ZEITSCHRIFT FÜR TRANSAKTIONSANALYSE 1/2017

Auszug der Seiten 44 bis 64 mit einem Artikel über die Radikale Therapie (RT)

Junfermann

TA

Zeitschrift für Transaktionsanalyse 1/2017

HEFT 1 · 34. JAHRG. 2017

3	Die Bandbreite therapeutischen Arbeitens	EDITORIAL
6	Martha Hüsgen-Adler: Transaktionsanalyse und strukturelle Störungen	FOCUS
26	Gabriele Frohme: Psychosomatik und Transaktionsanalyse	
44	Luigi Althöfer: Die Radikale Therapie	
65	Eric Berne : Away from a theory of the impact of interpersonal interaction on non-verbal participation	
79	Fritz Wandel, Ulrike Müller: Diskussion zu Beiträgen in der ZTA 3/2016	FORUM
83	Thomas Kühn: Feedback zur ZTA 4/2016	
84	Wiedergelesen: Eric Berne, Sprechstunden für die Seele	
87	Almut Schmale-Riedel: Der unbewusste Lebensplan. Das Skript in der Transaktionsanalyse.	BUCHZEICHEN
89	Roland Voigtel: Sucht.	
91	Rolf Reiner Kiltz: Spielerisch und wahr	AUGENBLICK MAL

Die Radikale Therapie

Mit dem vorliegenden Artikel möchte ich das Konzept der Radikalen Therapie (RT) vorstellen, die in Deutschland seit Mitte der 1980er-Jahre als selbstorganisiertes Gruppentherapieverfahren praktiziert wird. Der Bezeichnung „radikal" benennt das konzeptionelle Anliegen, individuelle Probleme in ihren zugrunde liegenden Ursachen zu begreifen und therapeutisch zu bearbeiten (lat. radix = Wurzel). Dazu werden u.a. auch die gesellschaftlichen Verhältnisse in den Blick genommen. Die TeilnehmerInnen bearbeiten mithilfe der Transaktionsanalyse und dem Co-Counseling[1] ihre persönlichen Probleme und Lebensthemen, um sich insbesondere aus internalisierter Unterdrückung zu befreien, die eigenen Potenziale auszuschöpfen, neue Perspektiven zu entwickeln und auf dieser Basis ein selbstbestimmtes Leben zu führen.

Luigi Althöfer

Die Radikale Therapie wird üblicherweise in Frauengruppen (FORT) und Männergruppen (MRT) praktiziert. Die Abkürzungen FORT und MRT stehen für „Frauen organisieren Radikale Therapie" und „Männer Radikale Therapie". Im Übrigen existieren auch gemischtgeschlechtlich arbeitende Gruppen, queere Gruppen sowie geschlechtlich nicht oder in anderer Weise definierte RT-Gruppen. Ich benutze den Begriff „Radikale Therapie" sowie auch die Abkürzung „RT" hier als allgemeine Bezeichnung, die sowohl FORT, MRT als auch alle anderen RT-Gruppen mit einschließen soll.

1. Entstehungsgeschichte

Der Ursprung von RT liegt in der Theorie und Praxis der Radical Psychiatry (RP), die sich in den späten 1960er-Jahren unter maßgeblicher Beteiligung des Transaktionsanalytikers Claude Steiner in Berkeley bzw. in der San Francisco Bay Area (Kalifornien) zu

entwickeln begann und durch ihn untrennbar mit der Transaktionsanalyse (TA) verknüpft wurde. Steiner hat zahlreiche Aspekte der TA in die Theorie und Praxis der RP integriert und die TA darüber hinaus auch innerhalb der RP weiterentwickelt.

Das Grundkonzept der Radikalen Therapie in der hier vorgestellten Form wurde in den Niederlanden von Gail Pheterson entwickelt, die das Konzept der sog. Problem-Solving Groups[2] aus der Radical Psychiatry mit der Theorie und Praxis des Co-Counseling (CC) zu einem selbstorganisierten Verfahren verknüpft hat und seit 1973 im Rahmen von mehrtägigen Workshops innerhalb der feministischen Bewegung verbreitet hat (vgl. Pheterson 1978). Auf diese Weise ist „eine neue Form der Selbsthilfetherapie" entstanden (Meulenbelt 1983, S. 107). Im Jahr 1979 erschien das Buch „Solving Women's Problems" (Wyckoff 1977) in den Niederlanden unter dem Titel „Vrouwenpraatgroepen. Feministische Oefengroepen Radicale Therapie" (Wyckoff 1979). Die Anfangsbuchstaben des Untertitels entsprechen bereits der heute in Deutschland verwendeten Abkürzung FORT. Nach Rauch u. a. (1996, S. 3) bestand in den Niederlanden bereits seit 1976 „eine starke FORT-Bewegung".

Anfang der 1980er-Jahre haben profeministische Männergruppen in den Niederlanden das Konzept der FORT-Gruppen übernommen, in einigen Punkten leicht abgewandelt und somit das MRT-Konzept entwickelt. Anlass für die vorgenommenen Abwandlungen war die Überzeugung, dass Frauen und Männer jeweils vor dem Hintergrund gesellschaftlich vorherrschender Geschlechterrollen sozialisiert sowie in unterschiedlicher Weise durch bestimmte Einschärfungen und Zuschreibungen geprägt wurden und infolgedessen unterschiedliche Anpassungsprozesse vollzogen bzw. Verhaltensmuster entwickelt haben. Sowohl bei FORT als auch bei MRT liegt eine von zahlreichen Zielsetzungen darin, sich der geschlechtsspezifischen Sozialisation und deren Folgen bewusst zu werden und sich aus selbstbegrenzenden und sozial destruktiven Verhaltensmustern zu befreien.

Mitte der 1980er-Jahre wurde die Radikale Therapie schließlich nach Deutschland weitergetragen. In Deutschland existieren heute in diversen Städten Gruppen, die nach dem RT-Konzept arbeiten und z. T. miteinander vernetzt sind.

Die Radikale Therapie in der hier vorgestellten Form kann m. E. als „konzeptionelles Enkelkind" von Claude Steiner und Hogie Wyckoff betrachtet werden.

Die Radikale Therapie in der hier vorgestellten Form kann m. E. als „konzeptionelles Enkelkind" von Claude Steiner und Hogie Wyckoff betrachtet werden, da die Theorie und Praxis der von ihnen geprägten Radical Psychiatry eine wesentliche Voraussetzung für die spätere Entwicklung der in Deutschland bis heute praktizierten Radikalen Therapie war.

Zwar wurde das RT-Konzept nicht eigens von Claude Steiner und Hogie Wyckoff bzw. dem damaligen Radical Psychiatry Collective entwickelt und die Radikale Therapie ist nicht ausschließlich auf deren Ideen bezogen – so wie Enkelkinder im Allgemeinen kein bloßes Produkt oder Abbild ihrer Großeltern sind. Doch basiert die Radikale Therapie in vielfacher Hinsicht auf den theoretischen Betrachtungsweisen sowie auf den praktischen Gruppenangeboten der Radical Psychiatry und wurden zahlreiche Aspekte der von Claude Steiner vertretenen Transaktionsanalyse konzeptionell in der Radikalen Therapie verankert.

