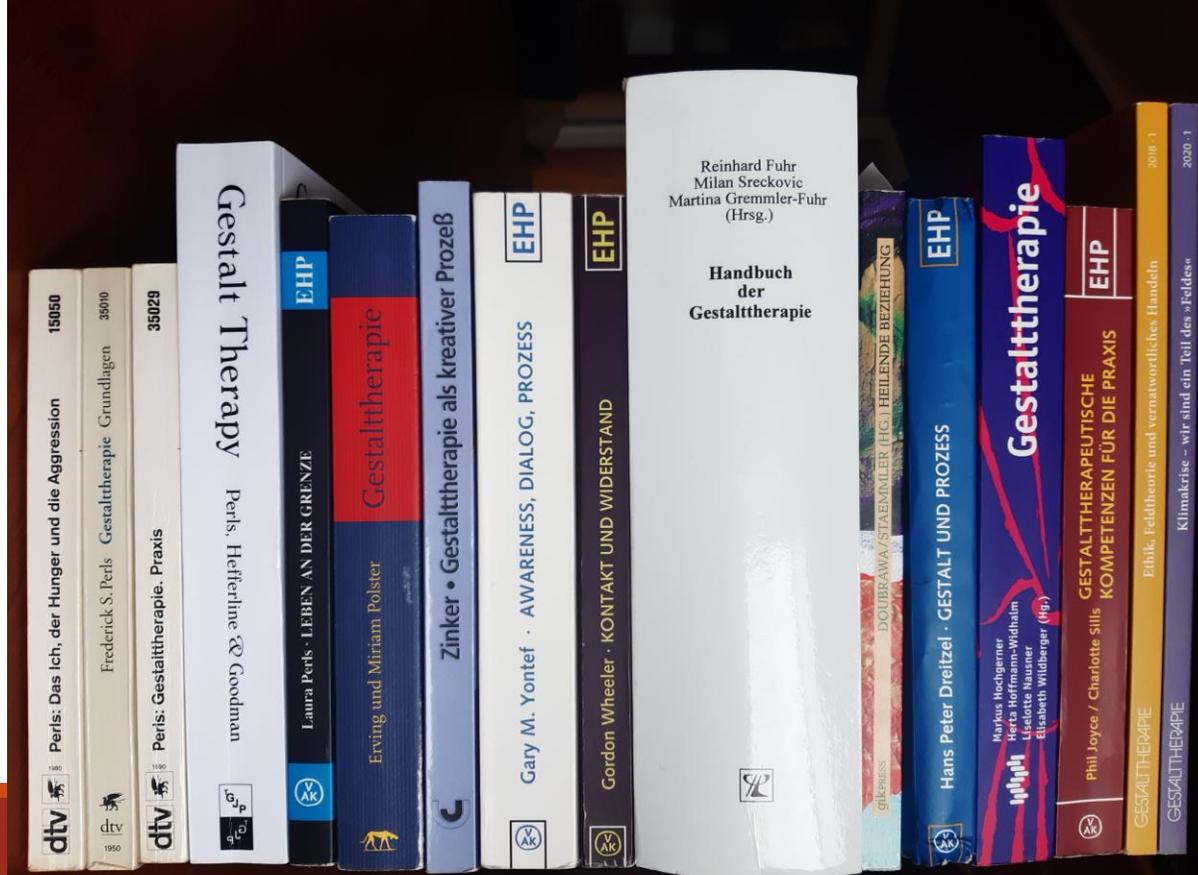
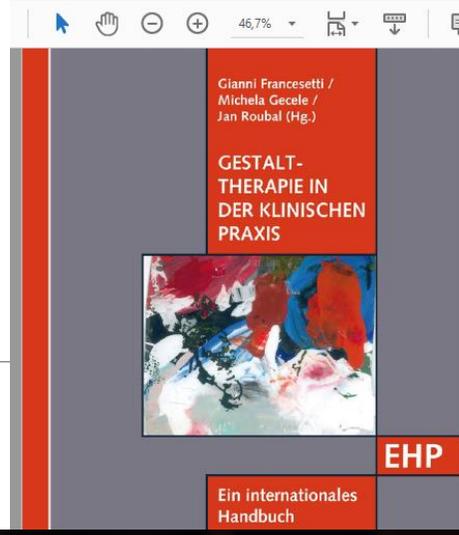


Was meinst du eigentlich, wenn du "Konfluenz" sagst?

EINE EINLADUNG ZUR AUSEINANDERSETZUNG MIT UNKLAREN
PHÄNOMENEN.

GESTALTTALK 14.3.2023 KARIN FUTSCHEK

Recherche Quellen



Haltung, Absicht und Prozess

Subjektiv: Ich fasse zusammen, wie ich verstanden habe, was andere zu Konfluenz geschrieben haben und ergänze es mit meinen Gedanken und Vorschlägen zum Thema.

Beschreibend: ...auf welche unterschiedlichen Arten Konfluenz verwendet wird. Nicht jedoch ist meine Absicht, die eine „wahre“ Weise zu definieren, wie Konfluenz richtig verwendet wird und alle anderen als falsch zu deklarieren.

Vorläufig: Meine Abschlussarbeit und dieser Vortrag sind das (Zwischen-)Ergebnis meines diesbezüglichen Verdauungsprozesses.

Meinungsbildend: Ich habe im Verlauf der Auseinandersetzung mit dem Thema eine persönliche Meinung entwickelt, wie ich den Begriff verwenden möchte.

Struktur des Vortrags

- Formen/Definitionen von Konfluenz
- (Scheinbare) Widersprüche
- Uneinigkeit: Konfluenz bei Begegnung, Dialog, Umfassung, Empathie und Einstimmung
- Persönliche Schlussfolgerungen
- Abgrenzung von Konfluenz zu anderen Begriffen
- Konfluenz in der therapeutischen Situation
- Diskussion und Fragen

Begriff Konfluenz

- **lateinisch** „*confluere*“: „zusammenfließen“, „ineinander übergehen“ (Stowasser et al., 1997)
- In der **Gestalttherapie** wird der Begriff jedoch nicht (nur) in seiner lateinischen Ursprungsbedeutung verwendet sondern steht für ein **theoretisches Konstrukt**.
- **englisch** „*in confluence*“ wird nicht nur als „**konfluent**“ sondern auch mit „**verstrickt**“, „**verwischt**“ und „**verschmolzen**“ übersetzt

Definition von Konfluenz

Es gibt sehr viele unterschiedliche Definitionen. Die „eine, richtige“ Definition von Konfluenz gibt es nicht.

Im Zuge meiner Recherche bin ich zu dem Schluss gekommen, dass Konfluenz im Sinne folgender Konstrukte verwendet wird:

- als **durchlässige Kontaktgrenze**
- als **fehlende Figurbildung**
- als **Pol**
- als **Stil**
- als **Forderung**

Es wird zwischen **neurotischer** Konfluenz und **gesunder** Konfluenz unterschieden und der Zustand **im vollen Kontakt** wird teilweise auch als Konfluenz bezeichnet.

Konfluenz als durchlässige Kontaktgrenze

Sehr häufige Form der Definition: durchlässige oder fehlende Kontaktgrenze

Beschreibungen in diese Richtung kommen z.B. vor bei:

- F.S. Perls (1978) Konfluenz als **Fehlen der Ich-Grenze**, als Zustand **nicht vorhandener Grenze** bzw. als **unbewusst offene Grenze** z.B. als geringe Bewusstheit an den Körperöffnungen.
- F. S. Perls et al. (1979a): bei Konfluenz ist die **Grenze des Selbst nicht prägnant und scharf**.
- Gremmler-Fuhr (1999b): **diffuse Grenze**
- Dreitzel (2004): Tendenz, ab dem Vorkontakt **keine klare Kontaktgrenze** auszubilden, **Kontaktgrenze bliebe durchlässig, unscharf**.

