

Verwundbarkeit als Wagnis¹

Gestalttherapie und Fremdheitserfahrungen

von Pierre-C. Link

26 | Diskurs

„Der Mensch ist nicht Herr im eigenen Haus“ (Sigmund Freud)

Wer sich an einem Montagabend in einer deutschen Stadt auf die Straße begibt, kann Zeuge eines Schauspiels werden, das wir bis vor einigen Monaten gerne, wenn nicht in den Bereich bloßer Phantasie, doch wenigstens in eine ferne Vergangenheit gerückt hätten. Aber das aktuelle Erstarken öffentlich bekundeter Fremdenfeindlichkeit und der wiedergekehrte Ruf nach sicheren identitären Strukturen sind ebenso real, wie die zahlreichen Fälle rechter Gewalt gegen Asylsuchende (vgl. Weiß & Link 2016, 34).

Solche Situationen, in denen „etwas real vor uns hintritt, was wir bisher für phantastisch gehalten haben“ (Freud 1919, 267) weisen laut Freud einen besonderen Charakter auf, den er das *Unheimliche* nennt. Freud zeigt in seiner gleichnamigen Abhandlung, inwiefern das angstbesetzte Erleben von Fremdartigem – entgegen der naheliegenden Vermutung – weniger auf dessen Unbekanntheit, sondern vielmehr auf einer verdrängten Vertrautheit beruht. Ich werde im folgenden Beitrag vorschlagen, Fremdenfeindlichkeit und Überfremdungsängste anhand des Freudschen Begriffs als Ausdruck einer unzureichenden Auseinandersetzung mit eigenen Selbstpositionen zu interpretieren.

Diese sowohl für das einzelne Individuum als auch für die Reaktionsweise sozialer Kollektive relevante Perspektive stellt die Notwendigkeit einer kulturell geförderten Selbsterfahrung heraus: Die Aufgeschlossenheit gegenüber Fremden und Fremdem setzt eine Auseinandersetzung mit Aspekten des Fremden im eigenen Selbst voraus. Warum aber neigen Menschen in unterschiedlichsten Kontexten dazu, Fremdes nicht als etwas schlicht Neues, Interessantes, oder wenigstens Wertneutrales aufzunehmen? Was macht die Idiosynkrasie des Anderen aus? Vor dem Hintergrund von Freuds Überlegungen zum Unheimlichen erschließt sich folgender Interpretationsansatz:

Die Phänomene der Fremdenfeindlichkeit und Fremdenangst werden weniger durch den Inhalt, sondern vielmehr durch ein Strukturmoment generiert. Es ist nicht dieses oder jenes Fremde, das ängstigt, sondern es ist die Konfrontation mit der *Fremdheit als solcher* (vgl. Weiß & Link 2016, 35). Der fremde Andere verweist uns zurück auf eine *innere Nähe zur Fremdheit* im eigenen Selbst: Das „Unheimliche ist wirklich nichts Neues oder Fremdes, sondern etwas dem Seelenleben von alters her Vertrautes, das ihm nur durch den Prozeß der Verdrängung entfremdet worden ist.“ (Freud 1919, 264)

Gleichzeitig muss diese Vertrautheit mit Verdrängtem konstitutiv ausgeblendet werden. Dass wir dazu neigen, jene *Nähe zum eigenen Fremden am fremden Anderen* ding-

fest zu machen, beschreibt Freud als Projektion: „Wer etwas Kostbares und doch Hinfälliges [wie das gefestigte Ego] besitzt, fürchtet sich vor dem Neid der anderen, indem er jenen Neid auf sie projiziert, den er im umgekehrten Falle empfunden hätte.“ (Freud 1919, 262, [Anm. PCL]) Die Projektion macht die Irritation im Identitätsvollzug des Selbst äußerlich greifbar. ••ek weist daraufhin, dass Idiosynkrasie, gerade auf einer *minimalen* Differenz, zum gefürchteten und abgelehnten Anderen beruht:

„Although we are ready to accept the Jewish, Arab, Oriental other, there is some detail that bothers us in the West: the way they accentuate a certain word, the way they count money, the way they laugh. This tiny feature renders them aliens, no matter how they try to behave like us.“ (••ek 2007, 67)

Die Geringfügigkeit des Unterschieds verweist auf die Nähe zum Fremden. Es wird am Anderen verfolgt, nicht weil er in gravierender Weise anders ist als wir selbst, sondern weil er zum Repräsentanten des verdrängten Anderen unserer Selbst werden kann.

Der Schatten als das Fremde – Fremde sind wir uns selbst

An dieser Stelle kann man an die Theorie der Selbstpositionen von Frank-M. Staemmler (2015a) denken.² Der Schatten respektive das Fremde werden von mir als Selbstposition in diesem Sinne verstanden.

„Wir alle haben viele Stimmen in uns, viele unterschiedliche Meinungen, Ansichten und Einstellungen – sogar in Bezug auf denselben Gegenstand. Diese Stimmen repräsentieren die Summe unserer Beziehungen (tatsächliche oder imaginäre). In der Tat tragen wir die Spuren vieler anderer in uns; wir enthalten Vielfalten“ (McNamee 2013, 11 zit. n. Staemmler 2015b, 79).

In der Theoriebildung der Analytischen Psychologie kann man – in Erweiterung durch Verena Kast (2002, 52) – den Archetypus oder die Selbstposition des Schattens als das Fremde schlechthin bezeichnen. Nach Kast erscheint uns fremd, was uns unbekannt und unheimlich ist, uns aber gleichsam auf eine unabweisbare Art etwas angeht. Neben dem Moment der Fremdheit und Unheimlichkeit bringt die Perspektive der Analytischen Psychologie die Faszination des Schattens respektive des Fremden ins Spiel, was auch gestalttherapeutisch so eingeordnet werden kann. Denn als Gestalttherapeuten interessieren sich ja viele gerade für das, was Menschen auch zur Faszination bringt, als Gestalttherapeuten nehmen wir uns doch vor, unseren Patienten mit Neugierde, Offenheit und kultivierter Unsicherheit gegenüberzutreten – ja ein Gegenüber auf Augenhöhe zu werden.

¹ „Verwundbarkeit wagen“ ist eine Redewendung, die Prof. 'in Dr. Hildegund Keul, Frauenbeauftragte der deutschen Bischofskonferenz im Rahmen des von ihr initiierten Vulnerabilitätsdiskurs innerhalb der Disziplin katholische Theologie, geprägt hat (vgl. hierzu Keul 2013; 2014).

² Staemmler geht von einem dialogischen pluralen Selbst respektive Selbst-Anteilen aus, die er „Selbst-Positionen“ nennt. Zur Kritik und Erweiterung des Staemmlerschen Entwurfs eines dialogischen Selbst siehe Höll 2016, 23-40.

Carl Gustav Jung (1976, §485) hat vom sog. „positiven Schatten“ gesprochen, den Kast als das Fremde in uns verstehen möchte. Für Jung (1912, 1989, §103). gibt es Inhalte des Unbewussten, die bewusst gemacht werden können. Der Begriff des positiven Schattens scheint aber v.a. aus psychoanalytischer Sicht strittig, da der Schatten dort als etwas definiert ist, was vom Ich-Ideal aus nicht akzeptiert werden kann. Aber die Gestalttherapie bietet ja als Haltungsmethode Techniken, die verschiedene (durchaus auch verdrängte) Selbstpositionen und Seiten eines Menschen wieder in einen fruchtbaren Kontakt bzw. Dialog bringen können. Eine angenommene und integrierte Schatten-Selbstposition kann sich auf das Leben unserer Patienten vitalisierend auswirken und Authentizität bringen.