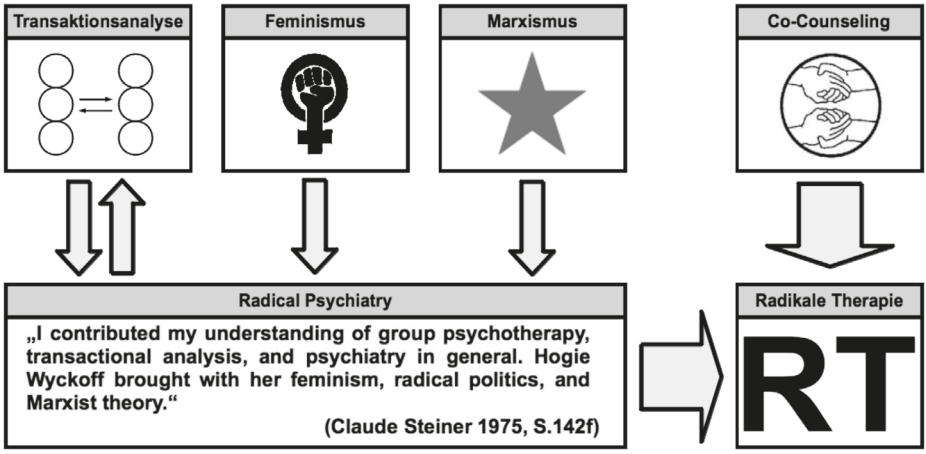

Abb. 1: Entstehungsgeschichte der Radikalen Therapie (Althöfer 2016)

2. Die Radikale Therapie als Gruppentherapie ohne TherapeutInnen

Während in den Gruppen der Radical Psychiatry grundsätzlich TherapeutInnen des Radical Psychiatry Collective die Leitung und damit die Verantwortung für Moderation, Prozessgestaltung, Anleitung von Übungen und Unterstützung bei den individuellen Arbeitszeiten übernahmen (vgl. Wyckoff 1977, S. 102 ff.) und teilweise jede Transaktion „überwachten" (vgl. Steiner 1999, S. 15), wurden

diese Aufgaben im Konzept der Radikalen Therapie in die grundsätzliche Verantwortung der gesamten Gruppe gestellt. Dazu wurde eine differenzierte Struktur mit einem komplexen Regelsystem entsprechend bestimmter Erkenntnisse aus der Radical Psychiatry, der Transaktionsanalyse und dem Co-Counseling entwickelt. RT-Gruppen bestehen zumeist aus acht bis zwölf TeilnehmerInnen und treffen sich in der Regel wöchentlich für drei bis vier Stunden, wobei die Sitzungen von Woche zu Woche im Wechsel von jeweils zwei TeilnehmerInnen der Gruppe vorbereitet und geleitet werden. Im Rahmen der individuellen Arbeitszeiten unterstützen sich die TeilnehmerInnen der Gruppe mithilfe des CC jeweils gegenseitig. Die in anderen Therapiegruppen übliche Rolle der TherapeutInnen wird innerhalb der Radikalen Therapie gewissermaßen durch eine klar geregelte Struktur ersetzt, die von allen GruppenteilnehmerInnen getragen wird. Die Basis dafür ist u. a. ein gemeinsamer Wissenshintergrund hinsichtlich der bei RT angewandten Methoden und der jeweils zugrunde liegenden theoretischen Hintergründe.

2.1 Stellenwert der variierenden Rollen innerhalb der Radikalen Therapie

Die Besonderheit des RT-Konzepts im Vergleich zu anderen Gruppentherapieformen liegt u. a. darin, dass alle GruppenteilnehmerInnen regelmäßig unterschiedliche Rollen einnehmen. Jede Person übernimmt regelmäßig die Rolle der Gruppenleitung (Rolle 1). Alle Personen arbeiten an ihren eigenen Themen (Rolle 2) und nehmen ebenso auch die Rolle der Unterstützung bei den Arbeitszeiten anderer (Rolle 3) ein. Außerdem sind alle TeilnehmerInnen regelmäßig in einer nicht aktiven Rolle und schenken denjenigen ihre Aufmerksamkeit, die aktuell den strukturierten Raum in Anspruch nehmen (Rolle 4).

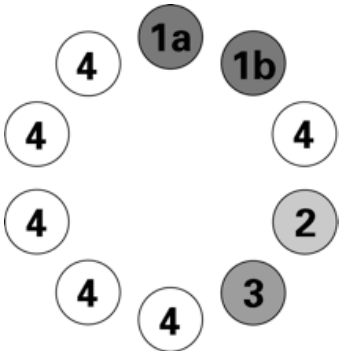

Abb. 2: Beispielhafte Rollenverteilung in der Radikalen Therapie (Althöfer 2016)

Im Gegensatz zu anderen Gruppentherapieformen besteht in der Radikalen Therapie kein fest definiertes TherapeutInnen-KlientInnen-Verhältnis. Auf der Basis einer klar geregelten Struktur und mithilfe der angewandten Methoden sind dennoch emotional tiefgehende und therapeutisch wirksame Prozesse möglich. Aus den unterschiedlichen Rollen heraus ergeben sich vielfältige Möglichkeiten der persönlichen Weiterentwicklung, wobei sich die Kompetenzen zur Gruppenleitung (Leitungskompetenz), zur Arbeit an sich selbst (Problemlösungs- und Beziehungskompetenz) und zur Unterstützung bei Arbeitszeiten anderer (Unterstützungskompetenz) häufig aneinander hochrankend entwickeln. Die Einnahme der unterschiedlichen Rollen und Perspektiven, das damit jeweils verknüpfte Selbsterleben und die sich aufgrund verschiedener Rollen-Konstellationen ergebende Gruppendynamik sind m. E. von wesentlicher Bedeutung für die in der Radikalen Therapie möglichen Lern- und Entwicklungsprozesse.

2.2 Rolle der StarterInnen

Die Neugründung einer RT-Gruppe findet üblicherweise im Rahmen von zwei sog. „Startwochenenden" statt, angeleitet von zwei erfahrenen „StarterInnen". Im Rahmen der beiden Startwochenenden wird den TeilnehmerInnen einer neuen Gruppe das notwendige „Know-how" vermittelt, sodass sie anschließend dazu in der Lage sind, eigenständig mit dem RT-Konzept weiter zu arbeiten. Auf diese Weise wird die Radikale Therapie in Deutschland seit nunmehr 30 Jahren in Theorie und Praxis persönlich und grundsätzlich kostenlos weitergegeben.

Der nicht-professionelle Rahmen erlaubt es den StarterInnen neuer RT-Gruppen, sich nicht nur mit ihren Kompetenzen sowie ihrem Wissens- und Erfahrungsschatz, sondern bewusst auch in ihrer Unvollkommenheit als ganze Person einzubringen. Neben der Vermittlung von theoretischen Inhalten sowie der Demonstration von Übungen sind die StarterInnen mitsamt ihrer Schwächen, der eigenen Geschichte, den eigenen Lebensthemen und jeglichen Emotionen präsent. Gerade dies hat für die TeilnehmerInnen der Start-Wochenenden in aller Regel einen besonderen Wert, da diese vielfältige Präsenz der StarterInnen ein enormes Vertrauen in das vermittelte Konzept schafft.

