

Selbstreflexion - in der Diskussion

Ein Bericht von der SG-Veranstaltung am 21.11.1998

Im Anschluss an die drei Vorträge fand eine etwa 90 Minuten dauernde Diskussion im Plenum statt. Im Folgenden möchte ich einige Diskussionsbeiträge nachzeichnen. Das Ergebnis sagt natürlich (leider) mehr über mich als über die „tatsächliche“ Diskussion aus. Sollten sich DiskussionsteilnehmerInnen von mir gänzlich missverstanden fühlen, täte mir dies leid. Wäre mein Unvermögen aber der Anlass zu einer erläuternden Gegendarstellung, so wäre ich außerordentlich froh und könnte meine Unfähigkeit gar nachträglich als „kreatives Missverstehen“ (im Sinne de Shazers) verkaufen. Denn Aufgabe dieses Heftes soll es ja sein, die einzelnen Mitgliedsinstitute anzuregen, ihr Verständnis von und ihren Umgang mit *Selbstreflexion* in der Weiterbildung darzustellen. Diese Stellungnahmen könnten dann ebenfalls zusammengefasst publiziert werden.

Als Beobachter, der das erste Mal an einer Versammlung der SG teilnahm, fiel mir an der Gesprächsatmosphäre sehr angenehm auf, dass die DiskussionsteilnehmerInnen aufeinander bezogen und - trotz teilweise großer inhaltlicher Unterschiede - sehr wertschätzend miteinander umgingen. Auch das Profilierungs-Monster (sonst anderenorts Dauergast bei vielen Diskussionen) schien kaum einen Einfluss auf die Diskutierenden auszuüben (nach Externalisierung gezähmt, genutzt, vertrieben oder ...?). Als relativ Außenstehender empfand ich den teilweise freundschaftlich-vertrauten Umgang vieler SG-Vertreter miteinander als gutes emotionales „Bindemittel“ für diese kontroverse und inhaltsreiche Diskussion.

Kurt Ludewig eröffnete die Diskussion, indem er die Aussage seines Referats zuspitzte: Die selbstverständlich vorausgesetzte Bedeutung der Selbstreflexion für die Weiterbildung sei Teil eines Mythos. Empirische Untersuchungen darüber lägen nicht vor.

Tom Levold verdeutlichte demgegenüber noch einmal eine These seines Vortrages, dass Selbstreflexion nicht „Läuterung“ zum Ziel habe, sondern dazu diene, dass WeiterbildungskandidatInnen mehr darüber erfahren, wie sie sich in affektiv komplexen Situationen (gerade in der Arbeit mit Mehrpersonen-Systemen, die vielen ungewohnt sei) orientieren und welche Unter- und Entscheidungen sie vornehmen. Ob mehr Flexibilität und Wahlmöglichkeiten (die aus diesem Wissen folgen sollten) erlernbar seien, sei die Frage. Dem fügte Jürgen Linke später die Überlegung hinzu, dass gerade für KonstruktivistInnen Selbstreflexion konstitutiv sei, da die Relativierung eigener Realitätskonstruktionen eine Quintessenz des Konstruktivismus sei. Selbstreflexion, die sich mit der Unterscheidung „Was sind meine Wirklichkeitskonstruktionen/ was sind die der anderen?“ beschäftige, sei somit auch ein Mittel, um eine Haltung der Toleranz zu erleichtern, die dem Konstruktivismus entspricht. Auch Arist von Schlippe wies darauf hin, dass die Psychologie als Wissenschaft in einer besonderen Lage sei, da sie ihr Objekt - den Menschen - erst „erzeugen“ müsse. Wie dies geschehe, habe viel mit

dem Bild von sich selbst zu tun, so dass es auch hier um die Reflexion eigener grundlegender Unterscheidungen gehe.

Andrea Ebbecke-Nohlen leitete mit ihrem Statement eine Diskussion über die Begriffe Selbstreflexion und Selbsterfahrung ein: Da wir uns nicht selbst erfahren können, bestünde die *gesamte* Heidelberger Weiterbildung aus „Selbsterfahrung“. Tom Levold kritisierte, dass ein derart erweitertes Verständnis von Selbsterfahrung diesen Begriff schließlich sinnlos werden lasse. Hans Georgi verwies darauf, dass Selbstreflexion beinhalte, Prozesse von einer Metaebene aus anzuschauen. Selbsterfahrung und Selbstreflexion verhielten sich wie „Atmen“ und „Beobachtung des eigenen Atems“ zueinander (Michael Grabbe). Ulf Klein nannte in diesem Zusammenhang den Wechsel von Involviertheit und Distanziertheit als Charakteristikum des Selbstreflexionsprozesses. Roswitha Schug führte den Begriff „Selbsterfindung“ ein, den die Marburger als hilfreich erachteten.

