

Gestalttherapie und Aufstellungsarbeit, (k)ein Widerspruch?!

Diese Überschrift ist die Kurzform meiner Geschichte mit diesen beiden Methoden des Zuganges zu menschlichem Wachstum.

Mittlerweile sind mir beide Methoden ein unentbehrlicher Hintergrund meiner Arbeit – von da her kein Widerspruch. – Aber alles der Reihe nach. Ich habe mir gedacht, meine persönliche Auseinandersetzung mit diesen beiden Methoden als Leitfaden zu nehmen.

Hinzuzufügen wäre auch, dass ich im Vortrag nur auf Grundelemente der klassischen Gestalttherapie eingehen werde und auf die umfangreichen Entwicklungen und Erweiterungen, die in den letzten 20 Jahren natürlich stattgefunden haben, aus Gründen der Zeitökonomie nicht eingehen werde. Aber zuvor noch einen kleinen Vorspann:

Von Kindheit an hatte ich ein zentrales Lebensthema: Ich wollte das Geheimnis des Lebens kennenlernen, wollte wissen, wie das Leben funktioniert. – Ein tiefes Misstrauen gegenüber spekulativen Tendenzen der Geisteswissenschaften brachte mich zu der Entscheidung, mich dem Geheimnis des Lebens von der naturwissenschaftlichen Seite her zu nähern und so entschloss ich mich, Biochemie zu studieren. Von Jahr zu Jahr und je besser ich die physikalischen und chemischen Hintergründe des Phänomens Leben kennenlernte, umso mehr zweifelte ich an meiner Entscheidung, weil mir bei diesem Zugang zu dem Geheimnis des Lebens einfach die Lebendigkeit fehlte. Und so kam es, wie es kommen musste.

Gestalttherapie hatte ich zufällig im Jahr 1974 kennengelernt, ohne irgendwelche Vorkenntnisse, nur wegen einer bereits - für mich schmerzlich beendeten - Liebschaft mit einer Assistentin des veranstaltenden Institutes saß ich da plötzlich als Student der technischen Biochemie 23-jährig in einer Gruppe einer damals noch sehr exotischen Therapieform, der Gestalttherapie bei Hans Jörg Süß in Gleichenberg. Unter lauter Ärzten und Psychologen, die sich nun in den nächsten 5 Tagen unter massivsten Emotionen die Schmerzen ihrer Kindheit aus dem Leib schrien, Väter und Mütter symbolisch prügeln, dass die Matratzen nur so staubten und nachher ging's ihnen allen besser. Und an den Abenden setzten sie das Feiern und Weiterausleben der befreiten Emotionen fort, dass es eine Freude und eine Extase war, die meist erst früh morgens in knarrenden Hotelbetten ihren Ausklang fand. Ich kam aus dem Staunen nicht mehr heraus und war gepackt und fasziniert wie noch nie zuvor in meinem Leben.

Wenn es etwas gab, was Menschen, die Stunden vorher noch halbdepressiv herumhingen, so in ihre Lebenskraft bringen konnte, wenn es etwas gab, das alle „Solltes und Müsstes“ auflöste in eine organismische Selbstregulation, wie die Gestaltler es nannten, die nur ein paar befreiende Durchbrüche benötigte, um

sich einstellen zu können, dann lag hier die Lösung für so viele der Probleme, die mich und die anderen Menschen um mich herum belasteten. Da wusste ich, dass hier meine Zukunft liegen wird und dass ich Gestalttherapeut werde und damit das Leben nicht zu leicht wird, hab ich gleich begonnen, Medizin zu studieren. – Aber auch deshalb, weil die Ärzte alles dürfen von der gesellschaftlichen Erlaubnis her und die Gestalttherapeuten auch – von der inneren Erlaubnis her – und wenn ich beides mach, dann darf ich überhaupt alles.

Was war nun das nicht nur für mich Faszinierende, und auch Beseelende in und an dieser Methode auch über diese ersten sensationellen Erfahrungen hinaus -, was hat die Gestalttherapie so erfolgreich gemacht, wie kaum eine andere der sich neu entwickelnden Psychotherapiemethoden in den 80er Jahren. Was sind die Grundannahmen dieser Therapieform, die ich nach wie vor im Wesentlichen teile?

Und was sind für mich als Gestalttherapeut die verbindenden Elemente zu der Aufstellungsarbeit hin?

