

## Rezension

Ada Fuest, Friedel John, Matthias Wenke (Hrsg.) (2014): Handbuch der individualpsychologischen Beratung in Theorie und Praxis. Zusammenhänge erschließen - Horizonte öffnen. Münster, New York: Waxmann, 488 Seiten, € 61,60.-

### Gabriela Pap

Vor mehr als hundert Jahren begründete Alfred Adler die Individualpsychologie im Theorienstreit mit Sigmund Freud. Während sich Freud auf die Benennung und Erforschung seelischer Mechanismen auf Grundlage der Triebtheorie konzentrierte, stand bei Adler der Brückenschlag zwischen Körper, Seele und Geist im Mittelpunkt. „Mit der Bestimmung der Gefühle als einer formenden Kraft der seelischen Entwicklung wurde Adler quasi zum ersten Ich-Psychologen“ (S 9), schreibt Werner Morbach in seinem Vorwort zum jetzt vorliegenden Handbuch der individualpsychologischen Beratung in Theorie und Praxis. Geprägt durch eigene frühe Krankheitserfahrungen, aber auch in der Gesellschaft der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts voller Umbrüche, Feindseligkeiten und Hoffnungen erkannte er den Menschen sowohl in seiner ganz individuellen Denk- und Handlungsweise, der er in jedem Fall eine Finalität, eine sich aus den Erfahrungen des Individuums heraus erklärende Ziel- und Zweckrichtung zubilligte, als auch in seiner Gemeinschaftlichkeit, die ihm eine Wertigkeit gab. Daraus entwickelten sich die

Schlüsselbegriffe seiner Arbeit: Lebensstil, Finalität, Gemeinschaftsgefühl, Minderwertigkeit.

Diese Schlüsselbegriffe haben zwar nicht alle als solche eine weite gesellschaftliche Verbreitung erfahren, dennoch sind sie aus dem heutigen Menschenbild nicht mehr wegzudenken. Ausdrücke wie Psychosomatik, Minderwertigkeitskomplex, Selbstwertgefühl sowie die Neurobiologie und ihre Untersuchungen der Zusammenhänge zwischen den Organen, dem Denken und dem Erfahren gründen unter anderem in einem ganzheitlichen Menschenbild, von dem auch Adler ausging, und bestätigen es.

In den einhundert Jahren theoretischer Erweiterung und forschender wie beratender Praxis haben diese Schlüsselbegriffe eine weitere Tiefe erfahren. Sie sind zu Schlüsselkonzepten in der psychologischen Beratungstätigkeit, in Pädagogik und Prävention bis hin zum anerkannten Verständnis gemeinschaftlicher Prozesse geworden.

Im vorliegenden Handbuch, das sich an Studenten, psychologische Berater, Supervisoren, Trainer, Coaches, Therapeuten, Erzieher, Heilpädagogen, Lehrer, Berufsbildner, Auszubildende, Juristen, Theologen, Personalentwickler, Manager und Führungskräfte richtet, sind die theorierelevanten und praxisbezogenen Erkenntnisse und Methoden aus heutiger Sicht übersichtlich dargestellt. Die Herausgeber Ada Fuest, Friedel John und Matthias Wenke folgen im Aufbau der Inhalte den Adler'schen Schlüsselkonzepten und lassen Experten der individualpsychologischen Beratung mit ihrem Wissen aus den letzten zehn Jahren, in denen auch eine Ausbildung zum „Individualpsychologischen Berater und Supervision DGIP“ angeboten wird, zu Wort kommen. Individualpsychologische Beratung wird hier als gleichwertiges Anwendungsgebiet zur Psychotherapie vorgestellt. Es wird Bezug auf die neueren Entwicklungen in der Individualpsychologie und Psychoanalyse, aber auch der angrenzenden Wissenschaften, wie z. B. Entwicklungspsychologie, Philosophie, Neurowissenschaften, genommen. Besonders wichtig für Herausgeber und Autoren war die Darstellung einer „ganzheitliche(n) und sozial bezogene(n) Psychologie, deren Wurzeln in frühen Interaktionserfahrungen zu suchen sind, mit denen der Mensch schon als Kind einen unbewussten, fortwirkenden Lebensstil entwickelt.“ (S 9). Dies drückt sich in den zentralen Aspekten der im Handbuch akzentuierten Inhalte aus: Ganzheitlichkeit, Finalität des Denkens und Handelns, steter Bezug zur sozialen Wertigkeit und Gemeinschaftsgefühl.

Die thematische Breite der Individualpsychologie sowie der individualpsychologischen Beratung, ihrer Begriffe und Methoden ist im Handbuch in sieben Teilen aufbereitet. Bereits im ersten Teil über die *Entstehung der Individualpsychologie* wird eine Verbindung zu den Anwendungsgebieten des individualpsychologischen Wissens in der psychotherapeutischen Praxis, in der Pädagogik und in der immer weiter verbreiteten Gruppenberatung hergestellt. Breiter Raum wird der Darstellung des *Lernverständnisses* in der Individualpsychologie gewidmet. Zunächst werden zwei einander konträr gegenüberstehende Ausgangspunkte, das Lernen aus neurobiologischer Sicht und jenes aus radikal-konstruktivistischer Sicht nach Maturana und Glasersfeld beschrieben, um danach die individualpsychologische Sichtweise einzubringen, die den „erlebenden Geist“, die „Welt- und Selbsterfahrung“ des erkennenden Individuums berücksichtigt.

