

## Gendlin über die Entdeckung des Felt Sense

Aus: Gendlin, E. T. (2007). In: Focusing und Philosophie. Johannes Wiltschko (Hrsg.).  
Facultas. S. 93-94

Dazu kann ich eine Geschichte aus meiner Zeit mit Carl Rogers erzählen. Als ich Klient in einer Psychotherapie am Counseling Center der Universität Chicago bei Carl Rogers war, habe ich natürlich eine Menge intellektuelles Zeug erzählt. Da habe ich festgestellt, dass man diesem Intellektuellen gut zugehört und geantwortet hat, aber den, der auch noch etwas in der Brust und im Bauch spürt, hat man eigentlich gar nicht bemerkt. Darüber habe ich mich gewundert und deshalb habe ich damit begonnen, dieses Phänomen theoretisch auszuarbeiten und der Forschung zugänglich zu machen. Das was ich als Klient im Körper gespürt habe, habe ich PCF, pre-conceptual feeling, genannt. Die dafür notwendigen philosophischen Konzepte hatte ich schon entwickelt, noch bevor ich Klient geworden bin.

Ich bin ursprünglich eigentlich nicht deshalb in Therapie gegangen, weil ich sie selber gebraucht hätte – dass ich sie selbst brauchte, habe ich mir erst später eingestanden -, sondern wegen der Philosophie. Ich dachte, dass man in der Psychotherapie, besonders in der klientenzentrierten, das präkonzeptuelle Erleben am besten studieren könne. Zusammen mit Fred Zimring habe ich das PCF genau definiert. Wir haben verschiedene Skalen konstruiert und Fred hat dann untersucht, ob diese Art des Erlebens in Therapiesitzungen wirklich vorkommt.

Carl Rogers war zu dieser Zeit der Auffassung, dass das Bewusstsein zugleich immer das Symbolisierte sei. Meine philosophischen Konzepte widersprachen dem, und mit guten Gründen: Das PCF, also das, was ich später Felt Sense genannt habe, ist zwar bewusst, aber noch nicht im üblichen Sinn symbolisiert. Es stellte sich daher für mich die Frage, wie dieser Konflikt gelöst werden könnte.

Um dem PCF in Rogers' Theorie Platz zu machen, musste ich das Konzept des Symbolisierens erweitern: Ich habe dargestellt, dass das Symbolisieren nicht nur bildlich oder sprachlich geschieht, sondern dass Ereignisse das Erleben immer schon unmittelbar „symbolisieren“. Wenn man ein noch unklares Erleben zum ersten Mal in

Worten ausdrückt, heißt das also nicht, dass es zum ersten Mal symbolisiert würde. Es heißt, das Erleben mit Worten weiter zu symbolisieren. Erleben kann immer auf neue Weise weiter symbolisiert werden.

Ich habe das Konzept des Symbolisierens durch zwei weitere Formen ergänzt: erstens das Richten der Aufmerksamkeit auf einen Felt Sense und zweitens das Herausheben eines bestimmten Aspektes des Felt Sense als ein gefühltes „dieses da“. Auf diese Weise hat der Konflikt zwischen den Konzepten und meiner zunächst privaten Einsicht zu einer wichtigen Erweiterung sowohl in der Philosophie als auch in der therapeutischen Praxis geführt, ohne dass dabei verloren gegangen wäre, was in Rogers' bisherigem Konzept bereits richtig war.