F.S. Perls (1978), hebt zusätzlich den **unbewussten** Aspekt der durchlässigen Grenze hervor.

Kleinster gemeinsamer Nenner

Konfluenz als fehlende Figurbildung (1/2)

Ursache für fehlende Figurbildung laut F.S. Perls et al. (1979b) die „**fehlende Wahrnehmung von Unterschieden**“, was durch Muskelanspannung erreicht wird.

In Folge werden Bedürfnisse nicht wahrgenommen und es kommt nicht zum Kontakt.

Diese Konfluenz wird häufig als pathologisch oder neurotisch beschrieben.

- F. S. Perls (1978) „...*pathologische Konfluenz – eine **Unfähigkeit zwischen Innen und Außen zu unterscheiden**...*“ (S.271)
- Polster & Polster (1973) „*Die Konfluenz ist ein Phantom, hinter dem diejenigen herjagen, welche **Unterschiede vermindern wollen**...*“ (S. 100)
- Wheeler (1993) „***Konfluenz – die Fähigkeit, den Unterschied zu unterdrücken**...*“ (S. 122)
- Wolfgang Looss (1999) beschreibt Konfluenz als „***das Verschwinden der Unterschiedlichkeit aus der Wahrnehmung***“. (S. 1085)
- Robine (2016) „*Das Entstehen einer Figur ist ein Bruch der Konfluenz. Die **Entstehung der Figur nicht zuzulassen** ist gleichbedeutend mit dem Aufrechterhalten oder dem Streben nach Konfluenz (Lapeyronnie / Robine 1996)*“ (Positionszahl 37.14)
- Francesetti (2020) „...*Konfluenz, bei dem eine **Figur nicht aus dem Grund hervorgeht** oder bei dem die **Grenzen** zwischen Organismus und Umwelt **nicht wahrgenommen** werden können...*“ (S. 51)

Konfluenz als fehlende Figurbildung (2/2)

Spezialfall: Fehlende Wahrnehmung von Unterschieden zwischen sich und einer anderen Person:

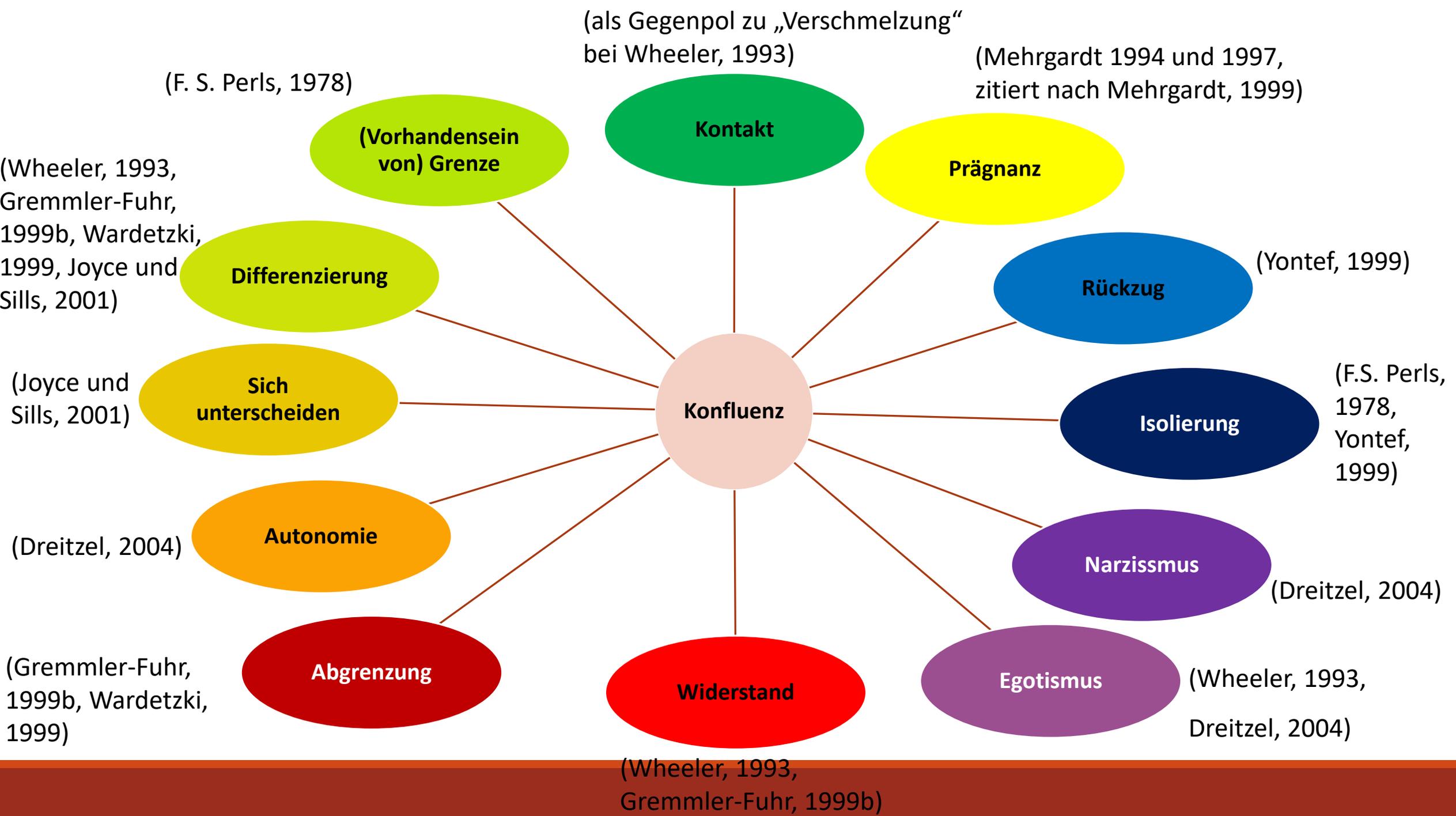
- Konfluenz als „*Verlust der Wahrnehmung von Unterschieden zwischen zwei Menschen.*“ z.B. wenn Therapeut*innen zu stark mit Klient*innen identifiziert sind. (Zinker, 1982, S. 54)
- Konfluenz als Unfähigkeit „*die interpersonelle Grenze klar zu erkennen.*“ (Joyce & Sills, 2001, S. 160)
- „*Konfluenz das Fehlen einer Unterscheidung zwischen Selbst und dem anderen*“ (Yontef, 2016, S. 32)
- Und Francesetti und Spagnuolo Lobb (2016) schreiben, dass im konfluenten Zustand „*das Ich und das Du noch nicht voneinander getrennt sind*“ (34.3)

Konfluenz als Pol

Häufig wird Konfluenz auch als **Endpunkt einer Polarität** verstanden.

Die möglichen Gegenpole unterscheiden sich jedoch zwischen den Autor*innen.

Je nachdem, welcher Gegenpol gewählt wurde, bekommt Konfluenz indirekt eine andere Bedeutungsnuance.



