

Auswahlbibliographie zur Gestalttheoretischen Psychotherapie

Ein Überblick

Wolfgang Zöllner

Um eine adäquate Auswahl der für gestalttheoretisch-psychotherapeutisches Handeln relevanten Literatur zu gewährleisten, müsste zunächst einmal geklärt werden, was die Besonderheit gestalttheoretischer Therapie ist. Inwieweit unterscheidet sie sich von anderen Methoden, inwieweit kann sie sich auch an andere Methoden anlehnen?

Wo ist das Trennende, wo ist das Verbindende?

Zweifellos hat die Gestalttheorie von je her ein sehr offenes, produktives, freies Menschenbild postuliert, in dem das Streben nach guter Ordnung, einer guten Gestalt, der Selbstgestaltung, dem freien Spiel der Kräfte breiter Raum gegeben ist.

Sie wendet sich damit gegen Auffassungen, welche den Menschen eher als Aggregat sehen und psychische Prozesse in einer vornehmlich "stückhaften" Art und Weise zu erklären sucht.

Als theoretische Grundlage eignen sich insbesondere die Werke von KÖHLER, WERTHEIMER, METZGER, DUNCKER und LEWIN, die eigentlich erst durch ihre Gesamtkennntnis ein angemessenes Bild der Theorie in ihrer Einheit und auch Vielfalt vermitteln mögen. Besonders hervorzuheben wären von KÖHLER *"Werte und Tatsachen"* (1), von WERTHEIMER *"Produktives Denken"* (2), von METZGER sein Standardwerk *"Psychologie"* (3) und das Buch *"Gestalt-Psychologie"* (4), sowie seine *"Psychologie in der Erziehung"* (5) in der Pädagogischen Psychologie, DUNCKERS Bemerkungen *"Zur Psychologie des produktiven Denkens"* (6), LEWINS Feldtheorie, besonders prägnant in dem Band *"Feldtheorie in den Sozialwissenschaften"* (7) dargestellt, für den theoretisch weiter Interessierten auch die Wahrnehmungswerke, wie z.B. METZGERS *"Gesetze des Sehens"* (8), da ja gerade hier bestimmte Ordnungsfaktoren als Gestaltgesetze prägnant formuliert sind, die - wenn man so will - in Analogie zu fast allen anderen Prozessen des Lebendigen und so natürlich auch bezogen auf die Therapie ihre Relevanz haben. Interessant erscheint in diesem Zusammenhang der Handbuchartikel *"Sozialpsychologie: Ort, Gegenstand und Aufgaben"* (9) von GRAUMANN, in dem die Gestaltgesetze auf soziale Zusammenhänge bezogen werden.

Eine Wurzel gestalttheoretischer Therapie kann nur in einer fundierten Kenntnis der zugrunde liegenden Theorien liegen. Als vorgeordnete erkenntnistheoretische Orientierung sind vor allem die Artikel von BISCHOF *"Erkenntnistheoretische Grundlagen der Wahrnehmungspsychologie"* (10) und von THOLEY *"Erkenntnistheoretische und systemtheoretische Grundlagen der Sensumotorik..."* (11) zu nennen sowie Kapitel 8 aus dem schon oben erwähnten Werk *"Psychologie"* von METZGER.

Eine andere Wurzel geht von den Urvätern der Psychotherapie FREUD, JUNG, ADLER aus. Von ihnen betont FREUD im Gegensatz zu atomistischen Theorien nachdrücklich den Systemcharakter des Menschen.

Einen guten Überblick über das FREUDsche Gedankengut ermöglichen seine *"Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse"* (12) und deren Fortsetzung *"Neue Folgen der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse"* (13).

Anna FREUD hat bekanntlich die Arbeit des Vaters fortgeführt. Von ihren Schriften gibt vor allem der Artikel *"Das Ich und die Abwehrmechanismen"* (14) eine Weiterführung und Präzision wichtiger psychoanalytischer Aspekte wieder.

ADLER betont die Zielgerichtetheit, den Finalitätscharakter der psychischen Prozesse und liegt damit gestalttheoretischer Betrachtung besonders nahe.

Hervorzuheben aus seinen insgesamt lesenswerten Werken sind insbesondere ADLER *"Über den nervösen Charakter"* (15) und *"Der Sinn des Lebens"* (16). Erwähnenswert ist noch, daß Wolfgang METZGER als Herausgeber der bei Fischer erschienenen Reihe in seinen prägnanten Vorworten die Nähe ADLERS zu gestalttheoretischem Denken deutlich macht.

Was ADLER und seine Anliegen anbelangt, soll das sehr schön geschriebene Buch von Manés SPERBER *"Alfred Adler oder das Elend der Psychologie"* (17) nicht unerwähnt bleiben.

