

HANDOUT: IN DER WURZEL LIEGT DIE KRAFT

Gestalttherapeutisches Arbeiten mit Menschen mit Migrationshintergrund

GESTALTTALK am 26.1.2023 mit Margit Guggenberger

In welcher Weise ist die Gestalttherapie für die Arbeit mit Menschen mit Migrationshintergrund geeignet? Welche Anforderungen entstehen an die Methodik und die Haltung? Diese Fragen zu den Besonderheiten der Arbeit im interkulturellen Kontext haben mich beschäftigt. Zusammenfassend möchte ich hier die zentralen Überlegungen meiner Arbeit anführen.

Grundsätzlich halte ich den gestalttherapeutischen Ansatz für sehr gut geeignet, um mit Menschen mit Migrationshintergrund zu arbeiten. Gerade auch der hohe Anteil an Selbsterfahrung, der im Zuge der Ausbildung zur Gestalttherapeutin absolviert wird, schafft meines Erachtens günstige Voraussetzung dafür, um uns mit großer Bewusstheit und Umsicht dem Fremden/dem Andersartigen in unseren Klientinnen zu nähern und uns dafür zu interessieren. Außerdem fördert die Selbsterfahrung die Wahrscheinlichkeit, dass wir uns mit unserem Eigenen – speziell mit Fragen die Kultur, die Herkunft und eine eventuelle Migration betreffend – auseinandersetzen.

Das der Gestalttherapie immanente Verständnis um die Wirkung des Feldes fördert eine klare Sicht auf die wechselwirkende Bezogenheit der Menschen, die zusammen leben. Der Einfluss der Gesellschaft (sowohl der alten wie der neuen), Sozialisation und kulturellen Bedingungen, aus denen eine Person stammt, ist von identitätsstiftender Wirkung. Dies in der therapeutischen Arbeit im Auge zu behalten ist fundamental. Die Feldtheorie unterstützt uns dabei.

Auf Basis der feldtheoretischen Grundlagen ist es für Gestalttherapeutinnen leicht, zu verstehen, dass das So-Sein eines Menschen zum einen stark geprägt ist durch die Herkunft (Familie, Gesellschaftsform, Klima, Werterhaltung und Wirklichkeitskonstruktion). Und zum anderen unterliegt es ständigen Veränderungen und Wachstum. Die neue Gesellschaft gewinnt zunehmend an Bedeutung, wächst immer mehr mit dem zusammen, was von der Migrantin schon mitgebracht wurde.

Weiters fördert die Feldtheorie die Anerkennung des Umstandes, dass wir als beziehungsorientierte Wesen aufeinander angewiesen sind. Hier fängt nun das Dialogische Prinzip an zu

greifen. Auf Grundlage von Martin Bubers philosophischem Werk „Ich und Du“ begegnen wir Klientinnen in dem Bemühen um eine offene Haltung, in der wir uns wechselseitig in unserem So-Sein erkennen, bestätigen und annehmen. Entscheidend hier erscheint mir für die spezifische Anwendung des Prinzips, dass Ich-Du ja auch nur existieren kann in Abgrenzung und Gegenüberstellung von Ich-Es. Beide Grundhaltungen sowie auch das bewegliche Pendeln zwischen den beiden sind meines Erachtens fundamental für die Arbeit im interkulturellen Kontext.

Das Differenzieren von Gleichem und Nicht-Gleichem/Unterschiedlichem ist dabei Voraussetzung für die Schaffung einer Möglichkeit zur Verbundenheit über das Trennende/Unterschiedliche hinweg.

Durch die Techniken des Einklammers und des Umfassens sind uns als Gestalttherapeutinnen zwei methodische Konzepte an die Hand gereicht, die dabei unterstützend sein können.

Ersteres für unseren eigenen Umgang mit unseren Vorannahmen, Vorurteilen und Vorbehalten, die uns möglicherweise im Weg stehen, um Fremdem zu begegnen. Wir klammern das Unsere vorerst ein und stellen es auf die Seite. Idealerweise haben wir es schon im Vorfeld ins Auge genommen, damit wir im Moment der Begegnung mit dem Neuen nicht von unserer eigenen, inneren Abwehr überrascht sind.

