

Das Postulat der Ganzheitlichkeit in Theorie und Praxis

In diesem Artikel wird die individualpsychologischen Annahme von der Ganzheitlichkeit psychischen Geschehens aus theoretischer Sicht beschrieben und für den Praxisalltag beleuchtet.

Die Individualpsychologie beruft sich in ihrer Namensgebung auf den Menschen als Individuum, als ein Unteilbares. Dies geschieht in Abgrenzung zur Psychoanalyse als "Seelenzergliederung" (Kächele, 2016, S. 662) und ihrem zentralen Begriff des innerpsychischen Konflikts. Hier psychisches Geschehen als etwas Unteilbares, dort als etwas in Triebe, Abwehrmechanismen, Instanzen, Topoi... zu Zergliederndes. Adler positioniert sich diesbezüglich unmissverständlich, wenn er betont, "dass jede Ausdrucksweise der *Einheit der Persönlichkeit* entstammt, in der es keine Widersprüche gegen sie, keine Ambivalenz, keine zwei Seelen gibt. Dass jemand im Unbewussten ein anderer wäre als im Bewussten – eine künstliche Teilung übrigens, die nur dem Analysefanatismus entspringt –, wird jeder leugnen, der die Feinheiten und Nuancen des Bewusstseins begriffen hat" (1933b, S. 66).

Wie ist dann aber folgende Aussage (aus demselben Werk!) zu verstehen: "Die Stimmungslage des Neurotikers gestaltet sich zu einem »Ja – Aber«. Im »Ja« steckt die Anerkennung des Gemeinschaftsgefühls, im »Aber« der Rückzug und seine Sicherungen" (ebd., S. 106). Hier wird doch ein konflikthafte Geschehen beschrieben! Oder ist es so, dass nur Menschen ohne Neurose konfliktfrei, also ganzheitlich sind? Sobald eine Person zu einem Thema ambivalent ist, ist sie auch neurotisch? Adlers – vielleicht wahre – Anekdote, weshalb er aufgehört habe zu träumen, könnte hierfür als Bestätigung dienen.

Das "Wörterbuch der Individualpsychologie" hat Einträge zu über 200 Stichwörtern, darunter: Aggression, Bewusstsein, Geltungsstreben, Ich, Kompensation, Meinung, Organdialekt, schöpferische Kraft, Zärtlichkeitsbedürfnis... (Brunner & Titze 1995, S. 11-13). Sind diese Begriffe und die mit ihnen gemeinten Phänomene nicht das Ergebnis eingehender Analysen? Und der Organdialekt - braucht es nicht zwei Parteien für ein dialektisches Geschehen?

Vor dem Hintergrund dieser Problematik wirkt die Antwort der Individualpsychologie bisweilen wie ein Taschenspielertrick: "Auch beim Zweifel bestehen nicht etwa zwei verschiedene Ziele, sondern ein einziges: Stillstand" (Adler, 1923c, S. 207). Indem das konflikthafte Erleben als Ziel definiert wird, kann das Postulat der Ganzheitlichkeit gerettet werden. Damit wird auch den neurotischen Verhaltensformen Widerspruchsfreiheit eingestanden, wenn auch auf einer Ebene, welche dem Verständnis der betroffenen Person in der Regel nicht zugänglich ist. Um nicht einer Dualität von bewusst-unbewusst anheim zu fallen, spricht die Individualpsychologie von verstanden-unverstanden und betrachtet dieses Verstehen als ein Kontinuum, als ein Mehr-oder-weniger-Verstehen der ganzheitlichen Persönlichkeit.

Die Individualpsychologie löst das Problem der Ganzheitlichkeit, indem sie sämtliches psychisches Geschehen einem einzigen Streben unterordnet: "Wo immer man mit der Analyse psychogener Krankheitszustände einsetzt, drängt sich nach kürzester Beobachtung ein und dieselbe Erscheinung vor: *dass das ganze Bild der Neurose ebenso wie alle ihre Symptome von einem fingierten Endzweck aus beeinflusst, ja entworfen sind*" (Adler, 1912a, S. 39). Das übergeordnete Ziel ist für die Individualpsychologie eine anthropologische Konstituente und die methodische *via regia* zum Verständnis der Psyche: "Natürlich wird die teleologische Betrachtungsweise immer die Führung haben müssen, wo es sich darum handelt, dem Wesen der Persönlichkeit, das ja eben nichts anderes ist als ihre immanente Teleologie, nahezukommen. *Eine Persönlichkeit verstehen heisst also sie als immanent zielgerichtete Einheit zu erfassen*" (Wexberg, 1931, S. 15).