Bei JUNG endlich wird der gestalthafte Charakter unbewusster kollektiver Triebenergien betont. Aus seinem umfangreichen Gesamtwerk sind zur ersten Einführung *"Grundfragen zur Praxis"* (18) und *"Der Mensch und seine Symbole"* (19) zu empfehlen.

Für die Arbeit mit den Klienten selbst, die ein Therapeut ja in ständiger Auseinandersetzung auch mit der eigenen Person zu leisten hat, ist das Werk von METZGER *"Schöpferische Freiheit"* (20) in seiner Differenzierung zwischen dem Umgang mit der Welt des Gegenständlichen und der Welt des Lebendigen unerlässliche Grundlage.

In die gleiche Richtung zielt auch sein Büchlein: *"Was ist Pädagogik - was könnte sie sein?"* (21) und viele hier nicht aufgeführte pädagogische Artikel. Aus dem LEWINschen Schrifttum ist *"Die Lösung sozialer Konflikte"* (22) hervorzuheben. Wer sich im Übrigen allgemein über LEWIN informieren will, findet eine Reihe von Informationen in MARROW: *"Kurt Lewin - Leben und Werk"* (23).

H.J. WALTER weist in seinem Buch *"Gestalttheorie und Psychotherapie"* (24) und ferner in einigen Artikeln, von denen noch *"Gestalttheorie - Ein psychoanalytischer und gestalttheoretischer Ansatz"* (25), *"Was haben Gestalttheorie und Gestalttherapie miteinander zu tun?"* (26) und *"Gestalttheorie als klinisch-psychologische Theorie der Selbstorganisation"* (27) besondere Erwähnung finden sollten, die Fülle von Möglichkeiten auf, die in der Gestalttheorie für eine fruchtbare durchaus auch integrativ zu verstehende Psychotherapie liegen. U. a. macht er auch deutlich, daß eine gestalttheoretisch fundierte Therapie mit der Gestalttherapie von PERLS nicht identisch, sondern höchstens verwandt ist. Wenn es aber weniger um die exakte theoretische Fundierung, sondern um das Geschehen selber und die Methodenvielfalt therapeutischer Interventionen geht, sollen die Schriften von PERLS, vor allem *"Gestalttherapie in Aktion"* und *"Das Ich, der Hunger und die Aggression"* (29) nicht gering geachtet werden.

Das gleiche gilt von PETZOLD, der allerdings mittlerweile mit seiner "Integrativen Therapie" eine gewisse Abgrenzung von PERLS vollzogen hat. Aus der Vielzahl seiner Veröffentlichungen sind vornehmlich *"Gestalttherapie und Psychodrama"* (30), *"Die Rolle des Therapeuten in der therapeutischen Beziehung"* (31) und sein neues Buch: *"Integrative Bewegungs- und Leib*

therapie" (32), hieraus vornehmlich: *"Die vier Wege der Heilung"* nahe zu legen.

Auch das Buch von POLSTER *"Gestalttherapie. Theorie und Praxis..."* (33), das sich als "theoretisches Buch der Gestalttherapie" versteht, scheint dazu geeignet, eine Brücke zwischen therapeutischem Geschehen und dessen Reflexion zu schlagen. Ein ähnliches Anliegen verfolgt der Artikel von WINKELHOG: *"Gestalttheoretische Psychotherapie im Gefängnis"* (34).

Eine Fülle von Anregungen bietet das sehr populär geschriebene Buch von O. STEVENS *"Die Kunst der Wahrnehmung"* (35) um Prozesse, insbesondere in Gruppen, in Gang zu bringen und aufrecht zu erhalten.

Aus dem weiten Feld verwandter Therapieansätze sind in erster Linie MORENO, ROGERS, COHN und nicht zuletzt MASLOW zu nennen.

Als Standardbücher wären hier die folgenden Titel zu erwähnen:

MORENO: *"Gruppenpsychotherapie und Psychodrama"* (36),

ROGERS: *"Entwicklung der Persönlichkeit"* (37),

COHN: *"Von der Psychoanalyse zur themenzentrierten Interaktion"* (38),

MASLOW: *"Psychologie des Seins"* (39).

Ein gutes Beispiel, wie die Gestalttheorie für eine wichtige Nachbardisziplin der Psychologie, nämlich der Psychiatrie, herangezogen werden kann, gibt CONRAD in seinem Artikel: *"Die Gestaltanalyse in der Psychiatrie"* (40) und in seinem Buch: *"Die beginnende Schizophrenie. Versuch einer Gestaltanalyse des Wahns"* (41).