Was mir bei meinem ersten Kontakt mit der Gestalttherapie bereits so unter die Haut gegangen war, war das phänomenologische Vorgehen, die Orientierung an der **gegenwärtigen Wahrnehmung**: Was sehe, höre, spüre, tue ich jetzt gerade? Dass diese **gegenwärtige Wahrnehmung**, dass **Gewahrsein** sich durch **Kontakt, Sinneswahrnehmung und Erregung** kennzeichnet.

Kontakt als Aktivität, in der ich mich spüre und den anderen sehe.

Sinneswahrnehmung als das, was ich über meine Sinne jetzt gerade sehe, höre, spüre, tue.

Erregung als der Vorgang, in dem ich meine Energie und meine Ressourcen lust- und kraftvoll bereitstelle, um die Herausforderungen der Gegenwart zu bewältigen.

Dann der **Grundsatz der Bezogenheit. (Feldtheorie)** Dass ich als Mensch nur als bezogener Mensch existieren kann. Dass es sinnlos ist, einen Atmenden ohne Luft zu definieren, einen Gehenden ohne Schwerkraft und den Boden, oder einen Zornigen ohne den Gegenstand seines Zornes. Dass die Definition eines Organismus nur als Definition eines **Organismus- Umweltfeldes** sinnvoll ist. Und dass die dynamische Grenze dieses Organismus – Umweltfeldes durch die sogenannte **Kontaktgrenze** gebildet wird. Die **Kontaktgrenze** als Zone, wo ich von meiner momentanen Wahrnehmung her aufhöre und wo die Umwelt beginnt. Dass die **Kontaktgrenze**, die trennt und verbindet, das eigentliche Organ für das **Gewahrsein** der immer neuen Situation im Feld ist. – Und dass die **Kontaktgrenze** nicht identisch ist mit der Grenze, die durch meine Haut gezogen ist, sondern dass die **Kontaktgrenze** diese Grenze ist, die jetzt im Moment die Zone der Unterscheidung und der Verbindung zugleich bildet, an der sich die

Auseinandersetzung abspielt, in der ein Ich, das so veränderbar ist, wie alles um es herum, mit der sogenannten Um – Welt den Tanz der Existenz tanzt, einer Bedürfniserfüllung entgegen, aus deren Entspannung es sich wieder erhebt, einem neuen Tanz entgegen, bis vielleicht der Teil und das Ganze einen gemeinsamen Schwerpunkt bilden.

Und dass dieses Ganze immer mehr ist als die Summe seiner Teile.

Es war dieser staunende, am Gegenwärtigen und den Elementen des Gegenwärtigen bezogene Umgang mit Leben und Lebendigkeit, der mich berührte und erfüllte.

Dann die Orientierung an dem Spiel von **Figur und Hintergrund**: Welches Bedürfnis strebt, als im Moment ungestilltes Bedürfnis, als offene **Gestalt** in den Vordergrund, um auf der Bühne meines Bewusst - seins und bewusst – Werdens auszugreifen in die Umwelt, um zur Handlung zu werden, die an der **Kontaktgrenze**, die trennt und verbindet gleichzeitig, die Kräfte entfaltet, die Auseinandersetzung mit der Umwelt führt, die die Gestalt schließt und mich entspannt und zufrieden wieder zurücksinken lässt, bis sich die nächste offene Gestalt rührt auf dem Weg zu einem neuen Ganzen, das mehr ist als die Summe seiner Teile.

Und dieses Mehr, dieses Mehr an Qualität, das kann ich spüren, schmecken, riechen und wie qualitätsvoll es sich anspürt, das ist evident, das brauche ich nicht zu hinterfragen. Wenn sich etwas gut anfühlt, muss auch etwas stimmen dran – und je mehr ich dem traue, desto größer die Wahrscheinlichkeit, dass ich gute Lösungen finde für mein Leben, für das Wachstum dessen, was sich entfalten möchte. – Und was sich entfalten möchte, ist das Leben selbst, das Leben selbst, dessen Ausdruck ich bin, wie jedes andere Lebewesen und wenn ich das Ausgreifen wage, immer weiter aus mir heraus, immer weiter in mich hinein, je mehr ich mich in immer neuen Lösungen mit dem Leben in mir und um mich herum verbinde, je mehr offene Gestalten sich schließen können auf der Bühne des Lebens, sich einreihen können in den Chor des Hintergrundes, desto mehr erfüllt sich das Leben selbst. Vielleicht in eine Verbundenheit immer wieder, und immer mehr, die alles umfasst – oder wie es der Zen versucht auszudrücken: weder innen, noch außen.