Pole von Konfluenz

- **Isolierung** (F.S. Perls, 1978, auf der Dimension Grad des Widerstands und Yontef, 1999)
- **(Vorhandensein von) Grenze** (F. S. Perls, 1978)
- **Rückzug** (Yontef, 1999)
- **Widerstand** (Wheeler, 1993, Gremmler-Fuhr, 1999b)
- **Differenzierung** (Wheeler, 1993, Gremmler-Fuhr, 1999b, Wardetzki, 1999, Joyce und Sills, 2001)
- **Sich unterscheiden** (Joyce und Sills, 2001)
- **Abgrenzung** (Gremmler-Fuhr, 1999b, Wardetzki, 1999)
- **Autonomie** (Dreitzel, 2004)
- **Egotismus** (Wheeler, 1993, Dreitzel, 2004)
- **Narzissmus** (Dreitzel, 2004)
- **Kontakt** (als Gegenpol zu „Verschmelzung“ bei Wheeler, 1993)
- **Prägnanz** (Mehrgardt 1994 und 1997, zitiert nach Mehrgardt, 1999)

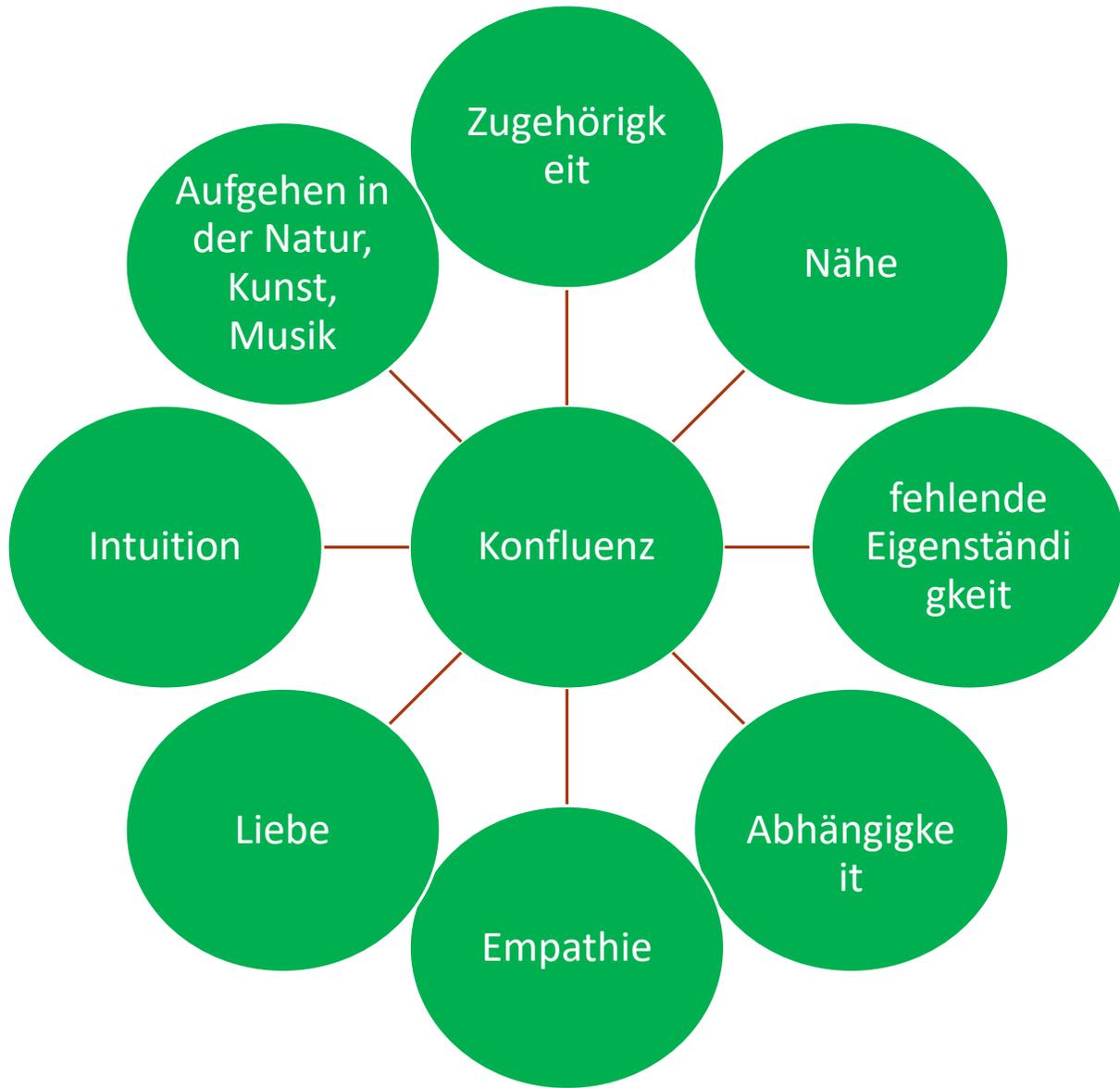
Assoziierte Eigenschaften zum Pol Konfluenz

Manche Autor*innen sehen Konfluenz in Zusammenhang mit folgenden Begriffen:

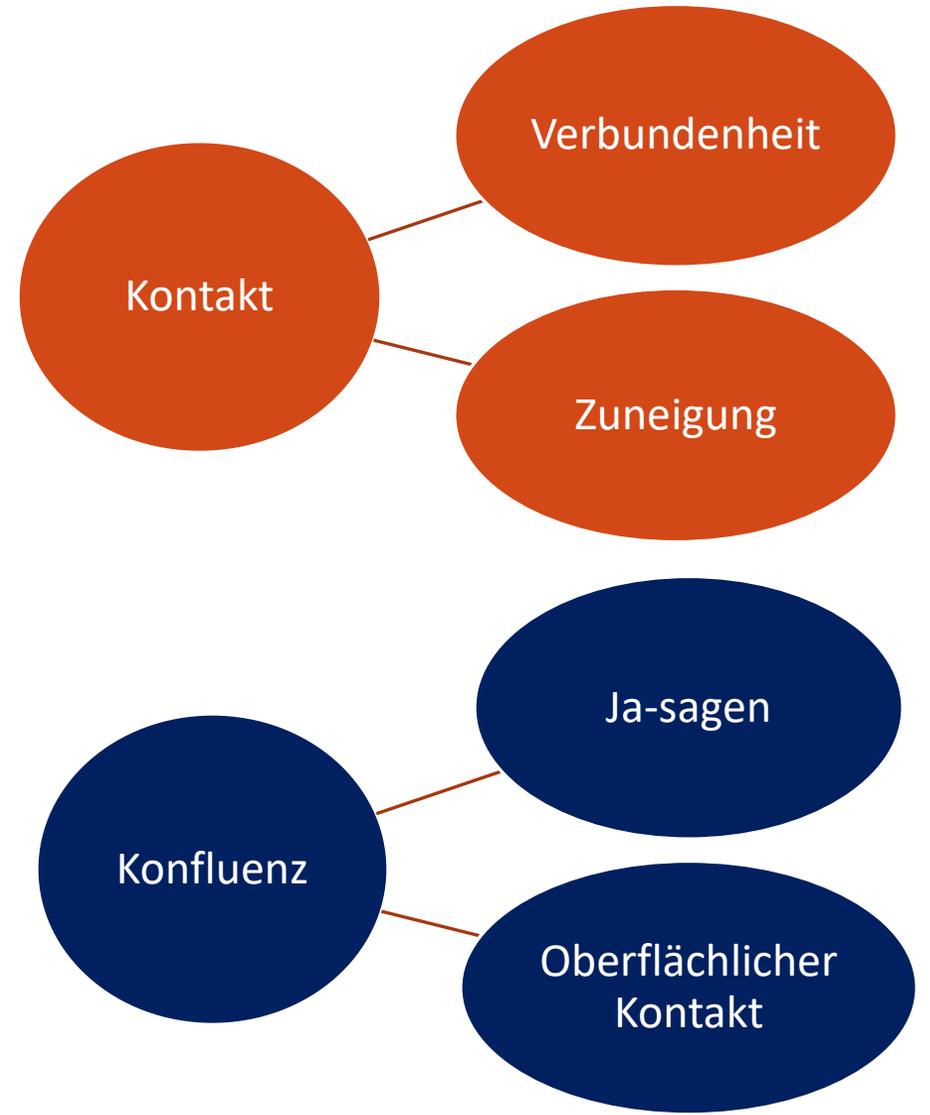
- Nähe, fehlende Eigenständigkeit, Abhängigkeit, Zugehörigkeit (Wardetzki 1999)
- Abhängigkeit (Yontef 1999)
- Liebe, Empathie, Intuition, Aufgehen in der Natur, Kunst, Musik (hier sei Konfluenz laut Renate Frühmann, 2004, zu begrüßen)

Andere sehen dies explizit nicht so:

- Zinker (1982) assoziiert Verbundenheit und Zuneigung explizit nicht mit Konfluenz, sondern mit Kontakt. Den Ausdruck von Konfluenz sieht er eher in Jasagen und in oberflächlichem Kontakt.
- Und auch F.S. Perls (1978) ordnet Konfluenz explizit nicht der Binfunktion zu.