Die Radikale Therapie ist als ein therapeutisches Verfahren auf der Basis von praktizierter Solidarität zu verstehen, welches Men-

schen wirkungsvoll dazu ermächtigt, kooperative Beziehungen einzugehen und mithilfe der gegenseitigen Unterstützung die jeweils eigenen Lebensthemen zu bearbeiten. Die Verbreitung der Radikalen Therapie erfolgt konzeptionell bewusst unentgeltlich, um den idealistischen Wert des Konzepts zu erhalten und vor einer Kommerzialisierung zu bewahren. Der persönliche Einsatz der RT-StarterInnen ist insoweit als Beitrag zur Gesellschaftsveränderung bzw. als spezielle Form gesellschaftspolitischen Engagements zu betrachten.

Die Radikale Therapie ist als ein therapeutisches Verfahren auf der Basis von praktizierter Solidarität zu verstehen.

3. Hintergründe der Radikalen Therapie

Die Grundannahmen, auf denen die Radikale Therapie konzeptionell basiert, sind im Wesentlichen aus den Theorien der Radical Psychiatry, der Transaktionsanalyse und dem Co-Counseling übernommen worden (vgl. Rauch u. a. 1996; van Velden u. a. 1985). Dabei bezieht sich die Radikale Therapie – wie auch die o. g. Verfahren – auf das Menschenbild der humanistischen Psychologie. Demnach „ist jeder Mensch in seinem Wesen konstruktiv, kreativ, intelligent und wertvoll – und ist damit selbst in der Lage, die eigenen Konflikte zu lösen und zu heilen“ (Rauch u. a. 1996, S. 2). Das Konzept der Radikalen Therapie basiert im Weiteren auf den Annahmen, dass Menschen grundsätzlich dazu fähig sind, ihre natürlichen Potenziale zu entfalten, die in der Radical Psychiatry als „Sources of Power“ beschrieben werden (vgl. Steiner 2001), sich der „Autonomie“ im Sinne der Transaktionsanalyse anzunähern bzw. einen Zugang zur „flexiblen Intelligenz“ im Sinne der Theorie des Co-Counseling (vgl. Jackins 1982, 1984, 2002) herzustellen. Im Rahmen der RT-Startwochenenden werden neben den umfassenden Erläuterungen zur grundsätzlichen Struktur der Sitzungen auch theoretische Inhalte zu den o. g. Verfahren vermittelt, um daran auch den Sinn und Zweck der praktizierten Übungen, Arbeitsweisen und Interventionstechniken zu erläutern. Hinsichtlich der Transaktionsanalyse sind dabei insbesondere folgende Inhalte von Bedeutung, die in den schriftlichen Anleitungen[4] erwähnt und je nach Schwerpunktsetzung der StarterInnen auch im Rahmen der Startwochenenden vermittelt werden:

Hinsichtlich der Transaktionsanalyse sind dabei insbesondere folgende Inhalte von Bedeutung

- die vier OK-Positionen
- das Konzept der Ich-Zustände
- der innere Dialog
- die verschiedenen Formen von Transaktionen

- Spieldynamiken, Dramadreieck, Maschengefühle, Rabattmarken
- Einschärfungen und Zuschreibungen
- Antreiber-Dynamiken
- Sktiptentscheidungen, Skriptformen
- das Lebensleitziel der Autonomie (Bewusstheit, Spontanität, Intimität)
- Verträge (individuelle und Mehr-Seiten-Kontrakte bzw. Verträge)
- das Discountmodell
- die therapeutische Wirkungsweise von Permission, Protection, Potency
- Intuition und Paranoia
- die Stroke Economy mitsamt der durchbrochenen Regeln

Die o. g. TA-Konzepte setze ich als bekannt voraus. Und auf die Theorie und Praxis des Co-Counseling sei hier zugunsten einer anderen Schwerpunktsetzung nicht weiter eingegangen. Im Hinblick auf die Hintergründe der Radikalen Therapie erläutere ich im Folgenden die von Claude Steiner und Hogie Wyckoff entwickelte Entfremdungstheorie sowie den daran anknüpfenden Befreiungsansatz, der innerhalb der Radical Psychiatry Bewegung der späten 1960er-Jahre und frühen 1970er-Jahre entwickelt wurde und später in die Entwicklung der hier vorgestellten Radikalen Therapie eingeflossen ist.

Entsprechend der Radical Psychiatry wird in der Radikalen Therapie davon ausgegangen, dass „die meisten psychischen Probleme auf unterdrückende Gesellschaftsstrukturen zurückzuführen sind" (Rauch u. a. 1996, S. 3) und im Zusammenwirken von Unterdrückung, Verschleierung und Isolation ein Zustand der „Entfremdung" entsteht, in dem letztlich Probleme auftreten bzw. in Form bestimmter Symptome zum Ausdruck kommen (vgl. Rauch u. a. 1996, S. 6 ff.; van Velden u. a. 1985, S. 75 ff.; Steiner 1994, 2001).

3.1 Entfremdungstheorie

Die Entfremdungstheorie der Radical Psychiatry geht zunächst einmal von bestimmten menschlichen Potenzialen („Sources of Power") aus. Es handelt sich dabei um die grundsätzlichen Fähigkeiten zur Liebe, zum Denken, zur Verbundenheit mit Körper und Emotionen sowie – angelehnt an Marx – um die Fähigkeit zur Arbeit im Sinne einer lustvoll-kreativen Produktivität (vgl. Steiner 1994, S. 1075 ff.; Steiner 2001, S. 578 ff.). An die drei erstgenann-

ten Ressourcen anknüpfend, unterscheidet Steiner auch zwischen drei Grundtypen von Skripts. Demnach hängt das Lieblos-Skript mit der Entfremdung von Liebe, das Kopflos-Skript mit der Entfremdung vom Denken und das Freudlos-Skript mit der Entfremdung vom Körper zusammen (vgl. Hennig & Pelz 2002, S. 101 f.; Steiner 2000a, S. 98 ff.)[5] Von der o. g. Kategorisierung menschlicher Potenziale abweichend, ist in der Radical Psychiatry Literatur teilweise jedoch auch von anders bezeichneten „Sources of Power" die Rede, welche an die Chakrenlehre aus dem Kundalini Yoga angelehnt sind (vgl. Roy & Steiner 1994; Steiner 2000, S. 227 ff.; 2009, S. 133 ff.). Im Weiteren beschreibt die Entfremdungstheorie der Radical Psychiatry die Auswirkungen äußerer Einflüsse auf die Entwicklung der natürlichen Ressourcen von Menschen und stellt fest, dass Menschen vor dem Hintergrund bestimmter Umstände den Kontakt zu ihren o. g. Potenzialen verlieren. Der letztendliche Zustand sowie auch der diesbezügliche Prozess werden als Entfremdung bezeichnet und in Form einer Gleichung plakativ auf den Punkt gebracht (vgl. Steiner 1994, S. 1081 ff.):

Entfremdung = Unterdrückung + Verschleierung + Isolation

Unterdrückung

Unterdrückung gilt in der Radical Psychiatry als Hauptursache von Entfremdung. Nach Steiner ist in der frühen Kindheit insbesondere das unterdrückende Verhalten seitens der Eltern bzw. anderer Bezugspersonen von Bedeutung, wobei Unterdrückung nicht unbedingt bewusst, gewollt und offensichtlich, sondern durchaus auch unbewusst, ungewollt und in höchst subtiler Weise ausgeübt werden kann, ohne dadurch weniger wirkmächtig zu sein. Im Übrigen geht die Entfremdungstheorie davon aus, dass sich repressive gesellschaftliche Normen sowie real unterdrückende bzw. Druck erzeugende Gesellschaftsverhältnisse von Anbeginn des Lebens massiv unterdrückend auf die Entwicklung von Menschen auswirken. Die konkreten Auswirkungen hängen dabei immer mit der eigenen Position innerhalb von Unterdrückungsverhältnissen zusammen (vgl. ebd.).