Jung liefert uns Gestalttherapeuten ein Verständnis des Unbewussten, das wir aus meiner Überzeugung durchaus mittragen können. Bei ihm ist das Unbewusste „nicht einfach ein Sammelbecken für Verdrängtes und Vergessenes [...], sondern eine psychische Ebene, aus der immer wieder neue Impulse kommen, Ausdruck einer psychischen Entwicklung bis zum Tod“ (Kast 2002, 52). Aus diesem Grund heraus erscheint uns in unserer Psyche immer auch etwas fremd und „will eingemeindet werden“ (ebd.). Dabei ist aber nicht zu vergessen, dass es in uns auch Fremdes gibt, das uns immer als solches fremd bleiben wird. Denn die „Andersheit des Anderen“, wie sie Emmanuel Lévinas (1999, 221) im „Antlitz des Anderen“ findet, bleibt, gegenüber der Aneignung des Schattens respektive des Fremden das unaufhebbar Andere.

Nach Kast ist es die Zukunft, die uns oft „verschattet“ erscheint: „Was erst gerade an die Schwelle des Bewußtseins gelangt und daher als fremd erscheint, das ist eigentlich unsere Zukunft“ (Kast 2002, 53). Der Mensch als Gewohnheitstier verteuftelt allzu schnell Neues und Fremdes – denken wir hierbei nur an die Flüchtlingsdebatte unseres Jahrhunderts. Dass wir in Europa und Deutschland eben nicht in einem nur friedvollen und nur sicheren Schlaraffenland leben, und dass unser kapitalistisches Gesellschaftssystem nicht konsequenzlos für andere Menschen und Länder ist, führt uns die Ankunft so vieler Flüchtlinge vor Augen. Die ankommenden Menschen, die vielen von uns oft so fremd erscheinen, werden nicht einfach als etwas Neues gesehen, sondern sie werden häufig verschattet, das bedeutet, dass es viele auch ängstigt.

„Was uns fremd ist, befremdet uns, es zieht uns einerseits an, beunruhigt uns aber auch, fordert

Auseinandersetzung, Annäherung bis hin zur Eingemeindung. Mit der Verbindung des Schattens zum Fremden in uns erreichen wir eine andere Ebene des Schattens“ (Kast 2002, 53).

Nach Kast (2002, 54) ist es das Fremde, das den Menschen dazu zwingen kann, Gewohnheiten und Grenzen zu überschreiten. Das Fremde verführt uns geradezu dazu und kann unsere Identität verändern. Und Kast folgert in Bezug auf unsere Identität, dass, „[j]e sicherer wir uns in unserer Identität fühlen, je mehr innere Freiheit wir haben, umso weniger werden wir dieses Fremde verschatten müssen, umso eher werden wir davon fasziniert sein“ (Kast 2002, 54).

Das Fremde hat aber auch das Potential Menschen zu ängstigen, dies v.a. dann, wenn man sich in seiner Identität verunsichert fühlt oder ein labiles Selbstgefühl besitzt. Gerade wir Menschen mit deutscher Geschichte haben in diesem Zusammenhang noch lange Zeit einiges aufzuarbeiten. Das Fremde wird aus Angst heraus als etwas Bedrohliches erlebt, und wir verhalten uns dementsprechend abweisend, weil wir in uns unserer Identitäten, unserer Selbstpositionen, unseres Schattens nicht bewusst sind. Faszination und Angst sind die beiden Emotionen, die in der Auseinandersetzung mit dem Fremden von besonderer Bedeutung sind.

Faszination – sich vom Fremden verzaubern lassen

Faszination, abgeleitet aus dem lateinischen Wort *fascinare*, was so viel wie verhexen oder verzaubern bedeutet, ist ein Gefühl, dass uns in seinen Bann zieht und uns drängt, dem unbekanntem Fremden nachzugehen. Dieses Gefühl weckt Offenheit und Neugierde gegenüber dem Fremden und lässt ihn für uns „attraktiv“ erscheinen (vgl. Kast 2002, 54f.). Das Fremde als unbekanntes fordert eine gewisse Hingabefähigkeit, was bedeutet, dass man sich diesem Fremden ein Stück weit überlassen muss und zunächst voraussetzungslos Vertrauen entgegenbringen sollte, auch wenn das zuweilen naiv erscheint. Eine Auseinandersetzung mit fremden Menschen braucht ihre Zeit und fordert Geduld, genauso wie das Auskundschaften des Fremden in unserer Psyche.

„Da wir oft etwas uns Unbekannt-Anziehendes aus unserer Psyche auf dieses Fremde projizieren, begegnen wir in ihm unserer eigenen Psyche: In der Faszination kommt uns aus der Mitwelt unsere Innenwelt entgegen, und wir wissen oft nicht, ist es jetzt das Äußere, was mich fasziniert, oder das, was ich hineinlege“ (Kast 2002, 55).

Genauso verhält es sich mit der Angst. In der Angst vor Flüchtlingen vermischt sich häufig etwas aus unserer Angst vor etwas in uns, mit dem, was uns tatsächlich von außen potentiell bedrohlich erscheint. Denken wir an die Willkommens-Kultur, die eine Etappe des Flüchtlingsdiskurses gewesen ist und hoffentlich immer noch ist. Das, was uns an Flüchtlingen fremd erscheint, kann etwas Verdrängtes sein, dessen wir uns entfremdet haben, und es kann gleichzeitig eine zukünftige Entwicklungsmöglichkeit sein – die wir deutschen Bundesbürger hoffentlich nicht verpassen, denn es bietet hier und heute gerade im Rückblick auf unsere nationalsozialistische Vergangenheit eine Entwicklungsmöglichkeit für Europa.

Die Analytische Psychologie Jungs spricht einerseits vom Schatten, aber auch von Anima und Animus als Archetypen des geheimnisvollen Fremden, die Beziehungen beeinflussen: „Beziehung zur Innenwelt, Beziehung zur Außenwelt, Beziehung zum Du, unsere Liebesbeziehungen, aber auch unsere Beziehung zu unserer eigenen Mitte“ (Kast 2002, 55). Der Geflüchtete erscheint uns zuerst als Schatten, als fremd. Hinter diesem Schatten sind aber auch andere archetypische Kräfte am Werk (ebd.). Wenn der Schatten respektive das Fremde abgewehrt werden, wenn der Mensch sich vor ihm ängstigt, dann wird der Zugang zu der faszinierenden Seite, zu Entwicklungspotentialen erschwert bis unmöglich sein.

Die Analytische Psychologie Jungs spricht einerseits vom Schatten, aber auch von Anima und Animus als Archetypen des geheimnisvollen Fremden, die Beziehungen beeinflussen: „Beziehung zur Innenwelt, Beziehung zur Außenwelt, Beziehung zum Du, unsere Liebesbeziehungen, aber auch unsere Beziehung zu unserer eigenen Mitte“ (Kast 2002, 55). Der Geflüchtete erscheint uns zuerst als Schatten, als fremd. Hinter diesem Schatten sind aber auch andere archetypische Kräfte am Werk (ebd.). Wenn der Schatten respektive das Fremde abgewehrt werden, wenn der Mensch sich vor ihm ängstigt, dann wird der Zugang zu der faszinierenden Seite, zu Entwicklungspotentialen erschwert bis unmöglich sein.