VS.



Mögliche Erklärung für Unterschiedlichkeit?

Betrachtung von Konfluenz als **Kontaktunterbrechung versus Kontaktfunktion**

Konfluenz als **Kontaktfunktion** oder Fähigkeit (z.B. Wheeler, 1993 und Wardetzki, 1999):

→ man könnte mit dieser Funktion Nähe oder Zugehörigkeit herstellen

Konfluenz als **Kontaktunterbrechung** (Perls, Zinker...)

→ Konfluenz verhindert eher das Erleben von Nähe, da das bewusste Erleben von Nähe den nicht unterbrochenen Kontakt voraussetzt.

Konfluenz als Stil

Ein Stil ist kein momentaner Zustand, sondern ein Bündel an Verhaltensweisen, das regelmäßig auftritt.

Das Verhalten wird beschrieben als:

- **opportunistisches Mit-dem-Strom-schwimmen** (Polster & Polster 1973),
- **Jasagen** und **oberflächlicher Kontakt** (Zinker, 1982)
- **Harmoniesucht** und Neigung, von „**wir**“ statt von „**ich**“ zu sprechen (Dreitzel, 2004)
- **Verzicht auf Identität, eigene Neigungen werden denen anderer untergeordnet** (Yontef, 2016)
- **verständnisvoll** und **unterstützend** (Wheeler, 1993).

Wheeler ordnet in meinen Augen eher „**weiche**“ und **beziehungsorientierte** Eigenschaften dem konfluenten Stil zu, während andere Autoren eher **Oberflächlichkeit** und **Anpassung** hervorheben.

Konfluenz als Forderung (1/2)

Konfluenz als Mittel um:

- etwas Bekanntes zu bewahren/festzuhalten und Neues zu verhindern
 - Die fehlende Wahrnehmung von Unterschieden bzw. die Konfluenz wird hier zur Norm erhoben, mit der es leichter ist, die bestehenden Strukturen zu erhalten
- die eigene Machtposition zu halten
- eigene Bedürfnisse durchzusetzen

Konfluenz als Forderung (2/2)

Polster & Polster (1973):

- Menschen treffen **stillschweigende Abkommen** oder schließen **Verträge**, die nicht offen besprochen wurden und denen nicht beide Parteien zustimmten, deren **Verletzung** jedoch **Groll** auf der einen Seite und **Schuldgefühle** auf der anderen Seite auslösen kann. z.B. sich nicht zu streiten.

L. Perls (1989) schreibt über ein **Machtgefälle** in konfluenten Beziehungen:

- Eine Person habe die Oberhand, die andere würde folgen und „sich den Wünschen und Bedürfnissen des Führers, Vaters, Lehrers, Präsidenten oder Chefs“ fügen (S. 140)
- Käme es dennoch zum Konflikt, würde die stärkere Person ihre Überlegenheit behaupten und die Konfluenz wiederherstellen.
- Die stärkeren Partner*innen hätten eine größere Chance ihre Individualität auszudrücken.

Gesunde Konfluenz (1/2)

- Bildet den **nicht bewussten Hintergrund** unserer bewussten Erfahrung und ist in großen Zonen **dauernd vorhanden**. (F. S. Perls et al., 1979a)
- Beinhaltet, was nach erfolgreichen Kontaktprozessen **assimiliert** und Eins mit dem Organismus geworden ist. Z.B. Der Mensch und sein Wissen (welches hinterfragt werden kann), Gewohnheiten, Identifizierungen oder Annahmen, Nahrung und der Organismus. (S. Perls et al., 1979b)
- **Nützlich** und nicht fixiert: Sie enthält die Möglichkeit zur Kontaktnahme, die Figurbildung bzw. der Gestaltbildungsprozess bleiben intakt (F. S. Perls et al., 1979a, 1979b)
- Wheeler (1993) schreibt, dass im ersten Lebensjahr ein hohes Maß an Konfluenz als gesund angesehen wird und auch Dreitzel (2004) verwendet gesunde Konfluenz im Zusammenhang mit der kindlichen Entwicklung.

Gesunde Konfluenz (2/2)

- Renate Frühmann (2004) erwähnt fünf integrative Funktionen des Traumes nach Petzold. Die dritte dieser Funktionen ist die Klärung von Konfluenz. Sie schreibt über Konfluenz:

„Konfluenz ist ein gesundes Phänomen: In der nahtlosen Verbindungsmöglichkeit von Individuen mit anderen Menschen und der Umwelt – in der Liebe, in der Empathie, in der Intuition, in dem Aufgehen in der Natur, der Kunst, der Musik etc. ist sie zu begrüßen. Dort, wo sie zu ungesunden symbiotischen Mustern führt, wo wir unbemerkt krankmachenden Einflüssen aus unserer Sozialisation oder der Umwelt unterliegen, muss man sie entlarven und es müssen eigene Abgrenzungsmöglichkeiten gesucht werden.“ (S. 213f)

Unterscheidungsmerkmale von: gesunder und pathologischer Konfluenz

- Nützlichkeit
- Lebendigkeit
- Nicht Fixiertheit

Aus gesunder Konfluenz ist es möglich, herauszutreten: Identifizierungen und Gewohnheit können verändert und Wissen hinterfragt werden, der Gestaltbildungsprozess bleibt in Gang, der Organismus ist lebendig. Gesunde Konfluenz ist nützlich und erleichtert Wachstum.

- Ungesund ist Konfluenz nur, wo sie als Mittel dient, Kontakt zu verhindern.
- Pathologische Verstrickung bindet Energie.

(F. S. Perls et al., 1979a, 1979b)

