

Zum Konzept der Familienaktualisierungstendenz

Ulrike Hollick

Zusammenfassung: Dem Personzentrierten Ansatz liegt das Konzept der Aktualisierungstendenz zugrunde. Darunter verstehen wir die „dem Organismus innewohnende Tendenz zur Entwicklung all seiner Möglichkeiten“ (Rogers, 2009, S. 26), die zu seiner Erhaltung und Entfaltung beitragen. Angelehnt an dieses Konzept wird in diesem Artikel der Begriff der Familienaktualisierungstendenz vorgestellt und beleuchtet. Er beschreibt die einer jeden Familie innewohnende Kraft und Tendenz zur Entwicklung hin zu einem gelingenden, offenen und sozialen Miteinander.

Schlüsselworte: Aktualisierungstendenz, Familienaktualisierungstendenz, Personzentrierte Familientherapie und -beratung

Aktualisierungstendenz bei Goldstein und Rogers

Die Aktualisierungstendenz ist ein Begriff, den Carl Rogers von Kurt Goldstein übernommen hat. Dieser prägte den Terminus 1934 und bezeichnete damit das Bestreben eines Organismus', seinen Aufgaben gerecht zu werden, geprägt von Individualität und gleichzeitig Konstanz. Dieses Konstrukt trug ent-

scheidend zum Menschenbild der Humanistischen Psychologie bei und könnte als das philosophische Axiom des Personzentrierten Ansatzes bezeichnet werden. Die Aktualisierungstendenz ist damit auch ein Grundprinzip in der klienten- oder personzentrierten Psychotherapie von Carl Rogers und wird als übergeordnetes Sinn- und Entwicklungsprinzip menschlichen Verhaltens und Erlebens angesehen. Sie ist das zugrundeliegende Motiv und bewirkt, dass der menschliche Organismus alle körperlichen, seelischen und geistigen Möglichkeiten zu erhalten sucht, sich weiterentwickeln, entfalten und verwirklichen will und sich nach dem Ziel ausrichtet, Unabhängigkeit und Selbstbestimmung zu erlangen. Bei Rogers heißt das im Original: „Der Begriff bezeichnet die dem Organismus innewohnende Tendenz zur Entwicklung all seiner Möglichkeiten. Und zwar so, dass sie der Erhaltung oder Förderung des Organismus dienen“ (Rogers, 2009).

Die Aktualisierungstendenz ist also quasi das Fundament, auf dem das menschliche Selbstentwicklungspotential beruht. Voraussetzung dafür, dass sie sich entfalten kann, ist eine bedingungslose positive Wertschätzung, unter der sich ein Individuum hin zu einem sozialen und konstruktiven Wesen entwickelt.

Teil der Aktualisierungstendenz ist die Selbstaktualisierungstendenz, die sich nach Kriz nicht bzw. nicht nur auf die biologische bzw. somatische Ebene, sondern auch und vielmehr auf die psychosoziale Ebene bezieht.

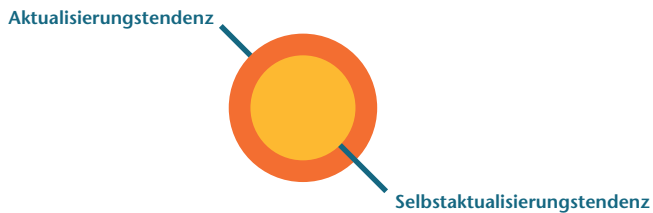


Abb.1: Aktualisierungstendenz und Selbstaktualisierungstendenz

Dabei umfasst die Selbstaktualisierungstendenz (angelehnt an Maslow) sowohl Defizitbedürfnisse als auch Wachstumsbedürfnisse und beinhaltet eine Tendenz zur Differenzierung des eigenen Selbst hin zu Autonomie und fort von Kontrolle von außen. Alle Erfahrungen werden organismisch bewertet, d. h. im Hinblick auf ihre Bedeutung für die Aufrechterhaltung und Entfaltung des Organismus‘ als Ganzes überprüft (vgl. Bierman-Ratjen, 2016). Dies ist ein fortlaufender Prozess, der häufig nicht bewusst abläuft. Die Aktualisierungstendenz umfasst drei Aspekte: formative, adaptiv-direktionale und wachstumsorientierte.

Eine Hemmung der Aktualisierungstendenz im Hinblick auf persönliche Ressourcen und Potenziale bedeutet für das Individuum die Entstehung einer Inkongruenz, während die Aktualisierungstendenz mit der Entfaltung von Ressourcen und Potenzialen häufig in Form von Kreativität einhergeht und mobilisiert wird durch die therapeutischen Basisvariablen.