Im weiten Forschungsfeld der Psychosomatik nimmt UEXKÜLL in seinem Werk *"Lehrbuch der psychosomatischen Medizin"* (42) einen mit der Gestalttheorie in großen Teilen kompatiblen Standort ein.

Was das Menschenbild der Gestalttheorie angeht, sind neben den schon genannten Schriften verschiedene Aufsätze von WERTHEIMER zu nennen, neu zusammengefasst in dem Sammelband: *"Zur Gestalttheorie menschlicher Werte"* (43), ferner das Buch des ADLER-Schülers KÜNKEL *"Einführung in die Charakterkunde"* (44), in dem die wichtigen Begriffe Sachlichkeit bzw. Wirhaftigkeit im Gegensatz zur Ichhaftigkeit eingeführt werden.

In diesem Zusammenhang sind ebenfalls lesenswert PLATONS Werke, insbesondere die Gespräche mit Sokrates, z.B. in PHAIDON (45), Erich FROMMS Buch: *"Haben oder Sein"* (46), der Zen-Buddhismus und Taoismus, z. B. gut darstellt in SUZUKIS: *"Der westliche und der östliche Weg"* (47), ferner in SUZUKI und FROMM *"Zen-Buddhismus und Psychoanalyse"* (48) und WATTS: *"Zur Beziehung von Wolfgang Metzger zu Taoismus und Zen-Buddhismus"* (50), in denen es in der Regel um die Überwindung der ichhaften Brille zugunsten einer sachlichen Haltung und einer an den Forderungen der Lage orientierten Handlungsbereitschaft geht.

Literatur

Theoretische Grundlagen

1. KÖHLER, W. (1968) Werte und Tatsachen. Heidelberg, New York: Springer.
2. WERTHEIMER, M. (1964) Produktives Denken. Frankfurt: Kramer.
3. METZGER, W. (1975, 5. Aufl.) Psychologie. Darmstadt: Steinkopf.
4. METZGER, W. (1986) Gestalt-Psychologie. Ausgewählte Werke aus den Jahren 1950-1982. Hrsg. M. STADLER u. II. CRABUS. Frankfurt: Kramer.

5. METZGER, W. (1976,3. Aufl.) *Psychologie in der Erziehung*. Bochum: Kampe.
6. DUNCKER, K. (1935) *Zur Psychologie des produktiven Denkens*. Berlin: Springer.
7. LEWIN, K. (1963) *Feldtheorie in den Sozialwissenschaften*. Bern/Stuttgart: Huber.
8. METZGER, W. (1978) *Gesetze des Sehens*. Frankfurt: Kramer.
9. GRAUMANN, C.F. (1969) Sozialpsychologie: Ort, Gegenstand und Aufgaben. In: C.F. GRAUMANN (Hrsg.) *Sozialpsychologie*. Handbuch der Psychologie, Bd. 7/1 Halbb. Göttingen: Hogrefe.
10. BISCHOF, N. (1966) Erkenntnistheoretische Grundlagen der Wahrnehmungspsychologie. In: W. METZGER (Hrsg.) *Wahrnehmung und Bewußtsein*. Handbuch der Psychologie, Bd. 1/1. Göttingen: Hogrefe.
11. THOLEY, P. (1980) Erkenntnistheoretische und systemtheoretische Grundlagen der Sensumotorik aus gestalttheoretischer Sicht. *Sportwissenschaft 10*, 7-35.

Psychotherapeutische Grundlagen

12. FREUD, S. (1990, 11. Aufl.) *Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*. Frankfurt: Fischer (Bücher des Wissens).
13. FREUD, S. (1986,6. Aufl.) *Neue Folgen der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*. Frankfurt: Fischer (Bücher des Wissens).
14. FREUD, A. (1984) *Das Ich und die Abwehrmechanismen*. Frankfurt: Fischer (Geist und Psyche).
15. ADLER, A. (1990, 10. Aufl.) *Über den nervösen Charakter*. Frankfurt: Fischer (Bücher des Wissens).
16. ADLER, A. (1990, 15. Aufl.) *Über den Sinn des Lebens*. Frankfurt: Fischer (Bücher des Wissens).
17. SPERBER, I. (1983) *Alfred Adler oder das Elend der Psychologie*. Frankfurt: Ullstein.
18. JUNG, C.G. (1984) *Grundfragen zur Praxis*. Grundwerk C.G. Jung, Bd. 1. Olten: Walter.
19. JUNG, C.G. (1979, 10. Aufl.) *Der Mensch und seine Symbole*. Olten: Walter.