Zweitens können wir uns in der Umfassung auf die Lebenswelt und –weise unseres Gegenübers einlassen, ohne dabei unseren eigenen Standpunkt zu verlieren. Und das ist Voraussetzung dafür, dass wir zwei bleiben und einander begegnen können.

Die Gestalttherapie lässt sich auf eine Begegnung nach dem Dialogischen Prinzip ein. In dieser Art anerkennen wir die Tatsache, dass Menschen ein Gegenüber brauchen, um in der Begegnung das Zusammenwirken zu erfahren, und im Anschluss an diese Erfahrung ein Selbst entwickeln können, das den Umgang auf diese Weise (hier) versteht.

Nach dem Verständnis des Figur-Grund-Konzeptes ist der Hintergrund ein wesentlicher Faktor, der unsere Wahrnehmung, unsere Wirklichkeit und damit auch unser Verstehen und unser Handeln bestimmt. Figurphänomene ohne bedeutungseinordnende Basis enthalten keine eindeutigen Informationen für eine handelnde Person.

Mit Hilfe der nötigen Awareness entwickeln Klientinnen mit Migrationshintergrund in der sicheren Umgebung der erfahrungszentrierten Therapie einen Erfahrungsschatz, auf dem aufbauend dann neue Bedeutung wächst. So wachsen weiter die Möglichkeiten zum Neuorientieren und Entwickeln einer neuen Identität, die in zwei Kulturen/Heimaträumen wurzelt. Migration bedeutet lernen und wachsen.

Schwierig in der gestalttherapeutischen Arbeit auf Grundlage der zentralen Theorien und Methoden erscheint mir persönlich, dass die Betonung des hohen Ideals der Offenheit, des Interesses und des Gültig-Sein-Lassens zu einem hohen Anspruch an Toleranz und Annahmen führen kann. Doch als Therapeutinnen gehen wir auch als Menschen in die Arbeit und begegnen dort Klientinnen, die in uns vielleicht Ängste, Vorurteile, Ablehnung anstoßen. Nachdem wir hoffentlich in der Lage sind, diese schwierigeren Reaktionen wahr zu nehmen und einzuklammern, ist es meiner Meinung nach sehr wichtig, sich gut darum zu kümmern. Es ist sinnvoll und wichtig, gut auf sich achten zu lernen. Eigene Vorbehalte wahr- und ernst zu nehmen, ihnen nachzugehen und sich damit auseinanderzusetzen ist nicht nur für die Klientin förderlich, sondern entlastet auch die Therapeutin, die durch die Haltung der Therapeutin einerseits und des privaten Menschen andererseits in eine Spannung geraten kann. Ich rate zu Supervision, Austausch mit Kolleginnen, Gesprächen mit Menschen mit Migrationshintergrund, die keine eigenen Klientinnen sind.

Schwierigkeiten auf der Seite der Klientin sehe ich darin, dass die Gestalttherapie von einem hohen Grad der Bewusstheit und Reflexionsfähigkeit ausgeht. Diese Ansprüche herunter zu schrauben und auf das der Klientin mögliche Maß einzupendeln sehe ich als weitere Herausforderung für die Therapeutin.

Meines Erachtens ist in unserer Gesellschaft im Mitteleuropa des 21. Jahrhunderts viel von dem oben Beschriebenen dringend nötig, um aus der aktuellen Lage herauszufinden, für die auf politischer Ebene so verstörende Lösungen wie Grenzzäune, Mauern, Auffanglager und Abschiebetechniken gewählt werden. Gerade jetzt ist es wichtig, bald einen Weg zu finden, wie wir zu einer zusammengehörenden Gesellschaft werden, wenn diese auch nicht kulturell oder sonst wie homogen sein kann. Es steht an, gemeinsam die wirklich drängenden Aufgaben und Schwierigkeiten in Angriff zu nehmen, wie z. B. den sorgfältigen Umgang mit unserer Mutter Erde. Schließlich wurzeln wir alle in ihr und brauchen sie zum Leben.