Der faszinierende Inhalt darf freilich nicht kritiklos oder realitätsfern betrachtet werden. Das, was uns bspw. an Flüchtlingen als Fremde fasziniert und eine Willkommens-Kultur belebt, zieht uns gleichermaßen auch ein Stück weit weg von der Realität – was im Auge behalten werden muss. Den Sog, den eine Faszination hat, gilt es zu ergründen und ihm mit Bewusstheit zu begegnen. Für Kast (2002, 56) heißt das konkret: „einerseits sich der Faszination hingeben und andererseits sie auch immer wieder dem alltäglichen Leben eingemeinden. Es ist ebenso gefährlich, der Faszination nicht zu folgen, wie ihr unkritisch nachzugehen.“

Wird die Faszination gegenüber Fremden abgewehrt, führt dies zu Unlebendigkeit und Stillstand – zu Resignation (vgl. ebd.). Kein Mensch kann sich unbegrenzt auf Fremdes einlassen, das muss klar sein. Es geht darum, von einem sicheren Boden aus das Fremde uns „in dem uns zu-

28 | Diskurs

träglichen Maß immer wieder zulassen [zu] können“ (ebd.). Faszination kann auch helfen, die Angst vor den Fremden zu überwinden – wobei die Angst spätestens, wenn die realen Konsequenzen der Faszination sichtbar und spürbar werden, wieder wach wird (vgl. Kast 2002, 56).

Angst vor der Wahrheit: Die heile Welt gibt es nicht

Durch das Gefühl der Angst wird das Fremde für uns zum Bösen. Denke man nur an Hexen und Teufel, die nach Kast (2002, 57) Projektionsträger des Bösen im Mittelalter waren und es zuweilen noch sind. Findet nicht auch in Bezug auf Flüchtlinge stellenweise etwas statt, das man als Hexenjagd bezeichnen könnte? Wenn etwas Fremdes bedrohlich zu werden scheint, bedürfen viele Menschen einer einfachen Erklärung von Gut und Böse. Das Fremde hebt immer auch ab gegen das Bekannte und Bewusste, was uns schon zur Heimat geworden ist (ebd.). Hier finden wir die Jungsche Erweiterung der Freudschen Theorie vom Unheimlichen. Das Fremde ist also nicht nur das Unheimliche also Verdrängte, das, wo man keine Heimat hat, sondern es kann auch als Entwicklungsimpuls verstanden werden (vgl. Kast 2002, 58). Die heile Welt, an die wir glauben, gibt es nicht. In Deutschland und Europa verändert sich durch die Ankunft der Geflüchteten vieles. Das ist gewiss, aber:

„Wandlung ist immer ein Risiko, wir müssen Vertrautes aufgeben und Neues, Fremdes auf uns zukommen lassen. Wenn das Fremde sehr unheimlich wird, wenn kaum noch Faszination, aber viel Angst damit verbunden ist, dann fühlen wir uns durch eine anstehende Wandlung existentiell zutiefst bedroht. Wandlung ist dann wie Sterben“ (Kast 2002, 58f.)

Auf die Fremden, auf Menschen, die nicht zu uns gehören, wird das Fremde projiziert (vgl. Kast 2002, 59). Fremde sind uns nicht nur die Flüchtlinge, sondern es können auch Menschen unserer eigenen Kultur sein, die ein Leben führen, das uns vielleicht fremd ist (z.B. Homosexuelle). Am Beispiel der Flüchtlinge sieht man, dass diese meist faszinierend sind, solange sie uns weit weg erscheinen, und je näher sie uns kommen, umso mehr fühlt sich so mancher geängstigt und bedroht. Projektionen können dann schwer aufrechterhalten werden, wenn Fremdes näher kommt. Der Angst vor dem Fremden nachgeben heißt für Kast (2002, 59), dass wir eine Identitätskrise fürchten und den Aufruf zu Entwicklung und Veränderung nicht aufnehmen möchten, der

sich dadurch ergibt. Wird der eigene Schatten auf fremde Menschen projiziert, entstehe die Angst, dass mit den Fremden all das in unser Leben trete, was wir an uns nicht wahrhaben wollen (Kast 2009, 59).

Gerade das Phänomen der Fremdenfeindlichkeit³ zeigt anschaulich, dass dabei auch eine Angst, dass wir „die Geborgenheit unter Unseersgleichen verlieren könnten“ (Kast 2002, 60), wach wird. Die Angst vor Fremden wirft uns auf die Frage um die Angst um unsere und vor unserer Identität zurück. Kast zieht den Schluss, dass, „[w]enn wir ein Feindbild auf fremde Menschen projizieren, unsere eigene Fremdheit auf sie projizieren und sie dort bekämpfen, [...] wir immer auch Angst [haben], daß unsere Eigenart verwässert werden könnte“ (ebd.). Es gilt das Fremde anzusehen, mit ihm in Berührung zu kommen, es zu akzeptieren und zu integrieren.

Unsere Entwicklung ist offen und niemals abgeschlossen, was mit Kast zur Frage führt, worauf wir uns denn noch verlassen können, wenn wir uns selbst Fremde geworden sind, oder wie es Freud sagt, nicht Herren und Frauen im eigenen Haus sind.

In der Tradition Laplanches habe ich versucht im ersten Teil Freud, Jung und Kast zum Sujet des Fremden zusammenzufassen. Der Gestalttherapie ist in ihrer Entstehungsgeschichte ja der Weg von der Couch zum Leeren Stuhl inhärent, weshalb ich in der Tradition Freuds begonnen habe.⁴ Ich bin auf Freud zurückgekommen, um die Gestalttherapie wieder mit ihrem tiefenpsychologischen Grund in Verbindung zu bringen. Mir ist es wichtig, die Psychoanalyse – ebengleiches gilt für die Gestalttherapie – immer wieder neu zu *gründen*, und sie somit an vier Orten der Erfahrung (klinisch, theoretisch, außerhalb-der-Mauern, historisch) als existent zu verstehen (vgl. Laplanche 2011, 40).

Ich möchte den psychotherapiegeschichtlichen Weg von der Couch zum leeren Stuhl – von der Psychoanalyse zur Gestalttherapie auch theoretisch nachvollziehen, in dem ich meine Argumentation zuerst auf Freud gegründet habe, um nun zur Gestalttherapie zu kommen. In meiner Lesart ist die Gestalttherapie ein tiefenpsychologisch fundiertes Verfahren, das unbewusste Prozesse, Abwehrmechanismen usw. genauso an-

³ Für eine umfassende Beschreibung der Ursachen für Xenophobie und für eine historische Einordnung siehe Oeser 2015.

⁴ Auch Blankertz (2016) verweist in *Die Geburt der Gestalttherapie aus dem Geiste der Psychoanalyse Sigmund Freuds* auf diese Bedeutung.

erkennt und berücksichtigt wie andere psychodynamische Schulen. Eine Gestalttherapie ohne Psychodynamik scheint mir, wie jegliche Form der Psychotherapie ohne Bezug auf psychodynamische Prozesse, wenig authentisch und zielführend zu sein.

Vertrautheit im Unvertrauten – gestalttherapeutische Aspekte

Solange keine Anerkennung der eigenen Fremdheit stattgefunden hat, wiederholt die Psyche jene auf Verdrängung beruhende Abwehr. Die Schließung von Grenzen durch europäische Nationen mag durchaus ein Korrelat dieses psychischen Mechanismus sein: Was die eigene Identität bedroht, muss dem (öffentlichen) Bewusstsein entzogen werden. Den Ausweg aus der pathologischen Wiederholung in der Reaktion auf das Andersartige und Fremde können wir mit Freud als *Durcharbeiten* beschreiben: Die Wirkung analytischer Psychotherapie besteht eben nicht in einem Bekämpfen der pathologischen Reaktionen, sondern in einem Ergründen ihrer tieferliegenden Motive und einer Anerkennung derselben. Solche „Versöhnung mit dem Verdrängten“ (Freud 1914, 212) kann nur in einer aktiven Auseinandersetzung mit dem Faktum der Verdrängung uneingestandener Selbstanteile erfolgen.

