschnitt ist nicht hinreichend mit [Belegen](#) (beispielsweise [Einzelnachweisen](#)) ausgestattet. Die fraglichen Angaben werden daher möglicherweise demnächst entfernt. Bitte hilf der Wikipedia, indem du die Angaben recherchierst und gute Belege einfügst. Näheres ist eventuell auf der [Diskussionseite](#) oder in der Versionsgeschichte angegeben. Bitte entferne zuletzt diese Warnmarkierung.

Systemisches Coaching ist Beratung zu Fragen des beruflichen Kontextes mit dem Ziel einer Problem(auf)lösung durch konstruktiv(istisch)e Konversation.^[1]

[Coaching](#) wird dabei als ressourcen- und lösungsorientierte Prozessberatung verstanden: Der Klient ist Experte für seine Probleme und Lösungen, der Coach ist Experte für den Weg zum Finden der Lösungen. Der Coach unterstützt den Kunden dabei, individuell passende Lösungen zu (er-)finden und gibt selbst keine Lösungen vor. Dies geschieht durch verschiedene systemische Interventionen (meist Fragetechniken sowie Metaphern, Externalisierungs- und Verflüssigungstechniken, [Tetralemma](#), etc.). Systemisches Coaching ist zielorientiert und anhand konkreter, mit dem Kunden erarbeiteter Zielkriterien evaluierbar.

Systemisches Coaching betrachtet immer die Interaktion (Kommunikation beziehungsweise das Verhalten) im System, das heißt von mindestens zwei Personen – nicht einer ist „bad, mad or sad“.

Der Coachee (Klient) analysiert seinen „Beitrag“ und seine Möglichkeiten in der Interaktion. Dann entwickelt er Alternativen zum Problemverhalten oder zu seinen Sichtweisen (lösungs- und ressourcenorientierter Ansatz). Die Veränderungen auf Seiten des Coachee finden bezüglich seines Verhaltens und / oder seiner Sichtweisen (Konstruktionen) statt. Hierbei helfen unter anderem auch sogenannte [zirkuläre Fragen](#) – der Coachee antwortet und reflektiert dabei die Situation aus einer anderen Perspektive; oder er imaginiert die Lösung durch die sogenannte [Wunderfrage](#). Der Klient beschreibt die mögliche/gewünschte Lösung und analysiert die Faktoren, die zu ihrer Realisierung notwendig sind beziehungsweise die Lösung bedingen. Aus diesen Erkenntnissen heraus plant der Coachee sein (neues) Verhalten und/oder verändert seine Sichtweisen (Konstruktionen) auf das Problem.

Das erste Mal wird der Begriff „Systemisches Coaching“ 1991 von Peter-W. Gester verwendet. Die Grundlagen des Systemischen Coachings bilden die Erkenntnisse der [Systemtheorie](#) (vor allem [Niklas Luhmanns](#)), die Philosophie des [radikalen Konstruktivismus](#) ([Heinz von Foerster](#), [Humberto Maturana](#) und [Ernst von Glasersfeld](#)) und die Ansätze der [Systemischen Therapie](#) ([Steve de Shazer](#), [Insoo Kim Berg](#), [Kurt Ludewig](#)). Ein Modell des Systemischen Coachings ist das [Kieler Beratungsmodell](#), das in den 80er Jahren von [Uwe Grau](#) begründet wurde. Ein weiteres Konzept des Systemischen Coachings wurden von König/Volmer aus der [Systemischen Organisationsberatung](#), die auf der Personalen Systemtheorie ([Bateson/Watzlawick](#)) basiert, weiterentwickelt. In Wien begründete [Tom Hansmann](#) das systemisch-lösungsorientierte Coaching nach dem [Wiener T-A-Z-A-Modell](#).

Ein spät- oder postsystemisches Coaching-Modell ist das MATRIX-Coaching (missing-link-institut). Hier werden anhand biografischer Analysen die Selbstreflexion und damit die Bedeutung lebenslauf-relevanter Daten und deren Interpretation in den Vordergrund gestellt. Damit wird auch der Zusammenhang zwischen dem Coaching-Prozess und der Person als Ganzes beleuchtet. Dies gilt sowohl für den Coach während seiner Ausbildung (Selbsterfahrung) als auch für den Klienten,

wenn neben der Handlungsebene und der Ebene psychologischer Muster (Deutero-Lernen) die existenzielle oder Sinn-ebene relevant wird. Systemisch-konstruktivistische Instrumente (Tools) erhalten damit eine neue, nämlich tatsächlich instrumentelle (Werkzeug-)Bedeutung. In diesem neuen Kontext wandern sie damit aus dem Mittelpunkt in den Bereich der Hilfsmittel, die nur im übersichtlichen Kontext „in einer überlegten Partie“ (Ernst Jünger) angewendet werden.

Ein [wissenschaftlich evaluiertes](#) systemisches Modell ist das "St. Galler Coaching Modell". Dieses bezieht eine Veränderung auf die 5 Ebenen "Wert" (was soll sich vermehren?), "Ziel" (was ist die eigentliche Lernleistung die zur Werte-Vermehrung führt), "Problem" (was verhindert die Veränderung), "Biografie" (was muss an Erfahrungen "geheilt" werden) und "Selbstbild" (Struktur im Kontext des Wertes).

Fischer-Epe setzt sich in der Neuausgabe von „Coaching – Miteinander Ziele erreichen“ (2011) kritisch mit der Bezeichnung „Systemisches Coaching“ auseinander. Sie hält dieses Label für zu einschränkend. Das Systemische sei im Coaching immer nur eine neben weiteren wichtigen Grundlagen. „Mit gleicher Plausibilität könnte man von psychologischem, konstruktivistischem, phänomenologischem, entwicklungsorientiertem, humanistischem, dialogischem, neurowissenschaftlichem oder integrativem Coaching sprechen.“ (Fischer-Epe, S. 260) Außerdem sei die Bezeichnung „Systemisches Coaching“ verwirrend. Im Unterschied zur systemischen Organisationsberatung oder zur systemischen Familientherapie, in denen das ganze System in die Beratung einbezogen werde, könne das System im Coaching bloß reflektiert werden. „Die besondere Stärke und Bedeutung des Einzelcoachings ist aber gerade, dass hier das Individuum im Mittelpunkt steht. Die Organisation und die darin bestehenden Spielregeln, Wirkungen und Wechselwirkungen werden zwar reflektiert und der Coach kann den Coachee darin unterstützen, sich individuell besser im System zurechtzufinden und erfolversprechender zu verhalten – und damit oft auch konstruktive Entwicklungen in seinem Umfeld anzustoßen. Aber es bleibt doch die individuelle Sicht eines Einzelnen, bestenfalls zweier Personen, auf ein System.“ (Fischer-Epe, S. 261)

Innerhalb des Systemischen Coaching bezeichnet [Art Coaching](#) die Ansicht, dass richtiges Coaching mehr sei, als nur die richtige Anwendung von gelernten Techniken und Methoden, indem die Richtung der Klientenaufmerksamkeit von Problemen zu Lösungen geändert wird, ihre *Geschichten*, in denen sie leben, erweitert und verändert werden und indem durch anregungsreiche Kontexte Entwicklungen angeregt und gefördert werden.^[2] Kreatives Coaching in Gruppen soll die praktische [Sozialkompetenz](#) fördern und die Lücke zwischen gesteckten Zielen und Alltagspraxis schließen.^[3] Die Parallelen zur Kunst werden dabei in der Gestaltung von sozialem Raum, Beziehung und Interaktion und dem daraus entstehenden Wachstum gesehen.^{[4][5]}

Literatur [[Bearbeiten](#)]

- Wilhelm Backhausen und Jean-Paul Thommen: *Coaching. Durch systemisches Denken zu innovativer Personalentwicklung*. Wiesbaden 2003.
- Günter G.Bamberger: *Lösungsorientierte Beratung*, Weinheim 2005 (3. Auflage).
- Maren Fischer-Epe: "Coaching - Miteinander Ziele erreichen", Reinbek 2011 (vollständig überarbeitete Neuausgabe)
- Peter-W. Gester: "Systemisches Coaching", in: Pappmehl und Walsh; (Hrsg.): *Personalentwicklung im Wandel*. Wiesbaden 1991.
- Eckard König und Gerda Volmer: *Systemisches Coaching - Handbuch für Führungskräfte, Berater und Trainer*, Weinheim 2003.
- Michael Pohl und Michael Braun: *Vom Zeichen zum System - Coaching und Wissensmanagement in modernen Bildungsprozessen*. Waltrop: ISB-Verlag 2004, [ISBN 978-3936083040](#)
- Alexander Pschera (Hrsg.): "Bunter Staub. Ernst Jünger im Gegenlicht", Berlin 2008.

- Sonja Radatz: *Beratung ohne Ratschlag; Systemisches Coaching für Führungskräfte und BeraterInnen*, Wien 2000(4. Auflage 2006) [ISBN 3-902155-01-9](#)
- Bernd Schmid: *Systemisches Coaching. Konzepte und Vorgehensweisen in der Persönlichkeitsberatung*, Bergisch Gladbach 2004 (2. Auflage 2006).
- Peter Steinkellner: *Systemische Intervention in der Mitarbeiterführung*, Heidelberg 2005.
- Nino Tomaschek: *Systemische Organisationsentwicklung und Beratung bei Veränderungsprozessen. Ein Handbuch*. Heidelberg: Carl-Auer Verlag 2006.

Verbände [[Bearbeiten](#)]

- Gesellschaft für systemische Beratung e.V. (GSB)
- Swiss Coaching Association (SCA)
- Systemische Gesellschaft (SG)
- [Deutsche Gesellschaft für Systemische Therapie und Familientherapie](#) (DGSF)
- Dt. NLP Coaching Verband Systemcoach Ausbildung
- BDVT, Berufsverband für Trainer, Berater und Coaches
- DGCo, Deutsche Gesellschaft für Ganzheitliches Coaching
- International Coaching Association (ICA)
- European Coaching Association (ECA)
- Österreichischer Coaching Dachverband (ACC-austrian coaching council)]

Individualpsychologie

aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie

Wechseln zu: [Navigation](#), [Suche](#)

Unter **Individualpsychologie** versteht man das dynamische Konzept einer nicht-mechanistischen, verstehenden Psychologie, welche die menschlichen [Beziehungen](#) in den Mittelpunkt stellt. Sie gilt als Wegbereiterin der [Neopsychoanalyse](#).

Die Individualpsychologie ist eine Schule der [Tiefenpsychologie](#). Sie wurde vom österreichischen Arzt [Alfred Adler](#) (1870–1937) begründet. Adler zählt neben [Sigmund Freud](#) und [Carl Gustav Jung](#) zu den bedeutendsten Vertretern der Tiefenpsychologie. Adler arbeitete anfangs mit Sigmund Freud zusammen. Nach dem Bruch mit Freud entwickelte Adler die Individualpsychologie als eigenständige Lehre neben der Freudschen [Psychoanalyse](#).

Während bei Freud die Frage nach dem Grund ([Kausalität](#)) im Vordergrund steht, betont Adler die Notwendigkeit, nach dem Zweck von Symptomen wie Lebensäußerungen insgesamt ([Finalität](#)) zu fragen.

Inhaltsverzeichnis

[\[Verbergen\]](#)

- [1 Theoretische Grundlagen](#)
- [2 Erforschung der Persönlichkeit](#)
- [3 Erziehungslehre](#)
- [4 Charakterkunde](#)
- [5 Psychopathologie](#)
- [6 Psychotherapie](#)
- [7 Verbreitung der Individualpsychologie](#)
- [8 Vertreter der Individualpsychologie](#)
- [9 Grundlegende Werke Alfred Adlers](#)
- [10 Einführung und systematische Darstellungen](#)
- [11 Weblinks](#)
- [12 Einzelnachweise](#)

Theoretische Grundlagen [\[Bearbeiten\]](#)

Adler nannte seine Lehre Individualpsychologie, und meint damit das unteilbare Ganze eines jeden Menschen. Jeder Mensch ist ein „Unteilbares“, ein „Individuum“, Körper und Psyche sind ganzheitlich zu sehen. Die Individualpsychologie interpretiert den Einzelnen, wie die [Sozialpsychologie](#), in einer wechselseitigen Abhängigkeit von der Gesellschaft und als Teil sozialer Prozesse.

Mit seiner frühen Studie über die *Minderwertigkeit von Organen* (1907) zeigte Adler den Zusammenhang zwischen Organminderwertigkeit und Lebensschicksal auf und legte damit die Grundlage für das Verständnis von körperlicher und psychischer [Kompensation](#), [Überkompensation](#) und für die spätere [Psychosomatik](#). Das beim menschlichen Säugling aufgrund seiner Hilflosigkeit vorhandene Minderwertigkeitsgefühl sah Adler als positiven Antrieb für Wachstum und Entwicklung und er führte die Erziehbarkeit des Menschen darauf zurück. Erst negative Faktoren in seiner Entwicklung verändern das positive Minderwertigkeitsgefühl zu einem entwicklungshemmenden

Minderwertigkeitskomplex. Das überhöhte Geltungsstreben oder der Wille zur Macht stellt nach Adler bereits eine seelische Überkompensation eines verstärkt erlebten Minderwertigkeitsgefühls dar und gilt für ihn als seelische Krankheitserscheinung.

Die individualpsychologische Lehre ist von demokratischen Idealen und einem humanistischen Sozialismus inspiriert und begreift den Menschen stets als *soziales Lebewesen*. Für Adler war der Mensch eingebettet in die Gemeinschaft der Mitmenschen, aus der sowohl die Fragen seines Lebens als auch die heilenden Antworten erwachsen. Die Höhe der Beitragsleistung eines Menschen zur allgemeinen Wohlfahrt, die Art wie er seine Lebensfragen löst, war für Adler der Gradmesser für seine psychische Gesundheit. Lebensangst und Minderwertigkeitsgefühl könnten nur durch eine tragfähige zwischenmenschliche Beziehung überwunden werden.

Adler sah die menschliche Persönlichkeit als *unteilbares Ganzes*, die als souveräne und selbstbestimmende Macht, mit einem relativen Maß an Freiheit die Lebensumstände stilvoll verwertet ohne dabei biologisch oder durch ihr Milieu determiniert zu sein. Alle Lebensäußerungen haben nicht kausalen, sondern finalen Charakter und sind auf die Zukunft gerichtet. Adler nannte diese unbewusste Ausrichtung (*unbewusste Fiktion*) auf ein Ziel auch *Lebensstil*, *Lebensplan*, *Persönlichkeitsideal* oder personale Finalität. Kultur, Kunst, Wissenschaft, Philosophie und Menschenwürde sah er als Produkt des evolutionären Vollkommenheitsstrebens des Menschen.

Das Gemeinschaftsgefühl bildet den Grundpfeiler der Individualpsychologie, alle übrigen individualpsychologischen Begriffe können nur im Zusammenhang mit ihm verstanden werden. Das Gemeinschaftsgefühl hat seinen Ursprung in der frühen Beziehung zwischen Mutter und Kind. Es wird in den ersten Lebensjahren geprägt und wird zum unbewussten, relativ konstanten Persönlichkeitsanteil. Das Gemeinschaftsgefühl ist zur Lösung der drei von Adler genannten *Lebensaufgaben Arbeit – Liebe – Gemeinschaft* von zentraler Bedeutung. Im wachsenden Gemeinschaftsgefühl und mitmenschlicher Verbundenheit sah Adler die Wurzel zur Förderung der Gesamtheit und zur Verhinderung von vom Menschen gemachten Katastrophen.

Adlers positives Menschenbild kommt im folgenden Zitat zum Ausdruck:

„Der Mensch ist von Natur aus nicht böse. Was auch ein Mensch an Verfehlungen begangen haben mag, verführt durch seine irrtümliche Meinung vom Leben, es braucht ihn nicht zu bedrücken; er kann sich ändern. Er ist frei, glücklich zu sein und andere zu erfreuen.“^[1]

Erforschung der Persönlichkeit [Bearbeiten]

Die Aufgabe der psychologischen Wissenschaft ist, dem Menschen den wahren Sinn des Lebens aufzuzeigen, der nach Adler darin liegt, dass der Mensch einen möglichst großen Einklang mit den Mitmenschen und der Umwelt anstrebt. Adlers Bestreben war, die Menschenkenntnis lehrbar und zum Allgemeingut zu machen. Er wollte dem Einzelnen aufzeigen, wo er in seiner Beurteilung des Mitmenschen gefehlt hat, weil Irrtümer in der Menschenkenntnis oft Ursache für unsägliche Not und Verstrickungen sind. Menschenkenntnis sollte nicht nur Theorie, sondern als Instrument der gegenseitigen Hilfe Lebenspraxis werden.

Adler entdeckte die Deutbarkeit der ersten Kindheitserinnerungen, nicht im Sinne der Freud'schen *Verdrängungstheorie* (Deckerinnerungen), sondern abgeleitet aus der Funktion des Gedächtnisses. Nach Adler nimmt das Gedächtnis Eindrücke und Empfindungen subjektiv wahr und verarbeitet sie als Bestätigung des früher gewählten Lebensstils. Aus den frühen Kindheitserinnerungen kann der Individualpsychologe deshalb Rückschlüsse auf den Lebensplan ziehen.

Die psychotherapeutische Menschenkenntnis der Individualpsychologie arbeitet mit der intuitiven Menschenkenntnis, die durch einen wissenschaftlichen Leitfaden – auf der Grundlage einer tiefgründigen Kenntnis über die [menschliche Natur](#) – abgestützt ist.

Erziehungslehre [[Bearbeiten](#)]

Für Adler war die erzieherische Praxis der wertvollste Prüfstein für jede psychologische Theorie. Aufgrund seiner Neurosenlehre waren die Bedingungen bekannt, die in der Kindheit seelische Fehlentwicklungen bewirkten und folgerichtig ergaben sich die Grundsätze für die psychische Prophylaxe in der Erziehungsarbeit. Die individualpsychologische Erziehung zur Freiheit beinhaltet die planmäßige Förderung von Selbständigkeit, Mut, Verantwortungs- und Gemeinschaftsgefühl. Als Ergebnis seines Studiums des nervösen Charakters führte Adler Charakterzüge und Intelligenz des Menschen auf seine Kindheits- und Jugendsituation zurück und lehnte deshalb die Annahme einer Vererbung seelischer Eigenart grundsätzlich ab. Dieser erzieherische Optimismus eröffnet dem Erzieher einerseits unbegrenzte Chancen für sein pädagogisches Wirken und andererseits größere Verantwortung.

Die Aufgabe der Erziehung fällt nach Adler in erster Linie der Familie zu. Sie bietet das beste Milieu, in dem sich ein werdender Mensch entfalten kann. Eine wichtige Entdeckung Adlers ist der Einfluss der Stellung in der Geschwisterreihe auf die spätere seelische Entwicklung. Adler erkennt in der traditionellen Erziehung vor allem zwei Fehlhaltungen – die [Verwöhnung](#) und die Härte und Strenge –, die zur Quelle psychischer Fehlentwicklungen werden. Der Erwachsene sollte Freund und Förderer des Heranwachsenden sein. Fehlhaltungen müssen als Irrtümer, nicht als böser Wille aufgefasst werden.

Charakterkunde [[Bearbeiten](#)]

Die Adlersche Charakterlehre ist bemüht, den Charakter als Grundlage aller seelischen Reaktionen zu verstehen. Die Charakterzüge sind für den Menschen Leitlinien, auf denen er sich im Leben mit einem Gemisch von Geltungsstreben und Gemeinschaftsgefühl vorwärts bewegt. Adler hat das Phänomen des nervösen Charakters erstmals grundsätzlich beleuchtet und ihm ein ganzes Buch (*Der nervöse Charakter 1912*) gewidmet. Das Minderwertigkeitsgefühl findet sich im nervösen Charakter in verschärfter Weise, als Minderwertigkeitskomplex und führt zu Charakterausprägungen wie Ehrgeiz und Überempfindlichkeit. Bei dieser Entwicklung wird das Gemeinschaftsgefühl zu wenig ausgebildet, was sich in einer Vorsicht, einer zögernden Attitüde gegenüber den Mitmenschen äußert. Adler beschreibt den nervösen Charakter als Übergang zwischen Normal- und Neurosenpsychologie.

Psychopathologie [[Bearbeiten](#)]

In seiner *Neurosenlehre* beschreibt Adler die [Neurose](#) als eine Weiterführung des nervösen Charakters unter verschlechterten psychischen Bedingungen, wobei die neurotischen Symptome immer im Rahmen der Gesamtpersönlichkeit verstanden werden. Für Adler manifestiert sich in der Neurose eine durch missliche Kindheitseinflüsse (Verzärtelung usw.) entstandene Lebensangst und Pessimismus. Adler vertrat den Gesichtspunkt von der Einheit von Neurose und [Psychose](#), welche beide eine irrtümliche Antwort auf die Anforderungen des Lebens darstellen. So wie Adler in der Neurose eine übersteigerte Form der Normalpsyche sah, war für ihn die Psychose eine verschärfte Neurose. Deshalb war aus seiner Sicht die Psychose auch für die psychologische Analyse zugänglich und er konnte von Fällen berichten, deren Heilung ihm gelang.

Psychotherapie [[Bearbeiten](#)]

Adler und seine Schüler leiteten aus der *Neurosenlehre* eine *Erziehungsprophylaxe* ab, die bald als *psychologischen Pädagogik* und *Kinder-Psychotherapie* weit herum bekannt wurde. 1913 zeigten Adler und seine Schüler in *Heilen und Bilden* die Entwicklung der Individualpsychologie in der Erziehungsarbeit auf. Nach dem [Ersten Weltkrieg](#) richtete Adler im Rahmen der [Wiener Schulreform](#) dreißig *Erziehungsberatungsstellen*, die Vorläufer der *child guidance clinics*, ein. Die Adler'sche Psychotherapie zeichnete sich durch eine aktive Wechselwirkung in der Form eines psychologischen Gesprächs zwischen Therapeut und Patient aus. Die Verantwortung für seine Heilung trug der Beratene, als Resultat seiner Bemühungen und seiner inneren Wandlung. Adler entwickelte schon in der Zwischenkriegszeit die ersten [Gruppentherapien](#), in dem er [Erziehungsberatung](#) und [Elternschulung](#) in Gruppen durchführte. Die Gruppe sollte den nervösen Menschen aus seiner Isolierung befreien und ihm ein Gemeinschaftserlebnis vermitteln.

Verbreitung der Individualpsychologie [[Bearbeiten](#)]

Die Arbeiten von Adler und [Furtmüller](#) (*Heilen und Bilden*, 1914), [Otto Rühle](#) (*Die Seele des proletarischen Kindes*, 1925), Lene Credner (*Verwahrlosung*, 1926), Sofie Freudenberg (*Erziehungs- und heilpädagogische Beratungsstellen*, 1928) und Adler (*Menschenkenntnis*, 1927, *Die Seele des schwererziehbaren Schulkindes*, 1930) fanden unter den Sozialpädagogen und Sozialarbeitern weite Verbreitung. Individualpsychologisches Gedankengut findet sich auch in der *Kinderfreundebewegung*. Einen mittelbaren Einfluss Adlers auf das Gruppenprinzip der [Sozialpädagogik](#) und auf Gesellungsformen gibt es über die amerikanischen *Gruppentheorien* ([Moreno](#) usw.), die, auch wenn das zumeist nicht artikuliert wird, stark von den emotionalen und sozialen Komponenten der Individualpsychologie beeinflusst sind. Unübersehbar ist der Einfluss der Adlerianer auf das soziale und erzieherische Beratungswesen. Im Jahre 1929 betrieben die Individualpsychologen in Wien 28 Erziehungsberatungs-, Jugend- und Eheberatungsstellen, in Deutschland wurden solche von den meisten Ortsgruppen (Berlin, München) der Individualpsychologen ebenfalls geschaffen. Die Arbeiten von [Rühle](#), [Kronfeld](#), [Birnbäum](#), Naegele und anderen Individualpsychologen zu [Verwahrlosung](#) und [Kriminalität](#) haben um 1927 schnell Resonanz unter den Juristen und in der Jugendgerichtsbarkeit gefunden. Gemäss [William McDougall](#) hatte die Individualpsychologie um 1935 mehr Anhänger, vor allem in den USA, als alle anderen Schulen der akademischen Psychologie zusammen. ^[2]

Adler wollte die psychologische Menschenkenntnis als Prophylaxe zum Allgemeingut werden lassen. Um alle zu integrieren, wenn sie nur die gleiche Grundtendenz vermuten ließen, forderte er für den [Verein für Individualpsychologie](#) die politische Neutralität. Adlers Ziel scheiterte an der [Weltwirtschaftskrise](#), ideologischer Voreingenommenheit und dem [Nationalsozialismus](#). Die kommunistische [Rote Fahne](#) schrieb in einer Glosse zum Tage, dass der Versuch Adlers, den Sozialismus durch seine Psychologie zu ersetzen, gescheitert sei. Nach dem Einmarsch der Nationalsozialisten in Österreich wurde der Verein für Individualpsychologie am 26. Jänner 1939 von Amtes wegen aufgelöst.

„Alfred Adlers Gedanken über eine der bedeutsamsten Ursachen seelischer Störungen haben das eigenartige Schicksal gehabt, daß Name und Sache in alle heute geläufigen psychotherapeutischen Ansätze – und auch in die Alltagssprache – eingegangen sind, daß aber nur in seltenen Ausnahmefällen der Name des Urhebers genannt wird. Dieser Zustand, der den selbstverständlichen Grundsätzen wissenschaftlicher Überlieferung widerspricht, ist umso bedauerlicher, als die von Adler gefundene Form der Neurose inzwischen bei uns an Häufigkeit alle anderen Formen übertrifft, ja zu einer Epidemie geworden ist, die das gesamte öffentliche Leben aufs empfindlichste stört.“

– [WOLFGANG METZGER](#): Geleitwort zu Paul Rom: Alfred Adler und die wissenschaftliche Menschenkenntnis, 1966

Vertreter der Individualpsychologie [[Bearbeiten](#)]

- [Lucy Ackerknecht](#), Psychotherapeutin, Kinder- und Jugendpsychotherapie
- [Raissa Adler](#), Vorstandsmitglied des Vereins für Individualpsychologie in Wien, Vorsitzende des Exekutivkomitees und Ehrenmitglied der Individual Psychology Association in New York
- [Heinz Ludwig Ansbacher](#), deutsch-amerikanischer Psychologe, Präsident der North American Society of Adlerian Psychology
- [Ferdinand Birnbaum](#), Pädagoge, Wiener Versuchsschule
- [Phyllis Bottome](#), britische Schriftstellerin, Lehrerin und Adler-Biografin
- [Oliver Brachfeld](#), Psychologe, Wegbereiter der Individualpsychologie im spanischen Sprachraum
- [Rudolf Dreikurs](#), Psychiater, Pädagoge, Chicago
- [Erik Blumenthal](#), Psychologe, Präsident der IP Deutschland und Schweiz
- [Stephanie Felsenburg](#), Ärztin, Vorstandsmitglied im Verein für Individualpsychologie, Wien
- [Alice Friedmann](#), Psychologin, Erziehungsberaterin Wien und New York
- [Emil Fröschels](#), Phoniater, Wiener Ambulatorium für Sprachheilpädagogik
- [Carl Furtmüller](#), Pädagoge, Wiener Schulreform
- [Helene Goldbaum](#), Schriftstellerin, Autorin von Erziehungs- und Kinderbüchern
- [Margarete Hilferding](#), Ärztin, Leiterin Erziehungsberatungsstelle Wien
- [Arthur Kronfeld](#), Arzt, Psychotherapeut und Sexualwissenschaftler
- [Fritz Künkel](#), Arzt und Psychiater
- [Sofie Lazarsfeld](#), Psychologin, Wiener Erziehungs- und Eheberaterin
- [Friedrich Liebling](#), Psychologe, Zürcher Schule für Psychotherapie
- [Ida Löwy](#), Pädagogin, Wiener Erziehungsberaterin
- [Karl Nowotny](#), Neurologe, Psychiater, Psychologe, Leiter der medizinischen Fachgruppe
- [David Ernst Oppenheim](#), Gymnasiallehrer, Gründungsmitglied des Vereins für Individualpsychologie, Wien
- [Elisabeth Plattner](#), Pädagogin und Autorin von Erziehungsbüchern, Stuttgart
- [Josef Rattner](#), Arzt, Psychologe, Pädagoge, Berlin
- [Erwin Ringel](#), Psychiater, Selbstmordverhütungszentrum Wien
- [Paul Rom](#) (ehem. Paul Plottke), Psychotherapeut, Pädagoge, London
- [Elly Rothwein](#), Pädagogin, Erziehungsberatung Wien und Chicago
- [Alice Rühle-Gerstel](#), deutsche Philosophin und Schriftstellerin
- [Otto Rühle](#), deutscher Schriftsteller und Bildungspolitiker
- [Franz Scharmer](#), Pädagoge, Wiener Versuchsschule
- [Kurt Seelmann](#), Pädagoge, Erziehungsberatungsstelle München
- [Regine Seidler](#), Pädagogin, Wiener Versuchsschule
- [Leonhard Seif](#), Neurologe, Ortsgruppe München, Erziehungsberatungsstelle
- [Lydia Sicher](#), Psychiaterin, Präsidentin American Society of Adlerian Psychology
- [Alfons Simon](#), Pädagoge, Schulreformer Bayern, Erziehungsberatungsstelle München
- [Gernot Sonneck](#), Psychiater, Psychologe, Suizidforscher, Wien
- [Hugo Sperber](#), Rechtsanwalt und Strafverteidiger, Wien
- [Manès Sperber](#), Schriftsteller und Philosoph, Ortsgruppe Berlin
- [Oskar Spiel](#), Pädagoge, Wiener Versuchsschule
- [Max Friedrich](#), Vorstand der Wiener Kinder- und Jugendpsychiatrie
- [Brigitte Sindelar](#), Psychologin und Kinder- und Jugendpsychotherapeutin
- [Erwin Wexberg](#), Arzt, Psychotherapeut, Wien und New Orleans
- [Annemarie Wolff-Richter](#), Heilpädagogin, Berlin, Kroatien
- [Bernd Rieken](#), Ethnologe, Psychotherapeut, Wien

Grundlegende Werke Alfred Adlers [[Bearbeiten](#)]

- [Über den nervösen Charakter](#) (1912)
- [Praxis und Theorie der Individualpsychologie](#) (1920)
- [Heilen und Bilden](#) (1913)
- [Menschenkenntnis](#) (1927)

- *Der Sinn des Lebens* (1933)
- *Religion und Individualpsychologie* (1933)

Einführung und systematische Darstellungen [[Bearbeiten](#)]

- [Josef Rattner](#), *Die Individualpsychologie Alfred Adlers*, Kindler Taschenbücher, München 1980, [ISBN 3-463-02071-8](#)
- Heinz und Rowena Ansbacher, *Alfred Adlers Individualpsychologie*, Ernst Reinhardt Verlag, München 1982, [ISBN 3-497-00979-2](#)
- Rainer Schmidt (Hrg): *Die Individualpsychologie Alfred Adlers*, Frankfurt: Fischer TB, 1989
- Bernhard Handlbauer, *Die Entstehungsgeschichte der Individualpsychologie Alfred Adlers*, Geyer-Edition, Wien-Salzburg, 1984
- Alfred Adler: *Individualpsychologie und dialektische Charakterkunde*, Frankfurt: Fischer TB; 1974
- Rudolf Dreikurs: Grundbegriffe der Individualpsychologie, 2002 (Dreikurs gelingt es, die Grundbegriffe der Adler'schen Individualpsychologie einem breiten Publikum zugänglich zu machen.)
- Alfred Levy und [Gerald Mackenthun](#) (Hrsg.), *Gestalten um Alfred Adler*, Königshausen & Neumann, Würzburg 2001, [ISBN 3-8260-2156-8](#)
- Almuth Bruder-Bezzel: *Die Geschichte der Individualpsychologie*, Frankfurt a. M. 1991, [ISBN 3-596-10793-8](#)

Weblinks [[Bearbeiten](#)]

- [Österreichischer Verein für Individualpsychologie](#)
- [Individualpsychologie in Österreich](#) Informationen zur Individualpsychologie und Liste der Psychotherapeuten
- [Deutsche Gesellschaft für Individualpsychologie e. V](#)
- [Zeitschrift für Individualpsychologie](#)
- [Verein für praktizierte Individualpsychologie](#)
- [Hans-Joachim Schille: Zu Einflüssen der Individualpsychologie auf die Sozialpädagogik zwischen 1914 und 1933](#)
- [Schweizerische Gesellschaft für Individualpsychologie nach Alfred Adler](#)

Psychoanalyse

aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie

Wechseln zu: [Navigation](#), [Suche](#)

Die **Psychoanalyse** (von [griechisch](#) ψυχή *psyche* ‚Seele‘ und ἀνάλυσις *analysis* ‚Zerlegung‘, im Sinne von „Untersuchung, Enträtselung der [Seele](#)“) ist eine [psychologische](#) Theorie, die um 1890 von dem Wiener [Neurologen Sigmund Freud](#) begründet wurde. Aus der Psychoanalyse heraus haben sich später die verschiedenen Schulen der [Tiefenpsychologie](#) entwickelt.

Der Begriff „Psychoanalyse“ steht sowohl für das auf Freuds Theorien über die [Psychodynamik](#) des [Unbewussten](#) gegründete Beschreibungs- und Erklärungsmodell der menschlichen [Psyche](#) als auch für die *psychoanalytischen Therapien* – eine Gruppe von Verfahren zur Behandlung innerer und zwischenmenschlicher Konflikte – sowie für die *psychoanalytische Methodik*, die sich auch mit der Untersuchung [kultureller](#) Phänomene beschäftigt. In allen drei Aspekten wird die Psychoanalyse bis heute von Klinikern und Forschern weiterentwickelt und verändert; so ist die moderne Psychoanalyse durch einen theoretischen, methodischen und therapeutischen Pluralismus charakterisiert.



[Sigmund Freud](#), der Begründer der Psychoanalyse

Inhaltsverzeichnis

[[Verbergen](#)]

- [1 Definitionen](#)
 - [1.1 Psychoanalyse als Wissenschaft](#)
 - [1.2 Psychoanalyse als Methodik](#)
 - [1.3 Psychoanalyse als Therapie](#)
- [2 Grundlagen der psychoanalytischen Theorie](#)
 - [2.1 Traumatheorie](#)
 - [2.2 Triebtheorie](#)
 - [2.3 Topographisches Modell und Strukturmodell der Psyche](#)
 - [2.4 Entwicklungspsychologie](#)
 - [2.5 Affekttheorie](#)

- [2.6 Abwehrmechanismen](#)
- [3 Vertreter und Richtungen](#)
 - [3.1 Vertreter der Psychoanalyse](#)
 - [3.2 Richtungen psychoanalytischer Theoriebildung](#)
- [4 Methoden der therapeutischen Psychoanalyse](#)
 - [4.1 Freud, Breuer und Hypnose](#)
 - [4.2 Allgemeine Einleitung](#)
 - [4.3 Das diagnostische Gespräch](#)
 - [4.4 Das Setting](#)
 - [4.5 Die Übertragung](#)
 - [4.6 Die psychoanalytische Grundregel und das freie Assoziieren](#)
 - [4.7 Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik](#)
- [5 Geschichte der Psychoanalyse](#)
 - [5.1 Verfolgung und Anpassung im Nationalsozialismus](#)
- [6 Bedeutung und Wirksamkeit](#)
 - [6.1 Bedeutung der Psychoanalyse](#)
 - [6.2 Wirksamkeit der Psychoanalyse als Psychotherapie](#)
- [7 Psychoanalyse künstlerischer und soziokultureller Phänomene](#)
 - [7.1 Film und Psychoanalyse](#)
 - [7.2 Ethnopsychanalyse](#)
- [8 Kritik](#)
 - [8.1 Wissenschaftstheorie](#)
 - [8.2 Psychologische Kritik](#)
 - [8.3 Tiefenpsychologische Schulen](#)
 - [8.4 Klientenzentrierte Psychotherapie](#)
 - [8.5 Fehlentwicklungen und Skandale](#)
- [9 Siehe auch](#)
- [10 Literatur](#)
- [11 Weblinks](#)
- [12 Einzelnachweise](#)

Definitionen [[Bearbeiten](#)]

Psychoanalyse als Wissenschaft [[Bearbeiten](#)]

Die Psychoanalyse ist eine Theorie über unbewusste psychische Vorgänge. Laut Freud hat sie auch den Anspruch, eine umfassende Konzeption des Mentalen und seiner Verbindungen zu den Bereichen des Körperlichen und des Soziokulturellen darzustellen.

