

Interview mit Gerhard Stumm

Interview, geführt von 23. bis 26. März 2024

Stumm, Gerhard, geb. 1950, Dr. phil., Klinischer Psychologe und Gesundheitspsychologe, Personenzentrierter Psychotherapeut in freier Praxis, ehem. Ausbilder im „Forum Personenzentrierte Psychotherapie, Ausbildung und Praxis“; Lehrbeauftragter der Universität Wien.

Veröffentlichungen:

Stumm, G., Pritz, A. (2000) (Hrsg.). *Wörterbuch der Psychotherapie*. Wien: Springer.

Stumm, G., Wiltschko, J., Keil, W. (2003). *Grundbegriffe der Personenzentrierten und Focusing-orientierten Psychotherapie und Beratung*. Leben lernen 155. München: Pfeiffer.

Stumm, G. (2011) (Hrsg.) *Psychotherapie: Schulen und Methoden*. Wien: Falter.

Stumm, G., Keil, W. (2014) (Hrsg.). *Praxis der Personenzentrierten Psychotherapie* Wien: Springer.

Eller, N., Stumm, G. (2024). *Psychotherapieausbildung in Österreich. Überblick, Methoden, Entscheidungshilfen*. Wien: Springer.

P. G.: Wenn Du Dich in der Rolle des Patienten (ev. auch des Teilnehmers in einer Selbsterfahrungsgruppe) zurückerinnerst - fallen Dir dazu Episoden ein, in denen Du konkrete körperliche Berührung "am eigenen Leib" erlebst hast? Falls dem so ist: Kannst Du bitte drei solche Episoden aus Deiner Eigenerfahrung in der Rolle des Patienten möglichst genau und detailreich schildern?

G. S.: Beim Erinnern und Nachdenken habe ich den Eindruck gewonnen, dass ich wohl wenig beitragen kann, zumal meine Erfahrungen mit körperlicher

Berührung als Teilnehmer / Klient minimal bzw. nur mehr vage in Erinnerung sind.

Selbst in der Reich'schen Arbeit bei A. B. kann ich mich eigentlich kaum an eine körperliche Berührung erinnern. Vielleicht hat er mal an eine bestimmte Stelle im Brustkorb gegriffen, aber es ist wohl zu lange her, um hier Verbindliches bzw. Verlässliches beitragen zu können.

Sehr gut ist mir allerdings noch eine Übung in der Gruppe (mit seiner Frau) in Erinnerung, als ich mich gegen eine Gruppe von mehreren Männern gestemmt habe.

In Bezug auf die personenzentrierte Richtung und auch TZI-Gruppen schaut es nicht viel anders aus: vage die eine oder andere Umarmung in einer Encountergruppe, aber ich kann dazu keine emotionale Qualität abrufen. Ad Eigentherapie: da taucht nix Nennenswertes auf.

Ad eigene Praxis als Psychotherapeut, um etwas vorzugreifen: Da umarme ich fallweise nach sehr bewegenden Momenten / Abläufen am Ende der Stunde. Bei vertrauten Personen (eher Supervision) auch bei der Begrüßung, eher als Ritual. Aus theoretischer Sicht kann ich dazu noch was ergänzen, aber ich nehme an, du hast da dein Procedere, dem ich nicht weiter vorgreifen möchte.

P. G.: Du hast folgende Übung beschrieben: „Sehr gut ist mir allerdings noch eine Übung in der Gruppe (mit seiner Frau) in Erinnerung, als ich mich gegen eine Gruppe von mehreren Männern gestemmt habe.“ Kannst Du diese Szene detailliert beschreiben, wie sie genau aufgebaut war, was Du dabei körperlich empfunden hast, ob dabei irgendwelche Emotionen aufgetaucht sind, oder Gedanken oder Erinnerungen, und wie es für Dich war, als die Übung beendet

war – was war der Nachklang? Zusätzlich: Hebst sich in der Erinnerung diese Übung von anderen Erinnerungen an die Arbeit mit A. B. ab? Ist sie von anderer Intensität / Lebendigkeit?

G. S.: Es ging um meine Kraft, natürlich nicht nur im physischen Sinn. Die Gruppenleiterin, die einen gestalttherapeutischen Background hatte, hat vorgeschlagen, dass ich eine dünne Matratze, die von einigen Männern hochgehalten wurde, wegzudrücken versuche. Da konnte ich gut spüren, wie viel Kraft und Dynamik in mir steckt. Sie mussten Verstärkung holen bzw. voll dagegenhalten. Ich würde sagen, es hatte was von einer gut kanalisierten, gesunden Aggression an sich. Im Anschluss fühlte ich mich sehr lebendig, durchblutet und zufrieden.

Die Arbeit mit A. B. auf der Matte hat wenig an positiver Spur hinterlassen. Hatte was Einsames. Nackt bis auf die Unterhose vor der versammelten Gruppe mit einem guruhaften Körpertherapeuten war nicht mein Ding. Zu viel autoritäre Energie ... nicht gut zum Wachsen ...