In zahlreichen psychotherapeutischen und anderen psychosozialen Handlungsfeldern findet derzeit Begegnung und Auseinandersetzung einerseits mit *den* Fremden (den geflüchteten Menschen) und *dem* eigenen Fremden (Selbsterfahrung im Kontakt mit den Anderen) statt. An Bildungs- und Psychotherapieorten sind die unbewussten Dynamiken des Einzelnen und der Gruppe in besonderer Weise wirksam. Verwoben mit den Lebensbiographien und traumatischen Erfahrungen, die bei allen Beteiligten vorhanden sind, wird Vergangenheit in der Gegenwart bedeutsam und therapeutisch handlungsrelevant (vgl. Link & Kraus 2015).

Im Verständnis analytischer Gestalttherapie und -pädagogik wird Lernen, Erziehung und Bildung – wie auch Psychotherapie – zur *Selbsterfahrung* respektive Persönlichkeitsentwicklung. Die Gestalttherapie hat dieses Moment und weitere Aspekte mit der Tiefenpsychologie gemeinsam.

„[J]ede Pädagogik [und Psychotherapie], die die Wirksamkeit dynamisch-unbewusster Prozesse beachtet, ist psychoanalytische Pädagogik [und Psychotherapie].“ (Bittner 1986, 35, [Anm. PCL]) Ebensolches möchte ich auch für die Gestalttherapie beanspruchen. Sie ist, inso-

fern sie die Wirksamkeit dynamisch-unbewusster Prozesse annimmt und anerkennt *analytische Gestalttherapie* respektive *Gestaltanalyse*, wie sie von Fritz Perls zuweilen bezeichnet wurde.

Die tiefenpsychologische Schule der Analytischen Psychologie Carl Gustav Jungs stellt uns Gestalttherapeuten, wie oben beschrieben, ein Schattenkonzept zur Verfügung, das wir auch bspw. im gestalttherapeutischen oder besser gestaltpädagogischen Seminar *Die Heldenreise* wiederfinden. Diesem Schatten geht es – verstanden in der Terminologie Frank-M. Staemmlers als Selbstposition – um Begegnung und Integration (vgl. Mittermair 2009, 165ff.). Im gestaltorientierten Seminar *Die Heldenreise* gibt es diverse Techniken, die eine Möglichkeit darstellen, dem eigenen Schatten begegnen zu können. Um eine erste Ahnung vom persönlichen Schatten zu bekommen und ihn bewusst werden zu lassen, schlägt Franz Mittermair (2009, 165f.), die Übung „Ich-Ideal und Schatten“ vor. Dabei werden beide Selbstpositionen, die des Ich-Ideals und die des Schattens einerseits bewusst gemacht, andererseits miteinander in Kontakt gebracht. Bei der Übung geht es darum den „Schattensack“ (Robert Bly), den man mit sich herumträgt zu Gesicht zu bekommen und zu analysieren. Eine weitere Möglichkeit den Schatten bewusst zu machen und ihm zu begegnen sei für Mittermair – in der Tradition von Werner Bock – der Humor. Wie für Freud ist auch für viele Gestalttherapeuten Humor und Witz ein wichtiger Zugang, um Bewusstheit zu schaffen, da er uns ganzheitlich prozessual zu aktivieren verhelfen kann. Als besonders sinnvoll erachte ich den Einbezug von den Reaktionen anderer, das sog. „Schatten-Feedback“, um dem Schatten zu begegnen (vgl. ebd., 167f.).

„Übung: Schatten-Feedback

Da die meisten Menschen gelernt haben, höflich zu sein, erfahre ich nicht unbedingt von selbst, wie sie mich einschätzen. Wenn ich mithören könnte, was andere Leute über mich erzählen, würde ich einiges über meinen Schatten (und natürlich auch ihren) erfahren.

Eine große Hilfe dabei, seinen persönlichen Schatten kennenzulernen, ist, sich ehrliches Feedback zu wünschen oder es einzufordern. Voraussetzung dafür ist natürlich, dass derjenige, von dem du dir ehrliche Aussagen erwartest, das Vertrauen in dich hat, dass du ihm dafür dankbar und nicht böse bist, ihn

nicht bestrafst oder ihm beleidigt bist. Das musst du vorher klären. Am besten ist, sich gegenseitig Feedback zu geben.

Fragen dafür können sein:

- Empfindest du mich als eher: fröhlich – ernst
verschlossen – offen
lebendig – steif
lustvoll – lustlos
machtvoll – ohnmächtig
liebervoll – kalt
organisiert – chaotisch
- Gibt es Eigenschaften an mir, von denen du den Eindruck hast, dass ich sie nicht sehe?
- Gibt es Verhaltensweisen oder Eigenschaften an mir, die dir besonders gefallen oder missfallen und über die du mir noch nichts gesagt hast?“ (Mittermair 2009, 167f.)

Als *via regia*, seinem Schatten zu begegnen, beschreibt Mittermair (2009, 168-171) – neben der Arbeit mit Phantasien und Träumen – den Umgang mit Projektionen. Denn, „das, was wir an uns selbst nicht annehmen oder uns nicht zugehen können oder wollen [...] [fällt uns] bei anderen stark [auf] und [beschäftigt uns] emotional [...]“ (Mittermair 2009, 168).

„Übung: Schatten-Projektionen

Schreibe die Namen von 10 Menschen, die du nicht leiden kannst oder an denen dir etwas nicht gefällt, auf ein Blatt links untereinander. Dann schreibe hinter jeden Namen eine bis drei Eigenschaften, die dazu führen, dass dir diese Person missfällt.

Dann gehe eine dieser Eigenschaften nach der anderen durch und werde dir bewusst, ob auch du diese Eigenschaft hast, wenn auch vielleicht in einer etwas anderen Form, und du darüber nicht glücklich bist. Oder ob diese Eigenschaft etwas ist, das du gerne hättest, dir aber nicht zugestehst oder das du bisher nicht erreicht hast. Sei dabei dir selbst gegenüber möglichst ehrlich.

Bei den meisten Eigenschaften wirst du fündig werden.“ (Mittermair 2009, 169)

Die Integration des Schattens setzt bei der Bewusstmachung von Projektionen und deren Zurrücknahme an. Das Ziel einer Integration mit dem Schatten ist nicht, dieser zu werden, sondern ihm einen Ausdruck zu verleihen, sich mit ihm auseinanderzusetzen – Bewusstheit heilt

(Fritz Perls). Denn sich mit dem Schatten allein zu identifizieren wäre alles andere als ganzheitlich und es gilt auch, das destruktive Potential dieser Selbstposition gut im Auge zu behalten (vgl. Mittermair 2009, 172). Mittermair unterscheidet die Schattenanteile und beschreibt, dass man manchen mit Heilung begegnen kann. Genauso wie Kast gesteht sich Mittermair ehrlich ein, dass es auch immer Schattenanteile geben wird, die nicht integrierbar sind, wie bspw. ein „Mordinstinkt“ (vgl. ebd.). Eine Übung, die Mittermair vorschlägt, um Projektionen zurückzunehmen, ist folgende. Wenn uns am Verhalten eines Menschen etwas stört, sollte man sich folgendes überlegen:

-- Welche Eigenschaften projiziere ich auf diesen Menschen?

-- Was hat das mit mir zu tun? Was davon will ich nicht akzeptieren oder gestehe ich mir nicht zu?

-- Was könnte ich gewinnen, wenn ich mehr von dieser Eigenschaft leben würde? (vgl. Mittermair 2009, 173).

In einem ersten Schritt geht es also um die Bewusstheit über Projektionen – über das dahinter des jeweiligen Abwehrmechanismus. Im zweiten Schritt geschieht eine Trennung von Projektion und Projektionsfläche bzw. von der Person, auf die wir projizieren, wodurch eine Neuordnung geschieht. Die ganzheitliche Bewusstheit über Inhalte der Projektion ist Bestandteil des dritten Schrittes. Dabei wird auch gefragt, was diese Inhalte für uns bedeuten und welchen persönlichen Nutzen wir daraus ziehen könnten (vgl. ebd., 174). Die Schattenanteile können z.B. in der Gestaltung einer Schattenmaske zum Ausdruck gebracht werden, durch die der Schatten eine Verkörperung und sozial-verträgliche Ausdrucksform erhalten kann, mit der sich der Patient erneut ganzheitlich auseinandersetzen kann (vgl. Mittermair 2009, 174-180).