Psychoanalytiker der auf Freud folgenden Generationen haben die Psychoanalyse in vielfältige Richtungen weiterentwickelt, teils mit Freud übereinstimmend, teils weit von ihm abweichend. Diese stetige Differenzierung der psychoanalytischen Theorie und Methodik hat – ergänzt um integrative Bemühungen – zur Entstehung einer Vielzahl von psychoanalytischen Schulrichtungen mit unterschiedlichen Konzeptionen und Schwerpunkten geführt. Dazu zählen z. B. die [Ichpsychologie](#), die [Objektbeziehungstheorie](#) (u. a. [Melanie Klein](#), [Donald Winnicott](#), Wilfred Bion), die [Selbstpsychologie](#) ([Heinz Kohut](#)), die Relationale und [Intersubjektive Schule der Psychoanalyse](#) sowie die Strukturalistische oder Strukturele Psychoanalyse ([Jacques Lacan](#)).

Psychoanalyse als Methodik [[Bearbeiten](#)]

Die Psychoanalyse als psychologisches Theoriegebäude hat außerdem Methoden zur Untersuchung des menschlichen Erlebens, Denkens und Verhaltens – sowohl einzelner Menschen (z. B.

[Entwicklungspsychologie](#), [Psychopathologie](#)) als auch von Gruppen ([Massenpsychologie](#)) und Kulturen ([Ethnopschoanalyse](#)) – hervorgebracht. Leitidee ist, dass sich hinter der wahrnehmbaren „Oberfläche“ von Verhaltensweisen (z. B. eines individuellen Verhaltens), aber auch hinter [Normen](#) und [Werten](#) einer kulturellen Gemeinschaft oft [unbewusste](#), dem Ich nicht ohne weiteres bewusst zugängliche Bedeutungen verbergen, die sich mit Hilfe der psychoanalytischen Konzepte und Methoden jedoch aufdecken lassen und verständlich werden.

In den Jahrzehnten nach Freud haben andere Psychoanalytiker weitere Methoden entwickelt, so z. B. zur Analyse der Persönlichkeitsstruktur (u. a. Arbeitskreis [OPD](#)) oder der Erzählstrukturen (z. B. Boothe: Erzählanalyse JAKOB). Auch der Inhalt von Märchen, Mythen oder künstlerischen Werken (Literatur, Film u. a.) kann psychoanalytisch interpretiert werden.

Psychoanalyse als Therapie [[Bearbeiten](#)]

Im engeren Sinn ist die Psychoanalyse ein [psychotherapeutisches](#) Behandlungsverfahren. Im Unterschied zu übenden bzw. trainierenden Verfahren (wie [Verhaltenstherapie](#)) zählt sie zu den aufdeckenden Therapien, die versuchen, dem Patienten ein vertieftes Verständnis der ursächlichen (meist [unbewussten](#)) Zusammenhänge seines Leidens zu vermitteln – was oft mit dem Begriff der Einsicht verbunden wird. Es wäre jedoch ein Missverständnis, eine rationale Einsicht in die Verursachungszusammenhänge als wesentliches Ziel einer psychoanalytischen Therapie anzusehen. Vielmehr wird eine weitergehende Umstrukturierung der Persönlichkeit und insbesondere des Gefühlslebens in denjenigen Bereichen angestrebt, die zur Aufrechterhaltung psychopathologischer Elemente (Symptome, Persönlichkeitseigenschaften) beitragen.

Die klassische Psychoanalyse findet über einige Jahre hinweg drei- bis fünfmal wöchentlich statt. Der Patient bzw. Analysand liegt auf einer [Couch](#) und sagt möglichst unzensiert alles, was ihn gerade bewegt bzw. ihm durch den Sinn geht ([freies Assoziieren](#)). Der hinter ihm sitzende Analytiker hört mit einer Haltung „[gleichschwebender Aufmerksamkeit](#)“ zu und teilt dem Analysanden die während des psychoanalytischen Prozesses gewonnenen Erkenntnisse mit („Deutung“), wann immer er dies für günstig hält. Insbesondere bemüht sich der Analytiker, die sich in der Beziehung zu ihm einstellenden [Übertragungen](#) typischer emotionaler Muster bzw. Motive des Analysanden aufzuspüren und ihren Stellenwert innerhalb der [Psychodynamik](#) des Analysanden zu interpretieren, um sie einer Veränderung zugänglich zu machen („Übertragungsanalyse“). Auch die [Traumanalyse](#) kommt während der analytischen Behandlung zur Anwendung.

Neben der „großen“ psychoanalytischen Therapie mit bis zu 300 (von der [gesetzlichen Krankenversicherung](#) übernommenen) Sitzungen sind heute kürzer dauernde tiefenpsychologische Therapieformen weit verbreitet (siehe unter anderem [Analytische Psychotherapie](#) und [Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie](#)), bei denen sich Analytiker und Analysand gegenüber sitzen und sich ein- bis zweimal wöchentlich treffen. Erwähnenswert sind noch die psychoanalytischen [Fokalthérapien](#) und Kurzzeittherapien, bei denen versucht wird, ein zentrales, mehr oder weniger klar umschriebenes Problem in insgesamt ca. 20 bis 30 Sitzungen zu behandeln, sowie die „niederfrequente psychoanalytische Psychotherapie“, mit ein bis zwei Sitzungen wöchentlich.

Es wurden Methoden entwickelt, die besonders für die Behandlung von spezifischen [psychischen Störungen](#) geeignet sind.

Die Psychoanalyse findet Anwendung bei Erwachsenen sowie bei Kindern und Jugendlichen. Zudem gibt es psychoanalytische [Paar-](#) und [Familientherapie](#), [Gruppenanalyse](#), stationäre psychodynamische Therapie und psychoanalytisch orientierte [Supervision](#).

Siehe auch: [Liste von Psychotherapie- und Selbsterfahrungsmethoden](#)

Grundlagen der psychoanalytischen Theorie [[Bearbeiten](#)]

Die Grundzüge der Psychoanalyse als erste umfassende Theorie des Mentalen unter besonderer Berücksichtigung unbewusster Prozesse wurden Ende des 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts von dem Wiener Neurologen [Sigmund Freud](#) – anfangs in intensiver Zusammenarbeit mit dem bekannten Wiener Arzt und Begründer der [kathartischen](#) Methode, [Josef Breuer](#) – entwickelt. Die Auseinandersetzung mit der menschlichen Psyche und auch dem Unbewussten ist freilich älter und kann bis zur Antiken Philosophie zurückverfolgt werden. Als unmittelbare Vorgänger Freuds gelten der Naturwissenschaftler [Carl Gustav Carus](#) (1789–1869), die Philosophen [Johann Friedrich Herbart](#) (1776–1804), [Arthur Schopenhauer](#) (1788–1860) und [Friedrich Nietzsche](#) (1844–1900), aber auch in den Werken bedeutender Dichter wie [Johann Wolfgang von Goethe](#) und [Arthur Schnitzler](#), besonders aber [Fjodor Michailowitsch Dostojewski](#) können literarische Analogien psychoanalytischer Theorien gefunden werden. Der Begriff „Unbewusstes“ taucht in einer noch unscharfen Form erstmals bei [Eduard von Hartmann](#) 1869 in *Philosophie des Unbewußten* auf.^[1] Freud kommt so gesehen nicht das Verdienst zu, das Unbewusste entdeckt, sondern als Erster eine Methode zu seiner wissenschaftlichen Untersuchung gefunden zu haben. Hierfür entwickelte er insbesondere die Methoden der [freien Assoziation](#), der [Traumdeutung](#) und der Analyse von [Fehlleistungen](#). Durch die langjährige Auseinandersetzung mit den Ergebnissen aus seinen Behandlungen theoretisierte er schließlich ein aus drei Instanzen gebildetes [Strukturmodell der Psyche](#). Freud ging davon aus, dass Triebe in der Psyche von der frühen Kindheit an eine Dynamik in Gang setzten, die bestimmend für das weitere Leben ist. Auf der Grundlage dieser Konzepte war es ihm möglich, Erklärungen für pathologische Abweichungen zu finden, die er in seiner spezifischen Therapieform, der Psychoanalyse, anwenden konnte, um Patienten zu behandeln.

Weiterhin untersuchte Freud auch Alltagsphänomene wie Mythen, Bräuche, Witze und die sogar nach ihm benannten „Freud'schen [Fehlleistungen](#)“, welche – wie die [Träume](#) – zuvor bei der Wissenschaft kaum Interesse erregt hatten.



 [Josef Breuer](#)

Bei jeder Darstellung der Grundlagen von Freuds Theorien – und so auch besonders in Hinblick auf die letztgenannten psychoanalytischen Annahmen – muss zweierlei vorweggeschickt werden:

1. dass Freuds Ansichten und Annahmen nicht in geschlossener Form vorliegen, weil er selbst fast alle seiner früheren Thesen nach und nach revidierte, weiterentwickelte oder gar

verwarf, wenn sich ihm neue Erkenntnisse aufgedrängt hatten, und die späteren ohne Kenntnis der früheren unverstündlich bleiben.

2. dass die Psychoanalytiker der nachfolgenden Generationen diese Theorien vielfach weiterentwickelten, ergänzten oder gänzlich neue Konzepte und Theorien eingeführt haben, sodass die Psychoanalyse in ihrer zeitgenössischen Form keineswegs mit dem Werk Freuds gleichgesetzt werden darf.

Bei der Weiterentwicklung der Psychoanalyse war ein wichtiger theoretischer Schritt der von einer „one-body psychology“, wie [Michael Balint](#) die klassische, Freud'sche Psychoanalyse bezeichnete, zu einer Mehr-Personen-Psychologie. Freuds Triebtheorie war sehr stark an dem mechanistischen Weltbild seiner Zeit orientiert. Triebe liefern hierbei die Energie, die einen komplexen psychischen Apparat in Gang setzen. Störungen entstehen durch die Fixierung der Triebenergie auf frühen Entwicklungsstufen.

Hierbei übernimmt die Umwelt des Individuums eine eher untergeordnete Rolle. Nach der Abkehr Freuds von seiner Traumatheorie stand für lange Zeit fest, dass eher unbewusste Phantasien als reale Erfahrungen die Ursachen für pathologische Entwicklungen darstellen. Die Objekte, also die Personen der Außenwelt, werden mit Triebenergie besetzt, was den eigentlichen Grund für die Aufnahme jeglicher Beziehungen darstellt.

Diese Einstellung änderte sich erst allmählich. Heute betrachtet die Psychoanalyse viel eher die Beziehungen, in die ein Mensch eingebettet ist. Sie betrachtet seine Entwicklung und Reifung immer in Wechselwirkung mit seiner Umwelt. Hierbei stehen die Beziehungen des Menschen zu seinen engsten Bezugspersonen von seiner frühesten Kindheit an im Vordergrund. Die Psychoanalyse untersucht, wie er sich an diese frühen Beziehungen erinnert und diese in seiner Psyche repräsentiert. Auch betont die Psychoanalyse viel eher die realen Umweltbedingungen, in denen ein Mensch lebt und aufwächst, und betrachtet, wie er auf diese Bedingungen reagiert.

Heute existieren vier Hauptrichtungen der Psychoanalyse, die sich gegenseitig beeinflussen und ergänzen, einander teilweise aber auch widersprechen. Die Triebtheorie, die von Sigmund Freud begründet wurde; die Ich-Psychologie, die auf Heinz Hartmann zurückgeht; die Objektbeziehungstheorie, die von unterschiedlichen Autoren eingeführt wurde, und die Selbstpsychologie von Heinz Kohut. Einige Autoren, insbesondere Selbstpsychologen, plädieren dafür, die Triebtheorie endgültig aufzugeben, andere Autoren halten sie jedoch noch für nützlich.

Auch haben sich einige Theorien gebildet, die nicht dem psychoanalytischen, wissenschaftlich-therapeutischen Mainstream entsprechen oder entsprachen. Auch diese werden im folgenden kurz skizziert.

Traumatheorie [[Bearbeiten](#)]

Bis 1897, der sogenannten Frühphase der Psychoanalyse, steht Freud ganz unter dem Eindruck der Behandlung [hysterischer](#) Patientinnen, die ihm eine vielfältige Symptomatik präsentierten und häufig von sexuellen Übergriffen in ihrer Kindheit berichteten. Aufgrund dessen betonte Freud die zentrale Stellung, welche [Traumatisierungen](#) (primär, aber nicht nur sexueller Natur) in der Entstehung von psychischen Erkrankungen zukommt. Später revidierte er diese Auffassung weitgehend zugunsten anderer Faktoren: Das Hauptaugenmerk liegt nunmehr auf inneren Konflikten und den entsprechenden Phantasien; an die Stelle der sog. „*Verführungs*“- bzw. „*Traumatheorie*“ tritt die triebtheoretische Begründung psychopathologischer Zustände. Die geschilderten Missbrauchserlebnisse – deren skandalöse Häufigkeit Freuds erster Theorieentwurf nahelegt – entfalten, sofern sie nicht eben nur als Phantasieproduktion (die die Tatsache der infantilen Masturbation ebenso verschleiert wie ihren vornehmlich inzestuösen Vorstellungsinhalt darstellt) zu gelten haben, demnach nur im Rahmen der ödipalen Triebdynamik ihre pathogene Wirkung. Die Traumatheorie, mithin die Erkundung der realen, individuellen Kindheitsgeschichte

wird, auf Grund nunmehr behaupteter faktischer Unnachweisbarkeit, durch das überindividuelle, triebtheoretisch argumentierende Ödipus-Modell ersetzt. Die Traumatheorie wird zwar nicht völlig verworfen, gerät jedoch aus dem Fokus analytischer Begründungsstrategie. Praktisch bedeutet diese sogenannte „Kehre“ im Denken Freuds eine theoretische Wendung von passiv zu aktiv: Aus „unschuldigen“ Opfern traumatisierender Übergriffe werden nun aktive, von infantiler Sexualität und ödipalem Begehren gesteuerte (Trieb)-Täter der Phantasie. Die analytisch provozierte *Wahrheit, die frei machen soll*, besteht nun nicht mehr in der Erinnerung und Bewusstmachung des traumatisierenden Übergriffs (*Was hat der Vater/die Mutter/etc. denn da gemacht?*), sondern in der Anerkennung der infantilen Sexualität als ödipales Begehren (*Was hat die Tochter, der Sohn, der/die AnalysandIn denn da gemacht?*). Die Abkehr Freuds von der Traumatheorie ist zu einem Skandalon der späteren Psychoanalysekritik geworden.^{[2][3]}

Objektbeziehungstheoretisch orientierte Psychoanalytiker wie [René A. Spitz](#) und [Massud Khan](#) haben im Gegensatz zu einmalig auftretenden Extremtraumatisierungen noch die Wichtigkeit so genannter kumulativer Traumatisierungen bzw. Mikrotraumatisierungen herausgestellt. Hierbei handelt es sich um unzählige Male wiederholte Erschütterungen der kindlichen Persönlichkeit durch ein konstant unzureichendes Milieu. Die fatalen Auswirkungen so einer mangelnden Akzeptanz des Kindes auf das in Entstehung befindliche Selbst wurden von [Heinz Kohut](#) herausgearbeitet. Insbesondere Psychoanalytiker, die Kinder von KZ-Überlebenden in Behandlung hatten, konnten zudem feststellen, dass schwer traumatisierte Menschen, die ihre katastrophalen Erfahrungen nicht verarbeiten konnten, ihr Trauma in modifizierter Form an die nächste Generation weitergeben (*transgenerationale Traumatisierung*).^[4]

Heute gibt es eine ganze eigene Domäne, welche sich der Analyse und Behandlung von traumatischen Erfahrungen verschrieben hat und verschiedene psychoanalytische Ansätze zu integrieren versucht: die Psychotraumatologie. Viele Hauptvertreter dieser Richtung, wie z. B. [Gottfried Fischer](#) und [Luise Reddemann](#), sind Vertreter der Psychoanalyse oder Psychodynamik.

Triebtheorie [[Bearbeiten](#)]

→ *Hauptartikel:* [Triebtheorie](#)

Nach Freud entstammt der Trieb einem körperlichen Spannungszustand. Er dient der Lebens-, Art- und Selbsterhaltung. Dazu zählen insbesondere das Bedürfnis nach Ernährung und der Sexualtrieb. Der Triebdrang, welcher vom Körperlichen ausgehend einen seelischen Niederschlag, die sog. Triebrepräsenzen, bildet, erfolgt stetig neu (auch nach erfolgter Befriedigung wieder) und vom Willen des Ich/Bewusstseins unabhängig; dieses vermag jedoch die Verwirklichung der Wünsche umweltangemessen zu lenken und sogar in Richtung der Quelle zurückzudrängen. Die Triebenergie selbst hat Freud als Libido bezeichnet, ihre Gesetzmäßigkeit als Lustprinzip.

Topographisches Modell und Strukturmodell der Psyche [[Bearbeiten](#)]

→ *Hauptartikel:* [Strukturmodell der Psyche](#)



Schematische Darstellung des Strukturmodells der Psyche nach Freud

Das topographische Modell versucht psychische Inhalte hinsichtlich des Grads ihrer Bewusstheit zu klassifizieren und zu Systemen zusammenzufassen, deren Relationen untereinander von einem Zensor geregelt werden. Das System Bw (*Bewusstsein*) kann mit einem psychischen Raum verglichen werden, dem es obliegt, Reizkonfigurationen der inneren Welt und der äußeren Realität zu erfassen. Es ist ein Sinnesorgan zur Wahrnehmung psychischer Qualitäten. Das System Vbw (*Vorbewusstes*) enthält jene psychischen Inhalte, welche zwar momentan im Bewusstsein nicht präsent sind, aber mittels willentlicher oder zum Teil auch unwillentlicher Aufmerksamkeitsausrichtung abgerufen werden können. Das System Ubw (*Unbewusstes*) besteht aus psychischen Inhalten, welche selbst durch gezielte Konzentration nicht ins Bewusstsein gehoben werden können. Es gibt verschiedene Arten unbewusster Prozesse, von denen Freud dem Verdrängten am meisten theoretischen Platz eingeräumt hat. Hierbei handelt es sich um von Individuum und/oder Kultur verfemte Impulse und Vorstellungen, die abgewehrt bzw. ins Ubw verdrängt werden. Die therapeutische Erfahrung hat Freud gelehrt, dass die verdrängten Inhalte sich in entstellter Art wieder Zugang zum Bw verschaffen (*Wiederkehr des Verdrängten*).

Entwicklungspsychologie [[Bearbeiten](#)]

Die Psychoanalyse geht davon aus, dass die menschliche Persönlichkeit sich das ganze Leben über in Entwicklung befindet und dabei verschiedene Phasen mit je besonderen thematischen Schwerpunkten durchläuft. Besonders prägenden Einfluss auf die erwachsene Form der Psyche haben die frühen Phasen der Entwicklung, deren Störung durch erhöhte [Vulnerabilität](#) und/oder ein inadäquates Milieu pathologische Entgleisungen anbahnen kann. In der psychoanalytischen Entwicklungsforschung werden sowohl Informationen erwachsener Personen über ihre Kindheit als auch direkte Beobachtungen von Individuen in den entsprechenden Entwicklungsphasen zur Theoriebildung benutzt. Freud konzentrierte seine theoretische Aufmerksamkeit hierbei auf die [psychosexuelle Entwicklung](#).

Die [infantile Sexualität](#) wird von ihm als polymorph-pervers bezeichnet, womit zum Ausdruck gebracht werden soll, dass das Kind noch über keine stabile sexuelle Identität verfügt und unterschiedliche Arten des Lustgewinns praktiziert, welche teilweise an sexuelle Devianzen erwachsener Patienten erinnern. Freud postulierte in der Entwicklung der Libido eine orale (1. Lebensjahr), eine anale (ca. 2. und 3. Lebensjahr), eine phallische (4.–5. L.j.),^[5] eine Latenzphase, Pubertät und Adoleszenz. Die Entwicklung der kindlichen phallischen Phase^[6] (ca. viertes bis fünftes Lebensjahr in elastischen Grenzen) soll in dem sog. [Ödipuskomplex](#) kulminieren, indem das Kind seine Liebe auf den gegengeschlechtlichen Elternteil richtet und mit dem gleichgeschlechtlichen Elternteil um dessen Gunst rivalisiert, außerdem in Konflikt mit dem Anspruch auf Zuneigung geratend, den es beiden Elternteilen gegenüber hegt. Form und Brisanz

des Konfliktes weisen erhebliche interkulturelle und interfamiliäre Differenzen auf. Der Untergang (auch Verdrängung) des Ödipuskonflikts leitet die Latenzphase ein und wird durch den Verzicht auf den gegengeschlechtlichen Elternteil und die Errichtung eines stabilen [Über-Ichs](#) mit [Inzesttabu](#) charakterisiert. In der Adoleszenz werden die unterschiedlichen [Partialtriebe](#) schließlich unter das [Primat der Genitalität](#) gestellt.

Wesentlich erweitert und ausgebaut wurden diese Gedanken Freuds durch [Erik H. Erikson](#), der die menschliche Entwicklung in acht Phasen von der Geburt bis zum hohen Alter einteilte. In seinem [Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung](#) geht er davon aus, dass die individuelle Lösung jeder dieser Phasen den Ausgang eines ihr inhärenten Konflikts zwischen zwei antagonistischen Tugenden bestimmt. Dabei nimmt die Art der Lösung der vorhergehenden Phasen, welche wesentlich von den Umwelterfahrungen, die der Mensch macht, determiniert wird, einen Einfluss auf Ausgestaltung und Bewältigung der folgenden phasentypischen Krisen. So entscheidet z. B. das grundsätzliche Angenommenwerden des Kindes durch seine Bezugspersonen in der allerfrühesten Zeit des Lebens darüber, ob ein Mensch mit einem gesunden Urvertrauen oder Urmisstrauen durchs weitere Leben geht.

[D.W. Winnicott](#) und [Margaret Mahler](#) haben ihre Aufmerksamkeit auf die zu Beginn des Lebens extrem enge Verbindung zwischen Mutter und Kind gerichtet und die schrittweise Entwicklung hin zu größerer Autonomie beschrieben. [René A. Spitz](#) hat die Entwicklung der Objektbeziehung und den präverbalen Dialog zwischen dem Baby und seiner Bezugsperson untersucht. Seine Forschungen in Säuglingsheimen, in denen die Kinder zwar medizinisch versorgt waren und genügend Nahrung zur Verfügung hatten, aber trotzdem an mysteriösen psychosomatischen Erkrankungen und einer hohen Sterblichkeitsrate litten, konnten den Nachweis erbringen – was zur damaligen Zeit alles andere als selbstverständlich war –, dass der Entzug zwischenmenschlichen Kontakts, die soziale [Deprivation](#), dafür verantwortlich war. Einen bedeutenden Beitrag dazu hat auch [John Bowlby](#) geleistet, dessen theoretischer Schwerpunkt die zwischenmenschliche Bindung war. Die Entwicklung einzelner Ichfunktionen wurde von [Anna Freud](#) thematisiert.

Zu den bedeutendsten zeitgenössischen psychoanalytischen Entwicklungsforschern zählen [Daniel N. Stern](#), ein international renommierter Säuglingsforscher, der die Entwicklung des Selbstempfindens beschrieben hat, [Robert N. Emde](#), ein Schüler von René Spitz, der sich unter anderem mit der Entwicklung der Affektivität auseinandersetzt, sowie [Peter Fonagy](#), der sich um die Integration von Bindungstheorie und Psychoanalyse bemüht und die Entwicklung der [Mentalisierung](#) und Affektregulierung erforscht. Im deutschen Sprachraum hat sich [Martin Dornes](#) auf dem Gebiet der psychoanalytischen Säuglingsforschung einen Namen gemacht. Was die Ableitung bestimmter psychischer Störungen von Komplikationen in gewissen Entwicklungsphasen anbelangt, so geht man gemäß Freuds Konzept der Ergänzungsreihen davon aus, dass physische, psychische und soziale Faktoren an der Genese beteiligt sind. Entscheidend für den Ausbruch einer psychischen Erkrankung oder Resilienz ist ein kompliziertes Wechselspiel von Risikofaktoren und protektiven Faktoren.

Säuglingsforschung

Die Psychoanalyse sah seit ihren Anfängen eine besondere Bedeutung in den ersten Lebensjahren der Entwicklung. Seit den Anfängen der empirischen Beobachtung von [Kleinkindern](#) durch psychoanalytische Forscher wie [René A. Spitz](#), [Margaret Mahler](#) oder Bindungsforschern konnte durch neue Methoden ein moderner Ansatz in der Kleinkindbeobachtung oder [Neonatologie](#) entwickelt werden. Seit den 1970er Jahren erforschen Psychoanalytiker insbesondere die interpersonellen [Interaktionen](#) zwischen Mutter und Kind. Hierzu nutzen sie neue Möglichkeiten der Videotechnik, um die sich oft in [Mikrosekunden](#) abspielenden gegenseitigen Verhaltensanpassungen in der [Mimik](#) und [Gestik](#) zwischen Mutter und Kind erforschbar zu machen.

Zu nennen sind hier vor allem die „baby-watcher“: [Daniel Stern](#), der die Entstehung des Selbstempfindens erforscht, Robert N. Emde, der die grundlegenden Affekte des Menschen beobachtete, Joseph D. Lichtenberg, der die Bedürfnisse von Kleinkindern untersuchte, und Beatrice Beebe, die sich mit der Interaktion zwischen Säuglingen und ihren Bezugspersonen beschäftigt hat. Der neonatologische Forschungsansatz wurde im deutschsprachigen Gebiet hauptsächlich durch [Martin Dornes](#) bekannt.

Die Ergebnisse der Säuglingsforschung haben einen großen Einfluss auf die psychologische und psychoanalytische Entwicklungspsychologie ausgeübt. Dabei wurden auch [kognitivistische](#) Forschungsergebnisse für die Fundierung neuer psychoanalytischer Theorien einbezogen. Die Ergebnisse der Forschung lassen die [Entwicklungspsychologie](#) heute davon ausgehen, dass ein Säugling keineswegs, wie vielfach angenommen, ein unbeteiligter Empfänger der Pflege der [Bezugspersonen](#) ist. Heute geht die Psychologie davon aus, dass der [Säugling](#) bereits mit wenigen Wochen ein aktives, kompetentes, kontaktsuchendes und Interaktion stimulierendes Wesen ist. Entscheidend hierbei ist die Ergänzung der [objektbeziehungstheoretischen](#) Beobachtungen der 1950er und 60er Jahre. Die Interaktion zwischen Kind und Mutter, welche sich auf die spätere therapeutische Interaktion auswirken kann, wird nicht länger als einseitiger, von der Pflegeperson bestimmter Prozess angesehen. Heute muss davon ausgegangen werden, dass eine komplizierte [reziproke](#), also wechselseitige, Kommunikation die [Affekte](#) des Kindes und dessen Befinden sowie die Möglichkeit zu deren Regulation stark beeinflusst.

Dieser Umstand hat eine große Bedeutung für die psychoanalytische Theoriebildung, da oftmals von pathologischen Zuständen erwachsener Patienten auf ähnliche Zustände im Kindesalter geschlossen wurde. Heute geht man von einem *kompetenten Säugling* aus, der keineswegs pathogene Phasen durchlaufen muss. Pathologisch relevante Entgleisungen des Mutter-Kind-Dialoges sind in der zeitgemäßen Psychotherapie und Psychoanalyse der frühen Kindheit auch aufgrund der psychoanalytischen und der Bindungsforschung einer differenzierteren Methodik zugänglich.^{[7][8]}

Zu dieser Entwicklung können auch Wissenschaftler gerechnet werden, die sich um die Erforschung [neuropsychologischer](#) und [Neurophysiologie](#) befassen, und auf moderne Verfahren zur Untersuchung der Funktionsweise des Hirns zurückgreifen, wie neue [bildgebende Verfahren](#). Diese versuchen, eine Verbindung psychoanalytischer Theorien und Erkenntnissen, die aus den Neurowissenschaften erwachsen, zu knüpfen^[9] und beziehen ihre Erkenntnisse teilweise auf die Veränderungen in der psychoanalytischen Theorie.

Siehe auch: [Richtungen psychoanalytischer Theoriebildung – Neuropsychoanalyse](#)

Affekttheorie [[Bearbeiten](#)]

→ *Hauptartikel:* [Affekt](#)

Die Affekttheorie hat ebenso wie die Triebtheorie verschiedene Umformungen durchlaufen. Freud selbst hat drei Affektmodelle entwickelt und sein Hauptaugenmerk im Zuge dessen stets auf den Affekt der [Angst](#) gerichtet, dem ihm zufolge eine Schlüsselstellung in jeder Pathologie zukommt. Im ersten Affektmodell Freuds wird primär die Rolle des Affekts im traumatischen Geschehen untersucht. Freud ging hierbei davon aus, dass der durchs Trauma freigesetzte und in seiner Abfuhr blockierte Affekt für die Symptombildung verantwortlich ist. Später ergänzt Freud diese Annahmen dahingehend, dass der Angstaffekt auch das Ergebnis eines [Konflikts](#) zwischen der nach Befriedigung drängenden [Libido](#) und deren Hemmung sein kann (so z. B. im Falle der [Angstneurose](#)). Mit der Entwicklung des Strukturmodell der Psyche kommt es zu einer neuerlichen Modifizierung der Affekttheorie: der Theorie der Signalangst. Diese hebt den adaptiven Wert des Affekts als Signal an das Ich hervor, eine drohende innere (Trieb) oder äußere (Trauma) Gefahr mit den zur Verfügung stehenden Mitteln (Abwehrmechanismen) abzuwenden. Dieser Signalaspekt

des Affekts wird später von der [Ich-Psychologie](#) auf weitere differenzielle Affekte wie z. B. Traurigkeit, Ekel, Wut oder Schuld ausgedehnt. Ebenfalls von dieser Schule eingehender erforscht wurde das Verhältnis von Affekt und Vorstellung, also von den emotionalen und den eher kognitiv-imaginativen Erlebensweisen, sowie unbewussten Affekten, welche zwar nicht als solche bewusst erlebt werden, sehr wohl aber ätiologisch relevant für psychische und psychosomatische Symptombildungen werden können.

Die [Objektbeziehungstheorie](#) schließlich hat die interaktive Funktion der Affekte unterstrichen. Affekte spielen nämlich auch eine Rolle in der Anbahnung interpersoneller Beziehungen und der Regulation von Subjekt-Objekt-Interaktionen. Heute setzen sich weitgehend Komponentenmodelle der [Affektivität](#) durch, welche das relativ ganzheitliche Affektgeschehen als aus Bestandteilen zusammengesetzt ansehen. Ein solches von sechs Komponenten ausgehendes Affektmodell stammt von Rainer Krause. Es untergliedert das **Affektssystem** in:

1. Expressive Komponente (mimischer und gestischer Ausdruck des Affekts)
2. Physiologische Komponente (endokrine und neuronale Ebene des Affekts)
3. Motivationale Komponente (Innervation der Skelettmuskulatur)
4. Wahrnehmung/Bewusstes Erleben des Affekts
5. Sprachliche Benennung des Erlebens
6. Bewusste Wahrnehmung des Affekts als inneres Bild und als spezifische situative Bedeutung der Welt und der Objekte

Diese sechs Komponenten entwickeln sich nicht ontogenetisch synchron und sind in mehrfacher Hinsicht störanfällig.

Da Affekte mit höherer Geschwindigkeit operieren als rationale Denkprozesse, kann man sie als phylogentisch ältere und ganzheitlichere Bewertung all unserer Erlebnisse verstehen. Sie sind eine besondere Art der Information im Rahmen von psychischen Regulationsprozessen wie z. B. Triebansprüchen, zwischenmenschlichen Beziehungen oder Werten. So gesehen lassen sich Affekte am adäquatesten als eine Art Interface verstehen, das die psychische Ebene einschließlich ihrer unterschiedlichen Systembereiche mit der biologischen und der sozialen Ebene vernetzt. Das ist auch der Grund, weshalb der Affekttheorie eine Zentralstellung in der gesamten psychoanalytischen Theorie und Therapie zukommt. Die enge wechselseitige Verbindung von Affekt und [Kognition](#) hat es mit sich gebracht, dass auch [Piagets](#) Ideen zur kognitiven Entwicklung in der Psychoanalyse breit rezipiert und mit der affektiven Entwicklung verbunden wurden (Ulrich Moser).

Abwehrmechanismen [[Bearbeiten](#)]

→ *Hauptartikel:* [Abwehrmechanismus](#)

Das Konzept der [Abwehrmechanismen](#) ist eines der am genauesten erforschten und weitgehend akzeptierten Teile psychoanalytischer Theorie. Unter Abwehrmechanismen versteht man unbewusst ablaufende psychische Vorgänge, die die „Aufgabe“ haben, unlustvolle und angsterzeugende Inhalte abzuwehren. Das bedeutet, sie aus dem eigenen Bewusstsein fernzuhalten, insbesondere jene Inhalte, die aus einem neurotischen Konflikt hervorgehen. Gefühle und Affekte wie Scham, Schuldgefühl, seelischer Schmerz, Wut und vor allem die Angst können mit Hilfe der Abwehrmechanismen auf verschiedene Weise unbewusst gehalten werden. Der Abwehrmechanismus ist der Versuch der Lösung und Vermeidung des eigentlichen Konfliktes, trägt jedoch zu dessen Festigung und Fixierung bei. Es kann zwischen unreiferen und reiferen Abwehrmechanismen unterschieden werden.

Vertreter und Richtungen [[Bearbeiten](#)]

Vertreter der Psychoanalyse [[Bearbeiten](#)]



Bild des Psychoanalysekongresses in Weimar 1911. 2.R,1.vl: Otto Rank. 1.R,1.vl: Eugen Bleuler. 2.R,7.vl: Sandor Ferenci. 2.R, 8.vl. Sigmund Freud. 2.R, 9.vl: C. G. Jung. 2.R, 2.vr: Ernest Jones

Zu den bedeutenden *Psychoanalytikern der ersten Generation* zählen neben Freud [Karl Abraham](#), [Alfred Adler](#), [Siegfried Bernfeld](#), [Helene Deutsch](#), [Paul Federn](#), [Otto Fenichel](#), [Sandor Ferenczi](#), [Ernest Jones](#), [Carl Gustav Jung](#), [Sandor Rado](#), [Otto Rank](#), [Theodor Reik](#) und [Wilhelm Reich](#).

