



PROF. DR. KLAUS BAUMANN
ist Professor für Caritaswissenschaft
und Christliche Sozialarbeit an der Universität Freiburg,
Priester und Psychologischer Psychotherapeut.

Unbedingte Annahme als Grundvoraussetzung für persönliches Wachstum?

Die wichtigsten Variablen des Therapeuten¹-Verhaltens in personenzentrierter Psychotherapie nach Carl R. Rogers – unbedingte Annahme, Echtheit und Empathie – haben im Feld von Seelsorge und Spiritualität eine fast unkritisch positive Aufnahme gefunden. Es sind Variablen, die nach Rogers auf Seiten des Therapeuten die therapeutische Beziehung und sein aktives Zuhören und Intervenieren charakterisieren sollen. In einem seiner Hauptwerke, „Entwicklung der Persönlichkeit“², schreibt Rogers mit Bezug auf die Bedeutung von „unbedingte Annahme“ für eine *optimale Psychotherapie*, dass darin „der Therapeut diesen Klienten als einen Menschen von bedingungslosem Selbstwert einschätzte: wertvoll ohne Rücksicht auf seinen Zustand, sein Verhalten, seine Gefühle. ... Für den Klienten bedeutete diese optimale Therapie eine Entdeckung der zunehmend fremden, unbekannteren und gefährlichen Gefühle in ihm; diese Entdeckung ist allerdings nur möglich im Zuge der allmählichen Erkenntnis, bedingungslos akzeptiert zu werden.“

Die Erfahrung, einfach als er selbst akzeptiert zu werden, ging dem Kind und Jugendlichen Carl Rogers (1902-1987) ab. Seinen eigenen Berichten zufolge waren für ihn Beziehung, Nähe, persönliche Vertrautheit und Intimität in seiner sehr strengen protestantischen Farmer-Familie mit drei Geschwistern nicht erfahrbar, am wenigsten mit seinem Vater. Stattdessen erlebte er ständig Bewertung, Kontrolle, hohe Ansprüche – und entsprechend Gefühle eigener Unzulänglichkeit. Vor dem strengen Gott seiner Eltern konnte er nur durch harte Arbeit und gute Taten bestehen. Sein Biograph N. Groddeck schreibt: „Im Schonraum der Therapie, und hier insbesondere als Therapeut, konnte Carl, wie er später in seinen autobiographischen Schriften bemerkt, zaghafte Versuche mit zwischenmenschlicher Nähe und persönlichen Beziehungen machen, Erfahrungen sammeln und selbst in dieser Hinsicht dazu lernen und nachreifen.“³ Rogers übersetzte seine Emanzipation vom rigiden Moralismus seiner Eltern wirkungsvoll in seine therapeutische Theorie und Praxis.

Die therapeutische Enthaltung von Beurteilungen und das Gefühl, als sie selbst auch mit ihren verpönten Gefühlen und Impulsen akzeptiert zu werden, wirkte für die Klienten entlastend, befreiend und ermutigend. Hier ist keine Diskussion des Gesamtansatzes von Rogers möglich. Doch stellen sich die Fragen: Wie ist „unbedingte Annahme“ richtig zu verstehen? Und ist manches auch mit Liebe zu korrigieren (vgl. EB 22)? – sei dies im psychotherapeutischen Setting, aber auch im alltäglichen zwischenmenschlichen Umgang und erst recht im weiten Feld seelsorglicher Begegnungen, insbesondere in geistlicher Begleitung und Exerzitien.

Für alles folgende und in allen genannten Bereichen gilt: Für die Wohltat echten Zuhörens ist es unerlässlich, ein Klima des Vertrauens (statt des Vorverurteilens), der Echtheit und wirklich mitgehenden Einfühlens zu schaffen und zu fördern. Wer auf diese Weise zuhört, schenkt dem Gesprächspartner die Erfahrung, wirklich als er oder sie selbst gehört zu werden und anzukommen. Dies tut jedem Menschen gut. Die mitgeteilten Nöte und Unklarheiten können in solchem Klima zunehmend geordnet, schwer erträgliche Gefühle zu sich selbst und anderen können entgiftet werden. Solche Annahme im echten Zuhören braucht jedoch nicht als „unbedingt“ bezeichnet zu werden. Denn mehr noch als „Echtheit“ in taktlose oder naive Unverblümtheit und „Empathie“ in distanzloses Verschmelzen verkehrt werden können, wo sie missverstanden bzw. inkompetent praktiziert werden, kann es bei „unbedingter Annahme“ schon im Feld der Psychotherapie zu Missverständnissen und Fehl-

verhalten kommen; erst recht aber dort, wo sie für Seelsorge und christliche Existenz überhaupt als die schlechterdings richtige Einstellung zu Mitmenschen und zu den Gefährten auf dem Glaubensweg erklärt oder gehalten wird. Und: was wird aus dem Liebeserweis von kritischen Rückmeldungen (*Feedback*) oder gar *correctio fraterna*?