Ein weiterer Diskussionspunkt stellte die Unterscheidung von Selbstreflexion und Therapie dar. Ausgelöst wurde dies meiner Erinnerung nach durch die Schilderung des Kölner Instituts über ihre Organisation des Selbstreflexions-Teils der Weiterbildung: Da die WeiterbildungsteilnehmerInnen des Kurses 100 Stunden Selbstreflexion im Einzel-Setting mit einem Lehrtherapeuten absolvieren, entstand bei einigen DiskussionsteilnehmerInnen offenbar der Eindruck, es handele sich um eine *Lehrtherapie*. Demgegenüber betonte Hans Georgi, dass Selbstreflexion anders als Therapie keine Problemlösungen (die kurz und lösungsorientiert erfolgen könnten) zum Inhalt habe, sondern dass es gerade um die *Erhöhung* von Komplexität ginge, weswegen derartige Reflexionen über eigene „kognitive und affektive Realitätskonstruktionen“ (Jürgen Linke) auch länger dauern könnten.

Ein weiterer Diskussionspunkt betraf die Reaktion der KundInnen, d.h. der WeiterbildungsteilnehmerInnen: Kurt Ludewig beschrieb (leicht ironisch), dass es in den Selbstreflexions-Einheiten sehr emotional zuginge und die TeilnehmerInnen sehr zufrieden herauskämen. Arist von Schlippe glaubte hier einen leicht verächtlichen Unterton herauszuhören, den er so von Kurt nicht kenne. Der (nicht ganz ernst gemeinte) Versuch, Kurt an dieser Stelle zur Teilnahme an einer Selbsterfahrungs-Einheit zu verführen („Welche schlechte Erfahrung mit Selbsterfahrung kommt Dir in den Sinn?“) scheiterte aber zwangsläufig.

Jürgen Linke bemerkte, dass *Sinn* eine zentrale Dimension des Psychischen sei und die Beschäftigung mit Sinn in der Selbstreflexion daher auch einem Bedürfnis der KundInnen entspreche. Tom Levold sprach sich deswegen dafür aus, unbedingt bei der Frage, wie eine konstruktivistisch konzipierte Selbstreflexion aussehen könne, die Perspektive der KundInnen (= WeiterbildungsteilnehmerInnen) mit einzubeziehen. Dies sei auch die Frage an uns selbst, wovon wir in unserer Entwicklung als TherapeutInnen profitiert hätten.

Ein letztes Thema (das aber eher angedeutet als konkret beschrieben wurde) betraf die unterschiedlichen Gestaltungsformen der Selbstreflexion: Auch hier nahm Kurt Ludewig einen besonders pointierten Standpunkt ein, indem er sich gegen „Laborbedingungen“ aussprach,

um Selbsterfahrung zu evozieren. Nützlich sei das Lernen durch Rückkoppelung im Therapie-Prozess selbst. Demgegenüber betonte Andrea Ebbecke-Nohlen (entgegen dem Vorwurf, systemische TherapeutInnen seien „verkopft“) die Bedeutung von Fühlen, Körper und Handeln in der Selbstreflexion, was z. B. durch die Arbeit mit Skulpturen unterstützt werden könne. Sie wandte sich aber gegen Selbstreflexion als starres Programm, weswegen in Heidelberg die Weiterbildung eher so organisiert sei, dass sich die TeilnehmerInnen aus einem Angebot Bausteine zur Selbstreflexion so zusammensuchen könnten, wie es zu ihnen passe. Arist von Schlippe verwies auf den Begriff der Macht, um systemische Selbstreflexion von Formen der Selbsterfahrung abzusetzen, wie er sie in anderen Therapieverfahren (z.B. Gestalt-Gruppen) kennengelernt habe, wo oftmals die *TherapeutInnen* die Kriterien einer „gelungenen“ Selbsterfahrung bestimmten. Demgegenüber habe er den Eindruck, dass innerhalb der Weiterbildung des Weinheimer Instituts eine machtfreie Selbstreflexion gelinge.

Stephan Baerwolff