

Die englische Originalversion dieses Textes „Training Narrative: Leslie Greenberg“ erschien auf der Learning Emotion-Focused Therapy Website von Robert Elliott (<http://www.process-experiential.org/learning/greenberg.html>):

Leslie Greenberg schildert seinen therapeutischen und wissenschaftlichen Werdegang

Meine Interesse für humanistische Verfahren begann zur Zeit meines Ingenieurstudiums. Ich las existentialistische Autoren wie Sartre, Camus und ein paar Phänomenologen. Als ich nach meinem Abschluss in Maschinenbau zur Psychologie überwechselte, suchte ich nach Möglichkeiten, wesentlich komplexere Systeme zu verstehen - nämlich mich selbst und andere Menschen. Emotionales Erleben und seine Regulation erschienen mir zusammen mit einem Bedürfnis nach Zugehörigkeit und Neugier die hervorstechendsten menschlichen Antriebskräfte zu sein.

Als Student begann ich meine Ausbildung in klientenzentrierter Therapie bei Laura Rice. Ich nahm außerdem an einer Reihe von Selbsterfahrungsgruppen am Zentrum für Beratung und Entwicklung der York University teil. In diesen Gruppen lernte ich eine Menge über Menschen, mich selbst und emotionales Erleben. Ein großer Teil dieses Lernens war jedoch implizit. Ich entdeckte zudem früh, dass ich, obgleich ich nicht viel über akademische Psychologie wusste, ein talentierter Therapeut war. Die Klienten-zentrierten Bedingungen von Empathie, Respekt und Echtheit schienen mir zu liegen. Ich war begeistert, meinen eigenen Weg als humanistischer Therapeut gefunden zu haben. Das war ein himmelweiter Unterschied zu Maschinenbau. Ich beschäftigte mich eingehend mit Rogers, Gendlin und Rice und wurde später mit Perls bekannt gemacht. Ich las sie alle mit talmudischem Eifer. Es war für mich wie eine Religion. Ich war so von klientenzentrierter Therapie durchdrungen, dass ich zu einem richtigen Puristen wurde. Ich lernte, dass die Beziehung an sich notwendig und hinreichend war. Ich glaubte, dass die Sicht, die Menschen von sich selbst haben, in Beziehungen ausgebildet wird und in Beziehungen verändert werden kann. Intrapsychische wie interpsychische Akzeptanz schienen für mich eine zentrale Rolle dabei zu spielen, die Angst zu überwinden, die durch die Wertebedingungen (conditions of worth) erzeugt wurde. Im Rahmen dieser Überzeugungen begann ich ein akribisches Training, um zu lernen, mit feinsten Differenzierung auf die Bedeutungsnuancen und Nuancen im Ausdruck von Gefühlen von Menschen zu achten. Auf diese Weise zu üben, war ein unheimlich fruchtbarer Lernnährboden. Anstatt auf direkte Weise zu intervenieren, und zu versuchen, Diagnosen zu

stellen, zu interpretieren oder zu modifizieren, war das, was ich lernte, zuzuhören und mein Verständnis im Dialog mit dem Klienten zu überprüfen. Dann wagte ich mich an eine Reihe von Erfahrungen mit Gestalttherapie heran und begann 1973 schließlich eine dreijährige Gestaltausbildung am Gestalt Institute of Toronto mit Harvey Freedman. Hier lernte ich eine Therapie kennen, die Erleben erfolgreich aktivierte, und dies war zum Teil mit dem vereinbar, was ich mir mit Laura Rices evokativem Reagieren anzueignen versuchte. Während meiner Ausbildung arbeitete ich viel an mir selbst und gewann ein stärkeres Bewusstsein für meinen eigenen Prozess.

In der Entwicklung der Prozess-erlebensorientierten Therapie spielte unsere Prozessforschung eine wichtige Rolle. Als Lauras Schüler versuchte ich zu lernen, was Laura zu wissen schien. Ich hatte einen ausgeprägten mathematischen Hintergrund und Laura führte mich dahin, probabilistische Analysen momentweiser Interaktionen durchzuführen. Mit diesen sollte ich versuchen, aufzuzeigen, dass bestimmte Reaktionen und Stimmqualitäten des Therapeuten die Wahrscheinlichkeit bestimmter Reaktionen und Stimmqualitäten des Klienten erhöhen. Nachdem ich mich zwei Jahre lang darin vertieft hatte, gelangte ich zur Überzeugung, dass diese mathematische Modellierung nicht das erfasste, was wirklich vor sich ging. Laura und ich begannen, eine alternative Methode zur Erforschung von Veränderungsprozessen zu entwickeln. Ich wurde Student von Juan Pascual-Leone, der mich sowohl in Piagets konstruktivistische Betrachtungsweise menschlicher Funktionsweise als auch in seine eigene Formalisierung der Taskanalyse einführte – einer Methode zur Untersuchung von Menschen, die komplexe Problemlöseoperationen durchführen.