Szenisches Verstehen und der Leere Stuhl

Das szenische Verstehen geht aus der psychoanalytischen Theorie Lorenzers hervor und wurde von dem psychoanalytischen Pädagogen Leber weiterentwickelt. In der gestalttherapeutischen Praxis können verdrängte Inhalte auch psychotherapeutisch (selbst-)verantwortungsvoll rekonstruiert und durchgearbeitet werden. Dieses Durcharbeiten ermöglicht die Stärkung der Reflexionsmöglichkeiten der Subjekte über ihre Konflikte und wird damit zu einer Maßnahme therapeutischer Förderung.

Frank-M. Staemmler (2015a) entwirft mit seiner Theorie des dialogischen Selbst ein postmodernes Menschenbild für die psychotherapeutische Praxis. In der Methode und Haltung der Gestalttherapie ist die Technik des leeren Stuhls eine reflexive und explorative Möglichkeit, die eigenen Selbstpositionen kennenzulernen und sich mit dem eigenen Fremden vertraut zu machen, um so offener und vielleicht sogar neugierig für den als fremd erlebten Anderen werden zu können. Wir gehen heute von der Pluralität und Dialogizität psychischer Prozesse aus, die in den vielen – auch fremden – Stimmen des Selbst zum Ausdruck kommen.

„Viele psychische Prozesse lassen sich als erlebte soziale Interaktionen auffassen, die sich das Individuum kreativ angeeignet hat und dessen dialogisches Format sein psychisches Geschehen prägt. Dadurch ist das individuelle Selbst seinem Wesen nach mit den Anderen verbunden und trägt die Signatur seiner Dialoge: Es bleibt lebenslang durchgängig auf die Anderen bezogen, eignet sich viele Erfahrungen, die es mit Anderen gemacht hat, an und transformiert sie in Aspekte seines Selbst.“ (Staemmler 2015b, 72, vgl. hierzu Koller 2012).

Die Technik des „leeren Stuhls“ kommt aus dem Psychodrama Morenos und kam von dort in die Gestaltpsychotherapie. Die therapeutische Wirksamkeit dieser dialogischen Technik wurde von Paivio & Greenberg (1995) nachgewiesen.

Gestalttherapeutische Settings bieten die Möglichkeit einen Ort und eine Zeit zu schaffen, in denen durch den Dialog zwischen Therapeuten und Patienten gegenseitige Regulation und Achtung gefördert werden und damit eine identitätsstabilisierende Funktion übernommen werden kann (vgl. Dlugosch 2010, 119). Kern der therapeutischen Gestaltarbeit – und dies nicht nur in Bezug auf den Umgang mit Erfahrungen des Fremden oder Befremdlichen – sind in Anlehnung an Burow (2001, 1052): *Kontakt, dialogische Beziehung, Begegnung, Bewusstheit, Erkennen des eigenen Anteils* und die *Übernahme von (Selbst-)Verantwortung*.

Verletzbarkeit als Wagnis – sich selbst wagen

Die aktive Auseinandersetzung mit den eigenen Selbstpositionen und seiner Geschichte stellt in einem weiter gefassten Sinn eine permanente therapeutische Aufgabe dar. Wir sind einem stetigen Veränderungsprozess unterworfen, der, wenn wir die Herausforderung annehmen, die Begegnung mit dem Anderen zu einer Bereiche-

rung machen kann. Das gilt ebenso für den fremden Anderen wie für das Andere unserer selbst. In Hinblick auf das aktuelle Aufblühen von Überforderungsängsten und die damit verbundenen Rufe nach nationaler Identität sehen wir uns als Gesellschaft vor einen ungeliebten Teil unserer Selbst gestellt.

Die bundesrepublikanische Erinnerungskultur der Vergangenheitsbewältigung bietet trotz aller Bemühungen keine Immunität gegen die überwunden geglaubten identitären Exzesse. Auch kann es nie genügen, die *Xenophobie der Anderen* zu benennen. Das Unheimliche, welches auch den Autor dieses Beitrags angesichts des gegenwärtigen politischen und sozialen Klimas überkommt, darf nicht zum Anlass unbeteiligten Fingerzeigens genommen werden (vgl. Weiß & Link 2016, 38). Vielmehr stellt die Befremdung dieser Tage einen Aufruf zu einem Lernprozess der anerkennenden Auseinandersetzung mit dem eigenen ängstlichen Selbst dar. Die Suche nach Identität betrifft uns alle und jeden Einzelnen und wird so zur gesellschaftlichen Aufgabe. Das Ziel einer analytischen Gestalttherapie der Fremde besteht in der Anerkennung dieser Tatsache: „Die Suche nach Identität kennt Etappen, aber kein Ende“ (Weiß & Link 2016, 38; vgl. hierzu Auchter 2016, 875).

...der Herr der Ringe

Mir kommt assoziativ eine Szene aus dem dritten Teil der *Herr der Ringe* Film-Trilogie in den Sinn. In dieser Szene erinnert sich Gollum an seine frühere Existenz in der Gesellschaft als Sméagol. Die ausgesprochenen Erinnerungen Gollums werden im Film szenisch kontrastiert mit Rückblicken in Geschehnisse dieser vergangenen Zeit. Konkret erinnert sich Gollum daran, dass er seinen Bruder Déagol ermordet hat, um in den Besitz des einen Ringes zu kommen. Bevor Gollum in seiner Erinnerung in die Höhlen des Nebelgebirges kriecht, sich dort versteckt und sich unter dem Einfluss des Ringes verändert, spricht er den Satz aus: „Wir haben vergessen wie Brot schmeckt, wie Bäume flüstern, wie der Wind streichelt, sogar unseren Namen haben wir vergessen.“ Dieser Satz ist für mich Ausdruck einer besonderen (Lebens-)Qualität, die ich bei Patienten in meiner analytischen Gestaltarbeit oft als verloren geglaubt erlebe. Viele Menschen sehnen sich heute nach einem Rhythmus, nach einer nicht-verlorenen Zeit, die den Zyklen der Jahreszeiten bzw. der Natur folgen.

Die Zeit heute scheint verknappert, der Mensch scheint *ent-zeitlicht*. Die Verbindung zur Natur und vor allem zu sich selbst scheint deformiert,

verloren, gleichzeitig ersehnt und erhofft. Der Mensch als Symbolwesen schafft sich seine *Eigen-Zeit* in seinen jeweils eigenen Koordinaten und Rhythmen. Nach Aleida Assmann leben wir heute in einer Zeit, in der der Mensch glaubt, seine Zukunft durch Eingriff autonom planbar und Geschichte schreibbar zu machen (vgl. Assmann 2013, 245). Das Zeitregime der zweiten Moderne legitimiere und unterstütze Prozesse der Selbst- und Weltermächtigung (vgl. ebd.). Diese „temporale Neubestimmung“ (Assmann 2013, 247) ist mit Unsicherheiten und Desorientierungen verbunden, die eine gestaltorientierte Haltung kultivierter Unsicherheit (vgl. Staemmler 1993, 1994) von Nöten macht.⁵

„Die Welt ist im Wandel“, so heißt es auch im *Herr der Ringe*. Dies gilt besonders für unsere Zeit. Wir befinden uns in einem stetigen Transformations- und Transitionsprozess in eine scheinbar „neue“ Welt. Für Assmann stehen wir nach einer Krise des modernen westlichen Zeitregimes an einer Wende, „am Anfang seiner Erneuerung“ (Assmann 2013, 247). Aber es scheint noch Orte und dort Personen zu geben, mit denen man wieder *lernen* oder besser *erfahren* kann, „wie Brot schmeckt, wie Bäume flüstern, wie der Wind streichelt [...]“. „Wie Brot schmeckt“ und einen „neuen“ Wind können Patienten zuweilen auch in der Psychotherapie erfahren. Und als Therapeuten haben wir das Privileg, das Leuchten in ihren Augen zu sehen, an der Entwicklung beteiligt zu sein und diese kostbaren *Augen-Blicke* der (Selbst-)Erfahrung *mit-zu-er-leben*. Sie kennen das, wenn Patienten von einem Sonnenaufgang oder einer klaren Sternennacht berichten, ihre Augen zu funkeln beginnen und eine Ausstrahlung zum Ausdruck bringen, die bspw. bei einer Patientin mit depressiver Symptomatik verloren geglaubt war.