Zitat von Fritz Perls, 1969: „...Gestalt ist keine Technik, kein therapeutisches Schnellverfahren, sondern ein ernster Weg, sich selbst zu finden und zu wachsen. Wachstum ist aber ein Prozess, der Zeit braucht. Gestalttherapie erfordert eine Haltung, die nicht in zwei Monaten erworben wird, sondern durch ein langes, ernstes Training, in dessen Zentrum die Entwicklung der eigenen Persönlichkeit steht.“

In der therapeutischen Arbeit fragt der Therapeut nicht alte Szenen ab, interpretiert nicht für mich, sondern achtet genau, wo und wie ich den Kontakt

zu mir, oder zu meiner Umgebung halte oder abbreche und macht mich darauf aufmerksam, lässt dies körperlich verstärken, im Ausdruck vertiefen, verstärkt vielleicht durch einen Druck von außen eine Hemmung und den Kampf gegen diese und ermuntert zum Ausdruck, zum Ausbruch und wenn eine Hintergrundszenen auftaucht, sich vergegenwärtigt, wird sie in den Prozess genommen, in einen Dialog, der vielleicht alte Ohnmacht sich ablösen lässt von einem kraftvollen Ausdruck - was auch immer sich hier und jetzt ausdrücken will.

Der Gestaltbegriff und das Konzept der Kontaktstörung

Ein Grundbegriff des Konzeptes ist das der "unabgeschlossenen Gestalt", was bedeutet, dass der Anpassungsprozess des Organismus/der Psyche an die Umwelt (und umgekehrt) als Kontaktprozess aufgrund möglicher Störungen nicht vollständig geschehen konnte. Ergebnis ist eine Kontaktstörung. Damit konnte sich eine "vollständige (oder 'geschlossene') Gestalt" im Sinne einer abgeschlossenen Anpassungsleistung nicht ausbilden.

Ursprünglich stammt der Begriff der "Gestalt" aus der Gestaltpsychologie, einer Psychologie der Wahrnehmung. Fritz und Laura Perls wenden ihn aber auf den ganzen Organismus an und orientieren sich dabei vornehmlich an der Gestalttheorie des Neurologen Kurt Goldstein und seiner ganzheitlichen Theorie des Organismus.

Das Konzept des Gewahrseins

Im Mittelpunkt der gestalttherapeutischen Methode steht die Entwicklung und Verfeinerung des Gewahrseins (Bewusstheit; der englische Begriff lautet "awareness") aller gerade vorhandenen und zugänglichen Gefühle, Empfindungen und Verhaltensweisen des Klienten. Der Klient soll dadurch in die Lage versetzt werden, seine Kontaktstörungen als solche zu erkennen und zu erleben, die ihn daran hindern, mit seiner Umwelt in einen befriedigenden Austausch zu treten. Über die Reaktivierung emotionaler Bedürfnisse und der Wahrnehmung derselben soll es dem Klienten ermöglicht werden, seine Kontaktstörung zu überwinden. Daraus folgt eines der wichtigsten Arbeitsprinzipien der Gestalttherapie, das **Prinzip des Hier-und-Jetzt: Die gegenwärtige Situation, auch die zwischen Klient und Therapeut, wird als der entscheidende "Ort" betrachtet, wo Veränderung geschieht.** Vergangenheit und Zukunft kommen auch in dieser gegenwärtigen Situation ins Spiel: z.B. als Erinnerung oder als Planung.

Das dialogische Prinzip

Die therapeutische Beziehung in der Gestalttherapie orientiert sich an den Grundsätzen der Beziehungsphilosophie Martin Bubers, der „dialogischen

Haltung“. Buber unterscheidet zwischen dem Handeln aus einer sog. Ich-Es-Haltung ("sachlich", auf ein Objekt bezogen, auch wenn das Gegenüber ein Mensch ist), und dem Handeln aus einer sog. Ich-Du-Haltung heraus, einer Hinwendung zum anderen Menschen auf gleicher Ebene, bei der die Person in ihrer Einzigartigkeit wertgeschätzt wird, ohne einen Zweck zu verfolgen. Beide Haltungen stehen in einem Wechselverhältnis zueinander, und werden je nach Erfordernis der Situation gewählt. Diese Haltung, in der die Therapiesituation als eine besondere Begegnung im Sinne Bubers verstanden wird, die ein hohes Maß an Authentizität und Wahrhaftigkeit erfordert, ist grundlegend für die Gestalttherapie.