1973 begannen Laura und ich Möglichkeiten zu entwickeln, die Taskanalyse auf die Erforschung von Therapie anzuwenden. Als Lauras Student hatte ich gelernt, Emotionen zu evozieren, aber mir schien, es war entscheidender, ein Gespür dafür zu entwickeln, wann sie dies tat, als dafür, was genau sie tat. Daher bat ich sie hartnäckig, mir beizubringen, woher sie wusste, wann sie zu tun hatte, was sie tat. Dieser Prozess war es, der uns allmählich dazu hinführte, Problemmarker zu definieren. Indem Laura ihre „kognitive Landkarte“ dessen explizit machte, wann sie tat, was sie tat, identifizierten wir Problematische Reaktionen, Momente, in denen Klienten, über ihre eigenen Reaktion verwirrt sind. Ich übertrug diese Art zu Denken dann auf die Frage, wann Gestalttherapeuten mit ihren Klienten in den Stühlen arbeiten. Zunächst definierte ich die Marker als Konfluenzmarker, als ein Indikator dafür, dass zwei Anteile zusammenfließen. Nach vielen Irrungen und Wirrungen kam mir schließlich die Idee des Markers für eine Spaltung, der anzeigt, wann sich zwei Selbstanteile

miteinander in Konflikt befinden. Dieser Marker war nicht so offensichtlich, wie er erscheinen mag, da Gestalttherapeuten den Stuhl-Dialog auf viele verschiedene Weisen einsetzten.

Zu dieser Zeit war ich völlig in meine Gestaltausbildung vertieft und lernte mehr über Gewährsein und die experimentelle Methode des „Probiere das aus“ gefolgt von „Was erlebst du?“. Ich arbeitete auch weiterhin daran, zu versuchen, Emotionen zu verstehen. Ich las William James Emotionstheorie und wurde von seinen Veröffentlichungen und denen von Pascual-Leone sowie durch meine Gestaltausbildung in Gewährsein sowie die Figur-Hintergrund-Bildung beeinflusst. Somit gelangte ich dahin, Aufmerksamkeit als einen zentralen Bestandteil von Emotionen und der Konstruktion von Bedeutung zu sehen. In dem Bemühen, zu verdeutlichen, welche Rolle Emotionen in der Psychotherapie spielen, schrieb ich mit meinem ehemaligen Studenten Jeremy Safran *Emotion in Psychotherapy* (1987).

Der Gestaltansatz, so wie ich ihn sah, unterrichtete und praktizierte, schien mir ein wenig unsensibel für beziehungsbezogene Prozesse zu sein und beinhaltete auch kein empathisches Reagieren. Dies machte mir zu schaffen. Und so begann ich meine fünfzehnjährige Odyssee, die aktiven gestalttherapeutischen Methoden mit den beziehungsorientierten Bedingungen der klientenzentrierten Therapie zu verbinden. Ich hatte einen ausgeprägten klientenzentrierten „Top dog“, der mich oft dafür tadelte, zu direktiv und nicht empathisch genug zu sein. Ich denke, erst 1980, als ich Ausbildungen in systemischen und strukturellen familientherapeutischen Ansätzen machte, in denen es unabdingbar ist, direktiv zu sein, fühlte ich mich wohler damit, in Einzeltherapie etwas variabler in meinem Stil zu sein. Ich wagte mich über einen Zeitraum von sieben Jahre in die Paar- und Familientherapie vor und schrieb dann zusammen mit meiner ehemaligen Studentin Sue Johnson mein erstes Behandlungsmanual für Emotions-fokussierte Paartherapie. Arbeit über die Arbeitsallianz mit einem weiteren meiner Studenten, Adam Horvath, half mir die Bedeutung der Allianz und die Rolle der wahrgenommenen Aufgabenrelevanz in der Therapie zu erkennen. Daher begann ich einen flexibleren Ansatz zu entwickeln, in dem Führen und Folgen, Reagieren und Leiten nicht wie einander entgegenwirkende Tendenzen erscheinen, sondern vielmehr integriert werden konnten. Ich hatte eine Gestalt höherer Ordnung geschaffen und das war, denke ich, wichtig, um die Behandlungsprinzipien der prozessorientierten Therapie (PE) formulieren zu können. Die geschah mit der Hilfe von Robert Elliott, der die Vorstellungen von Beziehung und Arbeit als zentrale Dimensionen, die viele Formen sozialer Interaktion bestimmen, einführte. Diese Vorstellung half, Empathie und

den Einsatz von Aufgaben in einen weiteren und klärenden theoretischen Rahmen zu stellen. Innerhalb dieses Rahmens löste sich mein Konflikt zwischen den Tugenden des Folgens und Führens in der Synthese eines Behandlungsverfahrens auf, das auf Marker-geleiteten Prozessdirektiven basiert ist. Der Therapeut achtet auf Gelegenheiten für Interventionen und interveniert dann differentiell, um bestimmte Formen der Verarbeitung zu fördern.

Gegenwärtig betreibe ich die Entwicklung und die Erforschung allgemeiner Prinzipien eines übergreifenden emotions-fokussierten Behandlungsansatzes, von welchem die PE Therapie ein Beispiel innerhalb der humanistischen Tradition ist. Mit meiner Akzentsetzung auf Emotionen empfinde ich die menschliche Begegnung in der Therapie noch immer als das wichtigste und erfüllendste Element des Hilfeprozesses.