Verschleierung

Die Entfremdungstheorie erklärt im Weiteren, dass die vielfältigen Formen von Unterdrückung in aller Regel mystifiziert bzw. verschleiert werden. Unterdrückung wird demnach zumeist in irgendeiner Weise legitimiert bzw. geleugnet. Infolgedessen wird

Unterdrückung von den Betroffenen häufig nicht als solche wahrgenommen, wobei sich vor allem auch die tagtäglich subtil erfahrene Unterdrückung auf das individuelle Erleben auswirkt. Der Entfremdungstheorie zufolge führt Unterdrückung im Zusammenwirken mit Verschleierung im Ergebnis häufig zu Ohnmacht und Resignation sowie zu dem Erleben, nicht OK zu sein. Die Entfremdungstheorie geht davon aus, dass Menschen bestimmte Symptome entwickeln und sich dabei selbst die Verantwortung für ihr Leid zuschreiben, ohne zu erkennen, aufgrund welcher Einflüsse und welcher Entscheidungen sie diese Symptome entwickelt haben.

Isolation

Mit zunehmend verschleierter bzw. mystifizierter Unterdrückung wird nach Steiner auch die Fähigkeit zur offenen wechselseitigen Kommunikation bzw. die Fähigkeit zur Intimität im Sinne der Transaktionsanalyse eingeschränkt, sodass häufig Konkurrenz-, Geheimhaltungs- und Schambarrieren entstehen. Dem Kontakt der Menschen untereinander fehlt es infolgedessen zunehmend an sozial nährendem Gehalt. Daraus entsteht eine regelrechte Isolation der Menschen voneinander, was zur Verfestigung der Symptome beiträgt und den Prozess der Entfremdung vollendet.

Da die Menschen nach Steiner mit dem Fortschreiten ihrer Entfremdung mehr und mehr den Kontakt zu ihren menschlichen Potenzialen bzw. ihrer Macht im Sinne von bedürfnisbezogener Selbstwirksamkeit und Möglichkeit zur Selbstverwirklichung verlieren, betreiben sie einhergehend mit ihrer Entfremdung zunehmend Verhaltensweisen zur Ersatzbefriedigung ihrer eigentlichen Bedürfnisse. Dabei werden vor allem auch destruktive Formen der Macht gegenüber anderen Menschen (Powerplays) eingesetzt (vgl. Steiner 1994, S. 1075 ff.).

3.2 Befreiungsansatz zur Auflösung von Entfremdung

Innerhalb der Radical Psychiatry Bewegung der späten 1960er- und frühen 1970er-Jahren wurde neben einer Analyse der gesellschaftlichen Ursachen für psychische Erkrankungen auch entsprechende Ansätze zu dessen Überwindung und damit zur Entwicklung von Autonomie im Sinne des transaktionsanalytischen Verständnisses entwickelt. Während die therapeutische Zielsetzung in der aktiven Überwindung konkreter und individuell definierter Probleme lag, wurden die Inhalte der therapeutischen Auseinandersetzung

grundsätzlich auch in ihrer gesellschaftlichen Dimension betrachtet und wurde die Analyse der gesellschaftlichen Verhältnisse explizit in die therapeutische Arbeit mit einbezogen.

Claude Steiner, Hogie Wyckoff und andere Mitglieder des damaligen Radical Psychiatry Collective verfolgten das Ziel, praktische Handlungsansätze zur Auflösung von Entfremdung bzw. zur Wiedererlangung eines Zugangs zu den ursprünglichen Potenzialen zu entwickeln. Dazu wurden den in der Entfremdungsformel genannten Aspekten – von hinten angefangen – jeweils wirkungsvolle Alternativen entgegengesetzt. Dieser Ansatz zur Befreiung wurde ebenfalls als Formel formuliert:

Befreiung = Kontakt + Bewusstheit + Handlung

Zur Auflösung der Isolation erfolgte in den RP-Gruppen zunächst ein vertrauensvoller Gruppenkontakt, der es den beteiligten Menschen ermöglichen sollte, sich einander zu öffnen sowie gegenseitig anzuerkennen und kooperative Beziehungen miteinander einzugehen (Kontakt). Auf dieser Basis erfolgte zur Auflösung der Verschleierung eine Auseinandersetzung mit grundsätzlichen Machtverhältnissen sowie internalisierter und von außen einwirkender Unterdrückung (Bewusstheit). Die weitere Arbeit zielte darauf ab, den Zugang zu den eigenen Potenzialen (Sources of Power) wiederherzustellen. Es ging darum, entsprechende Skriptmuster aufzulösen bzw. neue Entscheidungen zu treffen und umzusetzen. Steiner geht davon aus, dass – vor dem Hintergrund von Einschärfungen und Zuschreibungen – insbesondere internalisierte Unterdrückung von großer Bedeutung für psychische Leiden ist. In Bezug auf real unterdrückende Verhältnisse erfolgte in den Gruppen der Radical Psychiatry eine Auseinandersetzung über die jeweils vorhandenen Optionen, um diesbezüglich bewusste Entscheidungen zu treffen und sich so weit nur möglich aus unterdrückenden Verhältnissen zu befreien bzw. sich ggfls. auch für die Veränderung gesellschaftlicher Verhältnisse einzusetzen (Handlung).[6]

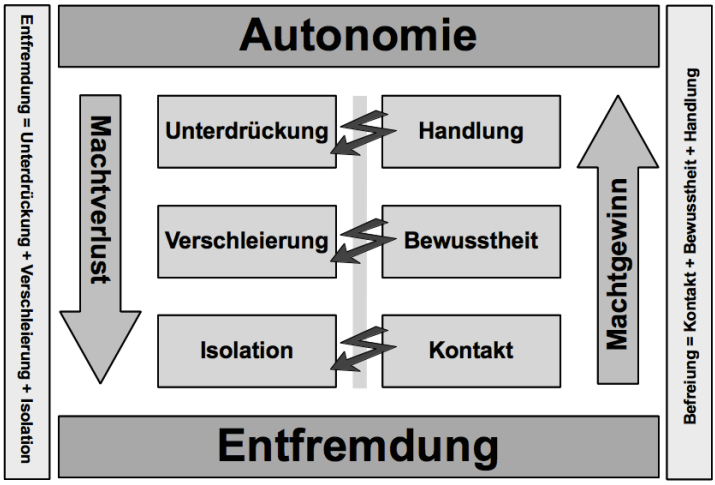

Abbildung 3: Entfremdungs- und Befreiungsschaubild (Althöfer 2016)

Der in der Entfremdungstheorie enthaltene Befreiungsansatz der Radical Psychiatry Bewegung kann als konzeptionelles Fundament der hier vorgestellten Radikalen Therapie betrachtet werden. So wurden auch wesentliche Handlungsansätze aus den Problem-Solving Groups der Radical Psychiatry in das Konzept der Radikalen Therapie übernommen.