Es ist die Ausgestaltung des Ziels, welches als Kriterium psychischer Gesundheit dient, zum Beispiel das Verhältnis von Ichhaftigkeit und Sachlichkeit/Wirhaftigkeit (Künkel, 1935, S. 1-9). Damit wird der innerpsychische Konflikt der Psychoanalyse in der Individualpsychologie zu einem Konflikt zwischen Individuum und Gemeinschaft.

Was bedeutet dies für die Praxis? Es gilt, das jeweils persönliche Ziel zu erkennen. Wie geschieht das konkret? "Es handelt sich eben darum, die Erscheinungen des Seelenlebens, ihrer *Vieldeutigkeit* zufolge, nicht einzeln, voneinander isoliert, sondern gerade umgekehrt, in ihrem Zusammenhang, und zwar alle als einheitlich auf ein gemeinsames Ziel gerichtet zu betrachten" (Adler, 1927a, S. 81). Eine Einzelerscheinung kann also nur verstanden werden, wenn das Ziel des Individuums bekannt ist. Wie kann aber dieses Ziel verstanden werden, wenn die

Einzelerscheinungen nicht verstanden werden? Das weckt den Verdacht, es handle sich um die Frage nach dem Huhn und dem Ei: Um ein Huhn zu züchten, braucht man ein Ei, um ein Ei zu bekommen, braucht man ein Huhn...

Hellgardt (1989, S. 41) betont, dass bei den Einzelerscheinungen angefangen werden muss, dass diese vor der Anwendung einer konstruierten Theorie stehen müssen. Bei allem Wissen um ein übergeordnetes Ziel, um die Dynamik von Minderwertigkeitsgefühl und Gemeinschaftsgefühl (nicht als Konflikt verstanden...), muss bei jedem Menschen, der verstanden sein will, bei Null angefangen werden. Anhand eines stetig umgesetzten hermeneutischen Zirkels gelangt man so zu einem vertieften Verständnis des Lebensstils und damit der einzelnen Erscheinungsweisen. Die Individualpsychologie "versucht das Bild der einheitlichen Persönlichkeit als einer Variante aus den einzelnen Lebensäußerungen und Ausdrucksformen zu gewinnen, indem sie die Einheit der Individualität voraussetzt. Nun werden die einzelnen Züge miteinander verglichen, auf ihre gemeinsame Linie gebracht und zu einem Gesamtporträt individualisierend zusammengetragen" (Adler, 1914h, S. 145). Dieser Haltung blieb Adler über die Jahre hinweg treu (z.B. in: 1927a, S. 29).

Adler gesteht ein, dass ein Mensch nicht ohne erraten verstanden werden kann (1930e, S. 301). Sperber verteidigt diese Methode gegen den Vorwurf der Unwissenschaftlichkeit, indem er ihr die Entstehung der Persönlichkeit zu Beginn des Lebens zur Seite stellt: "Das Unwissenschaftliche liegt an dem zu erforschenden Gegenstand, daran, dass auch der Werdegang der menschlichen Persönlichkeit selbst sich in seinen Anfängen fast genauso vollzieht, somit auch wie ein recht ungeschicktes Zusammensetzen eines Puzzles: ratend und immer wieder, ja ohne Unterlass, vergleichend" (Sperber, 1971, S. 53).

Adler belässt es aber nicht beim blossen Hinweis, dass der Lebensstil erraten werden muss. Er sieht bei den verschiedenen Menschen gleiche Bewegungen, an denen man sich orientieren kann. Diese sind "der Grad der Kooperation (des Gemeinschaftsgefühls und sozialen Interesses) [und] die charakteristische Art, wie das Individuum nach Überlegenheit (Sicherheit, Macht, Vollkommenheit, Entwertung des anderen) strebt" (Adler, 1930e, S. 301). Weiter handelt es sich um den Grad des Mutes und die Stellungnahme zu den Lebensaufgaben Gemeinschaft, Beruf, Liebe (ebd.).