Rogers hat die von ihm beschriebene Aktualisierungstendenz auch auf das zwischenmenschliche Zusammenleben angewandt, was ja in besonderer Weise auf die Familie als den „engsten aller zwischenmenschlichen Kreise“ (Rogers 2009, S. 79) zutrifft. Das Selbst entwickelt sich innerhalb der Familie, deshalb ist deren Bedeutung und deren Aktualisierungstendenz in Wechselwirkung zur Selbstaktualisierungstendenz von so großer Bedeutung. Ein Teil der Selbstaktualisierungstendenz umfasst auch das Konzept der Familie, welches sich ein Leben lang weiterentwickelt, aber auch ein Leben lang die Mitglieder einer Familie prägen kann.

Rogers spricht auch von einer „formativen Tendenz“, die sich zum Beispiel auch in der Betrachtung größerer sozialer Einheiten und deren Selbstorganisationsprozessen abbildet, in denen Stabilität durch Wandel und Anpassung erhalten wird (vgl. Kriz, 2006).

Familienaktualisierungstendenz bei Gaylin

2002 hat Gaylin das Konzept auf Familien übertragen und den Begriff der Familienaktualisierungstendenz konzipiert. Es drückt

aus, dass die Aktualisierungstendenz nicht nur ein individuelles Merkmal ist, sondern vielmehr auch Familien prägt. Ursprünglich primär auf die biologische Erhaltung und Fortpflanzung bezogen, beinhaltet die Aktualisierungstendenz jedoch auch den Aspekt, dass eine Familie sich ständig in Entwicklung und Veränderung befindet, da ihre Mitglieder sich permanent verändern durch die Erfahrungen, die sie machen, und damit die Familienentwicklung durch die einer jeden Familie innewohnende Familienaktualisierungstendenz hin zu Wachstum, Öffnung und Entfaltung beeinflusst wird. Dabei kann je nach Individualität und Beziehung der einzelnen Familienmitglieder und je nach Lebenssituation und -phase sowie je nachdem, welches Selbst- und Familienkonzept vorliegt, die Schnittmenge sowohl der Selbstaktualisierungstendenz mit der Familienaktualisierungstendenz als auch der einzelnen Familienmitglieder unterschiedlich groß sein.

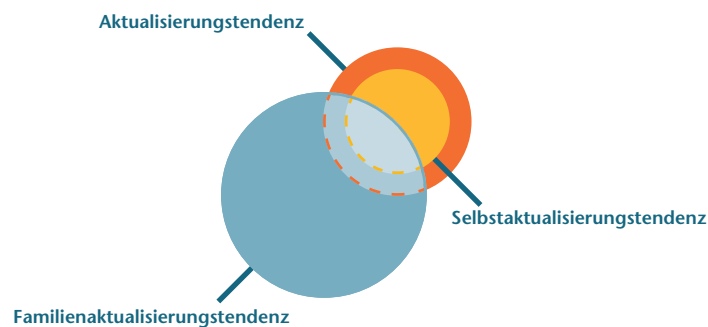


Abb.2: Familienaktualisierungstendenz und Aktualisierungstendenz

So wird die Schnittmenge sich bei Eltern mit einem Kind in oder nach der Pubertät, das sich in einer Ablösungsphase befindet, anders darstellen als in einer jungen Familie mit noch sehr kleinen Kindern.

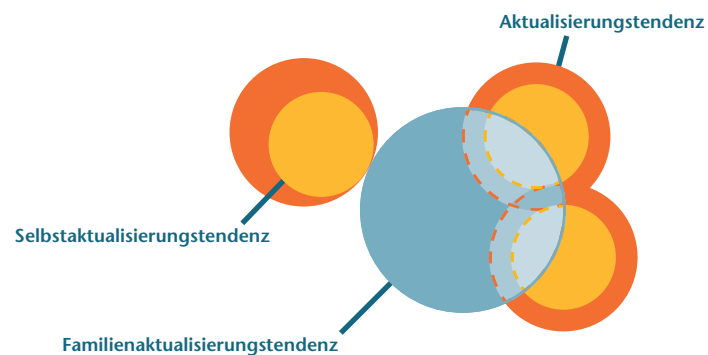


Abb.3: Familienaktualisierungstendenz in unterschiedlichen Lebensphasen

Aktualisierung kann niemals von außen erfolgen, sie benötigt zwar immer einen Anstoß oder eine Einwirkung von außen, erfolgt aber immer von innen. Damit ist Familie immer im Prozess und nie statisch. Sie entwickelt sich immer in der Begegnung, da auch die Bedürfnisse in der Interaktion aktualisiert werden.