Beispiel für pathologische Konfluenz

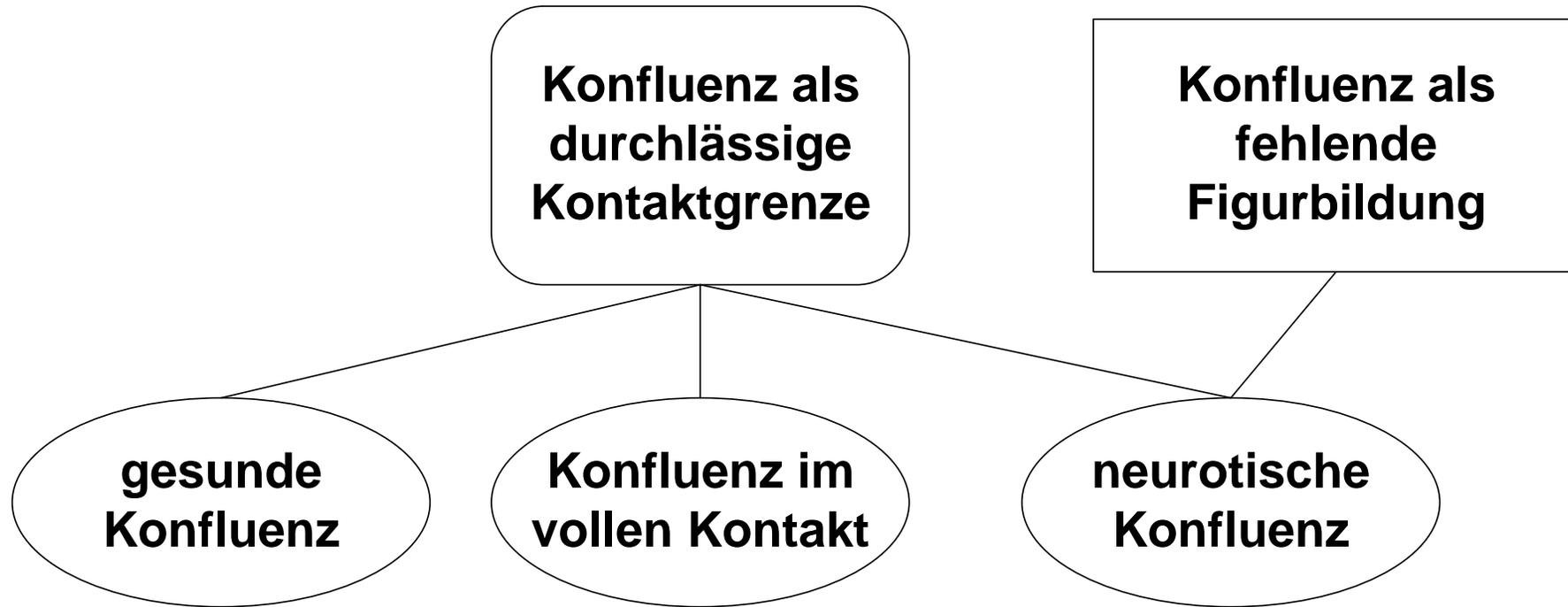
Verstrickte Beziehungen (z.B. in einer Ehe oder lange Freundschaften) wenn

- Keine Meinungsverschiedenheiten erlauben werden
- Keine Auseinandersetzung stattfindet, um echte Einigkeit oder Anerkennung im Uneins-Sein zu erzielen
- Eine Person sich anpasst, um die Einigung zu erzielen
- Eine Person die andere überredet, ihr schmeichelt, sie zwingt oder einschüchtert, um die Übereinstimmung wiederherzustellen.
- Wenn keine Einigung gelingt, könnten Feindschaften entstehen.

(F. S. Perls et al., 1979b)

Konfluenz im vollen Kontakt

- Zustand im vollen Kontakt, bei dem die Kontaktgrenze eines Organismus geöffnet ist
- Der Organismus verbindet sich mit dem, zu dem er zuvor Kontakt hergestellt hat.
- bewusste Öffnung
- Z.B. die vorübergehende Konfluenz mit dem*r Geschlechtspartner*in, während des Orgasmus (F. S. Perls, 1978; L. Perls, 1989).



Mögliche Gegenpole

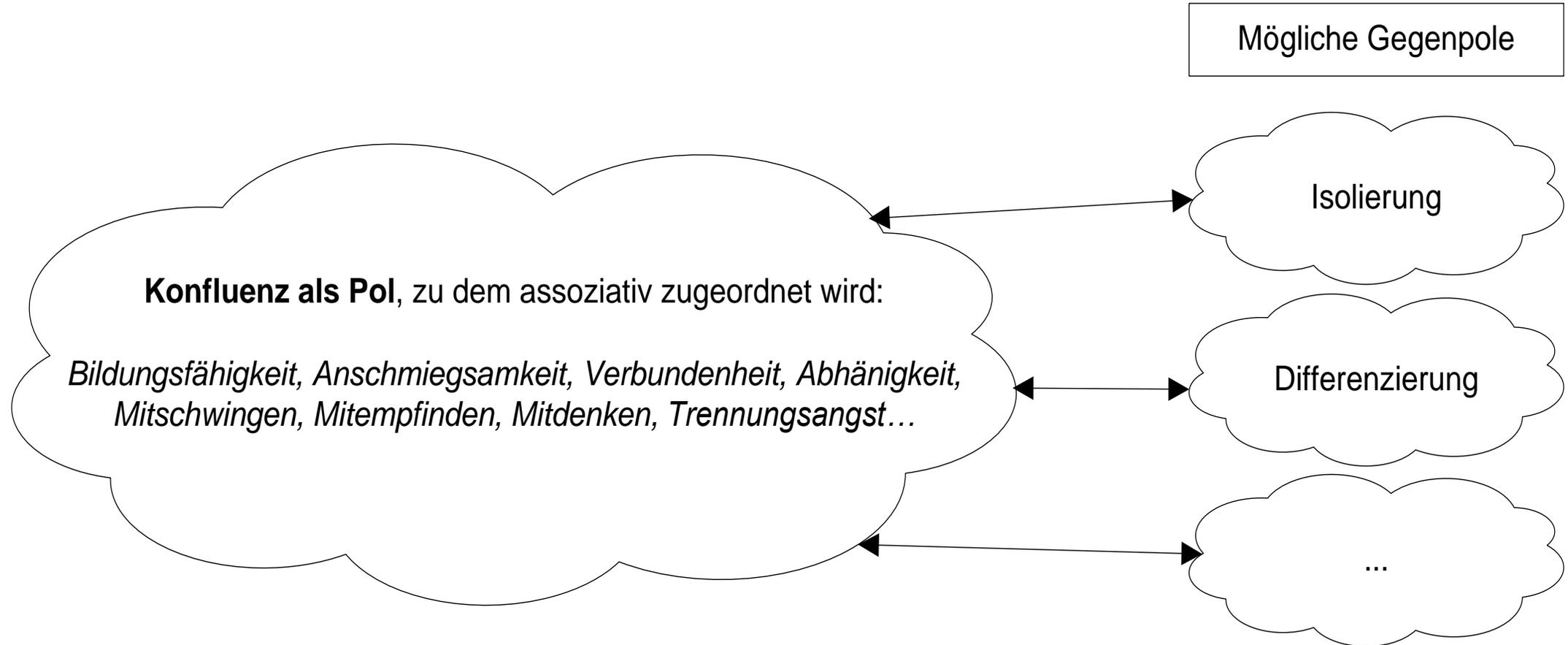
Konfluenz als Pol, zu dem assoziativ zugeordnet wird:

*Bildungsfähigkeit, Anschmiegsamkeit, Verbundenheit, Abhängigkeit,
Mitschwingen, Mitempfinden, Mitdenken, Trennungsangst...*

Isolierung

Differenzierung

...