3.3 Stereotype Geschlechterrollenmuster als spezifische Form der Entfremdung

Claude Steiner und Hogie Wyckoff haben neben den grundsätzlichen Phänomenen von Entfremdung auch die bei Frauen und Männern jeweils vorherrschenden Skripts – als spezifischen Ausdruck von Entfremdung – untersucht und mit den patriarchalen Strukturen innerhalb der Gesellschaft sowie dementsprechenden Normen und Werten in Verbindung gebracht, die sich letztlich in geschlechtsbezogenen Einschärfungen und Zuschreibungen widerspiegeln (vgl. Steiner 2000; 2000a; Wyckoff 2000). Im Rahmen der Radical Psychiatry wurden bereits spezielle Gruppenangebote für Frauen und Männer angeboten, welche u. a. die Bewusstmachung und Überwindung der entsprechenden Rollenmuster zum Gegenstand hatten.

Das Konzept der Radikalen Therapie geht entsprechend der Annahmen von Steiner und Wyckoff sowie vor dem Hintergrund feministischer Gesellschaftskritik davon aus, dass durch stereotype Geschlechterrollen-Muster letztlich die patriarchalen Verhältnisse

innerhalb der Gesellschaft aufrechterhalten werden. Männer bzw. männlich sozialisierte und als Männer wahrgenommene Menschen bilden demnach eine in vieler Hinsicht privilegierte Bevölkerungsgruppe, wobei sowohl Frauen als auch Männer in den Möglichkeiten der Entfaltung ihrer ursprünglichen Potenziale eingeschränkt werden und in diesem Sinne „auch Männer [...] gegen die ihnen auferlegten Rollenmuster zu kämpfen" haben (Rauch u. a. 1996, S. 3; vgl. Meulenbelt 1984; Meulenbelt 1988).

3.4 Die politische Dimension des Privaten

In der Radikalen Therapie besteht die Auffassung, dass sich die gesellschaftlichen Macht- und Unterdrückungsverhältnisse (Sexismus, Rassismus, Klassismus etc.) auch im Umgang der Menschen mit sich selbst sowie innerhalb ihrer sozialen Beziehungen ausdrücken. Von daher wird die RT-Gruppe auch als „Mini-Gesellschaft" betrachtet, in der sich die gesellschaftlich vorherrschenden Verhältnisse widerspiegeln. Das konzeptionelle Anliegen von RT besteht u. a. darin, sich der jeweils eigenen Position, der eigenen Haltung und dem eigenen Verhalten im Zusammenhang mit bestehenden Macht- und Unterdrückungsverhältnissen bewusst zu werden und im Rahmen kooperativer und ausbeutungsfreier Beziehungen einen emanzipierten, d. h. befreiten, und zugleich verantwortlichen Umgang mit persönlicher Macht im Sinne eines Zugangs zu den eigenen Ressourcen zu entwickeln und sich gegenseitig dabei zu unterstützen. Davon ausgehend, dass sich die gesellschaftlichen Verhältnisse einerseits auf die private Lebensrealität und individuelle Lebensqualität von Menschen auswirken und ebendiese Verhältnisse andererseits von Menschen geschaffen sowie von Menschen anerkannt und mitgetragen bzw. unbewusst reproduziert werden, ergibt sich ein unauflösbarer Zusammenhang zwischen dem „Persönlichen" und dem „Politischen" (vgl. Rauch u. a. 1996, S. 4 ff.; Van Velden u. a. 1985, S. 77 ff.).

4. Die Praxis der Radikalen Therapie

Die Praxis der Radikalen Therapie zielt entsprechend der Theorie und Praxis der Radical Psychiatry im Wesentlichen darauf ab, sich aus bestehender Entfremdung zu befreien und sich damit auch der Autonomie im transaktionsanalytischen Sinne anzunähern. Die Radikale Therapie ist dabei als therapeutischer Rahmen und Übungsfeld zum Erlernen von individueller Problemlösungskompetenz sowie grundsätzlicher Beziehungskompetenz zu begreifen.

4.1 Allgemeine Struktur der RT-Sitzungen

Der Ablauf der RT-Sitzungen ist stark strukturiert. Sie erfolgen auf der Basis von klaren, festgelegten Regeln und einem von der Leitung vorbereiteten Zeitplan.

Die Ressource „Zeit"

Innerhalb der Radikalen Therapie erfolgt ein äußerst bewusster Umgang mit der Ressource Zeit, um die gewohnten Muster im Geben und Nehmen von Aufmerksamkeit zu durchbrechen. Die zur Verfügung stehende Zeit wird innerhalb bestimmter Strukturelemente exakt gleichmäßig verteilt, sodass alle Personen im selben Umfang die volle Aufmerksamkeit der Gesamtgruppe bekommen. An anderen Stellen wird die Zeit nach selbstgenanntem Bedarf bzw. nach Vereinbarung verteilt.

Aufmerksamkeit

Innerhalb der Sitzungen gilt der Anspruch, dass alle TeilnehmerInnen für das Gruppengeschehen aufmerksam sind. Sofern eine Person innerlich oder äußerlich abgelenkt ist, kann sich diese zu Wort melden („Ich habe keine Aufmerksamkeit") und wird von der Leitung gefragt, wie sie verfahren möchte, um ihre Aufmerksamkeit wiederherzustellen („Was kannst du für dich tun?"). Es handelt sich dabei um eine ritualisierte Transaktion von Erwachsenen-Ich zu Erwachsenen-Ich. Die jeweilige Person kann ihre bestehende Störung sodann durch eine kurze aktive Handlung beseitigen oder ihr aktuelles Befinden im Rahmen einer sogenannten Aufmerksamkeitsarbeitszeit mithilfe der Co-Counseling-Methode bearbeiten.

Blitzlicht

Zu Beginn der Sitzung erfolgt ein kurzes Blitzlicht, in der sich jede Person im Rahmen von 30 Sekunden kurz vergegenwärtigt und verbalisiert, wie sie sich in diesem Moment fühlt oder was in diesem Moment von Bedeutung ist. Dies kann sich z. B. auf aktuell präsente Emotionen, auf Körperempfindungen, auf gegenwärtige Gedanken oder momentane Bedürfnisse beziehen.

Gutes und Neues

Im Rahmen der regelmäßigen Übung „Gutes und Neues" hat jede Person zwei Minuten Raum, um sich mit Unterstützung einer anderen Person und mithilfe einfacher Techniken selbst zu vergegenwärtigen und zu verbalisieren, was es für sie Gutes und Neues im Leben gibt. Es geht u. a. darum, die eigenen Potenziale in den Blick zu nehmen, eine Sensibilität für die positiven Entwicklungen und Ereignisse im Leben zu entwickeln und einen Zugang zur Freude darüber herzustellen.