Damit bietet die Familienaktualisierungstendenz auch eine Erklärung, warum und wie die therapeutische Beziehung in der Personzentrierten Familientherapie und -beratung wirksam ist, nämlich nicht fremdbestimmt sondern als Entwicklung auf äußere Anregungen hin aus den der jeweiligen Familie eigenen, ihr innewohnenden Kräften heraus. Das Ziel dabei ist es, jedes einzelne Mitglied der Familie im Prozess der Entdeckung und Entfaltung seines Selbst und im gelingenden Miteinander mit den anderen Familienmitgliedern zu fördern und damit die Entwicklung der Familie zu unterstützen. Werden für eine Familie analog der bedingungslosen positiven Wertschätzung gute Rahmenbedingungen geschaffen, entfaltet sie sich aus sich selbst heraus, findet eigene Lösungen zu einem gelingenden, offenen, sozialen Miteinander ohne Angst und Abwehr.

O'Leary spricht im Rahmen der Familienaktualisierungstendenz von einem angestrebten höheren Ziel der familiären Funktionalität. Das Vertrauen in diese Kraft ist zugleich die Grundlage aller Therapie. Die Wirkung der Familienaktualisierungstendenz unterstützt zugleich die Selbstaktualisierungstendenz ihrer Mitglieder, sodass im familiären Kontext eine Entwicklung deutlich tiefgreifender und leichter erfolgen kann als im Einzelsetting. Wichtig ist jedoch zu beachten, dass die Familienaktualisierungstendenz nicht nur in der Therapie wirkt, sondern zu jeder Zeit und überall die Familie zu einer höheren Ordnung und Freiheit führt.

Aber auch die eigene Aktualisierungstendenz des Therapeuten spielt eine erhebliche Rolle, da er sich (idealerweise) sein Leben lang weiterentwickelt und dazulernt und dadurch jeweils unterschiedlich den therapeutischen Prozess mitgestaltet.

Der Prozess hin zu einer „fully functioning family“

Analog zu Rogers formuliertem Ziel eines jeden Individuums hin zu einer „fully functioning person“, d. h. einer völlig gesunden Person, die mit sich in vollkommener Übereinstimmung ist, wage ich die Analogie, dass jede Familie das Ziel und das Potenzial hat, sich hin zu einer „fully functioning family“ zu entwickeln. Eine solche fully functioning family entspricht einer Familie, in der es keine Familieninkongruenz gibt, die dabei vollkommen offen gegenüber Erfahrungen ist, sich in einem ständigen Veränderungs- und Entwicklungsprozess befindet und neuen Situationen gegenüber anpassungsfähig und dadurch stabil bleibt.

Es ist jeder Familie zu wünschen, dass sie Rahmenbedingungen findet oder Unterstützung darin erfährt, ebendiese zu schaffen, in denen sie sich in einer solchen, oben beschriebenen Weise gesund entwickeln kann. Dazu beizutragen sehe ich als die zentrale Aufgabe und das große Gut der Personzentrierten Familientherapie.

Der vorliegende Artikel ist Teil des Workshops „Von der personzentrierten Theorie zur familientherapeutischen Praxis“, der gemeinsam mit Maria Lieb, Andreas Renger und Dr. Torsten Ziebertz, den Mitgliedern der Projektgruppe Personzentrierte Familientherapie und -beratung beim GwG-Jahreskongress in Würzburg gehalten wurde.

Literatur:

- Bierman-Ratjen (2016). *Gesprächspsychotherapie. Verändern durch Verstehen*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Gaylin, N. L. (2001). *Family, Self and Psychotherapy: a personcentred perspective*. Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Kriz, J. (2006). *Self-Actualization*. BoD. ISBN 3833452552
- Kriz, J. / Sluneczek T. (Hg.) (2007). *Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt des personzentrierten Ansatzes*. Wien: Facultas.
- O'Leary, C. (1999). *Counselling Couples and Families. A Person-Centred Approach*. London: SAGE Publications.
- O'Leary, C. (2012). *The Practice of Person-Centred Couple and Family Therapy*. New York: Palgrave Macmillan.
- Rogers, C. R. (2009, Original: 1959). *Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen*. München: Reinhardt.



Ulrike Hollick, Diplom-Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin, tätig in freier Praxis mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, Lehrbeauftragte an der Philipps-Universität Marburg, Supervisorin, Ausbilderin für Personzentrierte Beratung und Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen und deren Bezugspersonen, Mitglied der Projektgruppe Personzentrierte Familientherapie und -beratung

Kontakt:
praxis-hollick@web.de