Nun aber zur Aufstellungsarbeit.

Da war mein Einstieg viel langwieriger.

Ich hatte bereits 15 Jahre als Gestalttherapeut gearbeitet, empfand meine Arbeit nach wie vor als sehr erfüllend und doch gab es immer wieder Klienten, bei denen ich die Biografie hinauf und hinuntertherapieren konnte, die sichtlich litten und trotzdem immer wieder ihre verhängnisvollen Kreise ins Unglück drehten und mich in ziemlicher Ratlosigkeit zurückließen.

Da besuchten wir auf Anraten einer sehr lieben Kollegin ein Familienaufstellungsseminar bei Jakob Schneider. Was ich da erlebte, war höchst irritierend und aufregend gleichzeitig für mich. Meine Frau Barbara war sofort hellauf begeistert (ähnlich meiner Begeisterung bei meiner ersten Gestalttherapiegruppe), ich jedoch einerseits fasziniert und gleichzeitig sehr misstrauisch und innerlich zerrissen.

Was mich irritierte, war, dass einer inhaltlich so gut wie nichts wissen wollte von den Klienten, sofort unterbrach, wenn die ihr Anliegen mit mehr als drei Sätzen schildern wollten, da gerieten die Stellvertreter mit Dynamiken in Resonanz, zwei bis drei Generationen zurück, die sie unmöglich wissen konnten, die aber sichtbar und spürbar die Anliegen einer Lösung näher brachten, einer Lösung, die nur in Kooperation der Teile gefunden werden konnte, zu einem Ganzen hin, das neue Qualitäten möglich machte. – Das sah ich. Ich war phänomenologisch geschult, so konnte ich an den Phänomenen nicht rütteln. Aber dann diese radikale Lösungsorientiertheit, diese, wie mir damals schien tendenziöse Bestimmtheit, mit der den Menschen Lösungssätze in den Mund gelegt wurden. Es war mir einfach zu viel, wenn eine Frau, die ihre ganze Kindheit lang von ihrem Vater geprügelt worden war, nach einer halben Stunde Prozess in den Mund gelegt bekam: „Dafür bin ich dir böse, und lasse dir die Verantwortung dafür. - Aber du bleibst immer mein lieber Vater und ich bleibe Deine Tochter.“ – So schnelle Versöhnungen waren mir höchst suspekt, weil mir der Raum für das Spüren des biografisch erlebten Schmerzes immer sehr wichtig war. Aber die Berührtheit der Frau war echt und die Umarmung mit dem Stellvertreter des Vaters sichtbar und spürbar eine Geste, die tiefe

Erleichterung und Frieden ausdrückte. – Aber hielt so etwas an und waren es nicht nur höchst eindrucksvolle Inszenierungen, die bald wieder verblassten, wie es ja auch bei den dramatischen Vater – und Mutterverprügelungen in den Frühzeiten der Gestalttherapie der Fall war?

Trennend und irritierend für mich war auch das Primat der biologischen Herkunftsfamilie, auch und vor allem bei Menschen, deren Existenz den Klienten gar nicht bekannt war.

Aber trotz alledem, wenn es hier etwas gab, was Menschen, die Stunden vorher noch halbdepressiv herumhingen, so in ihre Lebenskraft bringen konnte, wenn es etwas gab, das alle „Solltes und Müsstes“ auflöste in eine organismische Selbstorganisation, die nur ein paar befreiende Durchbrüche zu den Ausgeschlossenen, nicht Gewürdigten benötigte, um sich einstellen zu können, dann lag hier die Lösung für so viele der Probleme, die mich und die anderen Menschen um mich herum belasteten, die sich auf die biographische Perspektive bei ihrer Lösungssuche beschränkten.