Arbeitszeitenblock

Ein zentrales und in jeder RT-Sitzung wiederkehrendes Element ist der sog. Arbeitszeitenblock. Dabei können alle Personen den Wunsch nach einer bestimmten Anzahl an Minuten äußern und sodann mit Unterstützung einer ausgewählten Person zu einem selbst gewählten Thema arbeiten. Dies erfolgt mithilfe von Techniken bzw. auch Unterstützungstechniken aus dem Co-Counseling. Die Theorie des CC geht im Wesentlichen davon aus, dass Menschen aufgrund nicht verarbeiteter Schmerzerfahrungen Muster entwickeln, die letztlich zu einem Verlust der Fähigkeit führen, bewusst und flexibel auf aktuelle Situationen zu reagieren. Durch ein gezieltes Entlasten von Emotionen – aus der Sicherheit im Hier und Jetzt heraus – können demnach emotionale Blockaden durchbrochen werden, die eine Neubewertung von Problemsituationen sowie neue Entscheidungen ermöglichen. Die Methode beinhaltet diverse Arbeits- und Unterstützungstechniken und ist auf unterschiedlichste individuelle Probleme bzw. Themen anwendbar. In der Kombination mit den Modellen und Interventionstechniken aus der TA bieten sich dabei vielfältige therapeutische Möglichkeiten. Zudem gilt grundsätzlich, dass die Arbeitszeiten nach Belieben der jeweiligen Person gestaltet werden und ggfls. auch vollkommen andere Methoden genutzt werden können.

Gespinsterunde, Grollrunde, Schmuserunde

In jeder Sitzung erfolgen drei inhaltlich definierte Struktur-Elemente, die als Gespinsterunde, Grollrunde und Schmuserunde bezeichnet werden. Dabei geht es ähnlich dem Konzept der emotionalen Kompetenz nach Steiner (vgl. Steiner 2000) darum, aufeinander bezogene Phantasien auszusprechen und eine kurze Rückmeldung zum Wahrheitsgehalt zu erhalten, um die eigene Intuition zu schulen, Beziehungen untereinander klar zu halten und einen konstruktiven Umgang mit latenter „Paranoia“ zu entwickeln (Gespinsterunde) / Ärger und andere unangenehme Emotionen zu benennen, diese mithilfe von Methoden aus dem Co-Counseling zu entlasten und dabei zu reflektieren, wie die Auslösersituationen bzw. die dabei ausgelösten Emotionen mit der eigenen Geschichte in Zusammenhang stehen (Grollrunde) / sich nach den fünf durchbrochenen Geboten der Stroke Economy bzw. den daraus abgeleiteten fünf Erlaubnissen selbst und gegenseitig Anerkennung zu geben (Schmuserunde). Diese Runden haben ihren Ursprung in den Problem-Solving Groups der Radical Psychiatry (vgl. Wyckoff 1975, S. 102 ff.).

4.2 Der Befreiungsansatz der RP-Bewegung in der Radikalen Therapie

Der oben erläuterte Befreiungsansatz der RP-Bewegung der späten 1960er- und frühen 1970er-Jahre spiegelt sich auch in dem Konzept der heute selbstorganisiert praktizierten Radikalen Therapie wider.

Kontakt

In der Radikalen Therapie gelten die Grundsätze, die in der Radical Psychiatry bzw. im Konzept der Emotionalen Kompetenz nach Claude Steiner als „kooperativer Vertrag" bezeichnet werden. Dieser umfasst die Gebote „no secrets, no lies, no rescues, no powerplays" und besagt, dass 1) keine Lügen erfolgen, 2) keine beziehungsrelevanten Informationen verschwiegen, 3) keine Rettungen und 4) keine Machtspiele stattfinden sollen. Es gilt das Prinzip der Aufrichtigkeit. Anstelle von Rettungen und Machspielen kann jede Person jederzeit nach Unterstützung fragen oder andere Wünsche äußern, wobei sich die angesprochenen Personen jeweils frei dafür oder dagegen entscheiden können, dem zu folgen. Der kooperative Vertrag zielt letztlich auch auf die Herstellung von Intimität[7] ab, welche für einen gelungenen Kontakt im Sinne der o. g. Befreiungsformel bzw. auch zur Annäherung an Autonomie erforderlich ist. Im Übrigen stellt auch die gegenseitige Unterstützung mithilfe des Co-Counseling ein bedeutsames kooperatives Element innerhalb der Radikalen Therapie dar.

Bewusstheit

Während der individuellen Arbeitszeiten können sich Einzelne darüber bewusst werden, welche Emotionen sie unterdrückt halten / mit welchen Bedürfnissen sie sich selbst nicht gut annehmen können / in welchen sozialen Situationen es ihnen nicht gelingt, sich so zu verhalten, wie sie es gerne möchten / in welcher Hinsicht sie sich darin gehindert fühlen, ihre tatsächlich vorhandenen Fähigkeiten einzubringen / innerhalb welcher Situationen sie sich strukturell benachteiligt fühlen etc. Darüber hinaus kann innerhalb der Radikalen Therapie Bewusstheit darüber hergestellt werden, dass belastende Situationen häufig mit verinnerlichten Verboten (Einschärfungen), zugeschriebenen Eigenschaften oder Rollen (Zuschreibungen) sowie mit Antreiber-Verhaltensweisen zusammenhängen. So lassen sich Entscheidungen, die im Kontext vergangener Situationen getroffen wurden, vor dem Hintergrund der aktuell bestehenden Umstände und der tatsächlich zur Verfügung stehenden Optionen hinterfragen und ggfls. neue Entscheidungen

treffen. Außerdem können sich die TeilnehmerInnen ihrer eigenen destruktiven und unterdrückenden Verhaltensweisen gegenüber anderen Menschen bewusst werden.

Handlung

Entsprechend der Befreiungsformel aus der Radical Psychiatry bedeutet Handlung, konkrete Schritte zu unternehmen, um der von außen einwirkenden oder auch internalisierten Unterdrückung entgegenzuwirken bzw. diese zu überwinden. Dies können grundsätzliche Entscheidungen bzw. deren Umsetzung in Bezug auf soziale Beziehungen, Arbeitsverhältnisse oder andere Bereiche der Lebensgestaltung sein. Handeln im hier gemeinten Sinne umfasst auch Entscheidungen, sich innerhalb der RT-Sitzung bestimmte Emotionen, bestimmte Bedürfnisse oder ein bestimmtes Verhalten zu erlauben und dies unmittelbar praktisch umzusetzen. Im Rahmen der RT-Sitzungen können auch bestimmte Veränderungsschritte geplant und letztlich im Alltag umgesetzt werden.

4.3 Die drei Wirkkräfte der Transaktionsanaylse (3 P) in der Radikalen Therapie

Obgleich es sich bei Permission, Protection, Potency um therapeutische Interventionen handelt – bei Steiner auch Healing Transactions genannt (vgl. Steiner 2009, S. 229 ff.) – und bei RT jede Person in erster Linie selbst die Verantwortung für ihren therapeutischen Prozess trägt, finden sich die Prinzipien der 3 P sowohl innerhalb der grundsätzlichen Struktur, als auch in der konkreten Arbeitsweise im Rahmen der individuellen Arbeitszeiten wieder (vgl. Wyckoff 1980, S. 87 ff.; Van Velden u. a. 1985, S. 67).

Permission (Erlaubnis)

Die Intervention der Erlaubnis kommt insbesondere bei den individuellen Arbeitszeiten zur Überwindung verinnerlichter Verbote zum Tragen. Die arbeitende Person entwickelt dabei die entsprechenden Erlaubnissätze in der Regel selbst, wobei die jeweils unterstützende Person bei Bedarf durch entsprechende Anregungen daran mitwirken kann.