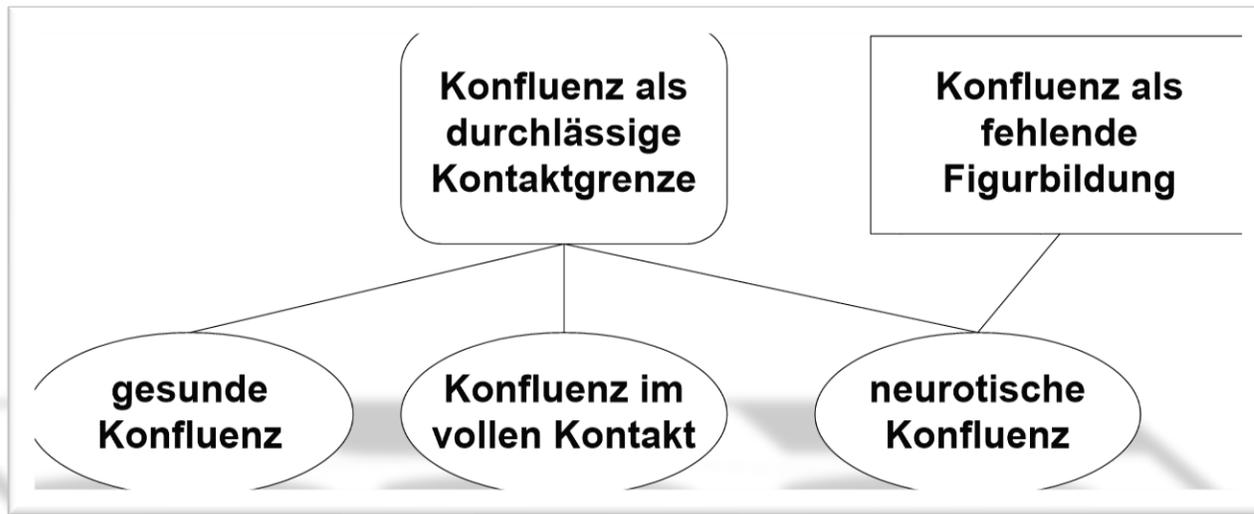


Konfluenz als Stil

*Anpassung, mit dem Strom schwimmen, ja-sagen, Oberflächlichkeit,
Hamoniesucht, verständnisvoll, unterstützend...*



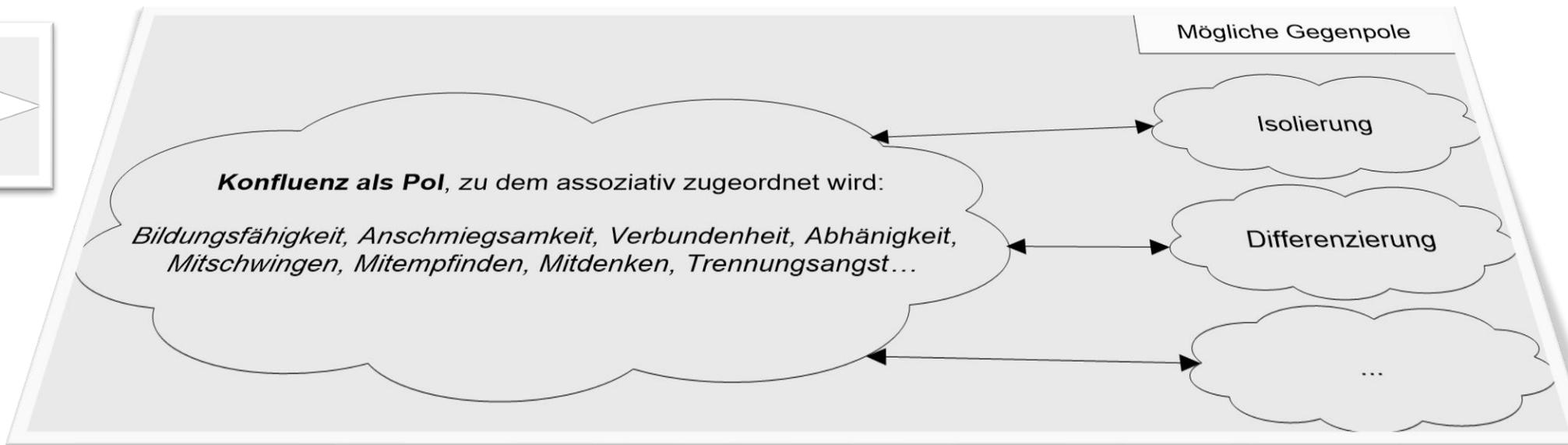
**Forderung nach
Konfluenz**



Konfluenz als Stil

Anpassung, mit dem Strom schwimmen, ja-sagen, Oberflächlichkeit, Harmoniesucht, verständnisvoll, unterstützend...

Forderung nach Konfluenz



(Scheinbare) Widersprüche (1/4)

- Einerseits definieren PHG Konfluenz als „**Zustand der Kontaktlosigkeit** (ohne Grenze des Selbst)“ (F. S. Perls et al., 1979a, S. 250)
 - Andererseits sprechen sie im Moment des größtmöglichen Kontakts – im **Vollkontakt** – ebenfalls von Konfluenz → **Der Zustand im Vollkontakt ist jedenfalls kein Zustand der Kontaktlosigkeit.**
 - F.S. Perls (1978)
 - Kontakt das bewusste Öffnen von Grenzen
 - Konfluenz unbewusst offene Grenzen
- Wird der Begriff Konfluenz auch für den vollen Kontakt verwendet, dann wäre es naheliegender, Konfluenz allgemeiner als eine durchlässige Kontaktgrenze zu definieren. Die Definition „Zustand der Kontaktlosigkeit“ wäre dann jedoch nicht mehr zutreffend.
- Z.B. Dreitzel (2004) definiert Konfluenz als durchlässige Kontaktgrenze.

(Scheinbare) Widersprüche (2/4)

Theoretischen Auffassungen von **Kontaktunterbrechung** (PHG) und **Kontaktfunktion** (Wheeler, 1993) wirkt sich auf das Verständnis von Konfluenz aus:

- F.S. **Perls** (1978) nennt Konfluenz als **Gegenteil einer Kontaktfunktion**
- Für **Wheeler** (1993) ist Konfluenz eine von mehreren **Kontaktfunktionen**
- Bei F. S. Perls (1978) sind es die **aktiven Bewegungen** der **Bindefunktion** und **Zerstörungsfunktion** oder **Isolation und Kontakt, die die Grenze bilden**, nicht jedoch die passive Konfluenz.
- Wheeler (1993) hingegen versteht **Konfluenz und Widerstände** als Bedingung oder **Dimensionen von Kontakt**.

(Scheinbare) Widersprüche (3/4)

Diametrale Sichtweisen beim Vergleich von Zinker (1982) mit Wardetzki (1999) und Frühmann (2004)

- Zinker (1982) assoziiert Verbundenheit und Zuneigung mit Kontakt und nicht mit Konfluenz
- Wardetzki (1999) und Frühmann (2004) assoziieren Verbundenheit und Zuneigung mit dem konfluenten Pol



(Scheinbare) Widersprüche (4/4)

- Yontef (1999, 2016) Unterscheidet negative, pathologische Konfluenz von positiver Konfluenz.
- **Positive Konfluenz** beschreibt er als vorübergehenden Zustand beim „*Höhepunkt der Verbindung und gegenseitigen Verstehens*“. (Yontef, 2016, S. 33).
- Andererseits ist er darum bemüht, die Begriffe **Umfassung und Empathie von Konfluenz klar abzugrenzen.**
- ➔ Ist Konfluenz der Höhepunkt gegenseitigen Verstehens, so frage ich mich, ob sie nicht doch für Empathie relevant ist.

Uneinigkeit: Konfluenz bei Begegnung, Dialog, Umfassung, Empathie und Einstimmung (1/3)

Gremmler-Fuhr (1999a) schreibt, dass das „*Sich-Hineinversetzen in die Welt und das Erleben des anderen, so daß man selbst ein Erleben von dieser Welt hat (...) als eine spezifische Qualität der Kontaktfunktion „Konfluenz“ verstanden werden*“ kann (S. 405).

Hycner (2016) versteht Konfluenz als **Verschmelzung** zweier vollständig getrennter Wesen mit **Verlust des Selbst**. Ein Mensch, der sein Selbst verloren hat, sei **nicht mehr begegnungsfähig**. Er schreibt: „*Selbst im Moment der Ich-Du-Verbundenheit gibt es ein Erkennen der gleichzeitigen Getrenntheit und Bezogenheit aufeinander.*“ (S. 84)

Einigkeit von beiden: **Dialog/Begegnung ist Form von Kontakt** ist:

Hycner (2016) schreibt, dass „*jeder Dialog Kontakt - aber nicht jeder Kontakt gleich Dialog*“ ist (S. 84).