P. G.: Hast Du im Rahmen dieser Selbsterfahrungen Eindrücke sammeln können, wie sich bei anderen Gruppenteilnehmern körperliche Berührung – sei sie explorierender, unterstützender, Halt gebender, aggressiver oder anderen Natur – inszeniert hat? Haben andere Deiner Erinnerung nach eine ähnliche Erfahrung gemacht oder waren die Erfahrungen doch sehr unterschiedlich? Welche Meinung hinsichtlich der Bedeutung körperlichen Kontakts in diesen damaligen Zeiten hast Du nun? Gurus gabs jedenfalls damals nicht wenige, A. B. war da wohl keine Einzelpersone...

G. S.: Ich kann wenig dazu sagen, wie sich Berührungen bei anderen ausgewirkt haben. Bei manchen, so meine Erinnerung, hat das gezielte einen bestimmten

Punkt zu berühren, oft im Brustbereich, heftige Reaktionen ausgelöst, vor allem Weinen und Schreien, und zumeist etwas in Gang gesetzt. Die Reichschen Therapeuten hatten wohl die Segmente als Richtschnur. Bei einem Teilnehmer, das ist mir noch gut in Erinnerung, war das sein „Kieferpanzer“, der dann massiv bearbeitet wurde.

P. G.: Du hast angemerkt, aus theoretischer Sicht kann ich noch etwas ergänzen – was wäre das?

Du hast geschrieben: „Ad eigene Praxis als Psychotherapeut, um etwas vorzugreifen: Da umarme ich fallweise nach sehr bewegenden Momenten / Abläufen am Ende der Stunde. Bei vertrauten Personen (eher Supervision) auch bei der Begrüßung, eher als Ritual.“ Diese fallweisen Umarmungen – sind das Deiner Erfahrung nach wichtige Momente in der Therapie? Anders gefragt: Wenn diese Umarmungen ausbleiben würden und Du „auf Distanz bleibst“ – denkst Du, dass es einen ungünstigen Effekt auf die Therapie haben könnte?

G. S.: In humanistischer bzw. enger gefasst in personenzentrierter Tradition gibt es keine Berührungsscheu. Die therapeutische Beziehung lebt u.a. von unbedingter Wertschätzung und Transparenz. Dies schließt in einem ethisch vertretbaren Rahmen Wechselseitigkeit und Austausch im Sinne von Real- oder Dialogbeziehung ein (sozusagen das Gegenstück von Abstinenz und Übertragungsdynamik, die wir als Phänomen zwar anerkennen, nicht aber so im zentralen Fokus haben).

Mitschwingen und Anteilnehmen, eigene Betroffenheit zum Ausdruck bringen, das kann über verschiedene Kanäle geschehen. Es gibt da für mich weder eine systematische Leitlinie noch eine strenge Indikation. Ich reagiere da spontan und intuitiv, wie mir in meiner Resonanz zumute ist, natürlich darauf achtend, wie

das verbale oder zumeist non-verbale Angebot einer Umarmung bei der Klient:in ankommt. Ich verwende dafür den Begriff „disziplinierte Spontaneität“.

Meine Erfahrung ist, dass das sehr geschätzt wird. Es wird erlebt als ein unmittelbares „Mit-Sein“, vielleicht auch als eine väterliche Qualität von Nähe, Wohlwollen und Halt. Kann ein unbeabsichtigtes „magic moment“ sein.

Ich bin dann sehr vorsichtig, wenn etwas erotisch aufgeladen ist oder ein sexueller Missbrauch in der Vergangenheit im Spiel ist oder sein könnte. Einen ungünstigen Effekt scheint mir kühle Professionalität zu haben und die Klient:in hängenlassen. Eine Umarmung muss also nicht sein, das Bezogensein kann sich auch anders manifestieren, u.a. in meiner Körpersprache. Manchmal, das kommt mir jetzt so in den Sinn, lege ich spontan meine Hand auf die Schulter der Klient:in, das ist mitunter wie eine flüchtige Geste von „es wird wieder“ oder „tapfer durchgehalten“.

P. G.: Wenn Du schreibst: Manchmal... lege ich spontan meine Hand auf die Schulter der Klient:in, das ist mitunter wie eine flüchtige Geste von „es wird wieder“ oder „tapfer durchgehalten“ - das habe ich nicht ganz verstanden. Kannst Du es bitte verdeutlichen?

G. S.: Ich mache das, wie mir das beim Nachspüren aufstieg, beim Hinausgehen ... Das macht es hoffentlich klarer.

P. G.: Verstehe... Es wirkt auf mich so, wie wenn alles in allem diese Formen körperlicher Berührung in Eurer Art der Arbeit etwas Selbstverständliches sind. Spürt Ihr auch die zunehmende Sensibilisierung im Hinblick auf körperliche Übergriffe seit der Me-too-Bewegung? Ich kenne Äußerungen aus anderen

therapeutischen Richtungen dahingehend, dass offiziell von körperlicher Berührung abgeraten wird (von großen Teilen der Psychoanalyse sowieso, aber das war schon immer so). Wie ist das bei Euch?

G. S.: Wird reflektiert, würde aber dem Selbstverständnis widersprechen, körperliche Berührung grundsätzlich abzulehnen. Ist aber eine interessante Herausforderung an den humanistischen Cluster.

P. G.: War ein schönes Interview, danke!

G. S.: Hat mir auch Spaß gemacht, mir diese Aspekte, angeregt durch Dich, zu vergegenwärtigen. Vieles ist auch verblasst...