Im Übrigen ist das Prinzip der Erlaubnis in vieler Hinsicht auch in der Struktur der Radikalen Therapie verankert. So ist es den TeilnehmerInnen z. B. grundsätzlich erlaubt, mit allen Emotionen, Bedürfnissen, Gedanken da zu sein. Jede Person darf jederzeit Wünsche jeglicher Art äußern und den angesprochenen Personen steht es jeweils frei, diesbezüglich einzuwilligen oder sich abzugrenzen.

Protection (Schutz)

Der klare Rahmen der Radikalen Therapie gibt den Beteiligten ein hohes Maß an Sicherheit und Rückhalt. Die Verbindlichkeit von RT ist dabei von zentraler Bedeutung. Es werden gewöhnlich Kontrakte zur Gruppenteilnahme über einen Zeitraum von einem Jahr hinweg geschlossen, um sich gegenseitig die Gewähr zu geben, dass sich die Gruppe nicht plötzlich auflösen wird.

Die Umsetzung von Entscheidungen bzw. Handlungen, die sich gegen die ursprünglichen Skript-Überzeugungen richten, können bekanntlich starke Angst, Schuldgefühle und Zweifel auslösen. Die RT-Gruppe bietet dabei allen TeilnehmerInnen einen gewissen Begleitschutz. Bei Bedarf können sich Menschen auch außerhalb der regulären Sitzung zum Co-Counseling verabreden, um in schwierigen Lebensphasen eine zeitlich engmaschigere sowie evtl. intensivere (gegenseitige) Unterstützung sicherzustellen, als dies im Rahmen der wöchentlichen Sitzungen möglich ist.

Die TeilnehmerInnen der Gruppen haben im Rahmen der Sitzungen teilweise auch Körperkontakt miteinander und erfahren dabei Geborgenheit und Verbundenheit. Dies kann insbesondere dann von großer Bedeutung sein, wenn eine Auseinandersetzung mit existenziellen Themen erfolgt und tiefgreifende Veränderungsprozesse in Arbeit sind.

Potency (Überzeugungskraft)

Unter Potency ist die Überzeugungskraft zu verstehen, welche stärker ist als die verinnerlichten Inhalte auf der Ebene des kritischen Eltern-Ich. Demnach sind Erlaubnis und ermutigender Rückhalt ohne ausreichende Überzeugungskraft letztlich von unzureichender Wirkung. In der Radikalen Therapie sind zwar – anders als in der transaktionsanalytischen Psychotherapie – alle GruppenteilnehmerInnen selbst dafür verantwortlich, diese Überzeugung zu entwickeln, zu spüren und eine entsprechende Kraft zur Veränderung zu entwickeln – und dennoch spielt das mit Potency bezeichnete Prinzip eine große Rolle. Insbesondere im Rahmen der individuellen Arbeitszeiten erfahren die arbeitenden Personen häufig eine starke Bekräftigung durch ihre Unterstützung. Dies kann sich z. B. in der kraftvollen Ermutigung zum Durchbrechen von Skriptmustern ausdrücken.

5. Potenzial und Grenzen der Radikalen Therapie

RT ist ein konsequenter Selbsthilfeansatz, in dessen Rahmen sich Menschen mit einem hohen Maß an Eigenverantwortung zum Zwecke der persönlichen Weiterentwicklung und Veränderung zusammenschließen, um jenseits der klassischen TherapeutInnen-KlientInnen-Beziehung therapeutisch miteinander zu arbeiten. Dabei sind tief greifende Veränderungsprozesse möglich. Die Teilnahme an einer RT-Gruppe setzt dabei die Fähigkeit und Bereitschaft voraus, sich auf ein klar strukturiertes Setting, Verbindlichkeit und differenzierte Regeln einzulassen und durch regelmäßige Vorbereitung und Leitung der Sitzungen auch Mitverantwortung für die Arbeitsfähigkeit der Gruppe zu übernehmen. Zudem sollte ein grundsätzliches Interesse daran bestehen, sich in einen intensiven Gruppenprozess zu begeben und sich insbesondere innerhalb von Konfliktsituationen respektvoll zu begegnen.

Wenn das Konzept der Radikalen Therapie durch RT-erfahrende StarterInnen in fundierter Weise vermittelt wird, ist es den Gruppen mithilfe der klaren Struktur, dem gemeinsamen Wissen und den dann allseits vertrauten Techniken zur gegenseitigen Unterstützung erfahrungsgemäß gut möglich, therapeutisch wirksam miteinander zu arbeiten. Je nach Persönlichkeitsstruktur und Problematik Einzelner kann jedoch neben oder anstelle der Teilnahme an einer RT-Gruppe auch eine Psychotherapie in einem professionellen Rahmen sinnvoll bzw. erforderlich sein. Grundsätzlich besteht innerhalb der RT-Bewegung eine große Offenheit gegenüber anderen Therapieformen. So haben TeilnehmerInnen neuer RT-Gruppen nicht selten bereits andere Therapie- oder auch Therapieausbildungserfahrung und bringen das dabei Erlernte in ihre Gruppen ein. Ebenso kommt es immer wieder vor, dass Menschen durch RT erstmals mit therapeutischer Arbeit in Kontakt kommen, später Interesse an anderen Therapieformen entwickeln und sich in entsprechende Therapie oder auch Therapieausbildung begeben.

Die Radikale Therapie bietet ein Lernfeld, in dem ein befreiter und verantwortlicher Umgang mit sich selbst und miteinander eingeübt werden kann. Daraus ergibt sich für viele ein überzeugender Gegenentwurf zu gesellschaftlich vorherrschenden Normen und Umgangsweisen. Viele erleben in der Radikalen Therapie ein Mit-

einander, welches ihrer Sehnsucht nach einer herrschaftsfreien und solidarischen Welt entspricht. Die Radikale Therapie stellt insoweit auch einen Ansatz zur Entwicklung einer befreiten Lebensweise dar, wobei das bei RT Erfahrene, Gelernte und miteinander Geteilte „radikal" in die eigene Persönlichkeit und ins alltägliche Leben integriert werden kann.

Zusammenfassung

Dieser Artikel handelt von der Radikalen Therapie (RT) – einem selbst organisierten Gruppentherapieverfahren, welches konzeptionell auf der Radical Psychiatry, der Transaktionsanalyse und dem Co-Counseling basiert.

Abstract

This Article is about the Radical Therapy (RT) – an approach of self-organized group therapy that is conceptually based on Radical Psychiatry, Transactional Analysis and Co-Counseling.