So begann ich mich trotz aller inneren Widerstände und Zweifel auf den Weg zu machen, zu einem tieferen Verständnis dieser Zugangsweise zu der Seele der Menschen oder der Menschheit und fuhr ich fast monatlich zu Jakob Schneider nach München, nahm mir noch die Lektionen an liebevoller Gründlichkeit und Experimentierfreudigkeit von Matthias Varga und Insa Sparrer hinzu und langsam begann ich tief in der Seele zu begreifen, dass in der Aufstellungsarbeit die drei wichtigsten Säulen der Gestalttherapie, nämlich:

Die Feldtheorie, die Phänomenologie und der Dialog vollinhaltlich erfüllt sind. Die **Feldorientierung** darüber, dass die Familienaufstellungen uns eine Menge Hinweise auf die Strukturen geben, die im Feld, in der Umgebung wirken, aber in einer Bezogenheit, die über den Rahmen, den sich Gestalttherapeuten setzen, weit hinausgeht. –d.h., die Kontaktgrenze wird über die Resonanzen der Stellvertreter weit über den biografischen Rahmen in Raum und Zeit hineinverlegt

Die **Phänomenologie** darüber, dass ein guter Aufsteller sich genauso wie ein guter Gestalttherapeut dadurch auszeichnet, dass die im Prozess auftauchenden Phänomene sehr genau beobachtet und von der Wirkung des Prozesses auf die Wirklichkeit schließt, die sich darunter oder dahinter verbirgt.

Auch wenn Aufstellern (und manchen zu Recht) vorgeworfen wird, dass sie mit einem Programm oder einem Rahmen arbeiten, während Gestalt mit dem arbeitet, was gerade auftaucht, vergessen gute AufstellerInnen sofort ihre Rahmen, wenn die Phänomene in eine andere Richtung weisen, bzw. die Resonanz über die Stellvertreter ausbleibt. Und es stimmt ja auch nicht, dass Gestalttherapeuten immer mit dem arbeiten, was gerade auftaucht, sondern eben mit dem, was der Therapeut erkennt. Womit soll er denn sonst arbeiten. –

Und **das Dialogische** darüber, dass ein phänomenologisch geschulter Aufsteller nie bei Sätzen bleiben wird, auch wenn er sie vorgibt, wenn eine

prozessfördernde Resonanz bei den Stellvertretern und – oder dem Klienten ausbleibt.

Findet man aber einen Satz, der dem Klienten eine Heilungschance eröffnet, dann weiß man, dass dieser Satz nicht von einem selbst stammt, sondern aus dem Dialog mit dem Feld dieser Aufstellung, wo etwas in uns ver – steht, im wahrsten Sinn des Wortes.

Daraus folgt, dass im Feld der Aufstellung eine dialogische Kommunikation stattfindet, die über die Grenzen des üblichen Gestaltverständnisses hinausgeht.

Aus der Arbeit mit Aufstellungen können wir viel über dialogische Vielfalt lernen.

Nachdem ich all dies erkannt und erfahren hatte, war ich reif, selbst mit dieser Methode auf eine verantwortungsvolle Art arbeiten zu können – das heißt für mich, zu einer Haltung gefunden zu haben, die mir den Mut gab, zu wagen, was gute Lösungen als Wagnis brauchen und die Dinge zu lassen, die allzu viel Schaden anrichten könnten.

Aber es blieb eine Frage, auf die ich lange Zeit keine Antwort fand: Warum war mir spontan nach meiner ersten Berührung mit der Gestalttherapie sofort klar, dass ich Gestalttherapeut werden wollte, was ich gegen alle äußeren Widrigkeiten durchzog und wie kam es, dass der Prozess der Annäherung und der Assimilation der Aufstellungsarbeit in meine therapeutische Arbeit und in mein Leben mir solche Mühe bereitet hatte?

Die Antwort fand ich in der Vorbereitung dieses Vortrages beim Studium eines Artikel Hunter Beaumonts¹, der ja auch seine Wurzeln in der Gestalttherapie hat und eine der Pionierfiguren der Aufstellungsarbeit ist.

Ich möchte dazu Hunter Beaumont selbst zitieren – er hat Folgendes bei einem Interview mit der englischen Gestalttherapeutin Judith Hemming gesagt:

Hunter: „Ich habe zwei Metaphern für Veränderung. Zunächst die Metapher von der Reise des Helden (Anmerkung Jack Finder: Sie steht für mich für die Gestalttherapie, aber auch für die Erfordernisse einer Zeit, wo Aufbruch und Ausbruch aus verknöcherten Strukturen wichtig für Weiterentwicklung waren.). Sie deutet auf einen handlungsorientierten

¹ Das obige Interview mit Hunter Beaumont führte die britische Gestalttherapeutin und Ausbildungstrainerin Judith Hemming.