Wichtige Vertreter der *psychoanalytischen Ichpsychologie* sind [Heinz Hartmann](#), [Anna Freud](#) und [Erik H. Erikson](#).

[René A. Spitz](#) und [Margaret Mahler](#) begründeten die psychoanalytisch orientierte empirische *Säuglings- und Kleinkindforschung*.

Die *Bindungstheorie*, die innerhalb wie außerhalb der Psychoanalyse weite Verbreitung fand, wurde vom englischen Psychoanalytiker [John Bowlby](#) und der kanadischen Psychologin [Mary Ainsworth](#) entwickelt.

Exponenten der *Objektbeziehungstheorie* sind [Donald Winnicott](#), [Melanie Klein](#), [Michael Balint](#), [William Fairbairn](#) und [Wilfred Bion](#).

Die *Selbstpsychologie* wurde von [Heinz Kohut](#) begründet. Viele der zeitgenössischen Psychoanalytiker sind dieser Schule zuzurechnen, so etwa [Joseph D. Lichtenberg](#).

Bedeutende Vertreter der *Psychoanalyse in Frankreich* sind [Jacques Lacan](#), [André Green](#), [Jean Laplanche](#).

Die *Neopsychoanalyse* ist mit den Namen [Karen Horney](#), [Harry Stack Sullivan](#) und [Erich Fromm](#) verbunden.

Bedeutende *zeitgenössische Psychoanalytiker* sind [Otto Kernberg](#), [Peter Fonagy](#), [Marianne Leuzinger-Bohleber](#), [Falk Leichsenring](#) und [Daniel Stern](#).

Analytische Psychologie

aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie

Wechseln zu: [Navigation](#), [Suche](#)

Analytische Psychologie (A. P.) oder auch *Komplexe Psychologie* ist eine psychotherapeutische und psychologische Schule, die von [Carl Gustav Jung](#) nach dem Bruch mit [Sigmund Freud](#) im Jahre 1913 gegründet wurde.

Die Analytische Psychologie beschäftigt sich, ähnlich wie die [Psychoanalyse](#), mit den unbewussten Einflüssen auf die Psyche des Menschen. Hierbei geht sie davon aus, dass das Unbewusste einen weitaus größeren Einfluss auf die bewusste Wahrnehmung hat. Jung und seine Nachfolger haben insbesondere die symbolischen Ausdrucksmöglichkeiten dieses Unbewussten hervorgehoben und versucht, diese psychotherapeutisch zu nutzen.

Einordnung und Grundannahmen [\[Bearbeiten\]](#)

Die A. P. zählt zu den so genannten [Einsichtstherapien](#), die darauf ausgelegt sind, dem Kranken die Einsicht in sein psychisches Leiden zu vermitteln und durch diese Einsicht Veränderungen im Handeln und Erleben zu ermöglichen. Auch wenn der Einsicht dabei eine große Rolle zugeschrieben wird, so kommt doch der im Verlauf der Therapie entstehenden Beziehung sowie deren Analyse eine wichtige Bedeutung zu, um den Prozess der Auseinandersetzung sowohl einzuleiten als auch im Sinne des Patienten voranzutreiben.

Eine der Grundannahmen der analytischen Psychologie ist, dass psychische Störungen, ähnlich wie in der [Psychoanalyse](#) und der [Individualpsychologie](#), durch einen Konflikt zwischen Erfüllung und Abwehr des [Triebs](#) wie bei Sigmund Freud sowie der [Überkompensation](#) von Minderwertigkeitsgefühlen wie bei [Alfred Adler](#) entstehen. Somit setzt auch die A. P. den Beginn einer [psychischen Störung](#) hauptsächlich in der Kindheit an. Darüber hinaus kann der Beginn auch in der Mitte des Lebens liegen, wo im Zuge des fortschreitenden [Individuationsprozesses](#) neue Lebensziele zu Konflikten führen.

Die A. P. sieht sich als prospektiv ausgerichtete Therapie, d. h. die [Symptome](#) einer psychischen Krankheit sind nicht nur schädliche Warnzeichen, sondern enthalten auch ein Streben auf etwas Positives hin.

Daraus leiten sich auch die Methoden ab, die zur Heilung einer psychischen Erkrankung führen sollen.

Methodik [\[Bearbeiten\]](#)

Der Therapeut gewährt dem Patienten den Raum und unterstützt ihn durch [Traumanalyse](#), die Auseinandersetzung mit den Phänomenen von [Übertragung](#) und [Gegenübertragung](#) sowie der [aktiven Imagination](#), damit verdrängte oder aus anderen Gründen unbewusste Persönlichkeitsanteile bewusst werden können. Die nachfolgende Auseinandersetzung kann dazu führen, dass die Patienten diese in ihre Gesamtpersönlichkeit integrieren und in der Folge für neue Handlungs- und Erlebensmöglichkeiten offen werden.

Die Beziehung zwischen Patient und Analytiker ist vor allem durch den Passus der [Dialektik](#) und der [Synthese](#) geprägt. Die A. P. versteht darunter die vermehrte Beteiligung des Patienten an der Analyse. Der Analytiker bezieht den Patienten vermehrt ein und versucht mit ihm eine Beziehung aufzubauen, die eine Begegnung ermöglicht ohne die Unterschiede in den Realitäten der

Beziehung (Patient/Arzt etc.) zu verleugnen. Dies steht im Gegensatz zu den [Methoden](#) der Psychoanalyse, welche (in der klassischen Ausprägung) eine distanzierte Beziehung als Ideal der Behandlung ansieht.

C. G. Jung [[Bearbeiten](#)]

Eine besondere Rolle in der Analytischen Psychologie spielen die aus der Persönlichkeitstheorie von C. G. Jung abgeleiteten Strukturen der Seele. Das [Ich](#) gilt als das Zentrum des [Bewusstseins](#) und interagiert mit den oft im Unbewussten liegenden Komplexen. [Komplexe](#) sind Konstellationen, welche die bewusste Einstellung stören können und sich zumeist um einen bestimmten Kern bilden, z. B. eigene Minderwertigkeit oder um die Beziehung mit einer prägenden Person, etwa der Mutter. [Archetypen](#) des [kollektiven Unbewussten](#) sind vererbte Möglichkeiten der Wahrnehmung, des Denkens und des Fühlens. Sie können durch individuelle Erfahrungen aktiviert werden.

Beispiel: Ein bestimmter Archetyp ruht im [Unbewussten](#) und wird mit dem äußeren Bild aktualisiert. Dieses äußere Bild entspricht einer aus der Menschheitsgeschichte immer wiederkehrenden Situation wie die Erwartung einer Mutter für das neugeborene Kind oder das Verlieben in einen Partner. Die Analytische Psychologie nimmt an, dass Neugeborene eine bestimmte Person erwarten, die auch auf bestimmte Weise mit ihm umgeht. Da Bilder, wie das der Mutter, nicht vererbt werden können, nimmt die A. P. an, dass es bestimmte grundlegende Strukturen im Unbewussten gibt, welche z. B. den Neugeborenen erwarten lassen, dass eine Person für ihn da ist, ihn umsorgt und an die er sich bindet, um so die ersten und wichtigsten Dinge zu lernen. Dieses erprobte "evolutionäre" Konzept (Säugling - Bezugsperson) hat eine recht komplexe Interaktion zwischen Mutter und Kind zufolge. Menschen gelten somit nicht als [tabula rasa](#), sondern sind im Besitz einer Fülle von Prädispositionen also bestimmter vorbestimmter Erlebens- und Verhaltensmuster. Jung spricht in diesem Zusammenhang von *Patterns Of Behavior*

Ein weiteres Beispiel für einen Archetypus ist der des gegengeschlechtlichen Sexualpartners. Dieser spezielle Archetyp wird, wie zu erwarten, ab der Pubertät wichtig. Er enthält nun sowohl die ererbten als auch die durch "reale" Erfahrungen geprägten Vorstellungen von dem, was man am Gegengeschlecht leiden mag oder nicht. Daraus entsteht ein dynamisches Bild von einem Geschlechtspartner, welches Liebe und sexuelle Lust erregt und sich auch von den bewussten Vorstellungen von einem idealen Partner unterscheiden kann. Meist besteht dieser Archetyp auch aus unbewussten gegengeschlechtlichen Anteilen und spielt eine besondere Bedeutung für die psychische Entwicklung des Individuums.

Die Archetypen bilden in der theoretischen Fundierung der A. P. auch die Grundlage für unsere Interaktion mit anderen Menschen. Da die archetypischen Grundstrukturen äußeren Bildern eine "archetypische" (allgemeinmenschliche) Bedeutung geben, kann man sie am besten in Träumen und Symptomen sowie in bestimmten Handlungen untersuchen. Diese können mit Berichten von Märchen, Mythen und religiösen Schriften aus allen Jahrhunderten verglichen werden, um so auf die spezielle Bedeutung des einzelnen, symbolischen Traumes zu gelangen, und somit eine Vorstellung von den dahinterliegenden archetypischen Strukturen zu geben.

Gegenwart [[Bearbeiten](#)]

In den letzten Jahren gab es vermehrt Forschung auf dem Gebiet der Übertragung, Gegenübertragung und Widerstände sowie der [Entwicklungspsychologie](#). Die Erkenntnisse der bildgebenden [Neurologie](#) (Magnetresonanztomografie) scheinen manche tiefenpsychologische Konzepte der Persönlichkeit zu bestätigen.

Psychotherapie [[Bearbeiten](#)]

Die A. P. wurde aus der [Tiefenpsychologie Carl Gustav Jungs](#) weiterentwickelt. Eine analytisch-psychologische Psychotherapie kann in Deutschland über die Krankenkasse finanziert werden. Als tiefenpsychologisch-fundierte Psychotherapie kann sie 50 bis 100 Std. mit ein bis zwei Std. pro Woche umfassen. Als analytisch orientierte Therapie wird sie im Umfang von 80 bis 300 Stunden andauern.

Kritik [[Bearbeiten](#)]

Kritisiert wurde die Analytische Psychologie vor allem von Sigmund Freud und seiner Schule, der Psychoanalyse. Die Kritik richtet sich vor allem an die Auffassung des [Unbewussten](#), das in der Analytischen Psychologie sehr weitgefasst ist. So bezweifeln die meisten Psychoanalytiker, dass bestimmte Bahnungen von Vorstellung im Sinne der [Archetypenlehre](#) vorgefunden werden können. Die Psychoanalyse sieht die Inhalte des Unbewussten hauptsächlich aus der persönlichen Vergangenheit determiniert. Obwohl sich die beiden Schulen der Tiefenpsychologie in vielem gleichen, haben viele spezielle Annahmen in der Vergangenheit und Gegenwart zu Zerwürfnissen geführt.

Darüber hinaus wird die Tiefenpsychologie auch von der akademischen Psychologie kritisiert. Insbesondere dass die Theorien und Modelle der Tiefenpsychologie durch „unwissenschaftliche“ Methoden gefunden worden seien. Die sog. Akademische Psychologie gründet sich insbesondere auf einem empirisch-experimentellen Wissenschaftsverständnis. Zwar gründet sich die A. P. und die Psychoanalyse ebenfalls auf empirischen Methoden, allerdings werden diese bezweifelt, da sie nur schwer oder über Umwege nachzuweisen sind. Des Weiteren bedient sich die Tiefenpsychologie auch anderer wissenschaftlicher Methoden, die den Geisteswissenschaften zuzuordnen sind, vor allem der [Hermeneutik](#), des [Konstruktivismus](#), der [Systemtheorie](#) (Psyche als System) sowie der Phänomenologie.

Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung

https://de.wikipedia.org/wiki/Stufenmodell_der_psychosozialen_Entwicklung

Das **Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung** ist ein entwicklungspsychologisches Modell des Psychoanalytikers [Erik H. Erikson](#) (1902 - 1994).

Erikson beschreibt in diesem Stufenmodell die psychosoziale Entwicklung des Menschen. Diese entfalte sich im Spannungsfeld zwischen den Bedürfnissen und Wünschen des Kindes als Individuum und den sich im Laufe der Entwicklung permanent verändernden Anforderungen der sozialen Umwelt.

Eriksons Entwicklungstheorie spricht den Beziehungen bzw. der Interaktion des Kindes mit seiner personalen (und gegenständlichen) Umwelt eine wesentliche Rolle für die psychische Entwicklung zu. Im Vergleich zu Freuds Modell gibt er dem Unbewussten der psychosexuellen Dimension weniger Raum. Erikson erweiterte damit auf der Grundlage der Freudschen [Phasen infantiler Triebentwicklung](#) die Psychoanalyse um die psychologische Dimension der Ich- und Identitätsentwicklung im gesamten Lebenslauf.

Inhaltsverzeichnis

- [1 Die acht Stadien](#)
 - [1.1 Stadium 1: Ur-Vertrauen vs. Ur-Misstrauen \(1. Lebensjahr\)](#)
 - [1.2 Stadium 2: Autonomie vs. Scham und Zweifel \(2. bis 3. Lebensjahr\)](#)
 - [1.3 Stadium 3: Initiative vs. Schuldgefühl \(4. bis 6. Lebensjahr\)](#)
 - [1.4 Stadium 4: Werksinn vs. Minderwertigkeitsgefühl \(6. Lebensjahr bis Pubertät\)](#)
 - [1.5 Stadium 5: Identität vs. Identitätsdiffusion und Ablehnung \(Jugendalter\)](#)
 - [1.6 Stadium 6: Intimität und Solidarität vs. Isolierung \(frühes Erwachsenenalter\)](#)
 - [1.7 Stadium 7: Generativität vs. Stagnation und Selbstabsorption \(Erwachsenenalter\)](#)
 - [1.8 Stadium 8: Ich-Integrität vs. Verzweiflung \(reifes Erwachsenenalter\)](#)
- [2 Geschichte und Rezeption](#)
- [3 Quellen](#)
- [4 Literatur](#)
- [5 Weblinks](#)

Die acht Stadien

Jede der acht Stufen stellt eine [Krise](#) dar, mit der das [Individuum](#) sich aktiv auseinandersetzt. Die Stufenfolge ist für Erikson unumkehrbar. Die erfolgreiche Bewältigung einer Entwicklungsstufe liegt in der Klärung des Konflikts auf dem positiv ausgeprägten Pol. Sie ist für die Bewältigung der nächsten Phase zwar nicht unbedingt erforderlich, aber hilfreich. Die vorangegangenen Phasen bilden somit das Fundament für die kommenden Phasen, und angesammelte [Erfahrungen](#) werden verwendet, um die Krisen der höheren Lebensalter zu verarbeiten. Dabei wird ein Konflikt nie vollständig gelöst, sondern bleibt ein Leben lang aktuell, war aber auch schon vor dem jeweiligen Stadium als Problematik vorhanden. Für die Entwicklung ist es notwendig, dass er auf einer bestimmten Stufe ausreichend bearbeitet wird, damit man die nächste Stufe erfolgreich bewältigen kann.

Stadium 1: Ur-Vertrauen vs. Ur-Misstrauen (1. Lebensjahr)

„Ich bin, was man mir gibt.“

Das Gefühl des [Ur-Vertrauens](#) bezeichnet Erikson (1973) als ein „Gefühl des Sich-Verlassen-Dürfens“ (ebenda: 62). Hierzu ist das Kind auf die Verlässlichkeit der Bezugspersonen angewiesen. Die Bindung zu der Mutter und die damit verbundene Nahrungsaufnahme spielt eine bedeutende Rolle, da die erste Bezugsperson die Welt repräsentiert. Werden dem Kind Forderungen nach körperlicher Nähe, Sicherheit, Geborgenheit, Nahrung etc. verweigert, entwickelt es Bedrohungsgefühle und Ängste, da eine weitgehende Erfüllung dieser Bedürfnisse lebenswichtig ist. Außerdem verinnerlicht es das Gefühl, seine Umwelt nicht beeinflussen zu können und ihr hilflos ausgeliefert zu sein. Hier entsteht die Gefahr der Etablierung eines Ur-Misstrauens. Es können infantile Ängste des „Leergelassenseins“ und „Verlassenwerdens“ entstehen (ebd.). Fixierung durch zu starke orale Frustration zeigt sich in oralen Charakterzügen wie Reizhunger, Gier, Leere-Gefühle, Depression, Ur-Misstrauen, starken Abhängigkeitswünschen.

Stadium 2: Autonomie vs. Scham und Zweifel (2. bis 3. Lebensjahr)

„Ich bin, was ich will.“

Erikson bezeichnet dieses Stadium als „entscheidend für das Verhältnis zwischen Liebe und Hass, Bereitwilligkeit und Trotz, freier Selbstäußerung und Gedrücktheit“. Beschrieben werden die zunehmende Autonomieentwicklung des Kindes und ihre Bedeutung für die Manifestierung eines positiven Selbstkonzeptes bzw. einer Identität. Die Bedingung für Autonomie wurzelt in einem festen Vertrauen in die Bezugspersonen und sich selbst, setzt also die Bewältigung der Phase „Vertrauen versus Misstrauen“ (vgl. Stadium 1) voraus. Das Kind muss das Gefühl haben, explorieren oder seinen Willen durchsetzen zu dürfen, ohne dass dadurch der erworbene „Schatz“ des Vertrauenskönnens und Geborgen-Seins in Gefahr gerät. Der Edukand beginnt selbst etwas zu schaffen und sieht sich als Schöpfer. Dies ist das eigene Ausscheiden aus der Abhängigkeit, da dies das Erste ist, was der Zögling selbst produzieren bzw. kontrollieren kann. Er sieht es als Geschenk an die Eltern, als Dankesgeste für die Hilfe und Versorgung, da es in den ersten Lebensjahren von Ihnen hilflos abhängig ist. Hier spielt Erikson zufolge die Emotion [Scham](#) eine wichtige Rolle. Die weitgehende oder permanente Einschränkung der explorativen Verhaltensweisen des Kindes führt dazu, dass es seine Bedürfnisse und Wünsche als schmutzig und nicht akzeptabel wahrnimmt. Was sich somit beim Kind etabliert, ist schließlich Scham und der Zweifel an der Richtigkeit der eigenen Wünsche und Bedürfnisse. Fixierungen ergeben sich durch strenge Erziehung und zeigen sich in zwanghaften Charakterzügen: kleinlich oder geizig in Bezug auf Liebe, Zeit und Geld; Betonung von Recht und Ordnung, Pünktlichkeit und Fleiß; perfektionistische Ansprüche; frühreifes strenges Gewissen, sehr selbstkritisch; Unsicherheit und Zweifel an sich selbst; Putzzwang oder Waschwang.

Stadium 3: Initiative vs. Schuldgefühl (4. bis 6. Lebensjahr)

„Ich bin, was ich mir vorstellen kann zu werden.“

Findet das Kind mit vier oder fünf Jahren zu einer bleibenden Lösung seiner Autonomieprobleme, steht es Erikson zufolge bereits vor der nächsten Krise. Er legt hier seinen Fokus stark auf die Bewältigung oder Nichtbewältigung des „[Ödipuskomplexes](#)“. Die symbiotische Beziehung zwischen Mutter und Kind öffnet sich, und das Kind erkennt die Bedeutung anderer Personen im Leben der Mutter. Weiter geht es in erster Linie um eine gesunde Meisterung der kindlichen Moralentwicklung. Die Grundlage für die Entwicklung des Gewissens ist gelegt, das Kind fühlt sich unabhängig vom Entdecktwerden seiner „Missetaten“ beschämt und unwohl. „Aber vom Standpunkt der seelischen Gesundheit müssen wir darauf hinweisen, dass diese große Errungenschaft nicht von übereifrigen Erwachsenen überlastet werden darf; dies könnte sich

sowohl für den Geist als auch für die Moral selbst übel auswirken. Denn das Gewissen des Kindes kann primitiv, grausam und starr werden, wie sich gerade am Beispiel von Kindern beobachten lässt, die sich mit einer Abschnürung ihrer Triebe durch Verbote abfinden mussten. Gegebenenfalls verinnerlicht das Kind die Überzeugung, dass es selbst und seine Bedürfnisse dem Wesen nach schlecht seien." Im Gegenzug dazu beschreibt Erikson das Kind, welches diese Krise bewältigen kann, als begleitet vom Gefühl „ungebrochener Initiative als Grundlage eines hochgespannten und doch realistischen Strebens nach Leistung und Unabhängigkeit“(ebenda: 87f). Fixierungen können durch Angst und Schuldgefühle entstehen, die dann zu einer Selbsteinschränkung führen, gemäß den eigenen Fähigkeiten, Gefühlen, Wünschen zu leben. Es kann auch zu einer Überkompensation kommen, ständig initiativ sein zu müssen, als bestünde ihr Wert nur in der eigenen Leistung. Schuldkomplexe, Übergewissenhaftigkeit sowie hysterische Symptome können hier ebenso entstehen.

Stadium 4: Werksinn vs. Minderwertigkeitsgefühl (6. Lebensjahr bis Pubertät)

„Ich bin, was ich lerne.“

Kinder in diesem Alter wollen zuschauen und mitmachen, beobachten und teilnehmen; wollen, dass man ihnen zeigt, wie sie sich mit etwas beschäftigen und mit anderen zusammenarbeiten können. Das Bedürfnis des Kindes, etwas Nützliches und Gutes zu machen, bezeichnet Erikson als Werksinn bzw. Kompetenz. Kinder wollen nicht mehr „so tun, als ob“ – jetzt spielt das Gefühl, an der Welt der Erwachsenen teilnehmen zu können, eine große Rolle. Demgegenüber steht in dieser Phase die Entwicklung eines Gefühls der Unzulänglichkeit und Minderwertigkeit. Dieses Gefühl kann sich immer dann etablieren, wenn der Werksinn des Kindes überstrapaziert wird. Überschätzung - ob vom Kind oder von seiner Umwelt ausgehend - führt zum Scheitern, Unterschätzung zum Minderwertigkeitsgefühl. Auf beiden Seiten (Werksinn und Minderwertigkeit) können **Fixierungen** entstehen: Überkompensation durch Arbeit und Leistung, Anerkennung vor allem über Leistung zu holen, Arbeits- und Pflichtversessenheit, Angst vor dem Arbeiten und Leisten, Angst vor Versagen.

Stadium 5: Identität vs. Identitätsdiffusion und Ablehnung (Jugendalter)

„Ich bin, was ich bin.“

Identität bedeutet, dass man weiß, wer man ist und wie man in diese Gesellschaft passt. Aufgabe des Jugendlichen ist es, all sein Wissen über sich und die Welt zusammenzufügen und ein Selbstbild zu formen, das für ihn und die Gemeinschaft gut ist. Seine soziale Rolle gilt es zu finden. Ist eine Rolle zu strikt, die Identität damit zu stark, kann das zu Intoleranz gegenüber Menschen mit anderen Gruppenneigungen führen, die dann im Grunde „eliminiert“ werden müssen, weil der Druck der eigenen Peer-Group zu groß wird und „den anderen [Fremden]“ nicht akzeptieren kann. Mit einer noch nicht gefestigten eigenen Identität kann der Jugendliche sich im seltensten Fall von der Meinung seiner Peer-Group absetzen und seine eigene Meinung bilden. Schafft der Jugendliche es nicht, seine Rolle in der Gesellschaft und seine Identität zu finden, führt das nach Erikson zu Zurückweisung. Menschen mit dieser Neigung ziehen sich von der Gesellschaft zurück und schließen sich unter Umständen Gruppen an, die ihnen eine gemeinsame Identität anbieten. Wird dieser Konflikt erfolgreich ausbalanciert, so mündet das in die Fähigkeit der Treue. Obwohl die Gesellschaft nicht perfekt ist, kann man in ihr leben und seinen Beitrag leisten, sie zu verbessern. (Das Gleiche gilt für zwischenmenschliche Beziehungen.) Fixierungen zeigen sich in unbefriedigender Identität durch Unruhe, ewige Pubertät und vorschnelle Begeisterung.

Stadium 6: Intimität und Solidarität vs. Isolierung (frühes Erwachsenenalter)

„Wir sind, was wir lieben.“

Aufgabe dieser Entwicklungsstufe ist es, ein gewisses Maß an [Intimität](#) zu erreichen, anstatt isoliert zu bleiben. Die Identitäten sind gefestigt, und es stehen einander zwei unabhängige Egos gegenüber. Es gibt viele Dinge im modernen Leben, die dem Aufbau von Intimität entgegenstehen (z. B. Betonung der Karriere, großstädtisches Leben, die zunehmende [Mobilität](#)). Wird zu wenig Wert auf den Aufbau intimer Beziehungen (was auch Freunde etc. mit einbezieht) gelegt, kann das nach Erikson zur Exklusivität führen, was heißt, sich von [Freundschaften](#), Liebe und Gemeinschaften zu isolieren. Wird diese Stufe erfolgreich gemeistert, ist der junge Erwachsene fähig zur [Liebe](#). Damit meint Erikson die Fähigkeit, Unterschiede und Widersprüche in den Hintergrund treten zu lassen. Fixierungen können sich zeigen in: Selbst-Bezogenheit und sozialer Isolierung, Selbstaufopferung und Verschmelzung mit anderen.

Stadium 7: Generativität vs. Stagnation und Selbstabsorption (Erwachsenenalter)

„Ich bin, was ich bereit bin zu geben.“

[Generativität](#) bedeutet die Liebe in die Zukunft zu tragen, sich um zukünftige [Generationen](#) zu kümmern, eigene Kinder großzuziehen. Erikson zählt dazu nicht nur eigene Kinder zu zeugen und für sie zu sorgen, er zählt dazu auch das [Unterrichten](#), die Künste und Wissenschaften und [soziales Engagement](#). Also alles, was für zukünftige Generationen „brauchbar“ sein könnte. [Stagnation](#) ist das Gegenteil von Generativität: sich um sich selbst kümmern und um niemanden sonst. Zu viel Generativität heißt, dass man sich selbst vernachlässigt zum Wohle anderer. Stagnation führt dazu, dass andere uns ablehnen und wir andere. Niemand ist so wichtig wie wir selbst. Wird die Phase erfolgreich abgeschlossen, hat man die Fähigkeit zur [Fürsorge](#) erlangt, ohne sich selbst dabei aus den Augen zu verlieren. Fixierungen können sich zeigen: in einer übermäßigen Bemutterung, in Leere und Langweile oder in zwischenmenschlicher Verarmung.

Stadium 8: Ich-Integrität vs. Verzweiflung (reifes Erwachsenenalter)

„Ich bin, was ich mir angeeignet habe.“

Der letzte Lebensabschnitt stellt den Menschen vor die Aufgabe, auf sein Leben zurückzublicken. Anzunehmen, was er getan hat und geworden ist und den Tod als sein Ende nicht zu fürchten. Das Gefühl noch einmal leben zu müssen, vielleicht um es dann besser zu machen, [Angst](#) vor dem [Tod](#), führt zur [Verzweiflung](#). Setzt sich der Mensch in dieser Phase nicht mit Alter und Tod auseinander (und spürt nicht die Verzweiflung dabei), kann das zur Anmaßung und Verachtung dem Leben gegenüber führen (dem eigenen und dem aller). Wird diese Phase jedoch erfolgreich gemeistert, erlangt der Mensch das, was Erikson [Weisheit](#) nennt - dem Tod ohne [Furcht](#) entgegensehen, sein [Leben](#) annehmen und trotzdem die [Fehler](#) und das [Glück](#) darin sehen können. Fixierung zeigt sich in Abscheu vor sich und anderen Menschen, unbewusste Todesfurcht.

Geschichte und Rezeption

Erik H. Erikson hat in seinen Arbeiten vor allem versucht, den klassischen Interpretationsrahmen der Psychoanalyse - die psychosexuelle Lebensgeschichte - um die psychosoziale und die psychohistorische Dimension zu erweitern. Diese Bemühung geschah im Rahmen der Entwicklung der psychoanalytischen [Ich-Psychologie](#).

Die erste Fassung des Stufenmodells wurde 1950 im Buch *Childhood and Society*^[1] unter den Namen *"Symposium of the Healthy Personality"* ("Wachstum und Krisen der gesunden Persönlichkeit") veröffentlicht. Zunächst war das Modell mit "Die acht Phasen des Menschen" überschrieben, in einer späteren Fassung mit "Epigenese der Identität".

Eriksons Phasenlehre psychosozialer Entwicklung wurde intensiv unter der Perspektive der 5. Stufe, des Konfliktes von Identität und Identitätsverwirrung, rezipiert. Besonders Pädagogik und Soziologie haben den Ansatz der [Identität](#) aufgegriffen und diskutiert. Entwicklungspsychologisch wegweisend ist die empirische Operationalisierung des eriksonschen Identitätsbegriffs durch [James E. Marcia](#). Die Psychoanalyse hat den Ansatz Eriksons bis in die 1990er Jahre weitgehend ignoriert, sowohl aufgrund seiner Abgrenzung vom freudschen Modell als auch aufgrund der Unschärfe des Identitätsbegriffs. Erst seitdem gibt es Ansätze, Identitätsansätze, Ich- und Selbstpsychologie miteinander in Austausch zu bringen. Eine Ausnahme bildet das Werk des Psychoanalytikers [Arno Gruen](#), der Eriksons Begriff der Autonomie seit Ende der 60er Jahre in den Mittelpunkt seiner therapeutischen und kulturkritischen Überlegungen zur Entwicklung des Selbst gerückt hat.^[2]

Quellen

- 1 Erikson, Erik H. (1993) [1950]. *Childhood and Society*. New York, NY: W. W. Norton & Company. p. 242. [ISBN 978-0-393-31068-9](#).
- 2 Vgl. Arno Gruen: *Der Verrat am Selbst*. München (dtv) 1986, Vorwort von [Gaetano Benedetti](#), S.7-9.

Literatur

- Erik H. Erikson (1959): *Identity and the Life Cycle*. New York: International Universities Press.
 - Übersetzung: *Identität und Lebenszyklus*. Frankfurt am Main: Suhrkamp, 1966, S. 55-123.
- Erik H. Erikson (1968): *Identity, Youth and Crisis*. New York: Norton.
 - Übersetzung: *Jugend und Krise*. Stuttgart: Klett, 1970.
- Gail Sheehy (1976): *Passages: Predictable Crises of Adult Life*. New York: E. P. Dutton.
- Richard Stevens (1983): *Erik Erikson: An Introduction*. New York: St. Martin's.
- Werner Bohleber (1992): Identität und Selbst. Die Bedeutung der neueren Entwicklungsforschung für die psychoanalytische Theorie des Selbst, in: *Psyche*, Jg. 46, S. 336-365.
- James E. Marcia et al (1993): *Ego identity. A handbook for psychosocial research*. New York: Springer.
- Juliane Noack (2005): *Erik H. Eriksons Identitätstheorie*. Oberhausen: Athena.

Lösungsorientierte Kurztherapie

aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie

Wechseln zu: [Navigation](#), [Suche](#)

Die **lösungsorientierte Kurztherapie**, auch lösungsfokussierte Kurztherapie, (engl. *solution focused therapy*) ist eine spezielle Art der [Gesprächstherapie](#), die von den [Psychotherapeuten Steve de Shazer](#) und [Insoo Kim Berg](#) 1982 erstmals vorgestellt wurde. Sie geht von dem Standpunkt aus, dass es hilfreicher ist, sich auf Wünsche, Ziele, Ressourcen, Ausnahmen vom Problem zu konzentrieren anstatt auf Probleme und deren Entstehung. Dieser Therapieansatz verbreitet sich in den letzten Jahren auch in anderen Bereichen wie [Coaching](#), der [Pädagogik](#), dem [Management](#) sowie der [Seelsorge](#). Insbesondere verbreitet er sich in der Schweiz und in Teilen Deutschlands auch in der [Sozialen Arbeit](#) und in der [Sozialpädagogik](#), sowie in der [Psychiatrie](#). Für die Sozialpädagogik wurde die lösungsorientierte Kurztherapie von den Begründern Steve de Shazer und Insoo Kim Berg in enger Zusammenarbeit mit Kaspar und Marianne Bäschlin adaptiert. Ein erläuternder Artikel dazu findet sich unter dem Titel [Lösungsorientierter Ansatz](#).

Inhaltsverzeichnis

[[Verbergen](#)]

- [1 Grundprinzipien](#)
 - [1.1 Lösungsfokussierung geht davon aus, dass:^{\[4\]}](#)
 - [1.2 Die drei Grundprinzipien der Lösungsfokussierung](#)
 - [1.3 Die sechs Merksätze zur lösungsfokussierten "Einfachheit" \("Simplicity"\)](#)
 - [1.4 Weiterführende Hinweise](#)
- [2 Begriffsbestimmung ‚lösungsfokussiert‘ versus ‚lösungsorientiert‘](#)
- [3 Literatur](#)
- [4 Weblinks](#)
- [5 Einzelnachweise](#)

Grundprinzipien [[Bearbeiten](#)]

Lösungsfokussierung bedeutet, die "positiven Unterschiede" zu erkennen und zu verstärken. Also das, was jetzt bereits besser funktioniert und passt und von dem gewünscht wird, es möge in Zukunft in noch stärkerem Maße so sein.

Entwickelt wurde dieser Ansatz von [Steve de Shazer](#) und [Insoo Kim Berg](#) im 1978 gegründeten *Brief Family Therapy Center* (BFTC) in Milwaukee/Wisconsin gemeinsam mit Elam Nunnally, [Eve Lipchik](#), Michele Weiner-Davis, Alex Molnar und Wallace Gingerich. Inspiriert wurde dieser Ansatz von Forschungsergebnissen am Mental Research Institute (MRI) in [Palo Alto](#), siehe [Palo-Alto-Gruppe](#)).

Wesentliche Elemente der "Lösungsfokussierten Kurztherapie" entstammen der [Kommunikationsforschung](#), den [Sprachspielen](#) von [Ludwig Wittgenstein](#), der [Systemtheorie](#) und [Selbstorganisation](#), der [Kybernetik zweiter Ordnung](#), dem [Konstruktivismus](#) und der [Hypnotherapie](#) nach [Milton H. Erickson](#). Gestützt wird diese Therapieform durch aktuelle Forschungsergebnisse der [Hirnforschung](#),^[1] insbesondere dem Konzept der [Neuroplastizität](#): Diese besagt, dass das Gehirn seine Struktur und seine damit zusammenhängende Funktion laufend verändert, der gemachten Erfahrung anpasst. So besteht Lernen in der Verstärkung synaptischer Verbindungen zwischen Neuronen.^[2]

Das zentral und radikal "Neue" am "Lösungsfokussierten Ansatz" ist das Bekenntnis zur "Einfachheit" ("Simplicity"): Um in komplexen Situationen und Systemen erfolgreich zu sein, ist es nicht immer hilfreich, sie modellieren und verstehen zu wollen - hilfreicher ist es oft, unvoreingenommen zu beobachten, was alles wie gewünscht funktioniert, um in kleinen Schritten mehr davon zu tun.

Die Wirksamkeit des lösungsfokussierten Kurzzeitkonzepts konnte bislang nur für internalisierende Störungen bestätigt werden. Hierbei handelt es sich allerdings um kleine Effekte. ^[3]

Lösungsfokussierung geht davon aus, dass:^[4] [\[Bearbeiten\]](#)

1. positive Veränderungen in komplexen Situationen auf Basis kleiner Schritte geschehen;
2. für diese Schritte nur wenige Informationen über das, was bisher schon etwas besser funktionierte, genügen;
3. bei Analysen nicht die Frage "wie ist es - wie kam es dazu?", sondern die Frage "was macht den Unterschied zwischen besser/schlechter aus?" ins Zentrum rückt;
4. anstelle des "theoretisch umfassend Verstehenwollens" das konkrete Handeln in kleinen Schritten tritt;
5. von allen Beteiligten angenommen wird, dass sie interessiert an positiven Veränderungen sind.