Von entscheidender Rolle ist für den therapeutischen Prozess die Patient-Therapeut-Beziehung. In genügend vertrauender Kommunikation als tragendem Geschehen in Psychotherapie werden Widerstände auftreten, die bearbeitet werden sollten, wird Verstehen auch durch Deutung mitgeteilt und sollten relevante Übertragungselemente bearbeitet werden. All dies kommt nicht in Gang und kann nicht zum Nutzen des Klienten gelingen, wo er sich nicht akzeptiert fühlt. Es kommt aber auch nicht in Gang und wird nicht gelingen, wo der Therapeut ihm nicht deutend hilft, die Dynamiken und Zusammenhänge neu und besser zu verstehen.

Der Klient lernt in den Interaktionen mit dem Therapeuten, sein Erleben, seine Erinnerungen und Regungen, Ängste und Wünsche als *Teil* seiner Realität zu erkennen und *anzunehmen*.

Kann man also schon hier nicht von einer *unbedingten* Annahme des Klienten sprechen, als würde der Therapeut jegliches Verhalten als in Ordnung akzeptieren, kommen noch andere Gesichtspunkte im alltäglichen zwischenmenschlichen Umgang und in der Seelsorge, erst recht in Geistlicher Begleitung und in Exerzitien ins Spiel.

Im alltäglichen Zusammenleben – auch unter Getauften – herrscht üblicherweise nicht die besondere Situation wie in der Psychotherapie. Die „Kunst der Kommunikation“ (W. Lambert) im alltäglichen Umgang miteinander sieht anders aus, schon deshalb, weil viele Mitmenschen einem permanent, gelegen *oder ungelegen*, „zugemutet“ werden, mit all ihren Ecken und Kanten – und mit ihnen kommen all die realen (hohen...) Ansprüche christlicher Nächstenliebe ins Spiel, die auch implizieren, lästige Mitmenschen geduldig zu ertragen (ein klassisches geistliches Werk der Barmherzigkeit), die Last anderer (mit-) zu tragen (Gal 6,2) und nicht nur die zu lieben, die auch einen selbst lieben (vgl. Lk 6,32). Es wäre lohnend, im Neuen Testament die Rolle von „Geduld“ (mit sich und anderen) zu meditieren – Paulus nennt sie eine Frucht des Hl. Geistes (vgl. Gal 5,22). In seinem Realismus formuliert er die Heraus- und Aufforderung von gegenseitiger „Annahme“, die allerdings nicht „*unbedingt*“ ist, sondern eine konkrete Gestalt und Richtung hat: „Nehmt einander an, wie auch Christus euch angenommen hat, zur Ehre Gottes“ (Röm 15,7). Christus ist das Maß der Annahme und in ihr der Sorge füreinander, die auch selbstkritisch rückmelden und konfrontieren kann (vgl. Mt 18,15f).

Auf diese konkrete Gestalt Jesu Christi und auf die Richtung der Verherrlichung Gottes hin wollen Frauen und Männer, die Geistliche Begleitung suchen oder Exerzitien machen wollen, sich bewusst in Freiheit einlassen und ihr Leben darauf hin ordnen (vgl. EB 21). Sie wollen in der Liebe wachsen. Um darin voranzukom-

men, helfen ihnen die Wohltat echten Zuhörens (s.o.), geeignete Gebets-Hinweise und die Zurücknahme des Begleitenden, um „den Schöpfer mit seinem Geschöpf und das Geschöpf mit seinem Schöpfer und Herrn wirken“ (EB 15) zu lassen. Dies geschieht insbesondere im intensiven Gebet „um innere Erkenntnis des Herrn“ (EB 104), in dem die Liebe Gottes zu uns offenbargeworden ist. Sie kann aufscheinen und erfahrbar werden auch in dem Dienst solchen Zuhörens und Begleitens, besonders wo es transparent wird auf Christus hin. Dafür sollte der Begleiter emotional genügend reif sein, um den besonderen Raum der Begleitung nicht vorrangig, wenn auch latent, für sich selbst und eigenes Nachreifen zu (ge- oder miss-) brauchen; er dient umso konstruktiver, je mehr er in seinem begleitenden Verhalten „herauspringt aus seiner Eigenliebe, seinem Eigenwillen und seinem Eigennutz“ (EB 189), und betend hofft, dass ihm die Liebe und Gnade des Herrn wirklich „genug ist“ (vgl. EB 234) – um auch in diesem Dienst weiter in ihr zu wachsen. □

¹ Um der besseren Lesbarkeit und Kürze willen, werden generisch maskuline Formen verwendet. Ich bitte für dieses Ungleichgewicht in der sprachlichen Gestalt um Nachsicht.

² Erstveröffentlichung 1961, dt. Stuttgart: Ernst Klett Verlag 1976; Zitate hier S. 184.

³ Norbert Groddeck, Carl Rogers: Wegbereiter der modernen Psychotherapie, Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft 2002, S. 10.