Zur Arbeit mit dem Lebendigen

20. METZGER, W. (1962) *Schöpferische Freiheit*. Frankfurt: Kramer.
21. METZGER, W. (1969) *Was ist Pädagogik - was könnte sie sein?* München: Ehrenwirth.
22. LEWIN, K. (1968,3. Aufl.) *Die Lösung sozialer Konflikte*. Bad Neuheim: Christian Verlag.
23. MARROW, A.J. (1977) *Kurt Lewin - Leben und Werk*. Stuttgart: Klett.

Gestalttheorie und -therapie

24. WALTER, H.J. (1985, 2. Aufl.) *Gestalttheorie und Psychotherapie*. Opladen: Westdeutscher Verlag.
25. WALTER, H.J. (1977) Gestalttherapie: Ein psychoanalytischer und gestalttheoretischer Ansatz. *Gruppendynamik I*, 3-26.
26. WALTER, H.J. (1984) Was haben Gestalttheorie und Gestalttherapie miteinander zu tun? *Gestalt Theory 1*, 55-69.
27. WALTER, H.J. (1985) Gestalttheorie als klinisch-psychologische Theorie der Selbstorganisation. *Gestalt Theory 4*, 260-272.

28. PERLS, F. (1976) *Gestalttherapie in Aktion*. Stuttgart: Klett.
29. PERLS, F. (1978) *Das Ich, der Hunger und die Aggression*. Stuttgart: Klett-Cotta.
30. PETZOLD, H. (1973) *Gestalttherapie und Psychodrama*. Kassel: Nicol.
31. PETZOLD, H. (1980) *Die Rolle des Therapeuten in der therapeutischen Beziehung*. Paderborn: Junfermann.
32. PETZOLD, H. (1982) *Integrative Bewegungs- und Leibtherapie*. Paderborn: Junfermann.
33. POLSTER, E. & M. (1983) *Gestalttherapie. Theorie und Praxis der integrativen Gestalttherapie*. Frankfurt: Fischer (Geist und Psyche).
34. WINKELHOG, K. (1991) Gestalttheoretische Psychotherapie im Gefängnis. In: G. HÖRMANN (Hrsg.) *Praxis der Psychotherapie*. Opladen: Westdeutscher Verlag.
35. STEVENS, O. (1983, 7. Aufl.) *Die Kunst der Wahrnehmung*. München: Chr. Kaiser.
36. MORENO, J. L. (1988, 3. Aufl.) *Gruppenpsychotherapie und Psychodrama*. Stuttgart: Klett-Cotta.
37. ROGERS, C. (1982, 4. Aufl.) *Entwicklung der Persönlichkeit*. Stuttgart: Klett-Cotta.
38. COHN, R.C. (1990, 9. Aufl.) *Von der Psychoanalyse zur themenzentrierten Interaktion*. Stuttgart: Klett-Cotta.
39. MASLOW, A. (1978) *Psychologie des Sein*. München: Kindler.

Verwandte Disziplinen

40. CONRAD, K. (1952) Die Gestaltanalyse in der Psychiatrie. *Stud. Gen.* 5.
41. CONRAD, K. (1958) *Die beginnende Schizophrenie. Versuch einer Gestaltanalyse des Wahns*. Stuttgart: Thieme.
42. UEXKÜLL, Th. v. (1990, 4. Aufl.) *Lehrbuch der psychosomatischen Medizin*. München: Urban & Schwarzenberg.

Menschenbild

43. WERTHEIMER, M. (1990) *Zur Gestalttheorie menschlicher Werte* (Hrsg. H.J. WALTER). Opladen: Westdeutscher Verlag.
44. KÜNKEL, F. (1982, 17. Aufl.) *Einführung in die Charakterkunde*. Stuttgart: Hirzel.
45. PLATON (1988) PHAIDON. In: *Platons sämtliche Dialoge. Bd. 11*. Hamburg: Felix Meiner Verlag.
46. FROMM, E. (1976) *Haben oder Sein*. Stuttgart: Dt. Verlagsanstalt.
47. SUZUKI, D.T. (1971) *Der westliche und der östliche Weg*. Frankfurt/Berlin/Wien: Ullstein.
48. SUZUKI, D.T. & FROMM, E. (1963) *Zen-Buddhismus und Psychoanalyse*. Frankfurt: Suhrkamp.
49. WATTS, A. (1983) *Der Lauf des Wassers. Eine Einführung in den Taoismus*. Frankfurt: Suhrkamp.
50. KÄSTL, R. (1990) Zur Beziehung von Wolfgang METZGER zu Taoismus und Zen-Buddhismus. *Gestalt Theory* 3, 141-149.

Weitere Literatur:

- SADER, M. & STADLER, M. (1983) Auswahlbibliographie der Gestaltpsychologie: 1. Einführungstexte. *Gestalt Theory* 5, 125-127.