Gremmler-Fuhr (1999a) schreibt, dass Begegnung eine „*besondere Qualität von vollem Kontakt*“ ist (S. 404).

Uneinigkeit: Konfluenz bei Begegnung, Dialog, Umfassung, Empathie und Einstimmung (2/3)

Yontef (1999) meint, bei **Umfassung** gehe die Wahrnehmung von sich selbst, als vom anderen getrennt nicht verloren:

„Umfassung ist die Einfühlung in die Sicht des Anderen, während man das Empfinden von sich selbst beibehält. Ein Mensch der Umfassung übt, sieht die Welt einen Moment lang so vollständig wie möglich mit den Augen des anderen. Aber er ist nicht konfluent, denn gleichzeitig nimmt er sich selbst als vom Anderen getrennt wahr. Dies ist die höchste Form der polaren Bewusstheit von einem selbst und dem Anderen.“ (S. 57)

Yontef (1999) schreibt, dass einige Gestalttherapeut*innen das Konzept der **Empathie** kritisieren, weil es die Gefahr der Konfluenz mit sich bringe. So fürchtete Jim Simkin,...

„...daß durch den Begriff der Umfassung das Konzept der Empathie in die Gestalttherapie wieder eingeführt werden könnte. Er vermutete, daß dem Begriff Empathie Grenzkonfusion bzw. Konfluenz innewohne und daß insgeheim der Mythos anerkannt werde, der Therapeut könne die Gefühle des Patienten fühlen.“ (S. 77)

Uneinigkeit: Konfluenz bei Begegnung, Dialog, Umfassung, Empathie und Einstimmung (3/3)

Gianni Francesetti (2020) beschreibt **Einstimmung** als „die Erfahrung des Therapeuten, sich auf der gleichen Wellenlänge wie der Klient zu fühlen, ähnliche oder sogar dieselben Gefühle zu haben.“ (S. 51)

Über den Unterschied zu Konfluenz schreibt er:

„Die Einstimmung unterscheidet sich von **Konfluenz**, bei dem eine **Figur nicht aus dem Grund hervorgeht** oder bei dem **die Grenzen zwischen Organismus und Umwelt nicht wahrgenommen werden können**. Mit der **Einstimmung entsteht eine klare Figur**, und die **Grenzen zwischen mir und dem anderen sind auch klar definiert** in dem Sinne, dass es klar ist, dass ich fühle, was du fühlst und dass du fühlst, dass ich fühle, dass du fühlst.“ (Francesetti, 2020, S. 51)

Widerspruch zu:

Spagnuolo Lobb (2016) schreibt, dass **die Fähigkeit zur Konfluenz eine Grundlage für Empathie** ist.

Dave Mann (2016) schreibt, dass es wichtig sei „mit der Bereitschaft auf der eigenen Seite“ zu bleiben und „**konfluente Momente zu erleben und das Leiden der KlientIn zumindest ansatzweise zu spüren**“ (30.8).

Persönliche Schlussfolgerungen (1/2)

Die Eindeutigkeit eines Begriffs wird reduziert, je breiter er Anwendung findet. Die Bedeutung des Wortes verblasst in der Vielseitigkeit der Verwendung.

→ Vorschlag, die Vielfalt der Begriffsbedeutung zu reduzieren, damit wir untereinander klarer kommunizieren können.

Ich persönlich entscheide mich, Konfluenz im Sinne fehlender Figurbildung zu verwenden und für alle anderen Formen von Konfluenz alternative, möglichst zur individuellen Situation passende Begriffe zu wählen.

Warum nicht durchlässige Kontaktgrenze?

Aufgrund der unterschiedlichen leiblichen Erfahrung von a) Konfluenz, die verhindert, dass ein Kontaktprozess in Gang kommt / eine Figur entsteht und b) der Konfluenz im vollen Kontakt.

Persönliche Schlussfolgerungen (2/3)

- Je nachdem, was mit gesunder Konfluenz gemeint ist, würde ich z.B. die Begriffe Assimilation, Nähe, Kontakt, Verbundenheit, Zugehörigkeit oder Homöostase wählen.
- Die Konfluenz im vollen Kontakt bezeichne ich als „Auskostung“, „Hingabe“ oder „in etwas aufgehen“.
- Falls ich einen Pol als konfluent beschreiben möchte, dann würde ich den Gegenpol als prägnante Figurbildung definieren. (Konfluenz – Prägnanz hat Mehrgardt (1999) als Polpaar erwähnt.)
- Ich würde Konfluenz nicht als Überbegriff für eine Reihe von „weichen“ Eigenschaften wie Abhängigkeit, Verbundenheit oder Nähe verwenden.
- Ich würde Konfluenz nicht zur Beschreibung eines Stils verwenden, sondern dann z.B. von einem „angepassten Stil“ sprechen.
- Und für Konfluenz als Forderung würde ich die Begriffe Forderung, Abkommen, Verträge, Ansprüche, Erwartungen, Annahmen oder Machtausübung verwenden, je nach Situation.

Persönliche Schlussfolgerungen (3/3)

Was Konfluenz für mich **nicht** ist:

„Ich spüre, was ich selbst fühle und möchte. Ich bin offen dafür, was eine andere Person fühlt und möchte. Ich kann mich einfühlen, ohne sicher zu wissen, was in der anderen Person vorgeht und mir bewusst sein, was in mir selbst vorgeht. Ich erwarte nicht, dass die andere Person schon weiß, was ich brauche.“

Abgrenzung Konfluenz und ...

Anpassung kann z.B. ein bewusster Vorgang sein und muss nicht (kann aber) fehlende Figurbildung oder fehlende Differenzierung beinhalten.

Angst vor Konflikt: Man kann Konflikte aus Angst vermeiden, ohne dabei konfluent zu sein, wenn man die Unterschiedlichkeiten gut wahrnehmen kann.

Unbewusst: Alle Formen von fehlendem Bewusstsein als konfluent zu bezeichnen, finde ich ebenfalls unpassend, auch wenn manchmal wahrscheinlich Konfluenz vorliegt.

Dissoziation: ist ein Phänomen, welches meiner Ansicht nach am sinnvollstem im Kontext der Neurobiologie verstanden wird

Nähe, Verbundenheit und Zugehörigkeit: sind komplexe Phänomene.

Abhängigkeit: Ich kann abhängig sein, ohne dabei konfluent zu sein, z.B. wenn mir meine Abhängigkeit voll bewusst ist, und ich klar differenziere zwischen mir, und dem, von dem ich abhängig bin.

Therapeutische Situation: Konfluenz fördern - Ideen

Wie kann ich sein, um mit einer Patientin ein möglichst konfluentes Feld zu erzeugen? Ich fantasiiere:

- Ich könnte die Expertin hervorkehren und der Patientin erklären, wie alles funktioniert und was genau sie zur Besserung tun kann.
- Ich kann die Figurbildung verhindern, indem ich sie möglichst wenig nach ihrer Wahrnehmung frage und ihr stattdessen meine Wahrnehmung als Realität anbiete.
- Ich kann mit meiner Aufmerksamkeit ganz bei ihr sein und mich selbst dabei ausblenden. In Folge äußere ich keine Widersprüche oder Gegenpositionen und weise nicht auf Unterschiede hin.
- Ich kann mit hypnotischer Stimme sprechen.
- Ich kann schweigen und möglichst wenig spürbar bleiben, der Patientin dabei aber bedeutungsvolle Blicke zuwerfen.