Die drei Grundprinzipien der Lösungsfokussierung [\[Bearbeiten\]](#)

1. "Repariere nicht, was nicht kaputt ist!"
2. "Finde heraus, was gut funktioniert und passt - und tu mehr davon!"
3. "Wenn etwas trotz vieler Anstrengungen nicht gut genug funktioniert und passt - dann höre damit auf und versuche etwas anderes!"

Die sechs Merksätze zur lösungsfokussierten "Einfachheit" ("Simplicity") [\[Bearbeiten\]](#)

1. *Lösungen statt Probleme*: "Nicht das Problemverständnis vertiefen, sondern erkunden, wie es ist, wenn es besser ist".
2. *Interaktion statt isolierter Individualität*: "Unser Verhalten entwickelt sich in der Interaktion mit anderen. In der lösungsfokussierten Arbeit wird nicht über Meinungen, Glaubenssätze oder Werte diskutiert, sondern über beobachtbares Handeln".
3. *Beachte und nutze das, was da ist - nicht das Fehlende*: "Nicht die Lücke zwischen 'Ist' und 'Soll' ermitteln, sondern das, was - wenn auch nur selten - heute bereits etwas besser ist".
4. *Die Chancen im Gestern, Heute und Morgen sehen*: "Chancen in der Zukunft und im Heute zu überlegen, ist ein vertrauter Gedanke. Eher unüblich ist es, auch im 'Gestern' bewusst das zu erkunden, was sich früher bereits als Chance zeigte - um auch das zu nutzen".
5. *Einfache Sprache*: "Statt langer, komplizierter, abstrakter und beeindruckend klingender Worte einfache Alltagsworte benutzen".
6. *Jede Situation als speziell sehen - keine schlechtpassende allgemeine Theorie darüberstülpen*: "Offen und neugierig sich jedes Mal von neuem positiv überraschen lassen".

Weiterführende Hinweise [\[Bearbeiten\]](#)

Die zentrale Voraussetzung jeder [Beratung](#) ist die Erwartung, dass sich etwas verändern und verbessern kann. Lösungsfokussierte Beratung glaubt, dass Veränderungsprozesse unvermeidbar sind und sich fortwährend ereignen.

Die Methode unterscheidet sich von anderen Vorgehensweisen durch die Überzeugung des Beraters, dass bereits eine kleine Veränderung im Verhalten eines einzigen Menschen erhebliche und weitreichende Veränderungen aller übrigen Beteiligten nach sich ziehen kann. Sie konzentriert sich auf die Ausnahmen eines Problems, jene Momente, in denen kleine Veränderungen in der Stabilität eines Problemzustands auftreten. Der Ausbau einer schon vorhandenen Veränderung, so klein sie auch immer sein mag, wird als wichtiger betrachtet als darüber nachzudenken, wie sich falsches Verhalten korrigieren oder verändern lässt.

Die Erforschung des spontanen oder willkürlichen minimalen Auftretens des erwünschten Zielzustands steht im Mittelpunkt der [Interventionen](#). Lösungsfokussierte Beratung bedeutet: Die Lösung steht im Mittelpunkt. Das Verfahren zeichnet sich durch das Bemühen aus, persönliche und soziale Fähigkeiten einer Person deutlich zu machen und gemeinsam Lösungen zu konstruieren, d. h. Alternativen zu [dysfunktionalen](#) Gedanken-, Gefühls- und Handlungsmustern zu finden. Das Praxismodell fällt durch seine konsequente Ziel- und Ressourcenorientierung auf. Ressourcenorientierung meint eine Grundhaltung, die sich nicht an Defiziten, sondern an den Stärken und Kompetenzen der Menschen orientiert.

Lösungsfokussiertes Arbeiten hat zum Ziel, mit den Klienten gemeinsam Perspektiven zu entwickeln, welche sie ermutigen, möglichst selbst gefundene Schritte in Richtung ihrer angestrebten Ziele zu gehen. Lösungsfokussierte Kommunikation (LFK) verzichtet weitgehend auf Diagnosestellungen, die sich an Defiziten eines Individuums ausrichten, d. h. sie ist gerade nicht kausal orientiert.

Das lösungsfokussierte Modell zählt zu den [Kurztherapien](#), die Ende der 1960er und Anfang der 1970er Jahre immer größere Beachtung fanden. In einer Kurztherapie werden die vorgetragenen Probleme, Konflikte, Störungen usw. nicht vertieft exploriert, sondern die beim Klienten vorhandenen Kompetenzen und Ressourcen in den Fokus genommen und alle Möglichkeiten ihrer aktiven Nutzung ausgeschöpft, um möglichst direkt eine Problemlösung zu erzielen. Kurztherapie kann auch deswegen kurz sein, weil sie von der Annahme ausgeht, dass innerhalb der Beratungszeit nur Anregungen, Anstöße für die eigentlichen Entwicklungs- und Veränderungsprozesse gegeben werden, die im konkreten [Alltag](#) des Klienten umgesetzt bzw. vollzogen werden müssen. Nach de Shazer sei Kürze kein angestrebtes Ziel, sondern eine logische Folge der lösungsfokussierten Intervention. Kurztherapie bedeutet jedoch **nicht**, dass der Berater schnell vorgehen soll, sondern dass er sich an dem individuellen Klienten orientiert.

Die Erkenntnisse der [Neuroplastizität](#) zeigen, dass Lernen und Verhaltensänderungen durch die Verstärkung synaptischer Verbindungen zwischen Neuronen auf Basis gemachter Erfahrungen zu Stande kommt. Die lösungsfokussierte Kurztherapie unterstützt das, indem sie den Klienten Erfahrungen ermöglicht, die in die Richtung der Therapieziele der Klienten weisen. Steve de Shazer formuliert das so: «If something works, do more of it and if something doesn't work, do something else» (etwa: "Wenn etwas funktioniert, tu mehr davon und wenn etwas nicht funktioniert, tu etwas anderes"). Klienten sollen also eingeladen werden, mehr von dem zu tun, was in Richtung ihrer Ziele weist. Dadurch machen ihre neuronalen «Lösungsnetzwerke» Erfahrungen, die zu ihrer Verstärkung führen und die «Problemnetzwerke» verkümmern und verlieren an Einfluss.

Die durchschnittliche Anzahl der Sitzungen liegt zwischen vier und sieben. Die zeitlichen Intervalle zwischen den Sitzungen werden jeweils ausgehandelt und können wenige Tage oder mehrere Monate sein.

Begriffsbestimmung ‚lösungsfokussiert‘ versus ‚lösungsorientiert‘ [[Bearbeiten](#)]

Das Verfahren lässt sich inhaltlich von diversen lösungsorientierten Verfahren trennen. Der wesentliche Unterschied liegt *Peter Kaimmer* zufolge zum einen „...in der Radikalität bezüglich der aktiven Thematisierung von präsentierten Problemen durch die Therapeuten. Während

lösungsorientierte Therapie hier eher eine ‚weiche‘ Linie verfolgt und durchaus bereit ist, das Problemverständnis zu vertiefen, verzichtet lösungsfokussierte Therapie weitgehend darauf. Zum anderen greifen lösungsorientierte Therapeuten weit mehr auf spezifische und bewährte therapeutische Techniken zur Problembearbeitung zurück, die traditionell in den verschiedenen Therapieschulen beschrieben werden. Im Gegensatz zu einem solchen, eher ‚expertenorientierten‘ Herangehen knüpft der lösungsfokussierte Ansatz stärker an die Spezifika und Ressourcen des Klienten an und widmet den präsentierten Problemen gleichsam bedeutend weniger Aufmerksamkeit“ [Kaimer 1999, 9].

"Lösungsorientierung" bezeichnet die innere, auf Lösungen ausgerichtete Haltung eines Experten. **"Fokussierung"** bezieht sich zusätzlich auf die konkrete Interventionsstrategie des Therapiemodells L.F.K. Lösungsorientiert ist zuallererst eine Orientierung, eine Ausrichtung, ein bevorzugter Fokus, eine bewusst gewählte Sichtweise. Lösungsorientierung schließt das Vorhandensein von Problemen nicht aus, „sondern verweist auf die alte Erkenntnis, dass ein Problem immer nur dann zu einem Problem werden kann, wenn es mit der Idee einer Lösung verbunden ist. Ohne Idee einer Lösung gäbe es kein Problem, weil es keine Idee einer Lösung gibt. Demnach bedeutet lösungsorientiert auch immer die ‚Lösung‘ von lieb gewordenen Ideen, wie Probleme anderer zu lösen sind.

Die Klienten sind die Experten, weil sie, wenn sie mit einem Problem in die Beratung kommen, immer auch schon eine Idee von ihrer Lösung mitbringen. Die individuellen Ideen sollen respektiert und mit den Klienten kooperativ weiter verfolgt werden, um ihnen die Nutzung ihrer Lösungsideen zu erleichtern und zu ermöglichen.

Literatur [[Bearbeiten](#)]

- Insoo Kim Berg: *Familien - Zusammenhalt(en). Ein kurztherapeutisches und lösungsorientiertes Arbeitsbuch*. 6. Aufl., Verlag modernes Lernen, Dortmund 1999.
- Insoo Kim Berg u. Scott D. Miller: *Kurzzeittherapie bei Alkoholproblemen. Ein lösungsorientierter Ansatz*. Auer, Heidelberg 1993.
- Insoo Kim Berg u. Norman H. Reuss: *Lösungen - Schritt für Schritt. Handbuch zur Behandlung von [Drogenmissbrauch](#)*. Verlag modernes Lernen, Dortmund 1999.
- Insoo Kim Berg u. Peter de Jong: *Lösungen (er-)finden. Das Werkstattbuch der lösungsorientierten Kurztherapie*. 5. Aufl., Verlag modernes Lernen, Dortmund 2003.
- Steve de Shazer: *Das Spiel mit Unterschieden. Wie therapeutische Lösungen lösen*. Auer, Heidelberg 2004.
- Steve de Shazer: *Der Dreh. Überraschende Wendungen und Lösungen in der Kurzzeittherapie*. 7. Aufl., Auer, Heidelberg 2002.
- Steve de Shazer: *Worte waren ursprünglich Zauber. Von der Problemsprache zur Lösungssprache*. Aus dem Amerikanischen von Andreas Schindler. Auer, Heidelberg 2009 [ISBN 978-3-89670-689-8](#)
- Steve de Shazer: *Wege der erfolgreichen Kurztherapie*. 2. Aufl., Klett-Cotta, Stuttgart 1990.
- Timm H. Lohse: *Das Kurzgespräch in Seelsorge und Beratung. Eine methodische Anleitung*. Vandenhoeck & Ruprecht; 3. Auflage. Göttingen 2005 [ISBN 978-3-525-62384-8](#)

Teleologie

aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie
Wechseln zu: [Navigation](#), [Suche](#)

Teleologie (altgr. τέλος *télos* ‚Zweck, Ziel, Ende‘ und λόγος *lógos* ‚Lehre‘) ist die Lehre, dass Handlungen oder überhaupt Entwicklungsprozesse an [Zwecken](#) orientiert sind und durchgängig zweckmäßig ablaufen.^[1] Der Begriff hat eine längere Vorgeschichte, der Ausdruck dafür wurde aber erst vom deutschen Philosophen [Christian Wolff](#) in seiner *Philosophia rationalis, sive logica* (1728) eingeführt.^[2]

Inhaltsverzeichnis

[\[Verbergen\]](#)

- [1 Allgemeines](#)
- [2 Philosophiegeschichte](#)
- [3 In der Wissenschaftstheorie](#)
- [4 In der Biologie](#)
- [5 In der Psychologie](#)
- [6 In der Handlungstheorie](#)
- [7 In der normativen Ethik](#)
- [8 In der Rechtswissenschaft](#)
- [9 Siehe auch](#)
- [10 Literatur](#)
- [11 Weblinks](#)
- [12 Einzelnachweise](#)

Allgemeines [\[Bearbeiten\]](#)

Der Teleologie als [Weltanschauung](#) liegt die Annahme von entweder äußeren (transzendenten) oder inneren (immanenten) [Zweckursachen](#) zugrunde.^[3]

- Nach der transzendenten Auffassung ([Anaxagoras](#), [Heraklit](#)) wird die zweckmäßige Ordnung der Welt durch das Wirken einer zwecksetzenden Weltkraft ([Nous](#), [Logos](#)) hergestellt; bei [Platon](#) durch die außerweltlichen [Ideen](#); in der christlichen [Theologie](#) durch [Gott](#) oder die göttliche [Vorsehung](#).
- Die [immanente](#) Teleologie ([Aristoteles](#)) verlegt die Zweckursache in die Dinge selbst, denen damit ein Streben nach bestimmten Zielzuständen zugeschrieben wird.

Die [dualistische](#) Auffassung stellt Teleologie und [Kausalität](#) als einen sich einander ausschließenden Gegensatz gegenüber.

[Monistische](#) Positionen hingegen betrachten beide als sich ergänzende Aspekte, die nicht im Gegensatz zueinander stehen, sondern als unterschiedliche Auffassungsweisen desselben Geschehens in einer höheren Synthese miteinander vereinbar sind.^[4]

Strikt anti-teleologisch eingestellt ist die [mechanistische](#) Weltanschauung ([Lucrez](#), [Hobbes](#), [Descartes](#), [Spinoza](#)).^[5]

Der konstitutiven Rolle, die Teleologie in diesen Ansätzen ausübt, kann ein ausschließlich [heuristischer](#) Gebrauch (in einem „regulativen“ Sinne) gegenübergestellt werden. So werden in der modernen Wissenschaft der Teleologie [analoge](#) Vorgänge unter der Bezeichnung [Teleonomie](#) studiert.

Philosophiegeschichte [[Bearbeiten](#)]

„Nichts geschieht zufällig, sondern alles aus einem Grunde und mit Notwendigkeit.“

Dieser Satz, überlieferungsgemäß [Leukipp](#) zugeschrieben, weist entschieden jedwede Teleologie zurück, denn unter „Grund“ (logos) ist hier nichts anderes zu verstehen als das mathematisch-mechanische Gesetz, welchem die Atome in ihrer Bewegung mit unbedingter Notwendigkeit folgen.^[6]

Die Teleologie insgesamt wurzelt in der [Theologie](#): dass nämlich Gott als Baumeister der Welten so verfährt, dass der Mensch nach Analogie menschlichen Vernunftgebrauches sein Verfahren zweckmäßig nennen muss. [Aristoteles](#) übernimmt im Wesentlichen diese Auffassung. Während er sich dafür auf Vorgänger wie die Ionier, [Empedokles](#), [Anaxagoras](#), [Sokrates](#) und [Plato](#) bezieht, sieht er sich doch selbst als den Begründer einer besonderen Zwecklehre.

Aristoteles stellt so das Zweckprinzip zum ersten Mal auf: Das Wesen und die Ursache jedes Dinges ist der in ihm ruhende Zweck. Damit stellt er sich in ausgesprochenen Gegensatz zu der mechanischen Weltauffassung [Demokrits](#), welche er tadelt, weil sie die Zweckursachen außer Acht lasse und alles auf die Notwendigkeit zurückführe.^[7] Die Lehre von einem „immanenten“ Zweck hält die Idee einer dem menschlichen Ideal entsprechenden Zweckmäßigkeit fest, wenn auch die eines außerweltlichen persönlichen Gottes zugunsten eines [Pantheismus](#) aufgegeben wird.^[8]

Der [Aristotelismus](#) kennt neben der für die Teleologie relevanten *causa finalis* (Zweck-/Finalursache) drei weitere Arten von Ursachen, nämlich die *causa efficiens* (Wirkursache), die *causa materialis* (Materialursache) sowie die *causa formalis* (Formursache). Mit der Zweckursache werden - analog zu menschlichen Handlungen - auch Prozesse innerhalb der Natur über Ziele bzw. Zielzustände zu erklären versucht. Auch eine Kombination von Wirkursache und [Finalursache](#) kann in teleologischen Erklärungen auftreten.

Dem christlichen Mittelalter geht der völlig neue Gedanke auf, dass auch der zeitliche Ablauf der Begebenheiten des Menschenlebens einen zweckvollen Gesamtsinn habe. Über der Teleologie der Natur erhebt sich diejenige der [Geschichte](#).^[9]

Offen und scharf wendet sich [Spinoza](#) gegen den [Anthropomorphismus](#) der Teleologie. Es sei absurd, von Zwecken der Gottheit und gar von solchen zu reden, die sich auf den Menschen beziehen. Da alles mit ewiger Notwendigkeit aus dem Wesen der Gottheit folge, sei für eine Zwecktätigkeit keinerlei Raum.^[10] Die Erklärung der Naturdinge durch den Willen Gottes erscheint ihm als ein [asylum ignorantiae](#) für den Naturforscher.^[11]

[Francis Bacon](#) hat zwar scharf gegen Aristoteles polemisiert, aber das eigentlich Neue, das die [experimentelle](#) Herangehensweise des [Kopernikus](#), [Kepler](#) und [Galilei](#) gebracht hatte, hat er doch nicht recht verstanden. Denn Bacon hält wesentliche Züge der aristotelischen Betrachtungsweise aufrecht, nämlich die [Formenlehre](#) und die Teleologie, ohne sich erkenntnistheoretisch mit ihnen auseinanderzusetzen.^[12]

[Immanuel Kant](#) verwirft in seiner [Kritik der Urteilskraft](#) die Annahme von zweckgerichteten Prozessen in der Natur. Für ihn ist die teleologische Beschreibung von Organismen lediglich ein Hilfsmittel der Vernunft, welches wir zur adäquaten Beschreibung zwar annehmen müssen, dem

jedoch keine objektive Wahrheit zukomme. Für die Naturwissenschaften könne eine „objektive“ Teleologie niemals etwas anderes sein als ein heuristisches Prinzip. Denn es werde durch sie nichts erklärt, die Naturwissenschaft reiche ein für allemal nur so weit, als die mechanisch-kausale Erklärung der Dinge. Wenn Kant glaubt, bei den Organismen werde diese Erklärungsweise niemals vollständig ausreichen, so behauptet er damit nicht, dass die mechanische Naturerklärung irgendwo auf eine feste Schranke stoßen könne, jenseits welcher die teleologische eintreten müsse.

Vielmehr denkt sich Kant nur die mechanische Erklärung der Organismen als einen ins Unendliche verlaufenden Prozess, bei welchem stets noch ein ungelöster Rest bleiben wird, ähnlich wie bei der mechanischen Erklärung des Weltganzen.^[13] Alle Teile sind durch die Idee des Ganzen bestimmt. Mit dieser These leitet der Begriff der objektiven Zweckmäßigkeit über zu dem des **Organismus**: „Ein organisiertes Produkt der Natur ist dasjenige, in welchem alles Zweck und wechselseitig auch Mittel ist.“^[14] Kants Darstellung der Teleologie kann bis heute noch als Ausgangspunkt für die „Philosophie der Biologie“ genommen werden.^[15]

Hegel begrüßt eine Wiederherstellung der aristotelischen Idee des immanenten Zwecks.^[16] **Ludwig Feuerbach** jedoch stellt sich dazu in Gegensatz und schlägt sich voll auf die Seite von Demokrit. Die Aufnahme der Teleologie schade der Physik nur. „Die Teleologie ist unfruchtbar und gebiert nichts, gleich einer gottgeweihten Jungfrau.“^[17]

Friedrich Engels verspottet „die flache **Wolffsche** Teleologie, wonach die Katzen geschaffen wurden, um die Mäuse zu fressen, die Mäuse, um von den Katzen gefressen zu werden, und die ganze Natur, um die Weisheit des Schöpfers darzutun. Es gereicht der damaligen Philosophie zur höchsten Ehre, daß sie sich durch den beschränkten Stand der gleichzeitigen Naturkenntnisse nicht beirren ließ, daß sie - von Spinoza bis zu den großen französischen Materialisten - darauf beharrte, die Welt aus sich selbst zu erklären, und der Naturwissenschaft der Zukunft die Rechtfertigung im Detail überließ.“^[18] Wolffs empirische Teleologie (*Von den Endabsichten der natürlichen Dinge*) reize die Lachmuskeln durch ihre kleinbürgerlichen Gesichtspunkte.^[19] Engels verwirft die Unterstellung absichtsvoller Handlungen in der Natur als **Pantheismus** oder **Deismus** und besteht auf **Kausalerklärung**, wie sie auch **Darwins Evolutionstheorie** darstelle.^[20]

In der Wissenschaftstheorie [Bearbeiten]

Wissenschaftstheoretiker wie **Hempel**, **Oppenheim** oder **Stegmüller** sehen in kausalen **Erklärungen** das oberste Ziel von **empirischer Wissenschaft**. Für **Hans Albert** gibt es in der empirischen Wissenschaft überhaupt nur eine einheitliche Methode der Erklärung, demzufolge lehnte er eine **methodologische** Trennung - etwa auf der Achse **nomothetisch** vs. idiographisch - von „**Geisteswissenschaft**“ und „**Naturwissenschaft**“ als unbegründet ab.^[21]

Das ist indes für **Karl Popper** kein Argument gegen Teleologie: Teleologische Erklärungen seien im Gegenteil in den Naturwissenschaften ebenso möglich wie in den Geisteswissenschaften. So vertrat er etwa eine teleologische Sicht im Hinblick auf die Entstehung der Arten.^[22]

Stegmüller betonte, dass die Begriffe „teleologisch“ und „kausal“ nicht als sich gegenseitig ausschließende Begriffe aufzufassen seien; eine Ausrichtung auf kausale Erklärungen schließe teleologische Erklärungen nicht aus. Denn letztlich sei aber jede echte teleologische Erklärung, dazu zählt zum Beispiel die Erklärung des Verhaltens eines Menschen unter Bezugnahme auf seine Zielsetzungen und Wünsche, stets auch eine echte kausale Erklärung.

Von der *echten* teleologischen Erklärung unterscheidet Stegmüller die *scheinbar echte* teleologische Erklärung, welche zum Beispiel ein Naturphänomen erklären soll, das sich zwar auf einen bestimmten Zustand hinbewegt („Zielgerichtetheit“), ohne dass aber eine explizite Zwecksetzung („Zielintention“) nachweisbar ist.

Diese scheinbar echten teleologischen Erklärungen bilden den eigentliche Kern der Auseinandersetzung um die Teleologie. Während metaphysisch orientierte Positionen bei solchen Naturphänomenen mit einer inneren nicht direkt erkennbaren [Zweckgerichtetheit](#) argumentieren und diese damit unter den echten teleologischen Erklärungen subsumieren wollen, wird diese Vorgehensweise wegen ihres offenkundig nichtempirischen Charakters in den empirischen Wissenschaften abgelehnt und stattdessen eine Rückführung auf kausale Erklärungen angestrebt, etwa im Rahmen von [Funktionalanalyse](#) oder [Selbstregulation](#).^[23]

In Gegensatz zu dieser wissenschaftstheoretischen Position hält [v. Wright](#) in solchen Wissenschaften, welche menschliches Handeln erklären wollen (etwa Soziologie, Geschichtswissenschaften), neben kausalen auch intentionale (teleologische) Erklärungen für zulässig und notwendig. Dabei werden unser Wissen über Handlungen und deren Folgen in die Beschreibung miteinbezogen, ebenso wie die bewussten Absichten unserer Handlung.^[24]

In der Biologie [[Bearbeiten](#)]

Anders als noch in der [frühen Neuzeit](#) kann die moderne Biologie die Zweckmäßigkeit natürlicher Organismen, Strukturen und Systeme erklären, ohne auf zwecksetzende Instanzen zurückzugreifen. Dies betrifft besonders die [Physiologie](#) und die [Evolutionstheorie](#), wo Zellen oder Organen einstmals innere Absichten oder Ziele zugeschrieben wurden.

Die Verneinung einer höheren Absicht und die Erklärung vorhandener Strukturen durch naturwissenschaftliche Phänomene verbindet die moderne Biologie mit anderen Naturwissenschaften wie der Chemie und der Physik. [Naturalistische](#) Grundannahmen mit teleologischer Prägung werden heute nicht mehr von den Biologen, sondern vor allem von manchen Theologen vertreten. Nach [Gerhard Vollmer](#) zeichnet sich deren naturalistischer Ansatz nicht durch eine vollständige Eliminierung metaphysischer Voraussetzungen aus, sondern durch deren Minimierung.^[25] Auch wird der Teleologiebegriff nicht einheitlich verwendet, was eine theoretische Fundierung zusätzlich erschwert.^[26] Laut [Ernst Mayr](#) müssen dreierlei Bedeutungen von Teleologie differenziert werden:

1. unilineare evolutionäre Sequenzen (Progressionismus, [Orthogenese](#));
2. scheinbare oder echte zielgerichtete Prozesse;
3. teleologische Systeme.

Oft wird eine für den Laien scheinbare Zweckmäßigkeit natürlicher Organismen, Strukturen und Systeme mit natürlichen [Anpassungen](#) bzw. mit einer organisationsbedingten [Selbstregulation](#) erklärt. [Colin S. Pittendrigh](#) führte 1958 das Konzept der [Teleonomie](#) ein, um scheinbare Zweckmäßigkeiten auf automatisch ablaufende Programme [zurückzuführen](#). Diesem wird entgegengehalten, dass es die Frage nach der Teleologie auf ein rein [terminologisches](#) Problem reduziere, indem es zwar die Nebenbedeutung der inneren Absicht oder übernatürlichen Steuerung eliminiere, die meisten Biologen diese [Konnotation](#) aber ohnehin ablehnen würden. Ebenso sei die Kopplung des biologischen Funktionsbegriffes an mathematische [Funktionen](#) nicht hilfreich, weil sie dem tatsächlichen Gebrauch in der Biologie nicht gerecht werden.^[27]

In der Psychologie [[Bearbeiten](#)]

Die [Individualpsychologie](#) nach [Alfred Adler](#) und [Rudolf Dreikurs](#) geht davon aus, dass der [tiefenpsychologische](#) Grundantrieb des Menschen teleologisch ist. Die Individualpsychologie spricht in diesem Zusammenhang von „Finalität“. Adler nennt die grundlegende Finalität eines Menschen den „[Lebensstil](#)“.^[28]

Salutogenese

aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie

Wechseln zu: [Navigation](#), [Suche](#)

Salutogenese (*Gesundheitsentstehung*, abgeleitet von lat. *salus* für Gesundheit, Wohlbefinden und [genese](#) von [griechisch](#) γένεσις, *genesis* ‚Geburt‘, ‚Ursprung‘, ‚Entstehung‘) bezeichnet zum einen eine Fragestellung und Sichtweise für die Medizin und zum anderen ein Rahmenkonzept, das sich auf Faktoren und dynamische Wechselwirkungen bezieht, die zur [Entstehung \(Genese\)](#) und Erhaltung von [Gesundheit](#) führen.^[1] Der israelisch-amerikanische Medizinsoziologe [Aaron Antonovsky](#) (1923–1994) prägte den Ausdruck in den 1970er Jahren als [komplementären](#) Begriff zu [Pathogenese](#). Nach dem Salutogenese-Modell ist Gesundheit nicht als Zustand, sondern als Prozess zu verstehen.

Inhaltsverzeichnis

[[Verbergen](#)]

- [1 Entstehung des Modells](#)
- [2 Aktueller Stand der Entwicklung des Konzepts](#)
 - [2.1 Ein Sinn für Kohärenz \(*sense of coherence*\)](#)
 - [2.2 Salutogenese und Pathogenese](#)
 - [2.3 Salutogenese und Hirnforschung](#)
 - [2.4 Kriterien salutogenetischer Orientierung](#)
 - [2.5 Ausweitung auf soziale Gruppen](#)
 - [2.6 Die Dynamik gesunder Entwicklung: Wie entsteht Gesundheit?](#)
 - [2.7 Arbeit an der Fragestellung der Salutogenese](#)
 - [2.8 Kritik und Diskussion der Forschung](#)
- [3 Literatur](#)
- [4 Weblinks](#)
- [5 Einzelnachweise](#)

Entstehung des Modells [[Bearbeiten](#)]

Aaron Antonovsky wertete 1970 eine Erhebung über die [Anpassungsfähigkeit](#) von Frauen verschiedener ethnischer Gruppen an die [Menopause](#) aus. Eine Gruppe war 1939 zwischen 16 und 25 Jahre alt und hatte sich zu dieser Zeit in einem nationalsozialistischen Konzentrationslager befunden. Ihr psychischer und körperlicher Gesundheitszustand wurde mit der einer Kontrollgruppe verglichen. Der Anteil der in ihrer Gesundheit nicht beeinträchtigten Frauen betrug in der Kontrollgruppe 51 % im Vergleich zu 29 % der KZ-Überlebenden. Nicht der Unterschied an sich, sondern die Tatsache, dass in der Gruppe der KZ-Überlebenden 29 % der Frauen trotz der unvorstellbaren Qualen eines Lagerlebens mit anschließendem Flüchtlingsdasein als (körperlich und psychisch) ‚gesund‘ beurteilt wurden, war für ihn ein unerwartetes Ergebnis.

Diese Beobachtung führte ihn zu der Frage, welche Eigenschaften und [Ressourcen](#) diesen Menschen geholfen hatten, unter den Bedingungen der KZ-Haft sowie in den Jahren danach ihre (körperliche und psychische) Gesundheit zu erhalten – allgemein: Wie entsteht Gesundheit? So brachte Antonovsky die Frage nach der Entstehung von Gesundheit in die Wissenschaft ein – im Gegensatz, aber auch in Ergänzung zur pathogenetischen Fragestellung der traditionellen Medizin. Antonovsky entwickelte die Salutogenese als ein Konzept der Entstehung von Gesundheit.^[2]

Antonovsky postulierte die Existenz *generalisierter Widerstandsressourcen*, welche in Situationen aller Art zur Unterstützung der Bewältigung von Stressoren und das durch sie hervorgerufene Spannungserleben eingesetzt werden können. Dabei sei es allen generalisierten Widerstandsressourcen gemeinsam, dass sie Stressoren ([Stressfaktoren](#)) eine „Bedeutung“ erteilen.^[3]

Ins Zentrum seiner Antwort auf die Frage „Wie entsteht Gesundheit?“ stellt Antonovsky einen *sense of coherence (SOC)*, einen „Sinn für [Kohärenz](#)“, ein „Kohärenzgefühl“.

„Das Kohärenzgefühl ist eine globale Orientierung, die ausdrückt, in welchem Ausmaß eine Person ein durchdringendes, dynamisches Gefühl des [Vertrauens](#) darauf hat, dass

- die Stimuli, die sich im Verlauf des Lebens aus der inneren und äußeren Umgebung ergeben, strukturiert, vorhersehbar und erklärbar sind;
- die Ressourcen zur Verfügung stehen, um den Anforderungen zu begegnen, die diese Stimuli stellen;
- diese Anforderungen Herausforderungen sind, die [Anstrengung](#) und Engagement lohnen.“

– AARON ANTONOVSKY: *Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit*. 1997, S. 36

Dem entsprechend wird das Kohärenzgefühl nach Antonovsky von drei Komponenten gebildet, jeweils als (subjektive) Empfindungen: erstens der Verstehbarkeit, zweitens der Handhabbarkeit bzw. Bewältigbarkeit, drittens dem Gefühl von Bedeutsamkeit bzw. Sinnhaftigkeit. Um dieses Kohärenzgefühl zu messen, hat er einen „Fragebogen zur Lebensorientierung“ mit 29 [Items](#) entwickelt, der nach der Ausprägung dieser drei Komponenten fragt.^[4]

Gesundheit und Krankheit sind für Antonovsky sowohl von Subjektivität geprägte Erlebnisse als auch von objektiven Faktoren bedingte Zustände, deren Ausprägung auf Gesundheits-Krankheits-Kontinuen gedacht werden kann. Bei jedem Menschen können wir gesunde und kranke Aspekte feststellen, solange er lebt. „Ganz gesunde Menschen gibt es nicht – es gibt nur nicht ganz gründlich untersuchte“ bzw. kann man auch bei einem Sterbenskranken noch gesunde Anteile finden, was besonders wichtig im Sinne der Salutogenese ist. Jeder bewegt sich auf einem Kontinuum und ist damit nicht entweder gesund oder krank, sondern immer im Prozess von sowohl gesund als auch krank.

Antonovsky betont, dass Gesundheit ein mehrdimensionales Geschehen ist und stark mit den sozialen und kulturellen Kontexten verbunden ist. Allerdings meint er, dass seine Messung des SOC und der Zusammenhang zur Gesundheit unabhängig von Kultur und Geschlecht sei.

Aktueller Stand der Entwicklung des Konzepts [[Bearbeiten](#)]

Ein Sinn für Kohärenz (*sense of coherence*) [[Bearbeiten](#)]

Der englische Begriff *sense of coherence* (SOC), den Antonovsky als „Kohärenzkonzept“ ins Zentrum seines Salutogenesekonzeptes gestellt hat, hat zwei unterschiedliche Bedeutungsinhalte: 1. einen Sinn für Kohärenz (Stimmigkeit, Zusammenhalt) und 2. ein Gefühl von Kohärenz. In den meisten deutschen Übersetzungen wird nur der zweite Aspekt, das „Kohärenzgefühl“ bearbeitet. Aufgrund neurophysiologischer Erkenntnisse (Grawe 2004 u. a.) können wir davon ausgehen, dass bei Menschen (wie auch bei vielen oder allen Tieren) ein Sinn, eine neurobiologisch zentrale Empfindungsfähigkeit für aufbauende Kohärenz (stimmige Verbundenheit, innen oder z. B. auch im sozialen System) angeboren ist.