Gerade bei Patienten mit erlebten Traumatisierungen (zu denen auch viele der Geflüchteten zählen) hat der konstruktive und ehrliche Umgang mit zuweilen verdrängten Erinnerungen eine besondere Bedeutung. Nicht nur die gegenwärtige Erfahrung, sondern auch die Erinnerung⁶ kann also die damals erfahrene Lebens-

⁵ Auchter (2016) postuliert das Gegenteil. Er appelliert an ein gesundes Selbstbewusstsein, das es erlaube, mit Offenheit, Mut und Risikobereitschaft auf das Neue und Fremde zuzugehen. Ein hinreichendes Maß an Selbstsicherheit sei die Voraussetzung dafür, Toleranz gegenüber Anderem und Anderen an den Tag zu legen (Auchter 2016, 875). Man müsste Staemmler fragen, ob er dies auch so sieht.

⁶ Für die Klärung des Begriffs der Erinnerung bei Freud und Hegel ist insbesondere auf die hervorragende Arbeit von Leonard Weiß hinzuweisen (vgl. Weiß 2016, 225-240).

qualität wieder prozessual aktivieren und ins Hier-und-Jetzt tragen, sie *er-lebbar* machen. Dabei geschieht eine Verbindung von *Hier-und-Dort* und *Jetzt-und-Damals*. Die Vergangenheit wird in Kontakt (z.B. indem Patienten ihre positiven Erinnerung erzählen) mit der Gegenwart und den beteiligten Personen in Beziehung gesetzt. Etwas „persönlich Bedeutsames“ kommt im intersubjektiven Raum gegenwärtig zum Ausdruck und lässt auch den Anderen etwas von der Qualität der Erinnerung, bzw. des Erlebten mitbekommen oder sogar nach- und miterleben.

Wenn man sich erinnert, blendet man zugleich auch das Nichterinnerte aus, bzw. vergisst dieses. Zwischen Erinnern und Vergessen besteht aus meiner Sicht phänomenologisch eine dialektische Beziehung. Erinnert man sich und verbalisiert die Erinnerung, tritt zugleich das Vergessen zu Tage. In einem ähnlichen dialektischen Bezug stehen Gegenwart und Vergangenheit zueinander.

Das Vergessen von positiven Lebensqualitäten respektive Erfahrungsqualitäten wie Freude, Liebe, der Geschmack des Brotes, das Säuseln des Windes – letztlich von Qualitäten eines ganzheitlichen Wahrnehmens-Erlebens – scheint Menschen unserer Zeit genauso zu belasten, wie das Nicht-vergessen-können von Lebenserfahrungen, wie das Scheitern, Kränkungen und Verlust.

Umgang mit Erinnerungen

Der kreative gestaltanalytische Umgang mit Erinnerungen im Hier-und-Jetzt kann eine Veränderung der Narrative des Individuums zur Folge haben. Werden im aufdeckenden Verfahren der Gestaltanalyse verdrängte Erinnerungen wieder zu Tage gefördert und mit Bewusstheit (körperlich, emotional und kognitiv) erlebt und „durchgearbeitet“ respektive „verstanden“, dann leistet die Gestaltarbeit einen Beitrag zur Subjektbildung, in dem sich der Patient im Gestaltprozess das Verdrängt-Vergessene zugänglich-verständlich macht und aneignet. Findet auf dieser Grundlage die psychoanalytische Deutung als Technik, auf dem Hintergrund einer gestaltorientierten Haltung, welcher die Gestalt-Prinzipien inhärent sind, im Geiste einer „kultivierten Unsicherheit“ (Staemmler 1994) Anwendung, kann erfahren werden, was Adorno als Erfahrung bezeichnet hat, nämlich „seiner selbst mächtig zu bleiben“ (Adorno 2006, 193). Damit entdeckt das Subjekt im Kontakt „[...] die Kraft, sich nicht von dem Schein der Unmittelbarkeit verblenden zu lassen, sondern, indem man des Werdens in

dem Gewordenen inne wird, über den bloßen Schein hinaus zu kommen; und es heißt zugleich auch die Kraft des Geistes, im Angesicht der Trauer, die das Vergangene in dem Betrachtenden erweckt, seiner selbst mächtig zu bleiben“ (Adorno 2006, 193).

Manche Erfahrungen und Erinnerungen gilt es aber auch in einem gesundem Maße zu vergessen, das heißt für mich auch, immer *unsicher-sein*, und dieses *unsicher-Sein* wurde von den Gestaltpsychotherapeuten als Gestalt-Prinzip implementiert: *Kultivierte Unsicherheit* (vgl. Staemmler 1993, 1994). Die Unsicherheit so zu kultivieren, dass sie z.B. therapeutisch nutzbar, d.h. anwendbar wird, das ist die Grundvoraussetzung dafür, dass durch eine Haltung kultivierter Unsicherheit in Therapien emotionale Lernprozesse unterstützt und zu Transformationsprozessen werden können. Dasselbe gilt für eine gestalttherapeutische Haltung in der Supervision (vgl. Miller 1990, 30).

„Veränderlichkeit bringt die Unsicherheit mit sich, nicht zu wissen, was im nächsten Moment, am nächsten Tag oder im nächsten Jahr sein wird. Diese Unsicherheit zu kultivieren, heißt optimistisch zu werden und Veränderung selbst dann für möglich zu halten, wenn man sie nicht erkennen kann“ (Staemmler 1994, 35).

Für Therapeuten bedeutet das eine gewisse Bereitschaft, jeden Eindruck vom Patienten, evtl. im nächsten Augenblick schon zu verwerfen, um offen zu sein, in der Haltung kultivierter Unsicherheit, für ein neues lebendiges und dynamisches Bild.

Resilienz und Verwundbarkeit

Wenige Begriffe haben im Zusammenhang mit der Begleitung menschlicher Entwicklung so große Hoffnung auf Kontrollmöglichkeit geschürt wie jener der Resilienz. In mancher Veröffentlichung haftet Resilienz fast etwas Übermenschliches an, was teilweise mehr nach der Ausbildung von Superkräften im Sinn einer „Unverwundbarkeit“ klingt (vgl. Anthony 1974), denn nach einer Fähigkeit, die unter schwierigsten Bedingungen *entwickelt* wurde. Der Mensch ist eben nicht nur widerstandsfähig, sondern eben auch verwundbar und dies ist alles andere als verwerflich. Erst durch unserer Verwundbarkeit, können wir überhaupt Empathie für die Verwundbarkeit anderer entwickeln und damit unserer sozialverantwortliches Handeln: „Es ist die Verletzlichkeit, die sich im Antlitz zeigt, die für Lévinas das Gebot begründet, unmittelbar für den Anderen verantwortlich zu sein“ (Burkhardt

et al. 2016, 25).