Der Kernbegriff des *Lebensstils* ist Mittelpunkt des zweiten Teils des Werkes. Das besondere Augenmerk gilt hier den Entstehungswegen des individuellen Lebensstils. Im Handbuch finden sich ausführliche Darstellungen zu den Faktoren Entwicklungspsychologie, Kindheits-erinnerungen, Träume, Geschwister- und Familienkonstellationen und die verbale und non-verbale Kommunikation, wie sie ein Mensch im Laufe seines Lebens entwickelt und Teil des Lebensstils sind.

Auch der dritte Teil beschäftigt sich mit dem individuellen Erleben. Es sind die als grundlegend und für die individualpsychologische Praxis bedeutenden Aspekte der *Lebensaufgaben*, die von Alfred Adler definiert wurden.

Die drei zentralen Lebensaufgaben, welche unerbittlich vor uns stehen und eine Antwort verlangen, sind die sozialen Beziehungen und die Kooperation mit anderen Menschen, der Beruf sowie der Umgang mit Liebe, Erotik und Sexualität. Das Konzept der Lebensaufgaben wird sehr detailliert anhand des Entwicklungsmodells von Erik Erikson dargestellt, samt den Erweiterungen, die Thomas Stephenson und Brigitte Sindelar in dem 2011 erschienenen Buch „Psychoanalytische Individualpsychologie in Theorie und Praxis“ vorschlagen.

Beschrieben sind das Spannungsfeld von Individualität und Gemeinschaft sowie die Gemeinschaft an sich als Lebensaufgabe. Im Mittelpunkt der Ausführungen steht ein weiterer Schlüsselbegriff der Individualpsychologie: das *Gemeinschaftsgefühl*, dem insbesondere Forscher wie Brigitte Sindelar und Thomas Stephenson das *Kompetenzerlebnis*, nämlich das Erleben von *Selbst-Wirksamkeit* in der Gemeinschaft, ohne mit ihr in Konflikt zu geraten (Stephenson). beziehungsweise die *individuelle Stabilität (Resilienz)*, mit belastenden Lebensumständen kreativ umzugehen (Sindelar/Stephenson), zur Seite stellen.

Im vierten Abschnitt des Handbuches werden *beratungsrelevante Begriffe aus Sicht der Individualpsychologie* dargelegt. Es sind dies die Begriffe Kreativität und schöpferische Kraft, Macht und Ohnmacht, Sicherungstendenzen und Abwehrmechanismen, Ermutigung und Selbstermutigung, Übertragung und Gegenübertrag, sowie das Minderwertigkeitsgefühl. Das Leitmotiv der Darstellungen, die vor allem für aktive und angehende Professionisten eine

inspirierende Quelle darstellen können, sind die Überwindung von Einengungen in der Lebensbewegung des oder der Ratsuchenden, beziehungsweise bei Kindern und Jugendlichen auch deren Prävention. In diesem vierten Teil entstehen klare Linien zu mehr oder weniger verwandten Beratungs- und Therapiekonzepten. So etwa, wenn es um das Erkennen von konflikthaften Sicherungstendenzen und deren Überwindung geht, die Adler nicht als einen Konflikt zwischen Moral und Trieb versteht, wie dies Freud getan hätte, sondern als ein Streben, das mit den Aufgaben in Konflikt steht (John). Ein weiteres Beispiel sind die aus der Psychoanalyse geprägten Begriffe der Übertragung und Gegenübertragung. In der Individualpsychologie gelten sie als Hinweisschilder in der Arbeitsbeziehung Berater/Therapeut-Ratsuchender, die in einem intersubjektiven Prozess einander wechselseitig beeinflussen und stets auf Augenhöhe begegnen. Als letzter Punkt in diesem vierten Teil des Handbuchs wird auf jenes Feld eingegangen, in welchem Adler eine Pionierleistung gelungen ist: die Beschreibung des Minderwertigkeitsgefühls bzw. Minderwertigkeitskomplexes. Beginnend bei organischen Störungen, welche die Aufmerksamkeit des Trägers ungebührlich fesselt, bis hin zur Überzeugung, dass Minderwertigkeit ein universal-menschliches Phänomen ist, das jeden in einen Spannungszustand versetzen kann. Wird dem jedoch nichts individuell Ermutigendes entgegengesetzt, so kann es sich als chronisch manifestieren und zur Gefahr werden.