Diese Empfindungsfähigkeit ist sozusagen das innere Messinstrument, das uns differenziert Auskunft gibt, ob und wie unser Bedürfnis nach verträglicher materieller (Luft, Temperatur usw.) und menschlicher Umgebung, nach Angenommensein, nach Zugehörigkeit befriedigt wird oder nicht. Wenn wir von unseren nächsten Mitmenschen positive Resonanz auf unser Dasein erhalten, wenn also unser Bedürfnis nach Zugehörigkeit befriedigt wird, dann entsteht ein Kohärenzgefühl (Zugehörigkeitsgefühl, erfüllende aufbauende Bindung, ein tiefes Vertrauen).^[5]

Grawe (2004) geht von einem übergeordneten [Grundbedürfnis](#) nach Stimmigkeit (er nennt es Konsistenz und Kongruenz) aus, was das gleiche meint wie das übergeordnete Streben nach Kohärenz als Basisstreben der Salutogenese. Dabei sind der Sinn für Kohärenz und das Kohärenzgefühl verschieden und sie hängen zusammen. Der Sinn für Kohärenz ist angeboren, das Kohärenzgefühl entsteht durch [Beziehungen](#), durch [zwischenmenschliche Kommunikation](#).^[6] Deshalb ist Kommunikation im sehr weiten Sinne das entscheidende Instrument zur Anregung bzw. Erzeugung von Kohärenzgefühl (siehe auch *Grundlagen einer systemischen Kohärenzregulation*).^[7]

Salutogenese und Pathogenese [[Bearbeiten](#)]

Salutogenese als Wissenschaft von der Entstehung von Gesundheit und Pathogenese als Wissenschaft von der Entstehung von Krankheit ergänzen sich. Die zugrunde liegenden Fragestellungen orientieren den Fragenden allerdings in zwei unterschiedliche Richtungen: Die pathogenetisch Orientierten schauen auf die Krankheiten, ihre Ursachen und die Gefahren, die es zu vermeiden oder zu bekämpfen gilt. Die salutogenetisch Orientierten blicken auf attraktive Gesundheitsziele, die sie erreichen wollen und wozu sie möglichst viele Ressourcen erschließen wollen. Diese unterschiedliche Orientierung kann in der Praxis zu sehr unterschiedlichen Folgen führen. Beispielsweise wird man bei vielen modernen chronischen Zivilisationserkrankungen wie [Übergewicht](#), [Diabetes mellitus](#) u. a. nach attraktiven Zielen und helfenden Ressourcen suchen, die den Menschen mehr Freude und Erfolg bringen (als z. B. Fastfood und Süßigkeiten): für Kinder beispielsweise Gruppenspiele mit Freude an Bewegung, wertschätzende Kommunikation und Förderung der individuellen Fähigkeiten. Dies ist in der Gesundheitsförderung als „[Empowerment](#)“-Strategie bekannt. Hier sind große Ähnlichkeiten auch zur Stärkung der „[Resilienz](#)“ und den anderen nahestehenden Begrifflichkeiten. Es ist ein Unterschied zu dem, was von der Medizin lange Zeit weithin als [Prävention](#) unternommen wurde, um einzelne Krankheiten wie Herzinfarkt zu verhindern, wie z. B. Vermeiden von fett- und salzreicher Nahrung und Bewegungsmangel. Der Arzt Eckart Schiffer kennzeichnet Salutogenese als „Schatzsuche“ im Unterschied zur „Fehlerfahndung“ der herrschenden (pathogenetisch orientierten) Denkrichtung der Medizin und auch Pädagogik.^[8]

Salutogenese und Hirnforschung [[Bearbeiten](#)]

Die pathogenetische und salutogenetische Sichtweise können sich im Sinne von Antonovsky ergänzen. Die Wechselbeziehung von Salutogenese und Pathogenese können wir heute unter Zuhilfenahme der Hirnforschung genauer beschreiben als Antonovsky es explizit formuliert hat: die Grundlage des Lebens ist die gesunde Entwicklung, die Salutogenese. Diese wird durch Krankheiten bzw. deren Vermeidung ergänzt bzw. ermöglicht.

In der [Selbstregulation](#) des Menschen und anderer Lebewesen finden wir diese beiden Aspekte des Lebens in den neuropsychischen motivationalen Systemen zur Annäherung und Vermeidung wieder. Das Annäherungssystem genannte Schaltsystem im Gehirn, das eng mit dem Lustzentrum ([Nucleus accumbens](#)) verschaltet ist, stimmt uns bei attraktiven Zielen positiv und motiviert zu aufbauendem Verhalten.^[9] Dieses wird aktiviert durch eine salutogenetische Orientierung. Als ebenso lebensnotwendige Ergänzung gibt es das sogenannte Abwendungs- oder Vermeidungssystem. Es steuert das Verhalten, wenn es darum geht, Gefahren wie

Gesundheitsrisiken und Krankheiten zu vermeiden oder zu bekämpfen. Das Vermeidungssystem ist eng mit dem Angstzentrum im Gehirn ([Amygdala](#)) verschaltet.

Eine gesunde Entwicklung wird durch ein gutes Zusammenspiel dieser beiden neuropsychischen Systeme ermöglicht und hergestellt. Analog ist also auch ein synergetisches Zusammenspiel von salutogenetischer und pathogenetischer Orientierung eine Möglichkeit, um gesunde Entwicklung, Salutogenese (die Entstehung von Gesundheit) optimal zu fördern.^{[10][11]}

Kriterien salutogenetischer Orientierung [[Bearbeiten](#)]

Seit 2003 wurden Qualitätskriterien für salutogenetisch orientierte Arbeit in [Qualitätszirkeln](#), zunächst an der Uni Göttingen (insbesondere in der Kooperation mit O. Bahrs) und Witten-Herdecke (P. Matthiessen), dann auch im Zentrum für Salutogenese in Bad Gandersheim diskutiert und erarbeitet. Kurz gesagt, bedeutet eine salutogenetische Orientierung eine Ausrichtung auf attraktive Gesundheitsziele und Erschließen bzw. Schaffen hilfreicher Ressourcen.

Differenzierter werden sieben Merkmale genannt.^[12] Salutogenetische Orientierung bedeutet, dass die Menschen bzw. Methoden

1. sich an Stimmigkeit, aufbauender Kohärenz, [Verbundenheit](#) orientieren;
2. sich auf Gesundheit (attraktive [Ziele](#), Vorstellungen) ausrichten;
3. sich auf [Ressourcen](#) ausrichten;
4. das Subjekt und Subjektive ([Selbstwahrnehmung](#), subjektive Theorien, Eigenaktivität usw.) wertschätzen;
5. Aufmerksamkeit für systemische [Selbstorganisation](#) und -regulation (auch [Selbstheilungsvermögen](#)) haben (individuell und kontextbezogen: sozial, kulturell, global);
6. dynamisch sowohl prozess- als auch lösungsorientiert denken (bzw. durchdacht sind) und auf [Entwicklung](#) und Evolution achten;
7. mehrere Möglichkeiten einschließen: z. B. sowohl salutogenetisch als auch pathogenetisch.

Salutogenetischer Fokus

1. Stimmigkeit – Kohärenz
2. Attraktive Gesundheitsziele
3. Ressourcen
4. Subjekt und Subjektives
5. Systemische Selbstregulation – Kontextbezug
6. Entwicklung und Evolution
7. Mehrere Möglichkeiten: sowohl – als auch

Pathogenetische Ergänzung

- Problem – Unstimmigkeit
- Vermeidungsziele
- Defizite
- Norm
- Isolierende Analyse – Ursache im Kleinen
- Zustand bzw. Entropie
- Eine Möglichkeit: entweder – oder

Ausweitung auf soziale Gruppen [[Bearbeiten](#)]

Das Konzept der Salutogenese wurde durch Antonovsky und andere Forscher auf die [Familie](#) und ihre sozialen Interaktionen ausgeweitet. Aaron Antonovsky und Talma Sourani weisen eine Korrelation des Familien-Kohärenzgefühls mit allgemeiner Zufriedenheit auf, ohne eine direkte Kausalität zu postulieren, und sie deuten das Maß an Kohärenz als möglichen Hinweis auf die Fähigkeit von Familien, mit Stressoren und Konflikten umzugehen.^[13] Doris Bender und Friedrich Lösel zeigten auf, dass die Erfahrungen in der Beziehung auch auf das Kohärenzgefühl zurückwirken können.^[14] Walter Schmidt spricht von der Herausforderung an partnerschaftlich orientierte Paare, [Elternschaft](#) und [Erwerbsarbeit](#) so zu gestalten, „dass die auftretenden Konflikte strukturiert, vorhersehbar und erklärbar gemacht werden[,] Ressourcen entdeckt und verfügbar gemacht werden, diesen Konflikten zu begegnen[, und] die Konfliktbewältigung – oder zumindest Konfliktverringern – als Herausforderung gesehen wird, die Anstrengung und Engagement

lohnt". Schmidt hebt des Weiteren die Stärkung generalisierter Widerstandsressourcen in Anwendung des Salutogenese-Ansatzes als Lösungsansatz hervor.^[15]

Die Dynamik gesunder Entwicklung: Wie entsteht Gesundheit? [\[Bearbeiten\]](#)

Schon Antonovsky schrieb, dass das Salutogenese-Konzept dann zu weiterer Blüte kommen werde, wenn es mehr Klarheit über die Gesetzmäßigkeiten gebe, wie aus Chaos Ordnung entsteht, wie also aus der scheinbar chaotischen Unendlichkeit biochemischer Möglichkeiten und Vorgänge die so hohe dynamische und komplexe Regulation unseres Organismus entsteht. Der Arzt [Theodor Dierk Petzold](#) hat diese Gedanken in seinen Büchern weiter ausgeführt: ‚Gesund‘ ist kein fixer Zustand, sondern ein ständiger Vorgang, eine ständige Entwicklung eines Menschen auf einen attraktiven Idealzustand von ‚Gesundheit‘ hin. Wenn wir unsere eigene Unvollkommenheit mit allen Unannehmlichkeiten, wie Leiden oder auch Behinderungen, bedingungslos annehmen, können wir erkennen, dass wir langfristig alle nach der gleichen Vollkommenheit streben – jeder auf seinem ganz individuellen, einzigartigen, oft chaotischen Weg. Dieses innere Bild vom Idealzustand von ‚vollkommenem körperlichen, seelisch-geistigen Wohlbefinden‘ (Definition der WHO) nennen wir in Anlehnung an die Chaostheorie ‚Attraktor‘. Wir fühlen uns gesund, wenn wir uns diesem inneren Attraktor nahe bzw. auf dem Weg in seine Richtung fühlen.^[16] Dabei bewegen wir uns jeweils in mehr oder weniger konstruktiver Kohärenz und Resonanz zu unseren äußeren mehrdimensionalen Zusammenhängen: unserer physischen Umwelt, unseren Mitmenschen und unserer Kultur und auch unserem globalen Kontext, wie uns heute immer mehr bewusst wird.

Arbeit an der Fragestellung der Salutogenese [\[Bearbeiten\]](#)

Besonders wird in sechs Gruppen explizit an dem Thema der Salutogenese seit Jahren gearbeitet:

1. In den seit 1995 jährlichen „Wartburggesprächen“ um W. Schüffel (emeritierter Leiter der Uni-Klinik für Psychosomatik in Marburg), aus denen das 1998 erschienene *Handbuch der Salutogenese* entstanden ist. Hier wird besonders die Verbindung der Salutogenese zur Balint-Arbeit, Philosophie und auch Psychoanalyse gepflegt.
2. In der anthroposophischen Medizin und Pädagogik um Michaela Glöckler (Dornach/Schweiz) und P. Matthiessen (Witten-Herdecke). In der Anthroposophie wird eine salutogenetische Orientierung mit der anthroposophischen Medizin und der Waldorf-Pädagogik verbunden.
3. In dem *Dachverband Salutogenese* (ehemals ‚Akademie für patientenzentrierte Medizin APAM e.V.‘) bzw. der Universität Göttingen werden um Ottomar Bahrs (Medizin. Psychologie und Soziologie Uni Göttingen; Gesellschaft für medizinische Kommunikation www.gemeko.de) Konzepte zur Forschung zur salutogenetischen Orientierung in der allgemeinmedizinischen Praxis in Kooperationen entwickelt. Der Vorstand vom *Dachverband Salutogenese e.V.* (Th. D. Petzold; O. Bahrs) gibt auch die erste Zeitschrift für Salutogenese ‚Der Mensch‘ heraus.
4. Im ‚Zentrum für Salutogenese‘ mit einem jährlichen Symposium für Salutogenese seit 2005 um Th. D. Petzold (Arzt für Allgemeinmedizin, Lehrbeauftragter für Allgemeinmedizin an der Medizinischen Hochschule Hannover) geht es vor allem um eine Weiterentwicklung des Salutogenese-Konzeptes sowohl theoretisch als auch praktisch (‚Salutogene Kommunikation Salkom‘). Es sind aus den Symposien bislang vier thematische Sammelbände zur Salutogenese entstanden.
5. In der GesundheitsAkademie in Bielefeld um E. Göpel (Hochschule Magdeburg-Stendal, Vorsitzender der ‚Hochschulen für Gesundheit e.V.‘), Alexa Franke (Universität Dortmund; HEDE-Training) und Günther Hölling (Patienten-Beratungsstellen) sind besonders salutogenetisch orientierte Konzepte zur Gesundheitsförderung ausgearbeitet. An der Hochschule Magdeburg findet jährlich eine Sommerakademie zur Gesundheitsförderung statt.

6. In der ‚Thematic Group on Salutogenesis‘ des IUHPE (International Union for Health Promotion and Education) um Monica Eriksson in Helsinki, die besonders den internationalen Forschungsstand und Metastudien mit dem SOC-Fragebogen und ähnlichen erfasst.

Kritik und Diskussion der Forschung [[Bearbeiten](#)]

Antonovsky sah das Kohärenzgefühl (sense of coherence) als Gesundheitsressource an, die vor allem in der frühen Kindheit erworben wird und nach dem 30. Lebensjahr nicht mehr positiv beeinflusst werden könne. Inzwischen sind sich in diesem Punkt alle Experten einig, dass es auch im fortgeschrittenen Alter immer veränderbar bleibt – wenn auch schwieriger.

Kritisch zu sehen ist eventuell der Fragebogen zum SOC, der bisher wenn überhaupt nur sehr schwache Korrelationen des Kohärenzgefühls zu körperlicher Gesundheit gezeigt hat, wohl aber zu psychosomatischen Erkrankungen (vgl. Bengel J (2001): Was erhält den Menschen gesund? Bonn: BZgA). Es gibt in Deutschland eine zunehmende Zahl von Forschungen zu diesem Thema, die aber von ihrer wissenschaftlichen Qualität her noch in den Kinderschuhen stecken. Es taucht immer wieder die Frage auf, welche Forschungsdesigns mit welchen Fragebögen für die salutogenetische Frage taugen. Das Problem besteht immer wieder in der Messbarmachung ([Operationalisierung](#)) von psychischen und sozialen subjektiven Empfindungen. Unterschiedliche Begriffe können das gleiche Phänomen meinen genauso wie gleiche Begriffe von den Befragten unterschiedlich verstanden werden. So sind die von Antonovsky gewählten Begriffe von ‚Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Bedeutsamkeit‘ in unseren Bedeutungssystemen sehr unterschiedlich belegt, wie die Literatur zu diesen Themen zeigt. Es besteht noch keine einheitlich operationalisierte Definition dieser Begriffe, die aufzeigt, wie sie in einem dynamischen Modell der Entstehung von Gesundheit zusammenwirken.

Eine klare Abgrenzung des Kohärenzgefühls von anderen inhaltlich verwandten Konstrukten ist sicher schwierig, aber ist sie überhaupt erwünscht? Oder sollte man die phänomenologischen Übereinstimmungen sehen und dann über die am meisten geeigneten Begriffe entscheiden. Dazu gehören: [Kontrollüberzeugung](#), [Selbstwirksamkeitserwartung](#), [Optimismus](#), [Hardiness](#) und [Resilienz](#). In der Beurteilung der Konstrukte sollte man primär mehr auf die beschriebenen und erforschten Phänomene schauen und erst dann nach den Begriffen. So könnten auch andere Forschungen, die nicht unter dem Begriff der Salutogenese und dem Konzept von Antonovsky durchgeführt wurden, wohl aber die Fragestellung nach der Entstehung von Gesundheit behandeln, mehr in Betracht gezogen oder/und neu entwickelt werden.

Literatur [[Bearbeiten](#)]

- Aaron Antonovsky, Alexa Franke: *Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit*. dgvt-Verlag, Tübingen 1997, [ISBN 3-87159-136-X](#).
- Jürgen Bengel, Regine Strittmatter, Hildegard Willmann: *Was erhält Menschen gesund? Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung*, Köln 1998, [ISBN 3-933191-10-6](#). (Erweiterte Neuauflage 2001 - [Volltext](#))
- R. Lorenz: *Salutogenese - Grundwissen für Psychologen, Mediziner, Gesundheits- und Pflegewissenschaftler*. Reinhardt, München 2004, [ISBN 3-497-01697-7](#).
- T. D. Petzold: *Praxisbuch Salutogenese - warum Gesundheit ansteckend ist*. Südwest, München 2010, [ISBN 978-3-517-08637-8](#).
- W. Schüffel, U. Brucks, R. Johnen (Hrsg.): *Handbuch der Salutogenese*. Ullstein Medical, Wiesbaden 1998, [ISBN 3-86126-167-7](#).
- H. Wydler, P. Kolip, T. Abel (Hrsg.): *Salutogenese und Kohärenzgefühl - Grundlagen, Empirie und Praxis eines gesundheitswissenschaftlichen Konzeptes*. Juventa, Weinheim/ München 2000, [ISBN 3-7799-1414-X](#).

Weblinks [[Bearbeiten](#)]

- [Publikationen zum Stichwort Salutogenese](#) im Katalog der [Deutschen Nationalbibliothek](#)

Einzelnachweise [[Bearbeiten](#)]

1. [↑](#) *Salutogenese*. In: *DTV-Lexikon*. München 2006.
2. [↑](#) F. Schliehe, H. Schäfer, R. Buschmann-Steinhage, S. Döll: *Aktiv Gesundheit fördern*. Verband Deutscher Rentenversicherungsträger, 2000.
3. [↑](#) Aaron Antonovsky: *Die salutogenetische Perspektive: Zu einer neuen Sicht von Gesundheit und Krankheit*. In: *Meducs*. 2, S. 52. Zitiert nach: Christina Krause, Rüdiger-Felix Lorenz: *Was Kindern Halt gibt. Salutogenese in der Erziehung*. Vandenhoeck & Ruprecht, 2009, [ISBN 978-3-525-40423-2](#), S. 42: „Und weiter erläutert Antonovsky: »Das gemeinsame an allen generalisierten Widerstandsressourcen sei, so schlug ich vor, den unzähligen uns ständig treffenden Stressoren eine Bedeutung zu erteilen.«“
4. [↑](#) S. Singer, E. Brähler: *Die "Sense of Coherence-Scale". Testhandbuch zur deutschen Version*. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2007.
5. [↑](#) C. Krause, R. F. Lorenz, N. Lehmann, T. D. Petzold (Hrsg.): *Verbunden gesunden - Zugehörigkeitsgefühl und Salutogenese*. Verlag Gesunde Entwicklung, Bad Gandersheim 2007.
6. [↑](#) T. D. Petzold (Hrsg.): *Kommunikation mit Zukunft - Salutogenese und Resonanz*. Verlag Gesunde Entwicklung, Bad Gandersheim 2011.
7. [↑](#) T. D. Petzold: *Grundlagen einer systemischen Kohärenzregulation - Dynamische und systemische Aspekte einer salutogenetisch orientierten Meta-Theorie für Gesundheitsberufe*. 2011. [PDF](#)
8. [↑](#) E. Schiffer: *Wie Gesundheit entsteht - Salutogenese: Schatzsuche statt Fehlerfahndung*. Beltz, Weinheim 2001.
9. [↑](#) K. Grawe: *Neuropsychotherapie*. Hogrefe, Göttingen 2004.
10. [↑](#) T. D. Petzold (Hrsg.): *Lust und Leistung und Salutogenese*. Verlag Gesunde Entwicklung, Bad Gandersheim 2010.
11. [↑](#) T. D. Petzold: *Praxisbuch Salutogenese - warum Gesundheit ansteckend ist*. Südwest Verlag, München 2010.
12. [↑](#) [salutogenese-zentrum.de](#)
13. [↑](#) Aaron Antonovsky, Talma Sourani: *Family sense of coherence and family adaptation*. S. [167.](#)–180. In: Aaron Antonovsky (Hrsg.): *The sociology of health and health-care in Israel*. In: *Studies of Israeli Society*. Volume V, 1990.
14. [↑](#) Doris Bender, Friedrich Lösel: *Kohärenzsinn und andere Persönlichkeitsmerkmale als protektive Faktoren der Ehestabilität*. zitiert nach J. Grau, H.-W. Bierhoff (Hrsg.): *Sozialpsychologie der Partnerschaft*. Springer Verlag, Berlin/ Heidelberg 2003, S. 410–424, wiederum zitiert nach: Walter Schmidt: [Balance zwischen Beruf und Familie. Ko-evolution zu effizienter und familienbewusster Führung](#). In: *Dissertationsschrift zur Erlangung des Doktorgrades der Philosophisch-Pädagogischen Fakultät der Katholischen Universität Eichstätt*. 2009, abgerufen am 1. Januar 2011 (PDF).[S. 170.](#)
15. [↑](#) Walter Schmidt: [Balance zwischen Beruf und Familie. Ko-evolution zu effizienter und familienbewusster Führung](#). In: *Dissertationsschrift zur Erlangung des Doktorgrades der Philosophisch-Pädagogischen Fakultät der Katholischen Universität Eichstätt*. 2009, abgerufen am 1. Januar 2011 (PDF).[S. 128 ff.](#)
16. [↑](#) T. D. Petzold: *Gesundheit ist ansteckend! Heilungsphasen und innere Bilder*. Verlag Gesunde Entwicklung, Bad Gandersheim 2000; T. D. Petzold: *Praxisbuch Salutogenese - Warum Gesundheit ansteckend ist*. Südwest-Verlag, München 2010.

Heldenreise

aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie

Wechseln zu: [Navigation](#), [Suche](#)

Die Taten eines [Helden](#) in [Mythen](#), [Romanen](#) und [Filmen](#) ereignen sich auf einer **Heldenfahrt** oder **Heldenreise**, manchmal auch [Quest](#) genannt, die durch typische Situationsabfolgen und Charaktere gekennzeichnet ist. Diese [archetypische](#) Grundstruktur wird, nach einem Begriff von [James Joyce](#), auch als **Monomythos** bezeichnet.

Als ein Grundmuster von [Mythologien](#) weltweit, hat vor allem der amerikanische Mythenforscher [Joseph Campbell](#) das Motiv der Heldenfahrt erforscht. Darauf aufbauend hat die Heldenfahrt (Hero's Journey) sowohl in Therapie als auch Literatur großen Einfluss erlangt. Zu besonderer Popularität führte dabei die Adaption im (vor allem amerikanischen) Kino. So basieren die [Star-Wars](#)-Filme von [George Lucas](#) auf den Motiven der Heldenreise. In Hollywood hat insbesondere [Christopher Vogler](#) mit seinem Buch *The Writer's Journey (Die Odyssee des Drehbuchschreibers)* das Modell bekanntgemacht. Im deutschsprachigen Raum wurde das Modell von der Medienwissenschaftlerin [Michaela Krützen](#) weiterentwickelt (*Dramaturgie des Films*), die die Heldenreise zur Analyse von Filmen wie [The Silence of the Lambs](#) oder [Pretty Woman](#) verwendet.

Der von [Campbell](#) beschriebene Zyklus der Heldenfahrt wurde von zahlreichen Therapeuten und Coachs, wie beispielsweise [Paul Rebillot](#) oder Martin Weiss zu einem [psychologischen](#) und initiatorischen Training weiterentwickelt.

Inhaltsverzeichnis

[[Verbergen](#)]

- [1 Der Zyklus der Heldenreise nach Campbell](#)
- [2 Der Zyklus der Heldenreise nach Vogler](#)
- [3 Der Prozess der Heldenreise nach Rebillot](#)
- [4 Literatur](#)
- [5 Weblinks](#)

Der Zyklus der Heldenreise nach Campbell [[Bearbeiten](#)]

Die Stationen einer Heldenreise stellen sich nach Campbell wie folgt dar:

1. Ruf: Erfahrung eines Mangels oder plötzliches Erscheinen einer Aufgabe
2. Weigerung: Der Held zögert, dem Ruf zu folgen, beispielsweise, weil es gilt, Sicherheiten aufzugeben.
3. Aufbruch: Er überwindet sein Zögern und macht sich auf die Reise.
4. Auftreten von Problemen, die als Prüfungen interpretiert werden können
5. Übernatürliche Hilfe: Der Held trifft unerwartet auf einen oder mehrere [Mentoren](#).
6. Die erste Schwelle: Schwere Prüfungen, Kampf mit dem Drachen etc., der sich als Kampf gegen die eigenen inneren Widerstände und Illusionen erweisen kann.
7. Fortschreitende Probleme und Prüfungen, übernatürliche Hilfe.
8. [Initiation](#) und Transformation des Helden: Empfang oder Raub eines [Elixiers](#) oder Schatzes, der die Welt des Alltags, aus der der Held aufgebrochen ist, retten könnte. Dieser Schatz kann in einer inneren Erfahrung bestehen, die durch einen äußerlichen Gegenstand symbolisiert wird.

9. Verweigerung der Rückkehr: Der Held zögert in die Welt des Alltags zurückzukehren.
10. Verlassen der [Unterwelt](#): Der Held wird durch innere Beweggründe oder äußeren Zwang zur Rückkehr bewegt, die sich in einem magischen Flug oder durch Flucht vor negativen Kräften vollzieht.
11. Rückkehr: Der Held überschreitet die Schwelle zur Alltagswelt, aus der er ursprünglich aufgebrochen war. Er trifft auf Unglauben oder Unverständnis, und muss das auf der Heldenreise Gefundene oder Errungene in das Alltagsleben integrieren. (Im [Märchen](#): Das Gold, das plötzlich zur Asche wird)
12. Herr der zwei Welten: Der Heros vereint Alltagsleben mit seinem neugefundenen Wissen, und lässt somit die Gesellschaft an seiner Entdeckung teilhaben.

Der Zyklus der Heldenreise nach Vogler [[Bearbeiten](#)]

[Christopher Vogler](#) entwarf diesen Weg des Helden als Anleitung für Drehbuchautoren, welche insbesondere in Hollywood Beachtung findet. Sein Konzept basiert auf dem von [Joseph Campbell](#) entworfenen Modell.

1. Ausgangspunkt ist die gewohnte Welt des Helden.
2. Der Held wird zum Abenteuer gerufen.
3. Diesem Ruf verweigert er sich daraufhin zumeist.
4. Ein [Mentor](#) überredet ihn daraufhin die Reise anzutreten, und das Abenteuer beginnt.
5. Der Held überschreitet die erste Schwelle, nach der es kein Zurück mehr gibt.
6. Daraufhin wird er vor erste Bewährungsproben gestellt und trifft dabei auf Verbündete und Feinde.
7. Nun dringt er bis zur tiefsten Höhle vor und trifft dabei auf den Gegner.
8. Hier findet die entscheidende Prüfung statt: Konfrontation und Überwindung des Gegners.
9. Der Held wird belohnt, indem er z.B. den Schatz oder das Elixier raubt.
10. Nun tritt er den Rückweg an, während dessen es zur Auferstehung des Helden kommt.
11. Diese Auferstehung ist nötig, da er durch das Abenteuer zu einer neuen Persönlichkeit gereift ist.
12. Anschließend tritt der Held mit dem Elixier den Heimweg an.

Der Prozess der Heldenreise nach Rebillot [[Bearbeiten](#)]

[Paul Rebillot](#) entwickelte aus der [Gestalttherapie](#), dem [Psychodrama](#) und dem von Campbell dargestellten mythischen Zyklus den Selbsterfahrungsprozess der Heldenreise. Durch Phantasie Reisen, Inszenierungen, Tanz, Körperarbeit, Methoden der Gestalttherapie und kreativer Techniken wie Malerei soll es den in der Gruppe arbeitenden Teilnehmern möglich werden, ihre unbewussten „wahren“ Ziele sowie einschränkende, negative Selbst- und Weltbilder zu erkennen und durch Rituale aufzulösen und zu verändern.

Literatur [[Bearbeiten](#)]

- [Thomas Bohrmann](#): *Die Reise des Helden im Hollywoodkino. Ein Erzählmuster populärer Mediengeschichte.* In: *Münchener Theologische Zeitschrift*. Jg. 58, Jg. 2007, [ISSN 0580-1400](#), S. 291–304.
- [Joseph Campbell](#): *Die Kraft der Mythen. Bilder der Seele im Leben des Menschen.* Artemis & Winkler, Zürich u. a. 1994, [ISBN 3-7608-1101-9](#).
- Joseph Campbell: *Der Heros in tausend Gestalten* (= *Insel-Taschenbuch* 2556). Insel-Verlag, Frankfurt am Main u. a. 1999, [ISBN 3-458-34256-7](#).
- [Joachim Hammann](#): *Die Heldenreise im Film. Drehbücher, aus denen die Filme gemacht werden, die wirklich berühren.* Zweitausendeins, Frankfurt am Main 2007, [ISBN 978-3-86150-762-8](#).

- [Michaela Krützen](#): *Dramaturgie des Films. Wie Hollywood erzählt* (= Fischer 16021). Fischer-Taschenbuch-Verlag, Frankfurt am Main 2004, [ISBN 3-596-16021-9](#).
- [Franz Mittermair](#): *Neue Helden braucht das Land. Persönliche Entwicklung und Heilung durch rituelle Gestalttherapie. Das Handbuch für die „große Heldenreise“*. Korrigierte Neuauflage, 1. Auflage. Eagle Books, Wasserburg 2011, [ISBN 978-3-9813672-1-8](#).
- [Paul Rebillot](#), [Melissa Kay](#): *Die Heldenreise. Das Abenteuer der kreativen Selbsterfahrung*. Überarbeitete Neuauflage, 1. Auflage. Eagle Books, Wasserburg 2011, [ISBN 978-3-9813672-0-1](#).
- [Christopher Vogler](#): *Die Odyssee des Drehbuchschreibers*. 2., aktualisierte und erweiterte Auflage. Zweitausendeins, Frankfurt am Main 1998, [ISBN 3-86150-294-1](#).
- Martin Weiss: *Quest. Die Sehnsucht nach dem Wesentlichen*. Junfermann, Paderborn 2004, [ISBN 3-87387-570-5](#).

Tiefenpsychologie

aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie

Wechseln zu: [Navigation](#), [Suche](#)



Sigmund Freud (1856 – 1939) gilt als Begründer der Tiefenpsychologie

Der Begriff **Tiefenpsychologie** fasst alle [psychologischen](#) und [psychotherapeutischen](#) Ansätze zusammen, die den [unbewussten](#) seelischen Vorgängen einen hohen Stellenwert für die Erklärung menschlichen Verhaltens und Erlebens beimessen. Die zentrale Vorstellung der Tiefenpsychologie ist, dass „unter der Oberfläche“ des [Bewusstseins](#) in den *Tiefenschichten* der Psyche weitere, unbewusste Prozesse ablaufen, die das bewusste Seelenleben stark beeinflussen.

Diese Ansicht wurde bereits vor [Sigmund Freud](#) in der [Philosophie](#) ([Leibniz](#), [Schopenhauer](#), [Nietzsche](#)) und der Literatur der [Romantik](#) vertreten, doch Freud war der erste, der diese Annahme systematisch untersuchte und dann aus seinen Erkenntnissen die tiefenpsychologische Schule der [Psychoanalyse](#) begründete. Den von [Eugen Bleuler](#) eingeführten Begriff *Tiefenpsychologie* verwendete Freud ab 1913, um zwischen seiner Psychoanalyse und der in der akademischen [Psychologie](#) damals vorherrschenden [Bewusstseinspsychologie](#) zu unterscheiden.

Bekannte tiefenpsychologische Schulen sind neben der Psychoanalyse die von Freuds Schüler [Carl Gustav Jung](#) geprägte [Analytische Psychologie](#) und die von [Alfred Adler](#) entwickelte [Individualpsychologie](#). Alle diese Richtungen der Tiefenpsychologie sind der Auffassung, dass dem bewussten Erleben und Verhalten Prozesse der Triebreulation und Konfliktverarbeitung zugrunde liegen. Diese in der „Tiefe“ des Unbewussten ablaufenden psychischen Prozesse werden von [Trieben](#) und anderen [motivationalen](#) Vorgängen bestimmt.

Die Art der jeweiligen Triebkraft stellt einen zentralen Unterschied zwischen den drei genannten tiefenpsychologischen Schulen dar: Während Freud dem [Sexualtrieb](#) eine große Bedeutung zumisst, steht für Jung eine unspezifische Triebenergie und für Adler das [Machtstreben](#) im Zentrum der seelischen Antriebskräfte.

Inhaltsverzeichnis

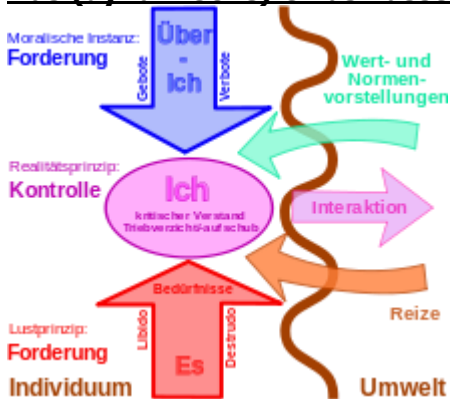
[[Verbergen](#)]

- [1 Grundlegende Annahmen der Tiefenpsychologie](#)
 - [1.1 Das \(dynamische\) Unbewusste](#)
 - [1.2 Verdrängung](#)
 - [1.3 Übertragung und Gegenübertragung](#)
 - [1.4 Die Bedeutung der frühen Kindheit](#)
- [2 Anfänge der Tiefenpsychologie](#)
 - [2.1 Sigmund Freud](#)
 - [2.2 Carl Gustav Jung](#)
 - [2.3 Alfred Adler](#)
 - [2.4 Moderne Forschungsgrundlagen](#)
- [3 Kritik an der Tiefenpsychologie](#)
- [4 Weitere Tiefenpsychologische Ansätze](#)
- [5 Siehe auch](#)
- [6 Literatur](#)
- [7 Weblinks](#)

Grundlegende Annahmen der Tiefenpsychologie [[Bearbeiten](#)]

Die hier vorgestellten Begriffe bilden gewissermaßen den „kleinsten gemeinsamen Nenner“ der Tiefenpsychologie, dem alle Schulrichtungen im Wesentlichen zustimmen würden.

Das (dynamische) Unbewusste [[Bearbeiten](#)]



Modell der Psyche nach Sigmund Freud

Die Vorstellungen der Tiefenpsychologie sind, entgegengesetzt zu den Theorien über die Psyche in der [Kognitionspsychologie](#) und im [Behaviourismus](#), vor allem geprägt durch die Annahme eines *dynamischen Unbewussten* als wesentlicher und hochwirksamer Teil unseres psychischen Lebens. Diese Annahme besagt, dass

- viele unserer mentalen Vorgänge unbewusst ablaufen
- ein Teil dieser unbewussten mentalen Vorgänge ganz anderen Funktionsprinzipien bzw. Gesetzmäßigkeiten gehorcht (s. u.) als die bewussten Vorgänge. Dieser Teil übt eine große Wirkungskraft auf unser Erleben und Verhalten aus und wird in der Tiefenpsychologie als (dynamisches) Unbewusstes bezeichnet. Das Attribut „dynamisch“, das manchmal hinzugefügt wird, soll es von denjenigen mentalen Vorgängen abheben, die zwar auch

nicht bewusst registriert werden, aber nicht den besonderen Prinzipien des „eentlichen“ Unbewussten gehorchen (s. auch [Psychodynamik](#)).

Bekannte Beispiele für die Wirkung unbewusster Prozesse sind („Freud:sche“) Fehlleistungen (z. B. Versprecher, die verborgenen Gedanken bzw. Motive des Sprechers zum Ausdruck bringen; unbewusst motiviertes Vergessen, Verlaufen, Verlegen etc);



Carl Gustav Jung (1875 – 1961)

[Abwehrmechanismen](#) wie [Projektion](#) (unerwünschte Tendenzen der eigenen Person werden bei anderen wahrgenommen bzw. „angesiedelt“); Traumgedanken bzw. -bilder. Das Unbewusste wird in der Tiefenpsychologie auch als „Ort“ der wesentlichen Triebkräfte des Seelenlebens angesehen (von Freud in seinem [Instanzenmodell](#) der Psyche „Es“ genannt). Später gebraucht Freud den Begriff „unbewusst“ jedoch v. a. adjektivisch. Er meint damit nicht mehr nur eine Eigenschaft der psychischen Instanz „Es“, auch das Ich und das Über-Ich haben unbewusste Anteile.