Die Gestalttherapie hat, folgt man Bröckling (2007), als Humanistische Psychologie den Selbstoptimierungswahn eines unternehmerischen Selbst und das narzisstische Zeitalter unserer Tage mit *ent-flammt* und *be-feuert*. Gerade deshalb ist es notwendig, diese Schattenseite der Gestalttherapie zu reflektieren und dieser Seite die Verwundbarkeit des Menschen als Gegengewicht gegenüberzustellen, um Mitgefühl und Verantwortung für einen anderen, womöglich Fremden, empfinden und tiefer wahrnehmen zu können. Daher bedarf es eines neuen Prinzips in der Gestalttherapie, das die Anthropozentrik einer vermeintlich humanistischen Psychotherapierichtung für gefährlich und für obsolet erklärt.

Der Kulturphilosoph und Psychoanalytiker Slavoj Žižek (2015) warnt uns aber zu Recht davor, dass Nächstenliebe und Empathie allein die Herausforderungen der Flüchtlingskrise und anderer Probleme, wie Terror und Gewalt, nicht meistern können. Die wirtschaftliche Motivation der Flüchtlingskrise zu durchschauen, den dahinterliegenden Klassenkampf bewusst zu machen, um ihn politisch angehen zu können, sind wesentliche Aufgaben, die sich nach Žižek auch für uns Gestalttherapeuten ergeben, sofern wir v.a. in der Tradition von Wilhelm Reich und Paul Goodman die Gestalttherapie auch als politische Wissenschaft verstehen. Für Žižek ist klar, dass wir ein Recht darauf haben, unsere europäischen Werte zu verteidigen, aber nicht auf Kosten derer, die teilhaben wollen, aber ausgeschlossen bleiben.

Wir werden uns unserer eigenen Verwundbarkeit neu und ganzheitlich bewusstwerden müssen, wie es die Theologin Hildegund Keul postuliert, indem sie in der katholischen Theologie einen Vulnerabilitätsdiskurs begründet hat. Ja, Verwundbarkeit ist eine unerhörte Macht (Keul 2015a; vgl. hierzu Keul 2014; 2015b).

„Die menschliche Verwundbarkeit übt eine unerhörte Macht aus in jenen Herausforderungen, mit denen Europa gegenwärtig konfrontiert ist. Auf der einen Seite stehen jene Menschen, die an den Grenzen Europas auf Einwanderung drängen, um einer lebensgefährlichen Situation zu entkommen. Aber Verwundbarkeit ist nicht nur für die Flüchtlinge ein Thema. Auf der anderen Seite stehen jene Menschen, die sich von dieser Flucht so Vieler in ihrer eigenen Verwundbarkeit angetastet sehen.“ (Keul 2015a, 39)

32 | Diskurs

„Dagegen eröffnet der Vulnerabilitätsdiskurs die Chance, sich neu in gesellschaftsrelevanten Fragen wie Armut, Migration und Klimawandel zu verorten. Dies führt mitten in die Risikozonen der Gegenwart hinein: in die Migrationsbewegungen mit ihren Todesstreifen und Hoffungsorten, in Kriegsgebiete mit ihren Zonen totaler Kontrolle, in die Megastädte mit ihren Arrival Cities.“ (ebd., 43).

Eine unerhörte Macht geht für Hildegund Keul (2013, 107) nicht erst aus der Verwundung, sondern aus der Tatsache hervor, dass wir potentiell verwundbar sind. Militärische und scheinbar soziale Absicherungs- und Versicherungssysteme erhalten ihre „Macht“ aus dieser potentiellen Gefahr, dass doch etwas passieren könnte. Dieser Denk- und Handlungsweise liegt zu Grunde, dass sie immer vom schlimmsten Fall ausgeht und damit mit den Ängsten und Bedürfnissen der Menschen nicht nur spielt, sondern mit diesen marktlogisch kalkuliert. Vieles tun Menschen, Staaten und Religionen derzeit, um nicht verwundet zu werden. Im Kontext von Migration ist Vulnerabilität ein Schlüsselbegriff, „[d]enn Menschen, die draußen auf ungewissen Wegen unterwegs sind, sind verletzlicher als andere, die sich zuhause in sicheren Räumen aufhalten.“ (Keul 2013, 108)

Flüchtlinge – Menschen, die flüchten müssen, weil sie um ihr Leben bangen, sind besonders vulnerabel und bedürfen unseres Schutzes. Dabei bewirkt manchmal allein schon die Befürchtung, dass Migration Konsequenzen für die eigene Sicherheit hat, dass eine Haltung der Offenheit gegenüber Neuankömmlingen verhindert wird. Konfliktgeladene und gewaltbesetzte Auseinandersetzungen mit dem Thema Migration finden sich auch innerhalb unserer Landesgrenzen. Und wie Politik und Macht daraus geschlagen werden, sehen wir an dem Einzug der AfD in die Landtage Deutschlands. Dies ist die Spitze eines Eisberges, dessen größter Teil noch unbewusst verborgen liegt und die „Titanic Europa“ mehr bedroht, als die Geflüchteten. „Migration verweist auf etwas Unerhörtes, das erhört werden will: die gefährliche Macht der Vulnerabilität“ (Keul 2013, 111). Innerhalb Europas gibt es, und das will nicht vergessen werden, auch vor den Geflüchteten und heute noch Menschen, die selbst dermaßen verwundet sind, dass ihnen ein Mitgefühl und eine Achtung vor der Verwundung Anderer nicht möglich ist (vgl. Keul 2013, 113).

Handlungsoptionen bilden für Keul (2013, 123) zwei Fragen, die mir auch als Therapeut in

schwierigen Sitzungen Unterstützung sind, wenn es um die Frage meiner eigenen Authentizität und damit meiner Vulnerabilität geht:

- Wo ist es notwendig, sich selbst vor Verwundung zu schützen?

- Und wo ist Hingabe gefragt, die das Wagnis der Verwundbarkeit eingeht?

Durch das Ankommen von Flüchtlingen verändert sich Europa. Für Veränderung offen zu sein, setzt eine Offenheit für die eigene Verwundbarkeit voraus und macht eine Haltung kultivierter Unsicherheit erforderlich. Es ist ein Irrglaube, zu meinen, dass durch erhöhte Sicherheitsmaßnahmen und -praktiken, die Sicherheit des Individuums steigt. Ich behaupte, dass das Gegenteil der Fall ist und ein Mehr an Sicherheitspraktik, uns noch vulnerabler macht. Wenn man sich die Tragik der Terroranschläge des 11. Septembers 2001 vor Augen ruft, wird klar, wie eine Nation, die ihr Land als unverwundbar wahrgenommen hat, psychisch tief getroffen wurde, gerade weil sie sich für unverwundbar gehalten hatte. Freilich machen wir uns und das, was wir dachten, was uns als Deutsche in Europa ausmacht, verwundbar, wenn wir uns anderen Kulturen und Lebensweisen öffnen. Aber das ist gerade das Gemeinsame, was auf beiden Seiten zur Disposition steht: Sich verwundbar, d.h. immer auch offen für Veränderung zu zeigen, oder sich abzugrenzen, wo Angrenzung von Nöten wäre. Ob wir Deutschen aus unserer Geschichte, insbesondere aus der Zeit des Nationalsozialismus auch nur annähernd etwas gelernt haben, wird sich an unserem menschlichen oder auch unmenschlichen Umgang mit den fremden Geflüchteten erweisen. Und vergessen wir nicht, dass *xénos*, das altgriechische Wort für den Fremden immer auch Gast bedeutet hat. Wie begegnen Sie Gästen, seien sie eingeladen oder auch nicht? Wichtig und richtig ist, dass sie da sind und wir Hier-und-Jetzt mit ihnen am Leben sein können.