Therapeutische Situation: Figurbildung stützen - Ideen

Umgekehrt kann ich mich fragen, wie ich als Therapeutin sein kann, um die Bildung von Figuren leichter zu ermöglichen:

- Ich kann gemeinsam mit der Klientin das Wahrnehmungskontinuum erforschen.
- Ich kann präsent sein und mich selbst gut wahrnehmen.
- Ich kann meine Wahrnehmung zur Verfügung stellen und die Klientin bitten mir zur beschreiben, wie sich ihre Wahrnehmung von meiner unterscheidet.
- Ich kann allgemein nach Unterschieden fragen.

Konfluenz in der Therapeutischen Situation – Reflexionsfragen (Co-Kreation)

Fragen an mich als Therapeutin, wenn ich Konfluenz in der Therapie wahrnehme:

- Auf welche Weise kreierte ich die Konfluenz mit dieser Klientin (mehr als mit anderen)?
- Kann ich die Trennung zwischen mir und der Klientin spüren, verschwimme ich mit der Klientin (und unterstelle ihr, dass sie dasselbe tut)?
- Auf welche Weise erzeugt die Wechselwirkung unserer Interaktion Konfluenz?
- Vertrete ich vehement den Pol der Differenzierung oder Prägnanz und die Klientin übernimmt die Gegenbewegung?
- Kann es sein, dass ich als Therapeutin den Wunsch meiner Klientin nach Nähe und Kontakt damit abwehre, dass ich sage, sie habe Konfluenzwünsche?
- Unterbreche ich den Kontakt, indem ich diagnostiziere, aufhöre die Perspektive der Klientin zu berücksichtigen und aufhöre phänomenologisch weiterzuforschen?

Literatur 1/3

Dreitzel, H. P. (2004). *Gestalt und Prozess: Eine psychotherapeutische Diagnostik oder: Der gesunde Mensch hat wenig Charakter*. EHP.

Francesetti, G. (2020). Die Feldperspektive in der klinischen Praxis. *Gestalttherapie Forum für Gestaltperspektiven*, 34(1), 41–66.

Francesetti, G., & Spagnuolo Lobb, M. (2016). Jenseits der Säulen des Herakles. Psychotisches Erleben aus gestalttherapeutischer Perspektive [EPub book]. In G. Francesetti, M. Gecele, & J. Roubal (Hrsg.), *Gestalttherapie in der klinischen Praxis von der Psychopathologie zur Ästhetik des Kontakts* (34.1-34.163). EHP.

Frühmann, R. (2004). Via regia! Traumarbeit in der Integrativen Gestalttherapie. In M. Hochgerner, H. Hoffmann-Widhalm, L. Nausner, & E. Wildberger (Hrsg.), *Gestalttherapie* (S. 208–217). Facultas-Verl.

Gremmler-Fuhr, M. (1999a). Dialogische Beziehung in der Gestalttherapie. In R. Fuhr, M. Sreckovic, & M. Gremmler-Fuhr (Hrsg.), *Handbuch der Gestalttherapie* (S. 393–416). Hogrefe.

Gremmler-Fuhr, M. (1999b). Grundkonzepte und Modelle der Gestalttherapie. In R. Fuhr, M. Sreckovic, & M. Gremmler-Fuhr (Hrsg.), *Handbuch der Gestalttherapie* (S. 345–392). Hogrefe.

Hycner, R. (2016). Die Ich-Du-Beziehung. In F.-M. Steammler & E. Doubrawa (Hrsg.), *Heilende Beziehung: Dialogische Gestalttherapie* (S. 83–94). gikPRESS.

Joyce, P., & Sills, C. (2001). *Gestalttherapeutische Kompetenzen für die Praxis: Ein Lehr- und Arbeitsbuch für Psychotherapie, Beratung und Ausbildung* (L. G. Steiner, Übers.). EHP.

Literatur 2/3

Looss, W. (1999). Gestaltkonzepte in der Analyse von Organisationen. In R. Fuhr, M. Sreckovic, & M. Gremmler-Fuhr (Hrsg.), *Handbuch der Gestalttherapie* (S. 1077–1088). Hogrefe.

Mann, D. (2016). Einschätzung des Suizidrisikos [EPub book]. In G. Francesetti, M. Gecele, & J. Roubal (Hrsg.), *Gestalttherapie in der klinischen Praxis von der Psychopathologie zur Ästhetik des Kontakts* (30.1-30.57). EHP.

Mehrgardt, M. (1999). Erkenntnistheoretische Fundierung der Gestalttherapie. In R. Fuhr, M. Sreckovic, & M. Gremmler-Fuhr (Hrsg.), *Handbuch der Gestalttherapie* (S. 485–511). Hogrefe.

Perls, F. S. (1978). *Das Ich, der Hunger und die Aggression: Die Anfänge der Gestalt-Therapie* (2. Aufl., August 1999). Dt. Taschenbuch-Verl.

Perls, F. S., Hefferline, R. F., & Goodman, P. (1979a). *Gestalttherapie Grundlagen* (5. Aufl 2000, Engl. Original 1951). Klett-Cotta im Dt. Taschenbuch-Verl.

Perls, F. S., Hefferline, R. F., & Goodman, P. (1979b). *Gestalttherapie Praxis* (W. Krege & M. Ross, Übers.; Ungekürzte Ausgabe Mai 1995, 3. Auflage). Klett-Cotta, Deutscher Taschenbuch Verlag.

Perls, L. (1989). *Leben an der Grenze: Essays und Anmerkungen zur Gestalt-Therapie* (3. Auflage 2005). Ed. Humanist. Psychologie.

Polster, E., & Polster, M. (1973). *Gestalttherapie: Theorie und Praxis der integrativen Gestalttherapie* (M. Waeber & M. Wittelmeyer, Übers.; 3. Aufl). Hammer.

Literatur 3/3

Robine, J.-M. (2016). Angst in der Situation: Störungen der Gestaltkonstruktion [EPub book]. In G. Francesetti, M. Gecele, & J. Roubal (Hrsg.), *Gestalttherapie in der klinischen Praxis von der Psychopathologie zur Ästhetik des Kontakts* (37.1-37.69). EHP.

Spagnuolo Lobb, M. (2016). Entwicklungsperspektive in der Gestalttherapie: Die polyphone Entwicklung von Bereichen [EPub book]. In G. Francesetti, M. Gecele, & J. Roubal (Hrsg.), *Gestalttherapie in der klinischen Praxis von der Psychopathologie zur Ästhetik des Kontakts* (15.1-15.65). EHP.

Stowasser, J. M., Petschenig, M., Skutsch, F., & Christ, A. (1997). *Stowasser: Österreichische Schulausgabe ; lateinisch-deutsches Schulwörterbuch*. Stowasser, Joseph M.: Der kleine Stowasser.

Wardetzki, B. (1999). Gestalttherapie mit suchtkranken Menschen – Bulimie als Beziehungskrankheit. In R. Fuhr, M. Sreckovic, & M. Gremmler-Fuhr (Hrsg.), *Handbuch der Gestalttherapie* (S. 813–826). Hogrefe.

Wheeler, G. (1993). *Kontakt und Widerstand: Ein neuer Zugang zur Gestalttherapie* (2. korrigierte Auflage 2015). Ed. Humanistische Psychologie.

Yontef, G. M. (1999). *Awareness, Dialog, Prozess: Wege zu einer relationalen Gestalttherapie* (Veränd. und erg. dt. Ausg.). Ed. Humanistische Psychologie.

Yontef, G. M. (2016). Gestalttherapie als dialogische Methode. In F.-M. Steammler & E. Doubrawa (Hrsg.), *Heilende Beziehung: Dialogische Gestalttherapie* (S. 27–58). gikPRESS.

Zinker, J. (1982). *Gestalttherapie als kreativer Prozeß* (7. Aufl.). Junfermann.

Diskussion & Fragen