Nach Freud charakterisieren folgende Eigenschaften das Unbewusste:

- Alogik - die Gesetzmäßigkeiten der Logik gelten hier nicht und haben auf die Inhalte des Unbewussten keinen Einfluss.
- Widersprüchlichkeit - im Unbewussten können Gegensätze identisch sein bzw. ihr jeweiliges Gegenteil bedeuten. Freud verweist in diesem Zusammenhang auf die Sprache, in der manche Worte, sog. „Urworte“, einen gegensätzlichen Sinn haben können (lat.: altus = hoch-tief oder lat.: sacer = heilig-verrückt).
- Zeitlosigkeit - Vorgänge im Unbewussten haben keine Beziehung zur Zeit, sind also nicht zeitlich geordnet.

Die Vorstellung, dass es mit dem Unbewussten einen weiteren Bereich der Psyche gibt, der nach ganz anderen Gesetzmäßigkeiten wirkt als das Bewusstsein, ist von der akademischen [Psychologie](#) lange Zeit abgelehnt worden. Um die empirisch-experimentelle Überprüfung tiefenpsychologischer Hypothesen hat sich die [Gestaltpsychologie](#) verdient gemacht - dabei konnten einige Hypothesen bestätigt werden, für andere wurden Modifikationen vorgeschlagen (vgl. dazu die Arbeiten von [Wolfgang Metzger](#)).

Verdrängung [Bearbeiten]



Alfred Adler (1870 – 1937)

Ein wichtiges Konzept innerhalb aller tiefenpsychologischen Schulen ist der psychische Mechanismus der [Verdrängung](#). Freud definierte die Verdrängung ursprünglich als „Erinnerungsabwehr“ schmerzhafter, emotional unangenehmer Erinnerungen aus dem Bewusstsein. „Abwehr“ ist eine eher aktive Leistung des „Ichs“ im Freud'schen Sinne, die der innerpsychischen Konfliktbewältigung dient und u. a. auch andere Formen der Abweisung aus dem Bewusstsein umfasst, wie beispielsweise die *Verleugnung*. (siehe auch: [Abwehrmechanismen](#))

Übertragung und Gegenübertragung [[Bearbeiten](#)]

Eine *Übertragung* liegt vor, wenn jemand Erwartungen (z. B. Rollenerwartungen), Wünsche, Befürchtungen oder Vorstellungen, die sich in früheren wichtigen Beziehungen gebildet haben, an das Verhalten oder die Eigenschaften anderer Personen richtet. Diese Erwartungen bilden nun eine Art Schablone, die wiederbelebt wird, wenn das Beziehungsmuster eine ähnliche Struktur aufweist wie zu der ursprünglichen Bezugsperson (z. B. Vater – Chef).

In einer klassischen psychoanalytischen Therapie nach Freud ist die Entwicklung einer Übertragungsbeziehung zum Analytiker ausdrücklich gewollt und wird durch das psychoanalytische Behandlungssetting gefördert (Liegen auf der Couch, der Psychoanalytiker sitzt außerhalb des Gesichtsfeldes etc). Der Sinn ist, dass die verinnerlichteten konflikthaftern Gefühle (Ängste, Scham- oder Schuldgefühle etc.) zu den ursprünglichen Bezugspersonen in der Beziehung zum Analytiker wiederbelebt und -erlebt werden sollen („Übertragungsneurose“), aber nun mit Hilfe des Analytikers neu verarbeitet werden können. Freud fasste diesen Prozess mit den Begriffen „Erinnern, Wiederholen und Durcharbeiten“ zusammen und sagte, man könne die Neurose nun einmal nicht „in effigie“ (in Abwesenheit) erschlagen.

Eine Übertragung vergangener, prägender Beziehungsmuster findet aber keineswegs nur in einer psychoanalytischen Beziehung statt, sondern in nahezu allen zwischenmenschlichen Beziehungen - auch in anderen Psychotherapieformen, wo diese Prozesse jedoch in der Regel unerkant bleiben und nicht thematisiert werden.

Als *Gegenübertragung* bezeichnet man die emotionale Reaktion eines Analytikers auf den Analysanden (bzw. auf dessen aus Übertragungsphänomenen hervorgehende Handlungen und Äußerungen). Analytiker haben gelernt, auf ihre Gefühlsreaktionen (Gegenübertragungen) auf den Analysanden genau zu achten und sie als wichtige Informationsquelle über dessen innere Konflikte und über das Beziehungsgeschehen im psychoanalytischen Prozess zu nutzen.

Die Bedeutung der frühen Kindheit [[Bearbeiten](#)]

In allen drei Hauptströmungen der Tiefenpsychologie gilt die [Entwicklung](#) in der Kindheit als bestimmend für die spätere Persönlichkeit. Auch die Ursachen für [psychische Störungen](#) werden zumeist in der frühen Kindheit gesehen. Eine Bedeutung kommt hier vor allem der [Interaktion](#) zwischen dem Kind und den wichtigen Bezugspersonen zu.

Anfänge der Tiefenpsychologie [[Bearbeiten](#)]

Sigmund Freud [[Bearbeiten](#)]



Jung (rechts unten) und Freud (links unten) vor der Clark University

Freud sah zunächst als Beweis für das Unbewusste die so genannte [posthypnotische Suggestion](#) an, worunter verstanden wird, dass Befehle, die einem [hypnotisierten](#) Probanden suggeriert werden, nach dem Erwachen aus der hypnotischen Trance ausgeführt werden, obwohl sich der Proband nicht an den Befehl erinnert. Diesen Ansatz zur Behandlung von [Hysterie](#) übernahm Freud auch zunächst von [Jean-Martin Charcot](#). Für das Konzept des Unbewussten bedeutet dies, dass der Befehl, obwohl sich der Proband nicht daran erinnern kann, soviel an Spannung besitzt, dass er ihn ausführt, obwohl er sich darüber wundert, warum er es macht. Oft fanden die Probanden für das Ausführen der posthypnotischen Suggestion „Ausreden“. Sie versuchten, sich ihre Handlung durch simple, aber scheinbar logische Absichten zu erklären, ohne sich dabei an die in hypnotischer [Trance suggerierten](#) Befehle erinnern zu können. Auch ist der Freud'sche Versprecher oder die Freud'sche [Fehlleistung](#) für eine Annäherung an den Begriff des Unbewussten gebraucht worden.

Carl Gustav Jung [Bearbeiten]

Jung sah als Beweis für das Unbewusste seine [Assoziationsexperimente](#). Er rief den Probanden einige genau festgelegte Wörter zu. Die Probanden sollten so schnell wie möglich das Erste antworten, was ihnen in den Sinn kam. Bei diesem Experiment fiel Jung auf, dass einige der Wörter merkwürdige Reaktionen auslösten. Die [Assoziationen](#) zu manchen Wörtern wurden gestört. Sie waren zu langsam oder enthielten Assoziationen, die auf einen konflikthafter Zusammenhang schließen ließen. (Beispiel: Arzt: Wolke - Proband: Luft; aber: Arzt: Mutter - Proband sehr spät: Friedhof). Aus diesem Zusammenhang schloss Jung, dass es abseits des Bewusstseins konflikthafte Zusammenhänge gibt, die er als [Komplexe](#) bezeichnete, und die - obwohl unbewusst - die bewusste Absicht stören können.

Jung nahm außerdem an, dass es neben dem *persönlichen Unbewussten* ein weiteres gibt, das [kollektive Unbewusste](#) (als tiefere Form des Unbewussten, siehe [Archetypus](#)). Er sah dieses gewissermaßen als Lagerstätte des psychischen Erbes der Menschheitsgeschichte an, welches sich analog zum Körper während der [Evolution](#) entwickelt habe und durch sie geprägt werde.

Alfred Adler [Bearbeiten]

Adler sah den Menschen – wie es der Name seiner [Individualpsychologie](#) andeutet – als einzigartige Einheit, in der sich Körper und Seele nicht nur gegenseitig beeinflussten, sondern auch auf analoge Weise funktionierten. Ähnlich wie der Körper eine *Organminderwertigkeit* auszugleichen versucht, versucht die Psyche ein [Minderwertigkeitsgefühl](#) durch ein Geltungs- oder Vollkommenheitsstreben zu überwinden. Alle psychischen Möglichkeiten des Individuums wie *emotionale Erlebnisfähigkeit*, psychisches Profil (Charakter) und *Intelligenz* bilden sich nach Adler grundlegend in der frühen Kindheit, in der interaktiven Auseinandersetzung mit den ersten Beziehungspersonen je nach Anforderung und Förderung heraus. Diese frühen Lebenseindrücke bestimmen gemäß Adler den meist unbewussten *Lebensplan* des Menschen, das heißt, wie er sich selbst und seine Umwelt wahrnehmen kann, wie er das Verhalten seiner Mitmenschen interpretiert und wie er die *drei Lebensaufgaben* – *Arbeit, Liebe, Gemeinschaft* – löst. In dieser Zeit kann sich auch das für die Adlersche Lehre zentrale [Gemeinschaftsgefühl](#) entwickeln, das Gefühl des vertrauten Aufgehobenseins zwischen den Mitmenschen. Für die Individualpsychologen im Sinne Adlers ist es ein Gradmesser für die seelische Gesundheit des Individuums, welches sich dann in seiner Beziehung zur Gemeinschaft und seinem wechselseitigen Einfluss auf diese förderlich ausgestalten und verankern kann. Negatives Gemeinschaftsgefühl als Grundbefindlichkeit verursacht je nach Schweregrad einen latenten [Minderwertigkeitskomplex](#) und parallel dazu ablaufendes, d.h. ein das mangelhaft vorhandene Gemeinschaftsgefühl kompensierendes, überhöhtes *Geltungsstreben* ausgeprägt beispielsweise in Form von dem Individuum unbewusstem Dominanzverhalten, einen *nervösen Charakter*, eine [Neurose](#) oder eine den ganzen Mensch

umfassende [Psychose](#). Diese Erkenntnisse bilden Adlers *Neurosenlehre*, mit der die Grundlage für die Heilung dieser seelischen Krankheiten durch die *individualpsychologische Psychotherapie* und deren Vorbeugung durch die *Erziehungslehre* gelegt wurde.

Moderne Forschungsgrundlagen [Bearbeiten]

Neuere Untersuchungen bestätigen teilweise diese aus den Anfängen der Tiefenpsychologie (1890–1920) stammenden Experimente. Beispiel: In einigen Untersuchungen zu den [Konversionsstörungen](#) wurden „hysterisch“ blinden Menschen, also Menschen, bei denen aufgrund einer psychischen Störung die visuelle Wahrnehmung abhandengekommen war, verschiedene visuelle Reize vorgelegt. Wenn die Probanden keinen Grund hatten, ihre [Blindheit](#) vor den Untersuchern aufrechtzuerhalten, waren die Testergebnisse ähnlich denen gesunder Probanden. Wenn die Probanden allerdings Grund hatten, ihre Blindheit vor den Untersuchern aufrechtzuerhalten, schnitten sie bei den Tests unterdurchschnittlich ab – und zwar noch schlechter, als ein aus physiologischen Gründen Erblindeter unter Berücksichtigung zufällig richtiger Antworten abgeschnitten hätte. Daraus kann man schließen, dass es tatsächlich unbewusste [Motivationen](#) für menschliches Verhalten gibt.

Die Grundlagen für eine normale oder eine irritierte Entwicklung wird in der Tiefenpsychologie durch die direkte Beobachtung von [Säuglingen und Kleinkindern](#) zum Beispiel mit dem Setting [Fremde Situation](#) von [Mary Ainsworth](#) untersucht und diagnostiziert.

Auch einige Ergebnisse der modernen [Hirnforschung](#) zeigen große Ähnlichkeiten zu den Theorien und Modellen der Tiefenpsychologie. Demnach ist absichtsvolles Handeln nicht generell vom „bewussten“ Willen gesteuert, sondern vor allem von den [Emotionen](#). Des Weiteren wurde ein Bereich im Stirnhirn identifiziert, der das Modell des Über-Ichs zu bestätigen scheint. Auch gibt es große vergleichbare Ergebnisse zur Schichtentheorie = bewusst - vorbewusst - unbewusst ([Es](#), [Ich](#) und [Über-Ich](#) = dynamisches Modell) (Siehe hierzu vor allem: [Mark Solms](#) & [Karen Kaplan-Solms: Neuro-Psychoanalyse](#) auch: [Hans Markowitsch](#)).

Aufgrund seiner biologischen Ausstattung kann der Mensch gegenüber seinen Mitmenschen ein [Mitgefühl](#) entwickeln. Aktuelle Untersuchungen ([Manfred Spitzer](#), [Gerald Hüther](#) et al.) der Hirnforschung machen die sogenannten [Spiegelneuronen](#) für diese Fähigkeit verantwortlich. Damit wird die [individualpsychologische](#) Konzeption des [Gemeinschaftsgefühls](#) und der sozialen Natur des Menschen bestätigt.

Die Tiefenpsychologie bedient sich darüber hinaus geisteswissenschaftlicher Methoden, vor allem der [Hermeneutik](#), des [Konstruktivismus](#), der [Systemtheorie](#) (Psyche als System) sowie der [Phänomenologie](#).

Kritik an der Tiefenpsychologie [Bearbeiten]

Kritik an der Tiefenpsychologie findet sich vor allem aus den Reihen anderer psychologischer [Paradigmen](#). Es wird vor allem kritisiert, dass die Theorien und Modelle der Tiefenpsychologie durch nicht hinreichend wissenschaftlich fundierte Methoden konstruiert wurden. Die tiefenpsychologischen Theorien der normalen psychosozialen Entwicklung von Kindern zu Erwachsenen seien rückwirkend durch die Interpretation der Kindheitserinnerungen und Träume erwachsener Psychotherapiepatienten entstanden. Die Folge sei ein Menschenbild, das Defizite und Konflikte als zentrale Grundlagen der normalen Entwicklung betrachte.

Im Gegensatz zum tiefenpsychologischen Ansatz werden beispielsweise die Grundannahmen der [kognitiven Verhaltenstherapie](#) mittels empirisch-statistischer Forschungsmethoden entwickelt. Zwar gründe sich die Tiefenpsychologie und die Psychoanalyse ebenfalls auf empirische Methoden,

allerdings sind diese wenn überhaupt nur schwer oder über Umwege nachvollziehbar bzw. [verifizierbar](#). Das tiefenpsychologische Paradigma entziehe sich dem in der naturwissenschaftlichen Theoriebildung üblichen [Falsifikationsprinzip](#), das besagt, dass Hypothesen so formuliert sein müssen, dass sie empirisch prinzipiell widerlegbar sind. Die Einführung vieler theoretischer Konstrukte führe dazu, dass sich das tiefenpsychologische Gedankengebäude immer wieder selbst bestätige, da immer wieder alternative Erklärungen aus dem tiefenpsychologischen Ideenfundus herangezogen werden können, um sich einer Falsifikation zu widersetzen. Das naturwissenschaftlich-empirische [Methodenprinzip der Einfachheit](#) der Theorienbildung sei damit verletzt.

Weitere Tiefenpsychologische Ansätze [[Bearbeiten](#)]

Weitere Ansätze, die durch die Tiefenpsychologie fundiert sind, sind:

- [Autogenes Training](#) (AT)
- Dynamische Gruppenpsychotherapie (DG) nach [Raoul Schindler](#)
- [Hypnosepsychotherapie](#) (HY) nach [Milton Erickson](#)
- [Katathym-Imaginative Psychotherapie](#) (KIP) nach [H.C. Leuner](#)
- [Funktionelle Entspannung](#) nach [Marianne Fuchs](#) (FE)
- [Konzentrierte Bewegungstherapie](#) (KBT)
- [Transaktionsanalytische Psychotherapie](#) (TA) nach [Eric Berne](#)
- [Co-Counselling](#)
- [Tiefenpsychologische Familientherapie](#) ([Horst-Eberhard Richter](#), [Jürg Willi](#), [Helm Stierlin](#))
- [Gruppenpsychotherapie \(analytisch\)](#) ([Peter Fürstenau](#) und viele andere]
- [Themenzentrierte Interaktion](#) (TZI) nach [Ruth Cohn](#)
- [Bonding \(Psychotherapie\)](#) (N.I.P.) nach [Daniel Casriel](#)
- [Positive Psychotherapie](#) (PPT) nach [Nossrat Peseschkian](#)

In Deutschland werden im Wesentlichen zwei tiefenpsychologische Psychotherapieformen von den Krankenkassen (im Rahmen der Psychotherapierichtlinien) finanziert:

- [Analytische Psychotherapie](#) und
- [Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie](#)

Siehe auch [[Bearbeiten](#)]

- [Psychoanalyse](#)
- [Analytische Psychologie](#)
- [Individualpsychologie](#)
- [Liste von Psychotherapie- und Selbsterfahrungsmethoden](#)
- [Entwicklungspsychologie](#)
- [Säuglings- und Kleinkindforschung](#)
- [Control-Mastery-Theorie](#)
- [Tiefenpsychologische Exegese der Bibel](#)

Genetische Epistemologie (Piaget)

Als **genetische Epistemologie** bezeichnet man eine von [Jean Piaget](#) (1896–1980) entwickelte [Erkenntnistheorie](#). Diese versucht den Wissenserwerb, das Anwachsen wissenschaftlicher Erkenntnis und deren [phylo-](#) und [ontogenetischer](#) Entstehungsbedingungen, in methodischer Anlehnung an die [Biologie](#) empirisch zu erklären.^[1] Piaget betrachtete „die kognitiven Mechanismen einerseits als Fortsetzung der organischen Regulationen, aus denen sie hervorgegangen sind, und andererseits als spezialisierte und differenzierte Organe dieser Regulationen in den Interaktionen mit der Außenwelt.“^[2] Piaget ist damit ein Vertreter des [Naturalismus](#).^[3]

Dabei untersuchte Piaget die Ontogenese der [kognitiven](#) Fähigkeiten bei [Kindern](#) nicht als Ersatz für verlorengegangenes historisches Wissen über die Entstehung von Wissen, sondern als notwendige Ergänzung dazu. Da die kognitiven Prozesse, die bei der Entstehung historischer Werke wirksam waren, selten dokumentiert sind, sei es wie in der [Evolutionsbiologie](#) nötig, darüber mittels der Ontogenese Aufschluss zu bekommen.^[4] Zunächst nahm Piaget an, dass die kognitiven Mechanismen der Kinder denen der Erwachsenen sowie denen der gestandenen Wissenschaftler der Vergangenheit und Gegenwart gleichen. Gegen Ende seines Lebens entwickelte er mit [Rolando García](#) die Hypothese der funktionellen Invarianz der kognitiven Mechanismen.^[5]

Piagets Erkenntnistheorie ist empirisch, d.h. er forderte, aufgestellte Hypothesen auch empirisch zu belegen. Hiermit wendete er sich entschieden gegen abstrakte philosophische Positionen, die er sowohl im [Positivismus](#) als auch im [Apriorismus](#) sah,^[6] während er sich dem [Operationalismus](#) [Percy Bridgmans](#), aber auch der [neukantianischen](#) Erkenntnistheorie [Paul Natorps](#) verbunden sah.^[7] Zu den Grundannahmen der Epistemologie Piagets gehört, dass der Mensch als offenes System

- den aktiv fragenden Austausch des autonomen [Subjekts](#)^[8] mit der Umwelt sucht und
- durch Selbstregulierung ein Gleichgewicht mit den Informationen der Umwelt anstrebt.

Der Mensch ist nach Piaget ein problemlösendes Wesen, das sich in einem schrittweisen Prozess der Erkenntnisentwicklung die Umwelt immer mehr zu seinem Gebrauch erschließt. Die Stufen und Stadien des Erkenntniszuwachses sind dabei fest gefügt (invariant), weil sie logisch aufeinander aufbauen.

„Der Leser wird also eine Epistemologie vorfinden, die [naturalistisch](#) sein will, ohne in den Positivismus zu verfallen, die die Aktivität des erkennenden Subjekts betont, ohne idealistisch zu werden, und die sich auf das Objekt abstützt, obwohl sie es nur in der Grenze erreichbar betrachtet und als unabhängig von uns existierend, obwohl es uns nie vollständig zugänglich sein wird.“^[9]

Inhaltsverzeichnis

- [1 Bausteine der Erkenntnis](#)
 - [1.1 Interaktionismus](#)
 - [1.2 Schemata und Gewohnheit](#)
 - [1.3 Konstruktivismus](#)
 - [1.4 Dezentrierung](#)
 - [1.5 Approximierende Rekonstruktion](#)
 - [1.6 Wahrnehmung](#)
 - [1.7 Repräsentation](#)
 - [1.8 Denken](#)

- [1.9 Gedächtnis](#)
- [2 Intelligenz](#)
- [3 Ebenen der Erkenntnisentwicklung](#)
 - [3.1 Spezielle genetische Erkenntnistheorie](#)
 - [3.2 Allgemeine genetische Erkenntnistheorie](#)
 - [3.2.1 Zirkel des Erkennens](#)
 - [3.2.2 Strukturalismus](#)
- [4 Werke Piagets](#)
- [5 Literatur](#)
- [6 Weblinks](#)
- [7 Einzelnachweise](#)

Bausteine der Erkenntnis

Interaktionismus

Aus der Perspektive des Säuglings ist die Ausgangslage des Erkennens durch einen „A dualismus“^[10] gekennzeichnet. Damit ist nicht gemeint, dass ein Säugling von dem Bewusstsein durchdrungen ist, dass er und die äußere [Realität](#) in Wirklichkeit eins seien. Im Gegenteil: Piaget bezeichnet den Anfang der kognitiven Entwicklung als adualistisch, weil seine Untersuchungen nahelegen, dass es beim Säugling noch „kein bewußtes [Subjekt](#)“ und noch „keine völlig ausgebildeten [Objekte](#)“ gibt.^[11] Piaget ist jedoch der Auffassung: „es gibt sowohl das Objekt als auch die objektiven Strukturen bereits vor ihrer Entdeckung.“^[12] Somit stellt sich die Frage, wie sich diese Entdeckung gestaltet, also wie ein Subjekt, das weder von sich noch von den Gegenständen weiß, sich die Objekte sowie die objektiven Strukturen in Erfahrung bringt. Dass die Entdeckung nicht unmittelbar vonstattengeht, wie wenn ein Gegenstand nach der Enthüllung in vollem Umfang ans Licht tritt, versteht sich aus der langen Dauer der Genese der kognitiven Fähigkeiten. Die Entdeckung beruht stattdessen auf einer Vermittlung zwischen Innen und Außen. Diese Vermittlung bleibt allerdings nicht immer gleich; die genetische Epistemologie zeigt, dass die vermittelnden Instrumente auch einem kontinuierlichen Wandel unterzogen sind.^[13] Wenngleich es keine unveränderlichen Instrumente des Austausches mit der [Außenwelt](#) gibt, besteht dennoch die Möglichkeit, eine allgemeine Form des Erkenntnisprozesses anhand funktioneller Invarianten (Unveränderlichkeiten, überindividueller Gesetzmäßigkeiten) herauszustellen. Solche Invarianten sind funktionale Teilprozesse der Erkenntnisentwicklung wie die Assimilation, die Akkommodation, die Selbstregulierung durch Äquilibration oder die reflektierende Abstraktion^[14] (zu den Begriffsinhalten siehe unten). Auf die adualistische Ausgangslage des Säuglings zurückkommend, gibt es aus der Sicht eines Erkenntnistheoretikers zwei Pole: die Wirklichkeit mit Gegenständen und objektiven Strukturen einerseits und ein erkennendes Subjekt andererseits. Entscheidend für die Vermittlung zwischen den Polen sind Piaget zufolge nicht die Gegenstände, sondern die Aktivität des Subjekts. Da „das Subjekt die Wirklichkeit nur mit Hilfe seiner Handlungen oder Einwirkung [...] kennenlernen kann“,^[15] muss das Subjekt mit ihr agieren, um Information über Gegenstände und Sachverhalte zu gewinnen. Dies bedeutet unter anderem, dass Gegenstände, die keiner Einwirkung ausgesetzt sind, nicht zum Gegenstand der Erkenntnis werden. Ferner werden die Ergebnisse dieser Einwirkung nur in dem Maße zu Kenntnis genommen wie der Entwicklungsgrad der inneren Strukturen, der Schemata,^[16] imstande ist, sie zu verwerten.

Den Prozess der Verwertung vergleicht Piaget mit dem Einverleiben der Verdauung und verwendet dafür den Begriff [Assimilation](#). Da das Schema nicht nur für die Verwertung der Ergebnisse einer Einwirkung zuständig ist, sondern auch die Einwirkung selbst reguliert, ist es allein ausschlaggebend für die Qualität der Erkenntnisse. Somit kommt es, je nach Adäquation der Schemata, zu „deformierende[r] Assimilation“^[17] oder „konservierende[r] Assimilation“.^[17] Indes stellt ein Schema keine starre Struktur dar; es ist auch im Wandel begriffen. Einerseits modifiziert es sich während der Assimilation, um sich besser an die Gegebenheiten anzupassen – dies nennt

Piaget Akkommodation, andererseits befindet es sich in dem „genetischen Zirkel“: [18] Assimilation findet an Schemata statt, während die Schemata selbst aus Assimilation hervorgehen.

Schemata und Gewohnheit

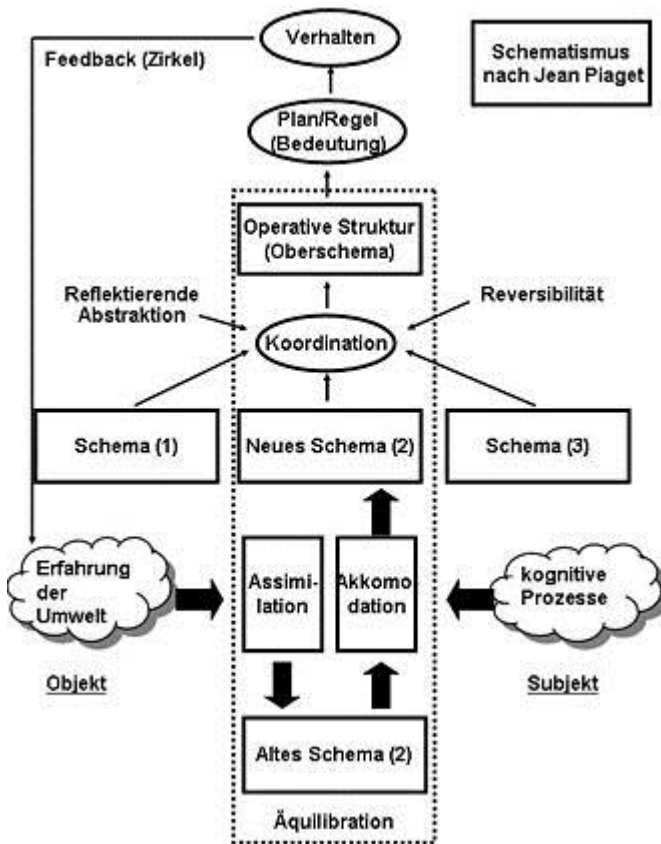


Illustration des Konzepts des Schematismus bei [Jean Piaget](#)

Schemata sind in der genetischen Epistemologie geordnete Denk- und Verhaltensmuster, die als Handlungsregeln dazu dienen, „die Welt zu erfahren“. [19] Das neugeborene Kind verfügt über wenige, einfache Schemata wie den Saugreflex oder den Greifreflex, die es instinktiv einsetzt. Aufgrund seines aktiven Umgangs mit der Umwelt entwickelt das Kind zunehmend komplexere und abstraktere Schemata. Diesem Prozess liegt ein Wechselspiel von Assimilation und Akkommodation zugrunde, das jeweils darauf ausgerichtet ist, ein Gleichgewicht (eine Äquilibration) in Form eines neuen Schemas herzustellen. Wird der Mensch im Zuge seiner Erkundung der Umwelt mit etwas Neuem konfrontiert, versucht er diese Erfahrung zu assimilieren, indem er sie seinen vorhandenen Schemata zuordnet und diese hierdurch erweitert. Funktioniert die Einpassung nicht, versucht der Organismus seine Schemata der Erfahrung (dem Objekt) anzupassen und auf diese Weise ein Gleichgewicht herzustellen. Diese Akkommodation führt zur Veränderung bestehender Schemata oder zu einer Differenzierung, indem neue, zusätzliche Schemata gebildet werden. Ungleichgewichte und Akkommodation sind daher im Zusammenspiel ein Motor der Erkenntnisentwicklung.

„Je mehr sich nämlich die Schemata differenzieren, desto mehr verringert sich der Abstand zwischen dem Neuen und dem Bekannten, so daß das Neue nun ein Problem wird und ein Erforschen hervorruft, anstatt wie früher nur ein Störfaktor zu sein, der vermieden wurde.“ [20]

Lernen ist die Anpassung bestehender oder der Erwerb neuer Schemata, die als Regeln, als Muster oder als Plan für das künftige Handeln eingesetzt werden können. Lernprozesse finden nach Piaget

auf drei Ebenen statt.^[21] Zum einen lösen die zumindest teilweise durch Vererbung erworbenen Instinkte ein von exogenen Einflüssen bestimmtes Verhalten aus. Zum zweiten führt Erfahrung zu Lernprozessen, die von der Alltagswelt bis hin zu naturwissenschaftlichen Erkenntnisweisen reichen. Und zum dritten konstruieren höherstufige Intelligenzen logisch-mathematische Formen der Erkenntnis. Alle diese Erkenntnisse werden durch Schemata über verschiedene Situationen hinweg generalisiert und stabil gehalten. „Das Konzept des Schemas bildet also gleichsam das Leitmotiv, das die physiologischen Reiz-Reaktions-Zyklen über die Ebene des konkreten Verhaltens mit der Stufe der Erkenntnis und das abstrakten Denkens verbindet.“^[22]

Schemata dienen der Ausbildung von Gewohnheiten, die ein wesentliches und notwendiges Element in der Selbstregulation eines Organismus sind. Schemata werden in aller Regel mehrstufig gebildet. So enthält das Schema, eine Tür zu öffnen, sowohl das Aufschließen als auch das Drücken einer Klinke. Gleichgewichtsprozesse (Äquilibration), die bei ausreichender Übung zu einer Gewohnheit führen, finden auch bei der Verknüpfung von Schemata statt. So sind z.B. Subsysteme wie „Zahl“ und „Länge“ oder das Verhältnis von Teil und Ganzes in Einklang zu bringen.

„Eine Gewohnheit (und das gilt [a fortiori](#) für alle Schematismen höheren Rangs als sie) ist erstens ein Gesamtsystem, das als Ganzheit funktioniert. Und eben diese Gesamttätigkeit stellt ihre Erhaltung als System, so elementar diese auch sein mag, sicher. Dieses System ist zudem in sich geschlossen und stellt so ein Schema dar (das gilt ebenso und noch mehr, falls dieses Schema als ein Untersystem in ein umfassenderes System eingeschachtelt ist, wie in etwa in den „hierarchischen Familien“ [Hulls](#))“^[23]

Im Lauf seiner empirischen Untersuchungen hat Piaget mit seinen Mitarbeitern eine Vielzahl von Schemata beschrieben und eine Art Stufenbau für sie postuliert, d.h. die Reihenfolge ihrer Entwicklung im Rahmen der Lernprozesse als invariant angenommen. Diese Annahme der Invarianz führte ihn zu einem entwicklungspsychologischen Phasenkonzept. In der frühen sensomotorischen Phase dominieren vor allem Bewegungsmuster, die als motorische Schemata erlernt werden. Gefühle der Lust und der Unlust äußern sich in affektiven Schemata. Aber auch schon sehr früh entstehen logisch-mathematische Schemata wie die Bildung von Ordnungen, Klassen und Reihen. Abstraktere kognitive Schemata kann der Mensch nach Piaget erst in einer späteren Phase der Erkenntnisentwicklung, der operationalen Phase (ab ca. 11 Jahren) bilden.

Konstruktivismus

Aufgrund der Annahme eines aktiven Prozesses der Schemaentwicklung bezeichnete Piaget seine Erkenntnistheorie als Konstruktivismus. Die Schemata und komplexen Strukturen sind Ergebnis eines kognitiven Prozesses, der bei der Geburt beginnt und sich Schritt für Schritt weiterentwickelt. Erkenntnis entsteht durch das Handeln, indem der Organismus die Erfahrung in seine Vorstellung von der Welt durch Assimilation, Akkommodation und Äquilibration integriert. Aus dieser konstruktivistischen Auffassung haben Interpreten geschlossen, dass Piaget dem [radikalen Konstruktivismus](#)^[24] oder der [evolutionären Erkenntnistheorie](#)^[25] nahe stehe, also einen Realismus ablehne oder bestenfalls einen sehr eingeschränkten Realismus vertrete.

Dagegen steht, dass sich in Piagets Werk eine Vielzahl von Aussagen findet, die den Vorstellungen eines [kritischen Realismus](#) weit eher entsprechen. Der Inhalt der Assimilationsschemata und ihre Entwicklung in der Zeit entstehen durch die Anpassung an die Erfahrung konkreter Objekte, die einer bewusstseins- und beobachterunabhängigen Wirklichkeit entstammen. Piaget wehrte sich nur gegen Vorstellungen einer einfachen [Assoziationspsychologie](#), die er mit dem Empirismus gleichsetzte, und ebenso gegen einen rationalistischen [Nativismus](#), der angeborene Erkenntnisfähigkeiten unterstellt. Die Relation zwischen Realität und den konstruktiv entstandenen Vorstellungen beschrieb er als [Isomorphismus](#). Konstruktive Erkenntnis war für Piaget stets adaptiv. Dabei spielt die Tatsache eine Rolle, dass es in der Erkenntnisentwicklung regelmäßig zu

Konflikten der Erfahrung mit den vorhandenen Schemata kommt, die erst durch Akkommodation aufgelöst werden können.

„[Das Erkenntnisproblem] reduziert sich auf die Frage, wie das Subjekt zunehmend fähig wird, Objekte adäquat zu erkennen, das heißt, wie es zur Objektivität gelangt. Diese ist nämlich keine ursprüngliche Eigenschaft, wie es die Empiristen annehmen; vielmehr beruht ihr Erwerb auf einer Reihe aufeinanderfolgender Konstruktionen, die eine immer größere Annäherung an die Objektivität darstellen.“^[26]

Die Objektivität der Repräsentation der Wirklichkeit ist wie die Schemata selbst, von denen sie abhängt, einem Wandel unterzogen, den man auch in der kognitiven Entwicklung untersuchen kann. Objektivität ist nach Piaget „ein Prozeß und kein Zustand“.^[15] Piaget sah in dem Prozess zwei komplementäre Mechanismen, nämlich „Dezentrierung“ einerseits und „approximierende Rekonstruktion“ andererseits.^[15] Diese Mechanismen greifen ineinander, lassen sich aber getrennt darstellen.

Dezentrierung

Aus dem einfachen Grund, dass wir Piaget zufolge die Umwelt nur kennenlernen können, indem wir aktiv auf sie einwirken, ist eine subjektive Beteiligung die Grundvoraussetzung eines jeden Erkennens. Deshalb geht es in der Frage nach der Objektivität nicht darum, ob das Subjekt am Entstehen der Kenntnisse der Umwelt beteiligt ist, sondern inwiefern diese Beteiligung deformierend wirkt.

