

Gendlin über das „Messen“ von Beziehung

Aus: Gendlin, E. T. (2007). In: Focusing und Philosophie. Johannes Wiltschko (Hrsg.).
Facultas. S. 42-43

So hat meine Karriere angefangen: Ich war Student bei Carl Rogers, und man hatte gerade mit empirischen Untersuchungen herausgefunden, dass der Therapie-Erfolg unabhängig von der Beziehung ist, die der Klient zum Therapeuten hat. Das war für alle schrecklich enttäuschend, dann es widersprach ihren fundamentalsten Konzepten. Ich war damals nur Student und nicht einmal Psychologe, sondern Philosoph, und von der Forschung habe ich noch gar nichts gewusst – aber ich war selbst Klient. Ich habe mir ihre Forschungen angesehen und festgestellt, dass sie die Klienten-Sätze daraufhin überprüft hatten, ob und wie oft sie sich auf den Therapeuten beziehen. Die Hypothese war: Viele Sätze über den Therapeuten weisen darauf hin, dass die Beziehung wichtig ist, wenn der Klient hingegen nur über sich selber spricht, ist die Beziehung nicht hergestellt. Diese Forschung wurde damals gerade fertig gestellt, sie hat fünf Jahre gedauert, es war eine mords Arbeit. Das Resultat war: Ob eine Beziehung besteht oder nicht macht hinsichtlich des Therapieerfolges gar keinen Unterschied.

Aber: Wir haben als Klienten doch alle erlebt, dass die Beziehung beinahe alles in der Therapie ist. Als ich Klient war, hat es nicht sehr lange gedauert, bis ich die Beziehung gefühlt habe. Im Augenblick, in dem ich die Tür zum Zimmer meines Therapeuten aufgemacht habe und eingetreten bin, habe ich mich gleich im ganzen Körper anders gefühlt. Viele Monate lang wollte ich dieses Gefühl aus der Stunde mitnehmen, aber ich konnte es nicht. Ich wollte draußen auch der sein, der ich in der Stunde war. Dann wurde mir klar, dass mein gutes Gefühl in der Stunde daher kam, dass ich zu meinem Therapeuten eine Beziehung hatte. Aber über meinen Therapeuten sprechen, konnte ich gar nicht! Ich war viel zu scheu, ich habe ihn nicht einmal beim Namen genannt. Ihn etwas über ihn oder über unsere Beziehung zu fragen – nie hätte ich das gemacht!

Dass die Untersuchungen der Rogers-Leute ergeben hatten, dass die Beziehung zwischen Therapeut und Klient mit dem Therapieergebnis nicht korreliert, lag, daran, dass sie eine unsinnige Variable aufgestellt hatten. Meine Frage war daher: Wie kann

man die Beziehung messen? Wie soll man messen, ob sich jemand, der bei der Tür hereinkommt, gleich ganz anders fühlt oder nicht? Ich habe zunächst einmal einen einfachen Bogen hergestellt, in den der Therapeut eintragen konnte, ob und wie häufig der Klient sagt, dass er sich in der Stunde anders fühlt als draußen. Das war dann erfolgreich, das hat mit dem Therapieerfolg korreliert.

Dann sind wir darangegangen, die Tonbänder zu analysieren. Wir haben aber nicht mehr Sätze klassifiziert, sondern die Experiencing-Skala benutzt. Die gibt es jetzt schon seit 40 Jahren. Und schon vor vielen Jahren gab es sechs, sieben Forschungen, die einen Zusammenhang mit dem Therapieerfolg festgestellt haben. Inzwischen gibt es eine große Anzahl von Forschungen mit der Experiencing-Skala, die in vielen Ländern durchgeführt wurde.