Wexberg gibt eine für die Praxis ebenso wichtige wie gut anwendbare Anweisung: "Die einzelne Lebensäußerung muss also, um verständlich zu werden, in zwei grössere Zusammenhänge eingegliedert werden: in den Zusammenhang der Persönlichkeit, von der die Lebensäußerung ausgeht, und in den der Situation, in welcher sich die Persönlichkeit befindet" (1931, S. 16). Darin stimmt die Individualpsychologie mit der neueren Verhaltenstherapie überein, in der die Situationsanalyse ein wichtiges Element der sogenannten Problemlöseverfahren ist (Wiedemann & Fischer, 2009, S. 120f).

Der individuelle Drang nach Überwindung der Minderwertigkeitsgefühle, die jeweilige Ausgestaltung des Gemeinschaftsgefühls und die konkrete Situation in welcher das Verhalten passiert, ermöglichen unter Anwendung des hermeneutischen Zirkels, den Lebensstil eines Menschen erratend zu verstehen. Dennoch bleibt der Prozess komplex und es muss zur Vorsicht gemahnt werden, Sperber folgend, der zu steter Selbstbeobachtung, Selbstreflexion und Bescheidenheit auffordert: "Aber der Therapeut seinerseits nimmt wahr, erlebt, erfährt gleichfalls gemäss einem tendenziösen Apperzeptionsschema alles, was das Leben ihm bringt, *also auch die Erlebnisinhalte seines Patienten*. Er deutet sie gemäss seinem Selektionsprinzip und behandelt seinen Patienten gemäss seiner eigenen Leitlinie als Psychologe, als Therapeut und als Individuum" (1971, S. 140). Bei genügender Vorsicht – und nur dann! – kann ein relativer Erfolg erzielt werden: "Man kann immerfort über sich stolpern und dennoch nicht fallen, sondern sich mühsam, doch stetig dem Ziele nähern. Das ist eben zumeist die Gangart der Psychologen" (ebd., S. 23).

Literatur:

- Adler, Alfred. (1912a/2008a): Über den nervösen Charakter. Alfred Adler Studienausgabe, Bd 2, hg. v. K.H. Witte, A. Bruder-Bezzel, R. Kühn. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht.
- Adler, Alfred. (1914h/2010): Die Individualpsychologie, ihre Voraussetzungen und Ergebnisse. In: Alfred Adler Studienausgabe, Bd 3, hg. v. G. Eife. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, S. 143-157.

- Adler, Alfred. (1923c/2010): Fortschritte der Individualpsychologie. In: Alfred Adler Studienausgabe, Bd 3, hg. v. G. Eife. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, S. 201-215.
- Adler, Alfred. (1927a/2007b): Menschenkenntnis. Alfred Adler Studienausgabe, Bd 5, hg. v. J. Rüedi. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht.
- Adler, Alfred. (1930e/2009a): Die Technik der Individualpsychologie. Zweiter Teil: Die Seele des schwer erziehbaren Schulkindes. In: Alfred Adler Studienausgabe, Bd 4, hg. v. W. Datler, J. Gstach, M. Wininger. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht. S. 295-345.
- Adler, Alfred. (1933b/2008b): Der Sinn des Lebens. In: Alfred Adler Studienausgabe, Bd 6, hg. v. R. Brunner, R. Wiegand. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht. S. 23–176.
- Brunner, Reinhard; Titze Michael. (1995; 2. Auflage) (Hrsg.): Wörterbuch der Individualpsychologie. München, Basel: Reinhardt.
- Hellgardt, Hermann. (1989): Grundlage der Theorie. In: Schmidt, Rainer. (Hrsg.) (1989): Die Individualpsychologie Alfred Adlers. Ein Lehrbuch. FfM: Fischer, S. 40-59.
- Kächele, Horst. (2016): Psychoanalyse. In: Petermann, F. et al. (Hrsg.). Dorsch - Lexikon der Psychotherapie und Psychopharmakotherapie. Göttingen et. al.: Hogrefe.
- Künkel, Fritz. (1935; 7. Auflage): Einführung in die Charakterkunde. Leipzig: S. Hirzel.
- Sperber, Manès. (1971): Alfred Adler oder Das Elend der Psychologie. FfM: Fischer.
- Wexberg, Erwin. (1931; 2. Auflage): Individualpsychologie. Leipzig: Hirzel.
- Wiedemann, Georg; Fischer, Albert. (2009). Problemlöseverfahren. In: Batra, Anil; Wassmann, Reinhard; Buchkremer, Gerhard: Verhaltenstherapie. S. 117-124. Stuttgart, New York: Thieme.