Es ist zuerst erschienen in: British Gestalt Journal, Vol. 7, No. 2, 1998.

© British Gestalt Journal, 1998. Wir danken Malcom Parlett, dem Herausgeber des British Gestalt Journal, für die Genehmigung der deutschen Erstübersetzung. Aus dem Englischen von Ludger Firneburg, erschienen bei:

Gestalt-Institut Köln - GIK Bildungswerkstatt Staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung

Rurstr. 9 / Eingang Heimbacher Str. D-50937 Köln (Nähe Uniklinik)

Tel. 0221 - 416163 (di.-fr. 10.00 - 12.00) Fax. 0221 – 447652, eMail: gik@gestalt.de

Ansatz zur Problemlösung hin. Der Held oder die Heldin suchen nach Lösungen, indem sie sich von Konventionen lösen, in die Einsamkeit gehen, nach Höherem streben oder mit einem Drachen kämpfen. Sie kämpfen mit den Waffen der Einsicht und den Gaben des Wissens und besiegen die Not durch Klugheit und Stärke. Das ist ein patriarchaler Weg - auch für Frauen -, ein Weg, der Ich-Bewusstsein und Tat betont. Ein wichtiger und unverzichtbarer Weg. Er scheint lange gebraucht zu haben, um im menschlichen Bewusstsein als Möglichkeit auftauchen zu können, aber er birgt auch das Risiko einer zügellosen Technologie, die der Erde und der Seele Gewalt antut. Er fördert den Glauben, dass ich nur deshalb immer noch krank bin oder feststecke, weil ich es nicht hart genug versucht habe.

Der zweite Ansatz zur Problemlösung liegt metaphorisch im Spiraltanz der Frauen. Das ist eine alte Tradition. Die Frauen tanzten um die Felder, bevor diese bestellt wurden, um die Menschen daran zu erinnern, dass wir uns im Einklang mit den Kräften der Natur, den Jahreszeiten und den Phasen des Mondes bewegen müssen. Hier haben wir fast den entgegengesetzten Weg zur Problemlösung; dieser Weg sagt: "Gesundheit stellt sich dann ein, wenn ich meinen Platz in einer größeren Ordnung finde und mich ihr ergebe." **Es ist der Weg der Hingabe an die ewigen Wahrheiten und die Gesetze der Natur.**

(Anmerkung Jack Funder: Dies steht für mich für die Aufstellungsarbeit, aber auch für die Erfordernisse einer Zeit, wo Aufbruch und Eroberung der Welt und ihrer Sphären immer destruktivere Tendenzen zeitigen.)

Beide Wege sind wichtig, aber sie erfüllen unterschiedliche Funktionen. Es gibt eine Zeit, in der es nötig ist zu kämpfen, und es gibt eine Zeit, in der wir uns den Kräften dessen, was ist, ergeben müssen.

Es ist ein grundlegender Gedanke der Gestalttherapie, dass wir Teil eines größeren Ganzen sind, dass das Ganze etwas anderes ist als die Summe seiner Teile. Das Konzept der Gestalttherapie beinhaltet, dass "der andere" Bedeutung hat. **Die Frage ist, ob ich mir kleinere Gestalten ansehe, wo ich das Ganze bin, oder größere, in denen ich nur ein Teil bin.** Es ist dem Gestaltkonzept immanent, dass jedes Individuum gleichzeitig sowohl Totalität kleinerer Einheiten als auch Teil größerer Ganzheiten ist. Das ist die Struktur des Seins. Etwas anderes gibt es nicht. **Um die Zugehörigkeit zu einem größeren Ganzen zu erfahren, bedarf es dieser wunderbaren Hingabe, von der ich vorhin gesprochen habe, und die Erhaltung der Individualität in diesem Ganzen erfordert den Weg des Helden.**

Beide haben ihren Platz, aber es gibt - auch in der Psychotherapie - viel Verwirrung um die Frage, wann der eine und wann der andere Weg angemessener ist.“

Weisheit ist das, was uns hilft, die beiden Situationen zu unterscheiden.

Und ich denke, dazu haben wir uns auch zusammengetan, in diesem Kreis, um hart und lustvoll daran zu arbeiten, der Erlangung dieser Weisheit näher zu kommen.