„Die Stimme des Intellekts ist leise, aber sie ruht nicht, ehe sie sich Gehör verschafft hat“

Sigmund Freud in Die Zukunft einer Illusion, Leipzig 1927, 87

Literatur

- ADORNO, T. W. (2006): Zur Lehre von der Geschichte und von der Freiheit. Frankfurt/M.
- ANTHONY, E. J. (1974): A risk-vulnerability intervention model for children of psychotic parents. In: ANTHONY, E. J. & KOUPELNIK, C. (Hg.): The child in his family: Children at psychiatric risk. New York, 99-121.
- ASSMANN, A. (2013): Ist die Zeit aus den Fugen? Aufstieg und Fall des Zeitregimes der Moderne. München.
- BITTNER, G. (1986): „Gibt es eine Psychoanalytische Pädagogik?“ In: Kind und Umwelt 50, 34-41.
- BLANKERTZ, S. (2016): Die Geburt der Gestalttherapie aus dem Geiste der Psychoanalyse Sigmund Freuds. Berlin.
- BRÖCKLING, U. (2007): Das unternehmerische Selbst. Frankfurt/M.
- BURGHARDT, D., DEDERICH, M., DZIABEL, N., HÖHNE, T., LOHWASSER, D. & ZIRFAS, J. (2016): Vulnerabilität in verschiedenen Wissenschaften: Ein Überblick. In: Behinderte Menschen 2/2016. 19-31.
- BUROW, O.-A. (2001): „Gestaltpädagogik und Erwachsenenbildung“. In: FUHR, R. STRECKOVIC, M. & GREMLER-FUHR, M. (Hg.) Handbuch der Gestalttherapie, 2. Aufl., Göttingen, Bern, Toronto, Seattle, 1051-1068.
- DLUGOSCH, A. (2010): „Selbst, Identität, Entwicklung und Krisen“. In: AHRBECK, B. & WILLMANN, M. (Hg.): Pädagogik bei Verhaltensstörungen. Ein Handbuch, 113-119.
- FREUD, S. (1914): „Erinnern, Wiederholen und Durcharbeiten“. In: Studienausgabe Ergänzungsband, 205-215.
- FREUD, S. (1919): „Das Unheimliche“. In: Studienausgabe Bd. IV, 241–247.
- HÖLL, K. (2016): Dialogizität des Selbst und dialogischer Ansatz. In: : Gestalttherapie 1/2016, 23-40.
- JUNG, C. G. (1912, 1989): Persönliches und überpersönliches Unbewusstes. GW 7.
- JUNG, C. G. (1976): Die Archetypen und das kollektive Unbewusste. GW 9/1.
- KEUL, H. (2013): Weihnachten. Das Wagnis der Verwundbarkeit. Ostfildern.
- KEUL, H. (2014): Verwundbarkeit wagen. Kirche in heterogener Gesellschaft. In: [Pangel – Magazin für missionarische Pastoral 2/2014.
- KEUL, H. (2015a): *Verwundbarkeit – eine unerhörte Macht. Christliche Perspektiven im Vulnera-*

bilitätsdiskurs. In: Herder Korrespondenz Heft 12, 2015, 647-651.

KEUL, H. (2015b): Migration – the Venture of Vulnerability. In: GRUBER, J., RETTENBACHER, S. (ed.): Migration as a Sign of the Times. Towards a Theology of Migration, Leiden, Boston, 167-190.

KLEBER, E. W. & STEIN, R. (2001): Lernkultur am Ausgang der Moderne. Baltmannsweiler, 116

KOLLER, H.-C. (2012): Bildung anders denken. Einführung in die Theorie transformatorischer Bildungsprozesse. Stuttgart.

LÉVINAS, E. (1999): Die Spur des Anderen. Untersuchungen zur Phänomenologie und Sozialphilosophie. Freiburg, München.

LINK, P.-C. & KRAUS, M.-T. (2015): „Die ars oblivionis und die ars memoriae als gestaltpädagogische Künste – Zum Verhältnis von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft aus gestaltpädagogischer Perspektive“. In: Zeitschrift für Gestaltpädagogik 2/2015, 40-48.

LINK, P.-C. (2016a): Inclusion and Gestalt pedagogy – Gestalt oriented counselling of multi-professional Teams. In: International Education and Research Journal 4/2016, 64f.

LINK, P.-C. (2016b): The stranger within. Towards a psychodynamic Gestalt pedagogy of the self. In: International Education and Research Journal (IERJ) 6/2016, 18-20.

LINK, P.-C. (2016c): The concept of 'vitanity' as an alternative to the concept of humanism in the human sciences. About the necessity for a criticism of humanism based on a psychoanalytical and cultural theory. In: Medical International Review (MIR), 1/2016 (106), 51-58.

MCNAMEE, S. (2013): The difference of dialogue: Toward a relational ethic. In: LIÉGOIS, A., BURGGRAVAE, R., RIEMSLAGH, M. & CORVELEYN, C. (eds.): After you! Dialogical ethics and the pastoral counselling process. Leuven, Paris, Walpole, 3-13.

MILLER, M. V. (1990): Toward a Psychology of the Unknown. In: The Gestalt Journal (1990) 13/2, 23-41.

MITTERMAIR, F. (2009): Neue Helden braucht das Land. Persönlichkeitsentwicklung und Heilung durch Rituelle Gestaltarbeit. Wasserburg.

OESER, E. (2015): Die Angst vor dem Fremden. Die Wurzeln der Xenophobie. Darmstadt.

RICHTER, H. E. (1979): Der Gotteskomplex. Die Geburt und die Krise des Glaubens an die Allmacht der Menschen. Reinbek.

STAEMMLER, F.-M. (1993): Kultivierte Unsicherheit. In: MAACK, N, LAUKAT, C. & MERTEN, R. (Hg.): Ohnmacht, Macht, Machtmißbrauch – Was ist Macht? – Dokumentation der Münchner Gestalt-Tage 1993. Eurasburg. 110-136.

STAEMMLER, F.-M. (1994), Kultivierte Unsicherheit – Gedanken zu einer gestalttherapeutischen Haltung. In: Gestalt-Publikationen 17 (Würzburg: Zentrum für Gestalttherapie).

STAEMMLER, F.-M. (2015a): Das dialogische Selbst. Postmodernes Menschenbild und psychotherapeutische Praxis. Stuttgart.

STAEMMLER, F.-M. (2015b): „Die vielen Stimmen des Selbst. Zur Dialogizität und Pluralität psychischer Prozesse“. In: Gestalttherapie - Forum für Gestaltperspektiven 2/2015, 72-85.

STAEMMLER, F.-M. (2016): Kränkungen. Verständnis und Bewältigung alltäglicher Tragödien. Stuttgart.

STEIN, R. (2005): Einführung in die pädagogische Gestaltarbeit. Und die gestalttheoretische Sicht von Störungen, Baltmannsweiler.

STEIN, R. (2015): Grundwissen bei Verhaltensstörungen, 4. Aufl., Baltmannsweiler.

G. (Hg.): Hermeneutik und Psychoanalyse. Perspektiven und Kontroversen, Würzburg, 225-240.

WEISS, L. & LINK, P.-C. (2016): Das Unheimliche Selbst. In: Zeitschrift für Gestaltpädagogik 1/2016, 34-39.

•I•EK, S. (2007): How to Read Lacan. New York.

•I•EK, S. (2015): Der neue Klassenkampf. Die wahren Gründe für Flucht und Terror. Berlin.

Autor

Pierre-Carl Link arbeitet als wissenschaftlicher Mitarbeiter am Lehrstuhl für Pädagogik (Universität Würzburg), weiterhin als Gestaltanalytiker in freier Praxis und leitet das Hekation-Institut für gestaltorientierte Beratung, Supervision und Forschung in Würzburg. Er ist zweiter Vorsitzender der Gestaltpädagogischen Vereinigung e.V. (GPV).

Anschrift des Autors:

pierre-carl.link@uni-wuerzburg.de
www.cheiroikos.de