Der fünfte Teil des Handbuchs ist den *Methoden der individualpsychologischen Beratung*

gewidmet. Er spannt einen Bogen von der Beschreibung der Prinzipien der individualpsychologischen Beratung bis hin zu Methoden, die in individualpsychologischer Perspektive Einsatz finden können. Dazu zählen Psychodrama, Genogramm, Familienskulptur, systemische Ansätze, deren Darstellung einen Blick über den Tellerrand hinaus ermöglicht. Sie bieten eine ganze Reihe von Anregungen, wie diese Methoden zum Einsatz kommen können.

Der sechste Teil beinhaltet eine *Sammlung von Beratungsbeispielen* aus der Beratungstätigkeit, die als Anregung und Illustration gewertet werden können. Die Beispiele sind so gewählt, dass sie häufige Beratungsszenarien vor Augen führen und als Ergänzung zum vorangegangenen Methodenteil verstanden werden können. Das breite Angebot an praktischen Beispielen umfasst die Arbeit mit Kindern, mit Schulklassen, Einzelfalldarstellung der Eingliederungshilfe einer jungen bulimischen Frau, Führungskräfte-Coaching sowie die interkulturelle Beratungsarbeit am Beispiel einer kenianischen Frau.

Im siebten und letzten Teil des Handbuchs erfahren Leser und Leserinnen mehr zu den *aktuellen Forschungen*. Mathias Wenke stellt sich die Frage, ob die übliche Form vieler tiefenpsychologischer Theorien, objektive Ereignisse der Vergangenheit zu suchen, um das heutige Handeln und gegenwärtige Gefühle zu verstehen, dem entspricht, was Adlers individualpsychologische Theorie im Kern ausmacht. Der Individualpsychologie liegt ein phänomenologisches und interdeterministisches Konzept zu Grunde, das an die Finalität

geknüpft ist. Sie basiert auf der Annahme einer intentionalen Rückwärtsbestimmung eigener Vergangenheit aus der aktuellen Lage heraus (S 435). Ohne leugnen zu wollen, dass die individuelle Erfahrungsgeschichte in uns fortlebt, kommt Wenke zu dem Schluss, dass auch in der individualpsychologischen Beratung das Konzept der Finalität und die Aktualgenese im Vordergrund stehen.

Weiters enthält dieser letzte Teil eine kritische Auseinandersetzung mit den Neurowissenschaften. Der Anspruch mancher Neurowissenschaftler, sichere Kenntnisse einer objektiven Wissenschaft liefern zu können und damit eine unantastbare Definitionshoheit ihrer Wissenschaft zu beanspruchen, wird zurückgewiesen. „Im Idealfall ergänzen und spiegeln sich die beiden Perspektiven Erster Person (Phänomenologie) und Dritter Person (Neurobiologie) gegenseitig“ (S 452).

Insgesamt liegt mit dem 488 Seiten starken Kompendium ein Werk vor, das auf eingehende und sehr lesbare Weise der Individualpsychologie jenen Stellenwert in der Beratung einräumt, den sie längst verdient hat. Spürbar wird die eingehende Forschungsarbeit zur Individualpsychologie der letzten Dekaden, die ein noch klareres Verständnis des Werkes ihres Schöpfers Adler ermöglichte und die Arbeit vieler namhafter Individualpsychologen würdigt. Ganz in diesem Sinne stehen die späteren Konzepte der Individualpsychologie im Fokus, wie z. B. Lebensstil, die Bewältigung der Lebensaufgaben, Finalität und Ganzheitlichkeit. Es werden aber auch frühe Konzepte besprochen wie beispielsweise die Organminderwertigkeit als Quelle des Minderwertig-

keitsgefühls. Den Herausgebern gelingt es, die Vielfalt und Komplexität der individualpsychologischen Beratung kenntlich zu machen, nicht zuletzt, indem individualpsychologische Konzepte in Bezug auf die Nachbarwissenschaften, auf die neueren Entwicklungen und auf die spezifische Situation der Beratung erörtert werden. Etwas breiteren Raum hätte indes die Verbindung von Psychoanalyse und Individualpsychologie einnehmen können, obwohl den Autoren ein psychoanalytischer Zugang zur Individualpsychologie kaum abzusprechen ist. Hier hätte eine tiefere Innenschau auf seelische Prozesse eine weitere Bereicherung sowohl als theoretische Darstellung als auch für die praktische Umsetzung, etwa im Bereich der Abwehrmechanismen, sein können.

Das Handbuch verleitet zum Lesen. Jeder Punkt wird praxisorientiert mit Material und Hinweisen ergänzt, die sowohl Professionisten und angehenden Professionisten in Beratung und Coaching als auch Ratsuchenden Orientierung und Erkenntnis bieten. Konkrete Arbeitsweisen, handlungsleitende Aussagen werden auf unterschiedlichen Ebenen in den jeweiligen Kapiteln dargestellt. Es werden aber auch die Grenzen der Beratung aufgezeigt. Insgesamt ein gelungenes, zukunftsweisendes Werk.

### *Autorin*

Mag. Dr. Gabriela Pap  
tätig als Psychotherapeutin (Individualpsychologin) in freier Praxis  
1030 Wien, Gärtnergasse 15/5  
[g.pap@gmx.at](mailto:g.pap@gmx.at)