Vor diesem Hintergrund gewinnt das Begriffspaar Zentrierung-Dezentrierung einen bestimmten Sinn. Die Zentrierung drückt aus, dass der Mensch nur über begrenzte Mittel, also die sich entwickelnden Instrumente des Austausches, verfügt, um in Kontakt mit der Umwelt zu treten. Demzufolge spiegelt sich die Unzulänglichkeit dieser Instrumente in seiner Erfahrung der Umwelt wider. Diese einseitige Aufnahme der Umwelt nennt Piaget egozentrisch, denn die Umwelt wird unbewusst nach dem eigenen Entwicklungsstand erfasst:^[27]

„Der Egozentrismus ist also einerseits das Primat der Bedürfnisbefriedigung über die objektive Feststellung [...]. Andererseits ist der Egozentrismus eine Deformation der Wirklichkeit in Funktion der Handlung und des eigenen Gesichtspunktes. In beiden Fällen ist er natürlich unbewußt, denn er ist ja im wesentlichen eine Vermischung von Subjektivem und Objektivem.“

Piaget hat den Begriff Egozentrismus zum Anfang seiner kognitiven Forschungen verwendet; in späteren Phasen hat er ihn durch Zentrierung zunehmend ersetzt.^[28]

Dezentrierung bezeichnet die im Verlaufe der Erkenntnisentwicklung zunehmende Fähigkeit des Subjektes, „den Blickwinkel anderer Subjekte oder den Standpunkt von Objekten einzunehmen.“^[29] Als Gegenbegriff zur Zentrierung ist dies Prozess, der den mit der Zentrierung einhergehenden Egozentrismus abbaut und letztendlich überwindet. Demzufolge muss die Dezentrierung das Bewusstseinsdefizit, das zur Vermengung von Subjektivem und Objektivem führt, beheben, der Selbstbefriedigung des Assimilationsprozesses durch verstärkte Akkommodation entgegenwirken und die unbewusste Befangenheit in dem eigenen Standpunkt aufheben.

Die Dezentrierung verläuft nicht geradlinig, sondern zyklisch. Piaget scheint zwischen einer linearen und einer zyklischen Entwicklung mehrmals hin und her geschwankt zu haben, ehe er sich in den späteren Arbeitsphasen festgelegt hat.^[30] Zu Beginn eines neuen Stadiums der kognitiven Entwicklung kommt eine Zentrierung auf, die gegen Ende einem dezentrierten Zustand ausweicht. Der allgemeine Duktus dieser Entwicklung ist von der Peripherie, d. h. vom erzielten Resultat des Handelns, zum Zentrum der Aktivität, also eine Bewusstwerdung der verborgenen Beteiligung des

Erkennenden am Entstehen des Handlungsziels.^[31] Ferner, obwohl sich der Zyklus auf jedem neuen Stadium wiederholt, zeichnet sich über die gesamte Entwicklung vom sensomotorischen bis zum formal operationellen Stadium ein Fortschritt in der Dezentrierung ab. Piaget vergleicht den Fortschritt der Dezentrierung deshalb mit einer Spirale.^[32]

Zwei Mechanismen sind beteiligt an der spiralischen Entwicklung der Dezentrierung: reflektierende Abstraktion und Äquilibration. „Abstraktion“ in Piagets Terminus technikus „reflektierende Abstraktion“ bezieht sich auf die Fähigkeit, Strukturen aus einem Gesamtgeflecht von Schematas zu isolieren. „Reflexion“ hingegen hat eine zweifache Bedeutung: Einerseits die optische Bedeutung einer Projektion, denn die herausgelöste Struktur wird auf eine neue Ebene projiziert; andererseits der geistige Sinn einer gedanklichen Bearbeitung, denn das schon vorhandene Geflecht der Schemata wird im Lichte des Neuen in eine reichere Struktur höherer Stufe integriert. Die reflektierende Abstraktion hebt somit einen kognitiven Inhalt von einer Stufe auf eine höhere und gibt ihm dabei eine neue Form; sie verfährt dabei konservierend.

Die durch die reflektierende Abstraktion verursachte Umkrepelung innerer Schemata ist nicht ohne Folgen. Ihre Auswirkung nach innen auf die anderen Schemata und nach außen auf deren Verhältnis zur Außenwelt müssen erneut ins Gleichgewicht gebracht werden. Dafür ist die Äquilibration zuständig.

Approximierende Rekonstruktion

Dieser Terminus soll zunächst zum Ausdruck bringen, dass im Zuge der Dezentrierung eine Transformation der Wirklichkeitsrepräsentation stattfindet.^[15] Die Transformation hat ihren Ursprung in der gegenseitigen Assimilation von Schemata, somit geht eine Reorganisation oder Neukomposition der ursprünglichen Repräsentation ausschließlich aus inneren Strukturen hervor. Die Rekonstruktion ist jedoch nicht willkürlich bezüglich der Erfahrung; sie entsteht in Einvernehmen mit der Erfahrung. Folglich in dem Maße, wie die gegenseitige Assimilation der Schemata fortschreitet, können sich die Schemata umso besser an die Gegebenheiten akkomodieren, so dass sukzessive Konstruktionen eine immer besser werdende Annäherung an die Wirklichkeit bieten. Mit anderen Worten, die sukzessiven Entwürfe, die endogenen Ursprungs sind, versuchen den empirischen Gegebenheiten optimal Rechnung zu tragen, so dass deren Kompositionen immer besser die äußeren Gegenstände und Sachverhalte approximieren.

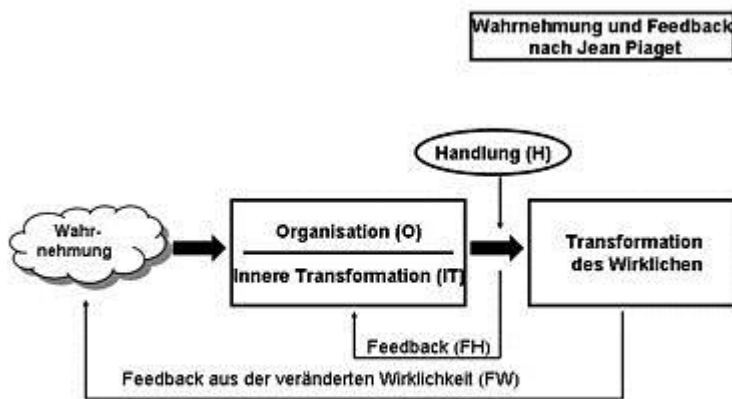
Wahrnehmung

Entgegen der weit verbreiteten Meinung, dass die Augen wie Fenster seien, deren Läden man nur aufschlagen brauche, um das präformierte Bild der Außenwelt hineinströmen zu lassen, ist nach Piaget Wahrnehmung eine Konstruktion. Sie ist dabei in zweierlei Hinsichten eine Konstruktion: zum einen hinsichtlich der Entstehung, denn die Größen- und Formkonstanz, Raum und Objektpermanenz sind beispielsweise nachweisbare Stationen in der Entwicklung der visuellen Wahrnehmung; zum anderen hinsichtlich des Funktionierens, denn jede Wahrnehmung wird augenblicklich nach Regeln konstituiert.

Die spontane Konstruktion der Wahrnehmung erfolgt nach „Kompositionsprinzipien“^[33] die Feldeffekten, d.h. einer „Verformung der Teile mit Funktion des Ganzen“^[34] gleichkommen. Sie bewirken eine systematische Verzerrung in der Bildung des Wahrnehmungsbildes. Das liegt daran, dass der Blick nur der Reihe nach einen Punkt anvisieren kann, den er systematisch vergrößert, während er zugleich die umgebenden Elemente verkleinert. Dazu spielt die Auswahl der anvisierten Punkte einer Figur eine Rolle, denn obwohl die „Figur als solche [...] die Wahl eines optimalen Fixierungspunktes [bewirkt], der so wenig Deformation wie möglich verursacht“,^[35] Wegen der Fokussierung des Blickes auf einen Punkt und der damit einhergehenden Auswahl weist also das Wahrnehmungsfeld eine systematische Deformation auf. Die systematische Natur dieser Deformation macht die Verzerrung dieses Feldes zugänglich für Wahrscheinlichkeitsrechnungen.

Daher nennt Piaget solche Kompositionen „Wahrscheinlichkeitskombinationen“ bleibt sie nur ein Ausschnitt der möglichen Punkte.^[36] Zuweilen nennt er sie auch „irrational“^[37] denn, wie die Wahrnehmungstäuschungen zur Genüge zeigen, gehorchen die Kompositionen den Gesetzen der [Logik](#) nicht.

Dass die [Wahrnehmungstäuschungen](#) trotz der Entrüstung der Logik in ihrer Wirkung das ganze Leben hindurch kaum nachlassen, zeugt einerseits von deren Unabhängigkeit von der Logik, andererseits von den statischen Kompositionsgesetzen. Das heißt allerdings nicht, dass man sich mit der Verzerrung abfinden müsste. Das [Wahrnehmungsfeld](#) ist nämlich deshalb dem Gegenstand nicht adäquat, weil der Blick von sich aus zwar den optimalen, aber nur kleinen Ausschnitt der möglichen Fixierungspunkte anvisiert. Dies nennt Piaget „Zentrierung“. Das Mittel zur Beseitigung der Deformation scheint auf der Hand zu liegen: Man lenke den Blick systematisch auf die übrigen Punkte, bis der Gegenstand vollständig erschlossen sei. Der Haken dabei wäre jedoch, dass jeder Blick erneut eine Verzerrung durch Feldeffekte aufweisen würde, so dass man anstelle eines adäquaten Wahrnehmungsbildes nur eine deformierte Ansicht gegen eine andere tauschen würde.^[38] Die Bedingung also dafür, dass ein aktives Abfahren einer Figur mit dem Blick zum Ausgleich einer Deformation beiträgt, ist, dass die Wahrnehmungsbilder nicht diskret bleiben, sondern dass sie aufeinander wirken. Das gewährleistet die „Wahrnehmungsaktivität“.^[39]



Ähnlich: Jean Piaget, Barbel Inhelder: Gedächtnis und Intelligenz, Walter, Freiburg 1974, 22

Wahrnehmung und Feedback bei [Jean Piaget](#)

Indes bleibt die ursprüngliche Wahrnehmung durch die Wahrnehmungsaktivität nicht unverändert; Piaget ist der Auffassung, dass die Rückstrahlung der Wahrnehmungsaktivität die ursprüngliche Wahrnehmung bereichert. Dies geschieht, indem die perzeptive Aktivität „Wahrnehmungsschemata“, die Piaget zufolge eine Verlängerung der im Handeln bereits wirksamen, koordinierenden Aktivität sind,^[40] erarbeitet, die es erlauben, Elemente des sinnlichen Gehalts der Wahrnehmung, von Piaget als „figurale“^[41] bezeichnet, aufzugreifen und ihnen eine Bedeutung zu verleihen. Diese Konstruktion ist im Grunde ein Akt des Erkennens in der Wahrnehmung.

Nach dem produktiven Akt des Erkennens gewinnen die figuralen Elemente fortan „Indiz“-Charakter,^[40] dennoch nicht in dem üblichen Sinn, dass sie eine innere Repräsentation eines außenstehenden, präformierten Gegenstandes seien, sondern indem sie auf ihr sinnstiftendes Schema hindeuten. Indes ist die Beziehung Zeichen–Schema reziprok: die figuralen Elemente weisen als Zeichen auf das Schema, während die Assimilation an das Schema sie in ein Netz „virtuelle[r] Beziehungen“^[40] einlässt, die ihnen erst eine Bedeutung zuweisen. Piaget illustriert das Verhältnis zwischen Indiz und Schema am Beispiel eines Würfels:^[42] Diesen kann man nur aus einem Blickwinkel betrachten. Durch die Assimilation an das Schema eines Würfels wird diese

Ansicht der Gesamtheit der möglichen Perspektiven auf den Würfel zugeordnet, somit wird sie erst zu einer Perspektive dieses Würfels. Indes ist sie pars pro toto Zeichen für den ganzen Würfel – es gibt momentan in der figuralen Wahrnehmung nur diese Ansicht – geworden, denn sie impliziert durch die Assimilation an das Schema die ganzen Perspektiven, die jederzeit aktualisiert werden könnten. Piaget äußert sich zu dem Komplex aus Zeichen, Wahrnehmungsschema und perzeptiver Aktivität folgendermaßen:

„Sie [die Wahrnehmung] ist das Zeichen eines Wahrnehmungsschemas, das die Bedeutung des wahrgenommenen Objekts ausmacht, eine Bedeutung, die die sinnlichen Elemente übersteigt, da sie sich an die virtuellen Beziehungen anlehnt, die die perzeptive Aktivität im Hinblick auf die betrachtete Wahrnehmung ausbilden könnte.“^[43]

Repräsentation

Repräsentationen entstehen nach Piaget durch das Hervorrufen (die [Evokation](#)) von Symbolen nicht anwesender Realitäten.^[44] Im Gegensatz zu traditionellen [Repräsentationstheorien](#) des Erkennens, bei denen die Repräsentation als [Abbild](#) sich zwischen die [Außenwelt](#) der Gegenstände und die Innenwelt der Vorstellungen schaltet, kommt ihr in der genetischen Epistemologie eine wichtige, dennoch dem Erkennen nebensächliche, Rolle zu. Für Piaget bietet die [semiotische](#) Funktion, sei es in der Sprache als Zeichen oder in der [bildlichen Vorstellung](#) als Symbol - das im Unterschied zum Zeichen dem bezeichneten Gegenstand ähnelt -, lediglich ein Hilfsmittel an, das schon Erkanntes repräsentiert. Somit ist sie für die Manipulation, flexible Anwendung und Speicherung des Wissens, also für die Handhabe und Verfügbarkeit der Erkenntnisse, unentbehrlich; sie jedoch nicht für den Erkenntnisakt selbst bestimmend.

Die semiotische Funktion hat ihren Ursprung in der Nachahmung und ist im Grunde eine Internalisation externer motorischer Imitationen. Mit dem französischen Ausdruck *intérioriser* bezeichnet Piaget jedoch zwei unterschiedliche Funktionen, so dass Furth vorschlug: „Wir können »interiorise« (interiorisieren) für die funktionelle Dissoziation zwischen allgemeinen Erkenntnis schemata und externem Inhalt gebrauchen und »internalise« (internalisieren) für die realen Abschwächungen imitativer Bewegungen, die Piaget zufolge zu inneren Bildern oder zu innerer Sprache führen.“^[45] Entsprechend dem figurativen und dem operativen Aspekt einer Repräsentation, gibt es zwei Quellen, aus denen sie sich speist: einerseits, wie bei der Wahrnehmung, entspringt das Figurative der akkommodativen Aktivität, andererseits bekommt sie eine Bedeutung durch Anlehnung an den operativen Erkenntnisakt. Demnach entsteht eine Repräsentation, indem internalisierte figurative Elemente das Material bereitstellen, das erst durch die Assoziation mit einem Schema eine Bedeutung bekommt. Die Repräsentation bildet dabei den Signifikator, während das Schema als Signifikant fungiert.

Denken

Der Terminus Operation dient bei Piaget als Synonym für [Denken](#), das bei ihm ein Verhalten ist. Im Unterschied zum sensomotorischen Verhalten, das sich in mit dem Körper ausgeführten Akten manifestiert, ist Denken jedoch Piaget zufolge interiorisiertes Verhalten.^[45]

Die deduktive Natur der Mathematik und Logik macht noch einen weiteren Unterschied zum sensomotorischen Verhalten ersichtlich: das Resultat eines Denkaktes liegt nicht außerhalb des Denkens. Um den Erfolg oder Misserfolg einer materiellen Handlung zu beurteilen, bedarf es der Rückmeldung der Sinne, dahingegen ist das Ergebnis eines Denkaktes unmittelbar einsichtig, weil es im Denken schon vorweggenommen wird. Kybernetisch gesprochen, bilden die logisch-mathematischen Operationen somit vollkommene Rückkoppelungen.

Jeder Akt hat nach Piaget zwei Aspekte: einerseits weist er bestimmte Besonderheiten auf, welche die Adaptation der Ausführung an die herrschenden Bedingungen widerspiegeln; abgesehen von

den Besonderheiten jedoch, gibt es andererseits einen Aspekt, der sich auf ähnliche Situationen übertragen lässt. Der letzte Aspekt ist der generalisierbare Teil des Verhaltens, der interiorisiert wird, und bildet die Grundlage des Denkens. Die Interiorisierung bewirkt demnach die Ablösung der generalisierbaren Form vom besonderen Inhalt. Mit Hilfe der nachstehenden Mechanismen gipfelt diese Entwicklung der kognitiven Strukturen in den allgemeinen Formen der Mathematik und Logik.^[46] Einerseits ist dies möglich, weil das Objekt des Denkens den Denkstrukturen innewohnt. Indem das Denken die Resultate der Einwirkung an seine Schemata assimiliert, konstituiert es Objekte des Denkens. Somit transformiert das Denken die Dinge der Welt in Dinge des Denkens, mit denen es einsichtig hantieren kann. Andererseits hängt dies mit dem Hauptmerkmal der Operationen, nämlich der Reversibilität, zusammen. Insofern eine Transformation und ihre Umkehrung zeitgleich in eine Operation vereint werden, befreit sie sich von der Bindung der materiellen Handlungen an der Kausalität sowie dem Nacheinander der Zeit.

Gedächtnis

Das **Gedächtnis** ist bei Piaget kein von Erkenntnis unabhängiges Speichermedium, auf das bei Bedarf und fallweise zurückgegriffen werden kann.^[47] Er betrachtete das Gedächtnis vielmehr als einen Baustein im Gefüge der Erkenntnisentwicklung, der die gesamte kognitive Struktur widerspiegelt, indem er erhaltene Schemata reaktiviert. Gedächtnis in diesem Sinn „ist eine Form der vor allem figurativen Organisation, die sich auf die gesamte Schematik der Intelligenz stützt.“^[48] Wenn die Wahrnehmung „Interpretation durch Assimilation an sensomotorische Schemata (Aktionsschemata) oder begriffliche und vorstellungsmäßige, praeoperative und operative Schemata“ ist, so ist „im Gedächtnis eine gewisse Aktualisierung zu sehen, die eine Erhaltung der ganzen Vergangenheit oder zumindest dessen impliziert, was aus der Vergangenheit des Subjekts in den gegenwärtigen Aktionen oder Erkenntnissen verwendbar ist.“^[49] Innere Bilder sind „die innere Verlängerung einer akkommodativen Nachahmung, [...] die Bedeutung vermittelt.“^[50]

Piaget unterschied grundsätzlich zwischen Gedächtnis im weiteren Sinn und Gedächtnis im engeren Sinn. Ein sehr weiter Begriff ergibt sich aus der Biologie, in der „jede Erhaltung der Ergebnisse eines organischen Lernens oder eine organische Angewöhnung Gedächtnis“ genannt wird.^[51] Im weiteren Sinn ist Gedächtnis die „Erhaltung von Schemata“, die auch die Reproduzierbarkeit erworbener Denk- und Verhaltensmuster wie Schreibmaschine schreiben oder Fahrrad fahren beinhaltet.^[52] „Die operativen Strukturen eines Erwachsenen, z.B. Zahlen, Raumkoordinaten oder Zeitbegriffe, werden nicht erinnert, sondern sind einfach da und bei passender Gelegenheit verfügbar.“^[53] Enger gefasst, beinhaltet Gedächtnis „die Erhaltung der Gewohnheiten oder der Lernergebnisse als auch die Evokation der Erinnerungsbilder oder bloße Wiedererkennungsphänomene.“^[54] Dies ist das Erinnern an Objekte oder Ereignisse aus der eigenen Vergangenheit, die in der eigenen Biografie eine Rolle gespielt haben. Piaget unterteilte das Erinnern nochmals in Wiedererkennen (Rekognition), das an die Wahrnehmung gebunden ist, und das Sich-in-Erinnerung-Rufen (Evokation), bei dem das Erinnerte aktiv erzeugt wird. Erinnerungen dieser Art sind nicht notwendig an visuelle Bilder gebunden. Da sie auf Rekonstruktion beruhen, sind alle Formen der Erinnerung mit Irrtümern behaftet. Das liegt u.a. auch daran, dass stets bereits Assimilation und Akkommodation eine interpretierende Anpassung an die erkannte Wirklichkeit sind.

Als wesentliche Merkmale des Gedächtnisses hob Piaget folgende Punkte hervor:^[55]

- Gewohnheit setzt die Wiedererkennung bestimmter Anzeichen (indices) voraus. Gewohnheit bezieht sich sowohl auf die Erhaltung sensomotorischer Schemata als auch auf die Wiedererkennung perzeptiver Anzeichen, die über ein Schema mit einer Bedeutung verknüpft sind.
- Das Gedächtnis umfasst die Erhaltung oder Aktualisierung aller anderen Aktions-, Erkennungs oder Operationsschemata.

- Als Erhaltung bezieht sich Gewohnheit auf Erinnerungsbilder (einmalig), auf wiederholungsfähige Vorgänge (Übung) und auch auf logische Klassifikationen.

In seinen entwicklungspsychologischen Untersuchungen arbeitete Piaget heraus, dass sich die Art und die Qualität der Erinnerung in den verschiedenen Entwicklungsstadien verändern. So ist im Fall der Reihenbildung (Experiment: 10 unterschiedliche, der Größe nach geordnete Stäbe) die Rekonstruktion bei Kindern der 1. Stufe nach sieben bis acht Monaten deutlich besser als eine Woche nach Vorstellung des Musters. Die Erinnerung kann sich damit im Lauf der Zeit präzisieren, wenn in dieser Zeit im Zuge der Entwicklung neue logische Einsichten gewonnen wurden. Bei Kindern in der dritten Entwicklungsstufe entstehen im genannten Beispiel bei der Wiedergabe kaum noch Fehler.^[56] Ein anderes Erinnerungsbeispiel ist das Abzeichnen einer schräg gelagerten Rotweinkaraffe.^[57] Während in der Wiederholung ohne Vorlage nach einer Stunde die Qualität der Wiedergabe noch recht gut war, wurde sie nach einer Woche deutlich schlechter. Vor allem bei Kindern im Alter von 8 – 9 Jahren trat bei der erneuten Wiederholung nach sechs Monaten eine deutliche Verbesserung ein. Der Spiegel der Flüssigkeit wurde nun viel öfter nicht mehr schräg sondern waagrecht gezeichnet. Die Kinder zeichneten nun in der Interpretation Piagets weniger das Figurative, was sie gesehen hatten, sondern das, was sie beim Sehen verstanden hatten. Durch einen Fortschritt in der Erkenntnisentwicklung veränderte sich auch die Qualität der Erinnerung.

Intelligenz

Piaget beschrieb mit dem Begriff der [Intelligenz](#) die Summe der Elemente seiner Theorie der Erkenntnisentwicklung. Aufgrund seines naturalistischen Verständnisses betrachtete er Intelligenz als einen „Sonderfall der biologischen Anpassung.“^[58]

„Die Intelligenz ist Anpassungsverhalten. Um ihre Beziehungen zu den Lebenserscheinungen im allgemeinen zu erfassen, müssen wir also die Relationen präzisieren, die zwischen dem Organismus und seiner Umwelt existieren.“^[59]

Intelligenz ist damit aus Sicht von Piaget keine feste Größe, die man anhand einer systematischen Analyse in einem [Intelligenztest](#) ermitteln kann. Sie ist vielmehr eine Fähigkeit, Probleme im Zusammenspiel mit der Umwelt lösen zu können. Entsprechend verändert sich die Intelligenz im Verlaufe der Entwicklungsstadien der Menschen. Die Frage der Messung von Intelligenzunterschieden hat Piaget nicht untersucht.^[59]

Neben dem Inhalt des Denkens, der sich bei einem Krankenpfleger wesentlich von dem einer Automechanikerin unterscheidet, waren für Piaget vor allem Strukturen und Funktionen für die Entwicklung der Intelligenz bestimmend. Bei den Strukturen haben vererbliche Faktoren eine nicht zu vernachlässigende Bedeutung wie z.B. die Ausgestaltung der Wahrnehmungsorgane (hörbare Frequenzen, Aufbau des Auges) oder der Aufbau des [Nervensystems](#). Erbbedingt sind auch automatische Verhaltensreaktionen wie das Schließen des Augenlids bei plötzlichem grellem Licht. Zu den ererbten Eigenschaften gehört weiterhin die Tatsache der körperlichen Reifung, die die Handlungsfähigkeit z.B. beim Gehen oder Greifen beeinflusst.

Vererbliche Strukturen sind zwar die Grundlage der Intelligenz, maßgeblich ist aber der Ausbau psychischer Strukturen (Schemata) aus der Erfahrung im Austausch mit der Umwelt, die zu einer sich immer weiter ausbildenden Organisation im Anpassungsprozess führt, z.B. die immer besser funktionierende Koordination zwischen Sehen, Hören und Tasten bei der Entwicklung von Greifschemata.

Die psychischen Vorgänge, die das Verhalten des Menschen bestimmen (Assimilation, Akkommodation, Äquilibration, Dezentrierung), sind eine Funktion des menschlichen Organismus, um sich in der Umwelt zu orientieren und auf ihre Einflüsse zu reagieren. Dabei steht das

Bemühen, Störungen auszugleichen, im Vordergrund. Entsprechend beschrieb Piaget Intelligenz auch als „die Gleichgewichtsform, zu der alle Strukturen streben.“^[60]

„Unsere Auffassung hebt vor allem die wesentliche Rolle der Intelligenz im Leben des Geistes und des Organismus hervor; als beweglichste und gleichzeitig dauerhafteste Gleichgewichtsstruktur des Verhaltens ist die Intelligenz ein System von lebendigen und aktiven Operationen. Sie ist die höchste Form der geistigen Anpassung an die Umwelt, das unentbehrliche Instrument der Verbindung zwischen Subjekt und Welt, sobald diese Verbindung die unmittelbaren und augenblicklichen Kontakte überschreitet und einen räumlich und zeitlich ausgedehnten und dauerhaften Charakter annimmt.“^[61]

Ebenen der Erkenntnisentwicklung

„Wir bezeichnen jede psychogenetische und historisch-kritische Erforschung der Arten des Anwachsens der Erkenntnis als spezielle genetische Erkenntnistheorie, solange sie sich auf ein Bezugssystem stützt, das durch den Bestand des Wissens im betreffenden Moment gegeben ist. Wir sprechen hingegen von allgemeiner genetischer Erkenntnistheorie, wenn das Referenzsystem selbst in den genetischen oder historischen Prozess einbezogen ist, den man studieren will.“^[62]

Spezielle genetische Erkenntnistheorie

Die entwicklungspsychologischen Untersuchungen, denen die Kinder unterzogen werden, zielen auf den Erwerb von etabliertem Wissen unterschiedlicher Fachbereichen ab. D. h. sie setzen die geltende wissenschaftliche Repräsentation der Wirklichkeit als Bezugsrahmen immer voraus und untersuchen lediglich die Konstruktion derselben bei Kindern. Derart psychologischer Untersuchungen bezeichnet Piaget als spezielle genetische Erkenntnistheorie, und sie gehören epistemologisch zu der Kategorie der Adäquationstheorien, da die Repräsentation, die als objektive Wirklichkeit gilt, die präformierte Grenze eines Annäherungsprozesses bildet.

„Die kognitiven Prozesse erscheinen [...] als die Resultante der organischen Selbstregulierung, deren Hauptmechanismen sie reflektieren, und als die differenziertesten Organe dieser Regulation der Interaktion mit der Außenwelt.“^[63]

Allgemeine genetische Erkenntnistheorie

Während die spezielle genetische Epistemologie ein objektives Referenzsystem voraussetzt, ist es zugleich offensichtlich, dass dieses System selbst ein Produkt des Erkennens ist. Dass es keine Erkenntnisse außerhalb des Erkennens gibt, muss jedoch einer allgemeinen genetischen Erkenntnistheorie Rechnung tragen; ihr obliegt es deshalb, das vermeintlich unveränderliche Referenzsystem in die genetisch-historischen Prozesse des Erkennens einzubeziehen. Also aus der Warte der allgemeinen genetischen Erkenntnistheorie gibt es im Gegensatz zu der speziellen genetischen Epistemologie keine objektive, unveränderliche Realität.

„Allerdings sieht sich auch eine methodisch ebenso radikal-relativistische Erkenntnistheorie wie die allgemeine genetische Analyse gezwungen, noch von Objekt und Subjekt zu sprechen, denn diese zwei Pole der Erkenntnis finden sich bis in die extremsten idealistischen oder realistischen Positionen wieder [...]“^[62]

Da das Wachstum des gesamten Wissensschatzes auf dem Fortschritt der einzelnen Wissenschaften beruht, bedient sich die allgemeine genetische Epistemologie einer Verallgemeinerung der Methode der speziellen genetischen Erkenntnistheorie, um die allgemeinen Evolutionsgesetze des anwachsenden Gesamtwissens herauszustellen.^[64]

Selbstverständlich bleiben auch die Ergebnisse dieser Methode relativ zum Entwicklungsstand der Erkenntnisse. Wenngleich eine Extrapolation der Evolutionsgesetze in die Zukunft deswegen ausgeschlossen ist, kann man Piaget zufolge im Nachhinein die Evolutionsgesetze, die bis in die Gegenwart am Werk sind, ermitteln.

Zirkel des Erkennens

Die Abhängigkeit einer Wahrheit vom Niveau des Denkens, die aus dieser Verallgemeinerung der Erkenntnistheorie resultiert, trägt der Zirkularität jedes Erkenntnisakts Rechnung. Diese besteht darin, dass jede neue Erkenntnis wie auch jede Theorie der Erkenntnis nur aufgrund von Vorwissen gewonnen werden kann.^[65]

„Die psychologischen Erklärungen beziehen sich früher oder später auf diejenigen der Biologie, diese beruhen ihrerseits auf denjenigen der Physik und der Chemie, die physikalischen Erklärungen stützen sich auf die Mathematik, und die Mathematik und die Logik können sich nur auf die Gesetze des Geistes berufen, die das Untersuchungsobjekt der Psychologie bilden. Überdies bemerkt man, daß dieser Zirkelschluß die Erweiterung der Psychologie [...] zur genetischen Erkenntnistheorie nach sich zieht: Die Mathematik beruht tatsächlich nicht auf der Psychologie als solcher. [...] Die Mathematik beruht auf einer Menge von grundlegenden Operationen, von denen das naive Bewußtsein lediglich Kenntnis nimmt, während sie durch die kritische Reflexion [...] systematisch untersucht werden.“^[66]

Wenngleich der Zirkel des Erkennens einen absoluten Anfang des Erkennens unmöglich macht, bedeutet es Piaget zufolge nicht, dass Erkennen auf einen Zirkelschluss hinausläuft. Er stellt sich vor, dass das Wissensvorschub nach und nach eingeholt wird, indem die Erkenntnisse der unterschiedlichen Wissenszweige zunehmend ein selbst stützendes Gesamtsystem bilden:

„Je mehr sich dieser Kreis [...] ausdehnt, desto mehr gestatten die beobachteten Konvergenzen in wachsendem logischen Zusammenhang die Gewißheit zu finden, dass der Kreis kein Zirkelschluss ist.“^[67]

Strukturalismus

Der Begriff der Struktur ist als Element der allgemeinen Erkenntnistheorie zentral für die späteren Arbeiten Piagets. Eine Struktur hat für ihn die grundlegenden Eigenschaften Ganzheit, Transformation und Selbstregulierung.^[68] Das besondere der Ganzheit ist, dass sie Eigenschaften aufweist, die in den Eigenschaften ihrer Elemente nicht enthalten sind. Ganzheiten beruhen nicht auf der Addition atomistischer Assoziationen (Empirismus). Umgekehrt kann man aus den Eigenschaften der Ganzheit nicht auf die Eigenschaften der Elemente schließen (Apriorismus). Vielmehr ist das Ganze durch die Beziehungen und Gesetze des Zusammenwirkens seiner Elemente bestimmt. Piaget fasst Strukturen als offene Systeme auf, die sich ständig genetisch entwickeln. Eine Struktur ist eine Momentaufnahme, die im Begriff ist, sich nach den ihr innewohnenden Transformationsregeln in eine neue Struktur zu verwandeln. Als Ganzheit hat eine Struktur zugleich eine gewisse Abgeschlossenheit mit der Tendenz zur Selbsterhaltung.^[69] Transformationen führen nicht zur Selbstauflösung, sondern bewegen sich innerhalb der Grenzen des Systems und bewahren das System als solches, auch wenn dies die Erneuerung und Erweiterung seiner Elemente bedeuten kann.

Wichtig ist Piaget die Unterscheidung von Strukturen und Funktionen. Ohne Transformationen würden Strukturen statisch bleiben. Zur Dynamisierung erhalten Strukturen Funktionen, die der aktiven Regelung dienen. In Bezug auf seine eigene spezielle Epistemologie sind dies die Funktionen Assimilation, Akkommodation und Äquilibration, durch die die Strukturen (Schemata und Kombinationen von Schemata) in einem kontinuierlichen Prozess einem Wandel unterworfen

werden, der mit der in ihm enthaltenen Tendenz zur Gewohnheit zugleich einen Mechanismus zur Erhaltung (Selbstregulierung) enthält.^[70]

Der [Strukturalismus](#), wie ihn Piaget verstand, ist keine [Doktrin](#), sondern eine [Methodik](#), mit der man eine Gesamtheit von [heterogenen](#) Tatsachen integrieren und durch die Herstellung von neuen Beziehungen neue Fragen aufwerfen kann.^[71] Um die Wirksamkeit seiner Auffassung aufzuzeigen diskutierte Piaget sein Konzept der Strukturen in den Bereichen der Mathematik ([Bourbaki](#)), der Logik ([Kleinsche Vierergruppe](#)), der Physik ([Kausalität](#) als Modellannahme) oder der Organismen ([Homöostase](#), [Embryogenese](#) bei [Waddington](#)). Kritisch setzte er sich mit Strukturalismen in der Linguistik ([Chomsky](#)), in der Semiotik ([Saussure](#) und dessen Schüler [Strauss](#)) auseinander und schließlich auch mit den Philosophen [Althusser](#) (Strukturalisierung des Marxismus) und [Foucault](#), dem er einen Strukturalismus ohne Strukturen vorhielt.^[72]

Werke Piagets

gesammelte Werke bei Klett-Cotta

- 1: *Das Erwachen der Intelligenz beim Kinde*
- 2: *Der Aufbau der Wirklichkeit beim Kinde*
- 3: *Die Entwicklung des Zahlbegriffs beim Kinde* (mit Alina Szeminska)
- 4: *Die Entwicklung der physikalischen Mengenbegriffe beim Kinde* (mit Bärbel Inhelder)
- 5: *Nachahmung, Spiel und Traum*
- 6: *Die Entwicklung des räumlichen Denkens beim Kinde* (mit Bärbel Inhelder)
- 7: *Die natürliche Geometrie des Kindes* (mit Bärbel Inhelder und Alina Szeminska)
- 8: *Die Entwicklung des Erkennen. Band I: Das mathematische Denken*
- 9: *Die Entwicklung des Erkennen. Band II: Das physikalische Denken*
- 10: *Die Entwicklung des Erkennen. Band III: Das biologische Denken. Das psychologische Denken. Das soziologische Denken*

weitere Titel

- *Biologie und Erkenntnis. Über die Beziehung zwischen organischen Regulationen und kognitiven Prozessen.* übersetzt von Bärbel Erdmann. S. Fischer, Frankfurt 1974. (frz. *Biologie et connaissance.* Paris 1967)
- *Abriß der genetischen Epistemologie.* übersetzt von Fritz Kubli, Einführung von Fritz Kubli. Klett-Cotta, Stuttgart 1980. (frz. *L'Épistémologie génétique.* Paris 1970)
- *Biologische Anpassung und Psychologie der Intelligenz.* übersetzt von Luc Bernard. 1. Auflage. Klett-Cotta, Stuttgart 1975 (frz. *Adaptation vitale et psychologie de l'intelligence.* Paris 1974)
- *Einführung in die genetische Erkenntnistheorie.* übersetzt von Friedhelm Herboth. 6. Auflage. Suhrkamp, Frankfurt 1996.
- *Meine Theorien der geistigen Entwicklung.* Hrsg. von Reinhard Fatke. Belz, Weinheim 2003. (Kindler 1981)
- *Der Strukturalismus.* übersetzt von Lorenz Häflinger. Walter, Freiburg 1973. (frz. *Le strukturalisme,* Paris 1968)
- mit Bärbel Inhelder: *Gedächtnis und Intelligenz.* Walter, Freiburg 1974.

Radikaler Konstruktivismus

Der **Radikale Konstruktivismus** ist eine Position der [Erkenntnistheorie](#), die sich deutlich von anderen [Konstruktivismen](#) unterscheidet. Die Kernaussage des radikalen Konstruktivismus ist, dass eine [Wahrnehmung](#) kein Abbild einer bewusstseinsunabhängigen [Realität](#) liefert, sondern dass Realität für jedes Individuum immer eine Konstruktion aus [Sinnesreizen](#) und [Gedächtnisleistung](#) darstellt. Deshalb ist Objektivität im Sinne einer Übereinstimmung von wahrgenommenem (konstruiertem) Bild und Realität unmöglich; jede Wahrnehmung ist vollständig subjektiv. Darin besteht die Radikalität (Kompromisslosigkeit) des radikalen Konstruktivismus.

Als Begründer des radikalen Konstruktivismus gilt [Ernst von Glasersfeld](#). Nach Glasersfeld ist das Kernproblem der abendländischen [Epistemologie](#): „Erkennen zu wollen, was außerhalb der Erlebniswelt liegt.“^[1] Dieses Problem ist nach dem radikalen Konstruktivismus nicht zu lösen, sondern zu umgehen; Anregungen dazu hatte Glasersfeld in den Arbeiten des Psychologen und Epistemologen [Jean Piaget](#) gefunden: Schon Piaget habe erklärt, „daß die kognitiven Strukturen, die wir ‚Wissen‘ nennen, nicht als ‚Kopie der Wirklichkeit‘ verstanden werden dürfen, sondern vielmehr als Ergebnis der Anpassung.“^[2] E. v. Glasersfeld prägt dafür den Begriff [Viabilität](#). Mit diesem Begriff wird zwischen „einer ikonischen Beziehung der Übereinstimmung oder Widerspiegelung“ und einer „Beziehung des Passens“ unterschieden. Damit sei die Illusion überwunden, dass die „empirische Bestätigung einer Hypothese oder der Erfolg einer Handlungsweise Erkenntnis einer objektiven Welt bedeuten.“^[3]

Dem radikalen Konstruktivismus werden auch der Biophysiker und [Kybernetiker Heinz von Foerster](#) und die Neurobiologen [Humberto Maturana](#) und [Francisco Varela](#) als Hauptvertreter zugerechnet, auch wenn die beiden Letzteren nicht als Konstruktivisten bezeichnet werden möchten. Maturana und Varela entwickelten das Konzept der [Autopoiesis](#), das auch in geistes- und sozialwissenschaftliche Bereiche ausstrahlte, z. B. in den 1980er Jahren in die [soziologische Systemtheorie](#) von [Niklas Luhmann](#). Heinz v. Foerster formulierte eine kybernetische Epistemologie, d. h. eine Theorie des Wissenserwerbs auf der Grundlage der Kybernetik.

Inhaltsverzeichnis

- [1_Geschichte](#)
- [2_Theorie](#)
 - [2.1_Grundprinzipien](#)
 - [2.2_Grundbegriffe](#)
 - [2.3_Handlungsschemata](#)
 - [2.4_Ein_Konzept_des_ICH](#)
 - [2.5_Ethik](#)
 - [2.6_Die_Anderen](#)
- [3>Weitere_Vertreter](#)
 - [3.1_Heinz_von_Foerster](#)
 - [3.2_Maturana_und_Varela](#)
- [4_Abgrenzung](#)
- [5_Kritik](#)
- [6_Siehe_auch](#)
- [7_Literatur](#)
- [8_Weblinks](#)
- [9_Einzelnachweise](#)

Geschichte

E. v. Glaserfeld macht konstruktivistisches Gedankengut schon bei den [Vorsokratikern](#) aus.^[4] Schon die Sophisten und Skeptiker hatten Belege für die Unzuverlässigkeit der menschlichen [Sinnesorgane](#) zusammengetragen. Platons [Höhlengleichnis](#) ist nach von Glaserfeld eine Veranschaulichung der Wirklichkeit.^[5] Aber auch die [apophatische](#) Theologie vertrat die Ansicht: Gott könne nicht mit menschlichen Begriffen erfasst werden, da diese ja ausnahmslos der menschlichen Erfahrung entstammten.^[6] Der Mönch [Johannes Scottus Eriugena](#) vertrat im 9. Jahrhundert die Ansicht, dass der Mensch seine Natur nicht so bestimmen könne, dass er in der Lage wäre zu sagen, was er ist.^[7] und der im 14. Jahrhundert ebenfalls in der Tradition der negativen Theologie stehende Dominikanermönch [Meister Eckhart](#) bittet Gott, dass er ihn selbst von der (stets konstruierten) Vorstellung Gottes befreie, da auch das zur geschaffenen weltlichen Struktur gehört: „Darum bitte ich Gott, daß er mich Gottes quitt mache; denn mein wesentliches Sein ist oberhalb von Gott, sofern wir Gott als Beginn der Kreaturen fassen“.^[8] [John Locke](#) habe den Begriff Reflexion wie viel später Piaget benutzt.^[9] [George Berkeley](#) war der Ansicht, Zahlen seien ein Geschöpf des Geistes und hingen daher vollständig vom Betrachter ab.^[10] [David Hume](#) folgerte: „Wenn wir also sagen, daß ein Ding mit einem anderen verknüpft ist, dann *meinen* wir lediglich, daß die beiden Objekte in unseren Gedanken verknüpft sind und diese unsere Schlussfolgerungen hervorrufen, wodurch sie sich wechselseitig ihre Existenz beweisen“.^[11] [Giambattista Vico](#), einer der ersten Konstruktivisten im Sinne von Glaserfelds, habe 1710 darauf hingewiesen, dass die Wörter verum (wahr) und factum (Tatsache) für die Lateiner austauschbar gewesen seien.^[12] [Immanuel Kant](#) gab zu bedenken: „Bisher nahm man an, alle unsere Erkenntnis müsse sich nach den Gegenständen richten; [...] Man versuche es daher einmal, ob wir nicht in den Aufgaben der Metaphysik damit besser fortkommen, daß wir annehmen, die Gegenstände müssen sich nach unserer Erkenntnis richten“.^[13] [Hermann von Helmholtz](#) schrieb, dass das Prinzip der Kausalität in der Tat nichts anderes als die Voraussetzung der Gesetzmäßigkeit in all den Erscheinungen der Natur sei.^[14]

Der radikale Konstruktivismus entstand in der Konsequenz aus den Ergebnissen der o.g. Wissenschaftler und des wissenschaftlichen Zeitgeistes in den 1970er Jahren. Von Glaserfeld verknüpfte 1974 erstmals das Wort „radikal“ mit der [genetischen Erkenntnistheorie](#) von Jean Piaget. Sein Ziel war es, die Konsequenzen aus der genetischen Erkenntnistheorie Piagets zu ziehen. Von Glaserfeld erweiterte den Ansatz von Piaget um die Herausbildung des Ich, die Funktion der Sprache und der [Kommunikation](#) sowie um die Anwendung konstruktivistischer Grundlagen im arithmetischen Unterricht.

1978 fand in San Francisco die Tagung „Konstruktion von Wirklichkeiten“ statt, Veranstalter waren von Foerster und Varela. Im Mittelpunkt stand die Überzeugung der teilnehmenden Wissenschaftler unterschiedlichster Disziplinen wie Biologie, Soziologie, Politikwissenschaft, Logik, Linguistik, Anthropologie und Psychotherapie, dass die traditionelle Erkenntnistheorie nicht länger aufrechterhalten werden konnte.^[15] Der radikale Konstruktivismus wurde einer breiten Öffentlichkeit vor allem durch die Veröffentlichungen von [Paul Watzlawick](#) (*Anleitung zum Unglücklichsein*, *Die erfundene Wirklichkeit*, *Wie wirklich ist die Wirklichkeit*) bekannt.

Seine größte Wirkung entfaltete der radikale Konstruktivismus im Bereich der [Wissenschaftstheorie](#). Hier kann der radikale Konstruktivismus im Umfeld von [relativistischen](#) bzw. [pragmatischen](#) Ansätzen verortet werden, da er wie diese den Absolutheitsanspruch wissenschaftlicher Erkenntnis ablehnt. Insbesondere die Theorie des Beobachters wurde häufig rezipiert. Der Begriff des Beobachters changiert dabei zwischen seiner altsprachlichen Bedeutung, der abstrakten Rolle einer Instanz in Regelungssystemen (siehe [Beobachter](#)) als auch im Sinne der wissenschaftlichen [Beobachtung](#). Während im Realismus der Beobachter die Welt gleichsam von einem neutralen Standpunkt aus betrachtet, sich beobachtend nicht als Teil der Welt versteht, den Einfluss des Beobachters ausschließen will, weist der radikale Konstruktivismus darauf hin, dass

dieser Standpunkt nicht eingenommen werden kann: Der Beobachter ist immer Teil der Welt und hat immer einen [subjektiven Standpunkt](#) und beeinflusst so immer auch die Beobachtung selbst.

Theorie

Der radikale Konstruktivismus ist eine „unkonventionelle Weise, die Probleme des Wissens und Erkennens zu betrachten“.^[16] Der radikale Konstruktivismus besagt, dass das gesamte Wissen nur in den Köpfen von Individuen existiert und dass ein denkendes Individuum sein Wissen nur auf der Grundlage der eigenen Erfahrung über seine Körpersinne zusammenfügen kann. Kein Individuum kann die Grenzen seiner persönlichen Erfahrung überschreiten. Die Erkenntnis eines „objektiven Wissens“, der Wahrheit, der ontologischen Realität ist daher nicht möglich. Auch wenn viele Menschen die gleiche wissenschaftliche Erkenntnis für sich erfolgreich verwenden, wird diese dadurch nicht objektiv wahr.

Jede Wahrnehmung ist das Ergebnis eines Sinnesreizes und dessen Verarbeitung im Nervensystem. Die Veränderung von Sinnesdaten in elektrische Impulse im Nervensystem macht es unmöglich, einen Rückschluss zu ziehen auf die Natur des [Ding an sich](#), d. h. auf die ursprüngliche Beschaffenheit des auslösenden [Agens](#). „Niemand wird je imstande sein, die Wahrnehmung eines Gegenstands mit dem postulierten Gegenstand selbst, der die Wahrnehmung verursacht haben soll, zu vergleichen“,^[17] d. h. Wahrnehmung und Erkenntnis sind konstruktive, nicht abbildende Tätigkeiten.^[18]

Erkenntnis liefert kein Bild der realen Welt, sie liefert nur eine subjektive Konstruktion, die zur Welt „passt“ (wie ein Schlüssel zum Schloss passt). Sie ist wie ein „begriffliches Werkzeug, dessen Wert sich nur nach ihrem Erfolg im Gebrauch bemisst“.^[19] Das stimmt mit [Platons Höhlengleichnis](#) und der Sichtweise von Kant überein: „Die Dinge, die unsere Sinne und unsern Verstand darstellen, sind nur Erscheinungen, d. i., Gegenstände unserer Sinne und unseres Verstandes, die das Zusammentreffen der Gelegenheitsursachen und der Wirkung des Verstandes sind.“^[20] Die „Gelegenheitsursache“ ist das, was unsere Wahrnehmungsorgane aufnehmen, in Form von elektrischen Impulsen an das Gehirn weiterleiten und dort von diesem zu einem Bild von Welt (oder Weltausschnitt) interpretiert, zusammengefügt, eben konstruiert wird.

Das Gehirn ist dabei kein „Monitor“, der eingehende Signale in ein Bild verwandelt, sondern bei der Interpretation fließt die gesamte Erfahrung des Individuums in die Konstruktion ein.^[21]

„Das Gedächtnis ist das wichtigste Sinnesorgan: Das meiste, was wir wahrnehmen, stammt aus dem Gedächtnis. Wir nehmen stets durch die ‚Brille‘ unseres Gedächtnisses wahr, denn das, was wir wahrnehmen, ist durch frühere Wahrnehmung entscheidend mitbestimmt.“^[22]

Grundprinzipien

Grundprinzipien des radikalen Konstruktivismus sind – mit Bezug auf Piaget:^[23]

1. „Wissen wird nicht passiv aufgenommen, weder durch die Sinnesorgane noch durch Kommunikation.
2. Wissen wird vom denkenden Subjekt aktiv aufgebaut.
3. Die Funktion der Kognition ist adaptiver Art, und zwar im biologischen Sinn des Wortes, und zielt auf Passung oder Viabilität.
4. Kognition dient der Organisation der Erfahrungswelt des Subjekts und nicht der ‚Erkenntnis‘ einer objektiven, ontologischen Realität.“

Im Gegensatz zur Erkenntnistheorie Kants versteht sich der radikale Konstruktivismus als eine Theorie des Wissens. Wissen ist damit „ein Werkzeug, das nach seiner Nützlichkeit beurteilt werden muß und nicht als metaphysischer Entwurf anzusehen ist.“^[24]

Grundbegriffe

Piaget erklärt Wissen biologisch. Aus der systematischen Beobachtung von Kindern versteht er „Kognition als biologische Funktion und nicht als Ergebnis unpersönlicher, universaler und ahistorischer Faktoren“.^[25] Der radikale Bruch mit dem üblichen philosophischen Ansatz der Erkenntnistheorie liegt darin, dass es nicht um eine ontologische Welterklärung geht, sondern um die Erklärung der Welt, wie sie der Organismus erlebt.

Entscheidend ist die Fähigkeit des Kindes in seiner Entwicklung, sich an Gegenstände zu erinnern. Diesen Vorgang nennt von Glasersfeld „Re-Präsentation“, das Objekt wird wiedervorgestellt. Dabei wird das Objekt nach einer vergangenen Erfahrung aus dem Gedächtnis zum Zeitpunkt der Re-Präsentation neu konstruiert.

Ein weiterer entscheidender Schritt in der Entwicklung des Kindes ist getan, wenn es einem Objekt eine eigene Existenz zuschreibt. Das Objekt gilt nunmehr also nicht als verschwunden, wenn das Kind es nicht sieht. Damit kann das Objekt sich auch bewegen, altern, wandeln, und wird trotzdem wiedererkannt. Es wird auch als Objekt in kausalen Prozessen erkannt.

Das Kind verbindet nun mit diesem Objekt allgemein Erwartungen. Werden diese Erwartungen mit nur geringen Abweichungen erfüllt, nennt der radikale Konstruktivismus diesen Vorgang „Assimilation“. Die Erfahrung mit diesem Objekt wird bestätigt, verstärkt, von Glasersfeld spricht auch von einer Verstärkung des „Wiedererkennungsmusters“.

Wird diese Erwartung nicht erfüllt, entsteht eine Störung, die der radikale Konstruktivismus „Perturbation“ nennt. Diese Perturbation führt zu einer Veränderung des vorhandenen Erkennungsmusters. Es wird ein neues Erkennungsmuster unter Einbeziehung der neuen Bedingungen erzeugt, so dass in Zukunft die Erwartungen in der Situation wieder erfüllt werden. Der radikale Konstruktivismus nennt diesen Vorgang „Akkommodation“. Das Kind hat etwas gelernt – die Perturbation wurde beseitigt.

Durch den Vorgang der Beseitigung der Perturbation durch Akkommodation wird der Zustand des Gleichgewichts für das Individuum wiederhergestellt. Diesen Vorgang nennt der radikale Konstruktivismus „Äquilibration“. Von Glasersfeld sieht darin eine neuartige Lerntheorie. Nach von Glasersfeld arbeitet Äquilibration wie ein Regelsystem mit negativer Rückkopplung und gilt nicht nur für den begrifflichen Bereich sondern auch für den Bereich der sozialen Interaktion. Soziale Interaktionen sind eine viel reichhaltigere Quelle für Perturbationen und die darauf folgenden Akkommodationen als die auf der sensomotorischen Ebene veranlassten Störungen.

Handlungsschemata

Von Glasersfeld schließt daraus, dass kognitive Organismen mindestens vier Merkmale besitzen müssen:^[26]

1. die Fähigkeit, und darüber hinaus die Neigung, im Strom der Erfahrung Wiederholungen festzustellen
2. die Fähigkeit zur Erinnerung, Erfahrungen wieder aufzurufen, also zu repräsentieren
3. die Fähigkeit, Vergleiche und Urteile in Bezug auf Ähnlichkeit und Unterschiedlichkeit vorzunehmen

4. die Eigenschaft, gewisse Erfahrungen anderen vorzuziehen und somit elementare Wertekriterien zu besitzen

Das Individuum baut daher Handlungsschemata auf, um adäquat mit der Welt umzugehen.

Auf der sensomotorischen Ebene dienen diese Handlungsschemata dem Überleben. Auf der mentalen Ebene, der Ebene der „reflexiven Abstraktion“ der Bildung viabler Begriffe, können Handlungsschemata beliebig ausprobiert und auf ihre [Viabilität](#) getestet werden. Auf dieser Ebene kann das Individuum daher „Gedankenexperimente“ durchführen.^[27] Erfahrungen können beliebig geteilt, zusammengefügt und neu gruppiert werden.

Das Individuum wird jeden Moment von Sinneseindrücken überschwemmt und wählt daher immer aktiv aus, was zentraler Gegenstand seiner Aufmerksamkeit ist. Dieser Vorgang muss nicht bewusst gesteuert sein. Die Aufmerksamkeit kann aber auch auf Gedankenexperimenten ruhen, also auf der Tätigkeit des Geistes. Das Individuum ist Akteur in beiden Situationen.

Ein Konzept des ICH

So wie ein Individuum sein Bild von der Welt Stück für Stück aus seinen Erfahrungen konstruiert, so kann auch sein Bild/Wissen vom eigenen ICH auf ähnliche Weise aufgebaut werden. In der allgemeinen Erfahrung denken wir bei ICH an die individuelle Identität oder Kontinuität einer Person. Dieses ICH ist Ort allen Erlebens und gleichzeitig etwas aktiv Handelndes. Es kann sich bewegen und so Einfluss auf seine Wahrnehmung nehmen. „In gewissen Grenzen kann es sogar entscheiden, eine Erfahrung zu machen oder nicht.“^[28]

Wenn das „grundlegende ICH“ eines Menschen ausgebildet ist, entwickelt sich in der Pubertät das „soziale ICH“. Wir übernehmen als Akteure spezifische Verhaltensmuster und Rollen, die zu wesentlichen und unverwechselbaren Teilen dessen werden, „was wir dann unser Ich nennen“.^[28]

Der Konstruktivismus kann nach von Glasersfeld bisher (1996) nur viable Konzepte des ICH bieten, in denen es Ort des Erlebens über die Sinnesorgane ist. „Das Ich als wirkender Akteur der Konstruktion oder das Ich als Ort des subjektiven Bewußtseins scheint jedoch eine metaphysische Annahme zu sein und liegt daher außerhalb des Bereiches empirischer Konstruktion.“^[29] Er stellt fest, dass ihm (1996) keine viable Erklärung des Bewusstseins bekannt ist.

Ethik

Ernst von Glasersfeld folgert: „Der Konstruktivismus kann keine Ethik produzieren“. Dennoch ergeben sich aus dem radikalen Konstruktivismus [ethische](#) Konsequenzen, wie etwa, dass die Verantwortung für alles [Tun](#) und [Denken](#) demjenigen zugerechnet werden muss, der sie tut und denkt: dem einzelnen [Individuum](#). Das Individuum selbst kann also durchaus ethisch handeln. Die Aussage von Glasersfelds bezieht sich nur auf die Theorie selbst. Er betont auch, ihm sei keine Erkenntnistheorie bekannt, aus der Ethik ableitbar wäre.^[30]

Eine Voraussetzung für ethisches Handeln sieht von Glasersfeld allerdings darin, dass Individuen auf andere Individuen angewiesen sind. Nur so kann ein Mensch schließlich „bestätigtes Wissen“ erreichen. Es muss anerkennen, dass andere Menschen wie er selbst „autonome Konstrukteure“ sind. Würde er sie zwingen, seine Ideen zu übernehmen, zerstörte er damit automatisch die Möglichkeit, ebendiese Bestätigung seiner Ideen zu erhalten. Im Gegensatz zu anderen Philosophien kann also der radikale Konstruktivismus zumindest diesen einen „fundamentalen“ Grund dafür nennen, das Menschsein anderer Menschen anzuerkennen.^[31]

Für Heinz von Foerster ist Ethik ein Versuch zur Vereinheitlichung. Er setzt seinen [ethischen Imperativ](#) so: „Heinz, handle stets so, dass die Anzahl der Wahlmöglichkeiten größer wird!“^[32]

Die Anderen

Andere Menschen sind aus der Sicht des radikalen Konstruktivismus a) Konstruktionen eines Individuums, über die es Erwartungsschemata bildet und b) Teil der Welt „da draußen“. Im Zusammenstoß mit der „Welt da draußen“ (= der Realität) können die Erwartungsschemata des Individuums erfüllt oder enttäuscht werden und in diesem Fall entstehen Perturbationen. Diese nennt von Glasersfeld: Perturbationen sozialer Art. Sie sind viel häufiger als andere Anlässe von Perturbationen. Die Konstruktion des Anderen wird vom Individuum angepasst.^[33]

Damit ist aus der Sicht des radikalen Konstruktivismus auch klargestellt, dass Wissen nur als Konstruktion des jeweiligen Individuums vorliegt, andere Individuen haben auch Wissen, z. B. von den gleichen Vorgängen, aber ihre eigenen Konstruktionen darüber, die mit den eigenen Konstruktionen bestenfalls kompatibel sind. Solches Wissen besitzt Viabilität zweiter Ordnung, (nicht konstruktivistisch spricht man von „bestätigten Tatsachen“ von „gemeinsamen Wissen“). Es ist „intersubjektiv“.

Weitere Vertreter

Ernst von Glasersfeld entwickelte den radikalen Konstruktivismus aus seinem eigenen Erleben mit Sprache und in der Auseinandersetzung mit dem Philosophen [Ludwig Wittgenstein](#). Er fand schließlich in den Arbeiten Piagets einen Schlüssel zu der Erkenntnistheorie, der Wissenstheorie, die er als „Radikalen Konstruktivismus“ bezeichnete.

Andere Wissenschaftler kommen auf ganz anderen Wegen zu konstruktivistischen Theorien.

Maturana ist Neurobiologe und entwickelte eine Theorie zur Existenz lebendiger Systeme als autonome dynamische Einheiten. Seit 1970 beschäftigt er sich als Neurophysiologe mit erkenntnistheoretischen Problemen über den Weg der „Biologie des Erkennens“. Zusammen mit Varela hat er maßgeblich das Konzept der Autopoiese entwickelt. Varela ist Biologe, Philosoph und Neurowissenschaftler. Weder Varela noch Maturana möchten als Konstruktivisten bezeichnet werden.

Heinz von Foerster

[Heinz von Foerster](#), Professor für Biophysik und langjähriger Direktor des legendären [Biological Computer Laboratory](#) in Illinois, formulierte auf der Grundlage der [Kybernetik](#) eine Theorie des Wissenserwerbs, die erklärt, wie menschliches Wissen ohne Zugang zu einer objektiven Realität entstehen kann.

Heinz von Foerster macht auf das Prinzip der undifferenzierten Kodierung aufmerksam: „Die Reaktion einer Nervenzelle enkodiert nicht die physikalischen Merkmale des Agens, das ihre Reaktion verursacht. Es wird lediglich das ‚so viel‘ an einem bestimmten Punkt meines Körpers enkodiert, nicht aber das ‚was‘.“^[34]

Erkennen als Tätigkeit des Nervensystems wird von ihm interpretiert als Errechnen einer Realität. Mit Errechnen ist ein ständiger Prozess gemeint, der nie zu einem abschließenden Resultat gelangt. Wissen existiert somit nicht statisch, in der Form einer stabilen Wirklichkeitsrepräsentation oder in molekularer Form, sondern wird immer wieder neu errechnet; von Foerster bezeichnet diese Form als „operatives Wissen.“

„Um einen Tisch zu erkennen und „Das ist ein Tisch“ zu sagen, muss ich weder im Gehirn die Buchstaben T I S C H stehen haben, noch braucht eine winzige Repräsentation eines Tisches (oder gar die „Idee“ des Tisches) irgendwo in mir zu sitzen. Ich brauche aber eine Struktur, die mir die verschiedenen Manifestationen einer Beschreibung errechnet.“^[35]

Heinz von Foerster revidiert damit seine ursprüngliche Idee eines Gedächtnisses auf Molekülbasis zugunsten eines „operativen Gedächtnisses“, das sich Erinnerung immer neu errechnet.^[36]

Maturana und Varela

Maturana sieht Sprache eher in Bezug auf ihre soziale Funktion. Er überschreitet mit seinen Aussagen zur sozialen Koppelung und zur Kultur eine Grenze, die Ernst von Glasersfeld klar zieht: Aus dem (radikalen) Konstruktivismus könne und dürfe man keine [Werte](#) und keine Ethik ableiten. Das könne eine Erkenntnistheorie grundsätzlich nicht leisten.

Die Annahme von [Humberto Maturana](#) und [Francisco Varela](#), dass jedes Individuum seine subjektive Welt konstruiert, ohne Zugang zu einer objektiven Realität, bedeutet nicht, dass keine soziale Kontrolle der Konstruktionsleistungen unter den Menschen stattfindet (siehe auch: [Der Baum der Erkenntnis](#)). Die Sprache ermöglicht den Menschen Bereiche der sogenannten [Konsensualität](#) (im Sinne einer Einigung über die Beschaffenheit eines Umstandes oder einer Sache) und der über-individuellen Sinnstiftung, in denen sie existieren und die für sie Wirklichkeit sind. Diesen Bereich nennen Maturana/Varela den „Bereich sozialer Koppelung“.

Menschliche Individuen erzeugen eine „zweite Realitätsdimension“ dadurch, dass sie Anderen mittels des Gebrauchs von Begriffen unterstellen, dass ihre eigenen Konstruktionen den der Anderen gleichen und erleben sich selbst als Teil einer Gemeinschaft, indem sie annehmen und behaupten, dass die eigenen Konstruktionen denen der Anderen zumindest weitgehend entsprechen. Sie erfinden also neben der singulären eigenen Welt eine soziale Welt der Gemeinschaft, die sich durch sprachliche Verhaltenskoordination auszeichnet und mehrdimensionale Bedeutungszusammenhänge (Politik, Religion, Brauchtum, Wissenschaft, etc.) schafft, die sie als [Kultur](#) bezeichnen können.

Die Erfahrung von Stabilität und Kontinuität der eigenen konstruierten Wirklichkeit ist über die sinnliche Wahrnehmung des Individuums hinaus abhängig von der Bestätigung dieser Wahrnehmung durch andere [Beobachter](#). Diese Konsensualität wird über die Sprache erarbeitet; durch den Aufbau gemeinsamer Konstruktionen in der [Koexistenz](#) von menschlichen Beobachtern kommt es zum Aufbau von sozial akzeptierten Wirklichkeiten, z. B. eines gemeinsamen ethischen Systems oder „gleicher“ Ansichten über eine Angelegenheit.

Stabilität wird dadurch erreicht, dass „Menschen ständig ihre eigene Koordination von Sinneserfahrungen anderen Menschen unterschieben, wobei es aufgrund dieser Wechselseitigkeit zu einer Bestätigung und Stabilisierung der konstruierten Wirklichkeit kommt.“^[37]

Ein Kind lernt Sprache radikal-konstruktivistisch betrachtet nicht als ein System der „Informationsübertragung“, sondern als eine Form der „Verhaltenskoordination“. Es muss durch Versuch-und-Irrtum-Strategien lernen, die Vielzahl von sprachlichen Äußerungen der Erwachsenen mit erwünschten Reaktionsweisen seinerseits zu verbinden. So koordinieren die Worte Besteck/Demokratie unsere Handlungen im Hinblick darauf, was ein Mensch tut, wenn er mit Besteck/Demokratie umgeht. Durch das Wort „Besteck“ und genauso durch alle anderen Wörter wird also nicht Information übermittelt, sondern es wird im Empfänger etwas Spezifisches ausgelöst, was von seiner Struktur und damit indirekt von seiner Sozialisation her determiniert ist.

Kulturelle Wirklichkeiten sind für den Menschen aber nicht absolut zwingend, denn er hat die Möglichkeit, diese zu reflektieren (= sich ihres Konstruktionscharakters zu vergewissern) und umzudefinieren. Die determinierende Wirksamkeit der durch Sozialisation vermittelten Kulturtechniken wird gebrochen von der kognitiven [Autonomie](#) des Individuums.

Kommunikation ist nach Maturana definiert als „das gegenseitige Auslösen von koordinierten Verhaltensweisen unter den Mitgliedern einer sozialen Einheit“.^[38]

Der konstruktivistische Ansatz weist also die Vorstellung zurück, dass durch Kommunikation Informationen im traditionellen Sinn von einem Sender auf einen Empfänger übertragen werden, denn „diese Vorstellung geht von nicht strukturdeterminierten Einheiten aus, für die [Interaktionen](#) vorschreibenden (instruierenden) Charakter haben, was bedeuten würde, dass das, was in einem [System](#) geschieht, durch das perturbierende Agens und nicht durch die strukturelle [Dynamik des Systems](#) determiniert ist. Dabei ist doch selbst im Alltag offensichtlich, dass Kommunikation so nicht stattfindet: Jede [Person](#) sagt, was sie sagt, und hört, was sie hört, gemäß ihrer eigenen Strukturdeterminiertheit; dass etwas gesagt wird, garantiert nicht, dass es auch gehört wird. [...] Das Phänomen der Kommunikation hängt nicht von dem ab, was übermittelt wird, sondern von dem, was im Empfänger geschieht. Und dies hat wenig zu tun mit ‚übertragener Information‘.“^[39]

Die zentralen Merkmale menschlicher sozialer Systeme sind: der von ihren Mitgliedern erzeugte sprachliche „Bereich der Ko-Existenz“ sowie die „Erweiterung der Eigenschaften seiner Mitglieder“. Es verhält sich also auf der Ebene der sozialen Systeme biologisch betrachtet gerade umgekehrt wie auf der Ebene der lebenden Systeme: „Der Organismus schränkt die individuelle Kreativität der ihn bildenden Einheiten (= Organe) ein, da diese Einheiten für den Organismus existieren. Das menschliche soziale System erweitert die individuelle Kreativität seiner Mitglieder, da das System für die Mitglieder existiert.“^[40] In der konstruktivistischen Anthropologie ist die Funktion der Sprache und der daraus erwachsenden sozialen Systeme die Erweiterung der individuellen Entwicklungsmöglichkeiten innerhalb der [Ontogenese](#), was einen evolutionären Vorteil bedeutet. Wenn menschliche Gemeinschaften Zwangsmechanismen zur Stabilisierung aller Verhaltensdimensionen ihrer Mitglieder heranziehen, so die umgekehrte Schlussfolgerung der Autoren, verlieren diese Systeme ihre „soziale Eigenschaft“, da sie die Entwicklungsmöglichkeiten ihrer Mitglieder nicht erweitern, sondern einschränken.^[40]

Kultur bedeutet bei Maturana/Varela den gesamten Verbund an ontogenetisch erworbenen Verhaltensmustern, die innerhalb der kommunikativen Dynamik eines sozialen Milieus eine generationenübergreifende Stabilität aufweisen. Die Koppelung zwischen den Generationen sowie die Mischung aus Dynamik und Kontinuität innerhalb verschiedener Traditionslinien entsteht durch die ständige [Selektion](#) von [viablen](#) Verhaltensweisen, durch Nachahmung und durch die erwähnte Mehrdeutigkeit von sprachlicher Kommunikation. „Kulturelles Verhalten entsteht also nicht aus einem besonderen Mechanismus; es stellt nur einen besonderen Fall von Kommunikation dar. Das Besondere daran ist, dass es als Konsequenz eines sozialen Lebens über Generationen hinweg entsteht, wobei die Mitglieder dieses sozialen Gefüges dauernd durch neue abgelöst werden“.^[40]

Abgrenzung

Der Konstruktivismus grenzt sich zum [Falsifikationismus](#) und vom [Solipsismus](#) ab. Zwar entspricht der Prozess der Entwicklung neuer und besserer Theorien jenem, der im Rahmen des Falsifikationismus angenommen wird. Allerdings wird verneint, dass diese Theorien die Realität auch besser (oder überhaupt) beschreiben können. Da wir die Realität ja nicht kennen, kann auch nicht behauptet werden, dass diese oder jene Theorie diese Realität besser beschreibt. Beschreibt Newton oder Einstein die Realität besser? Es lässt sich nur sagen, dass sich mit der Relativitätstheorie weniger Widersprüche ergeben als mit der Physik Newtons.

Dem [Instrumentalismus](#), der in großen Teilen davon ausgeht, Theorien entwickelten sich [evolutionär](#) und unpassende Modelle der Realität würden somit zwangsläufig von passenderen, näher an der Realität stehenden Vorstellungen von der Welt ersetzt, stellt der Konstruktivismus entgegen, dass eine Annäherung an eine objektive Realität durch bessere Theorien deshalb nicht erreicht werden kann, weil kein Vergleich mit der objektiven Realität möglich ist.

Es lässt sich auch eine deutliche Nähe zur Erkenntnistheorie Kants feststellen. Auch für [Immanuel Kant](#) ist das „Ding an sich“ – so wie es wirklich ist – nicht erkennbar, wohl aber das Ding, so wie es sich für uns Menschen darstellt (vgl. Kritik der reinen Vernunft). Bei Kant gibt es einen Weg, der von den Dingen, wie sie uns erscheinen, zu unseren Vorstellungen von den Dingen führt. Hier unterscheidet sich der radikale Konstruktivismus von Kant: Von unserer Wahrnehmung führt kein Weg zu irgendwelchen objektiven Vorstellungen von Dingen, weil ein Vergleich der Erscheinung der Dinge mit dem Ding an sich nicht möglich ist und so „Objektivität“ gar nicht erreicht werden kann.

Kritik



In diesem Artikel oder Abschnitt fehlen wichtige Informationen. Du kannst Wikipedia helfen, indem du sie [recherchierst](#) und [einfügst](#).

Das Konzept des radikalen Konstruktivismus stößt in wissenschaftstheoretischen Abhandlungen auch auf Kritik. Die wesentlichen kritisierten Punkte lassen sich nach [Rainer Schnell](#) und anderen folgendermaßen zusammenfassen:^[41] Die Begründung für den radikalen Konstruktivismus basiert auf wissenschaftlichen Erkenntnissen, die nach seiner eigenen Definition keine Gültigkeit haben können, denn ein nicht vorhandener Zugang zur Wirklichkeit, wie ihn der radikale Konstruktivismus postuliert, kann als Teil der Wirklichkeit nicht erkannt werden. Somit hat der radikale Konstruktivismus ein „Selbstanwendungsproblem“.