Literatur

- *Berger, Karola (1996): Co-Counseln: Die Therapie ohne Therapeut. Übungen und Anleitungen. Reinbek: Rowohlt.*
- *Berne, Eric (1991): Spiele der Erwachsenen. Reinbek: Rowohlt.*
- *Corsini, Raymond J. Ed (1994): Handbuch der Psychotherapie. Zweiter Band N-Z, 4. Auflage. Weinheim: Beltz.*
- *Corsini, Raymond J. (2001): Handbook of Innovative Psychotherapies, 2. Auflage. New York: John Wiley and Sons.*
- *Ernst, Sheila & Goodison, Lucy (1984): Selbsthilfe Therapie. Ein Handbuch für Frauen, 2. Auflage. München: Frauenoffensive.*
- *Evison, Rose & Horobin, Richard (1990): Co-counselling. In: Rowan, John & Dryden, Windy (1990): Neue Entwicklungen der Psychotherapie. Oldenburg: Transform Verlag, S. 98–125.*
- *Jackins, Harvey (1982): Fundamentals of Co-Counseling Manual (Elementary Counselors Manual). For Beginning Classes in Re-evaluation Co-Counseling, 3. Auflage. Seattle: Rational Island Publishers.*
- *Jackins, Harvey (1994): The Human Side of Human Beings. The Theory of Re-evaluation-Counseling, 3. Auflage. Seattle: Rational Island Publishers.*
- *Meulenbelt, Anja (1983): Weiter als die Wut. München: Frauenoffensive.*
- *Meulenbelt, Anja (1984): Wie Schalen einer Zwiebel. Oder: Wie wir zu Frauen und Männern gemacht werden. München: Frauenoffensive.*
- *Meulenbelt, Anja (1988): Scheidelinien. Über Sexismus, Rassismus und Klassismus. Reinbek: Rohwolt.*

- *Pheterson, Gail (1978): Co-Counseling and Problem Solving. In: Issues in Radical Therapy, No. 21, S. 20–22.*
- *Rauch, Anne; Detlefsen, Ute & Stöbener, Katja (1996): Das FORT-Skript. Berlin: Eigendruck in Kopie.*
- *Roy, Beth & Steiner, Claude (1994): Radical Psychiatry. The Second Decade, 2. Auflage. San Francisco: Eigendruck.*
- *Schlegel, Leonhard (1993): Handwörterbuch der Transaktionsanalyse. Freiburg: Herder.*
- *Steiner, Claude (1974): Scripts People Live. New York: Groove Press.*
- *Steiner, Claude (Hrsg.) (1975): Readings in Radical Psychiatry. New York: Groove Press.*
- *Steiner, Claude (1976): Inside TA. In: Wyckoff, Hoogie (1976): Love, Therapy and Politics. Issues in Radical Therapy – The First Year. New York: Groove Press, S. 239–262.*
- *Steiner, Claude (1979): Überarbeitete Prinzipien der Radikalen Psychiatrie. Psychologie und Gesellschaftskritik. 3.Jg. (Nr. 1/2), Heft 9/10, S. 241–248.*
- *Steiner, Claude & Körner, Heinz (1983): Die Schmusegeschichte. In: Körner, Heinz (Hrsg.): Die Farben der Wirklichkeit. Ein Märchenbuch. Fellbach: lucy körner verlag, S. 89–93.*
- *Steiner, Claude (1994): Radikale Psychiatrie. In: Corsini, Raymond J. (Hrsg.): Handbuch der Psychotherapie. Zweiter Band N-Z, 4. Auflage. Weinheim: Beltz, S. 1074–1089.*
- *Steiner, Claude (1998): Macht ohne Ausbeutung. Zur Ökologie zwischenmenschlicher Beziehungen, 4. Auflage. Paderborn: Junfermann.*
- *Steiner, Claude (2000): Emotionale Kompetenz, 2. Auflage. München: dtv.*
- *Steiner, Claude (2000a): Wie man Lebenspläne verändert. Die Arbeit mit Skripts in der Transaktionsanalyse. Paderborn: Junfermann.*
- *Steiner, Claude (2001): Radical Psychiatry. In: Corsini, Raymond J. (Hrsg.): Handbook of Innovative Psychotherapies, 2. Auflage. New York: John Wiley and Sons; im Internet: http://www.claudesteiner.com/rpbrief.htm*
- *Steiner, Claude (2009): The Heart of the Matter. Pleasanton: TA Press.*
- *Steiner, Claude: Website: http://www.claudesteiner.com/cs.htm*
- *van Velden, Frans & Severijnen, Frank (1985): MRT-Anleitung. Utrecht: Eigendruck in Kopie.*
- *Stewart, Ian & Joines, Vann (1998): Die Transaktionsanalyse. Eine neue Einführung in die TA, 8. Auflage. Freiburg: Herder.*
- *Wyckoff, Hogie (1974): Anfänge einer feministischen Therapie, 2. Auflage. Berlin: Frauenoffensive.*
- *Wyckoff, Hogie (1975): Problem-Solving Groups for Women. In. Steiner, Claude (Hrsg.): Readings in Radical Psychiatry. New York: Groove Press, S. 80–105.*
- *Wyckoff, Hogie (1976): Love, Therapy and Politics. Issues in Radical Therapy – The First Year. New York: Groove Press.*
- *Wyckoff, Hogie (1977): Solving Women's Problems. Through Aweness, Action & Contact. New York: Grove Press.*

- *Wyckoff, Hogie (1979): Vrouwenpraatgroepen. Feministische Oefengroepen Radicale Therapie. Amsterdam: Bert Bakker.*
- *Wyckoff, Hogie (1980): Solving Problems Together. New York: Grove Press.*
- *Wyckoff, Hogie (2000): Die banalen Skripts der Frau. In: Steiner, Claude (2000a): Wie man Lebenspläne verändert. Die Arbeit mit Skripts in der Transaktionsanalyse. Paderborn: Junfermann, S. 205–226.*

Anmerkungen

Luigi Althöfer, Transaktionsanalytischer Berater (DGTA), Dipl.-Sozialpädagoge, Heilpraktiker für Psychotherapie, Mediator. Der Autor ist 1999 mit der Radikalen Therapie in Kontakt gekommen und seit 2002 an der Weitergabe des RT-Konzepts beteiligt. Für seine Diplomarbeit aus dem Jahr 2008 über die „Die Radikale Therapie und ihre methodologische Begründung durch Transaktionsanalyse und Co-Counseling“ wurde ihm im Jahr 2011 ein Award der DGTA verliehen. Kontakt: info@praxis-althoefer.de

1 Das Co-Counseling ist ein therapeutisches Verfahren zur gegenseitigen Unterstützung, welches in den 1950er-Jahren von Harvey Jackins entwickelt wurde (vgl. Jackins 1982; Jackins 1994) und in der späteren Literatur teilweise als „Therapie ohne TherapeutIn“ bezeichnet wird (vgl. Berger 1996; Evison & Horobin 1990; Ernst & Goodison 1984; Willms 2014). Die Schreibweise des Begriffs wird in der Literatur unterschiedlich gehandhabt.

2 Bei den Problem-Solving Groups der Radical Psychiatry handelte es sich um lösungsorientiert und kontraktbasierend arbeitende Gruppen mit einer starken Sensibilität für Macht und Machtmissbrauch als Ausdruck von Herrschafts- und Unterdrückungsverhältnissen (vgl. Steiner 1975; Wyckoff 1974, 1977, 1979, 1980). Es wurde in Frauengruppen, Männergruppen und gemischtgeschlechtlichen Gruppen gearbeitet (vgl. Steiner 1975, S. 73). Beth Roy und Becky Jenkins, die im Rahmen des Radical Psychiatry Collective über mehrere Jahrzehnte hinweg mit Claude Steiner zusammengearbeitet haben, bieten in San Francisco bis heute (Ende 2016) Problem-Solving Groups an.

3 Als weitere Mitglieder des damaligen Radical Psychiatry Collectives seien neben Claude Steiner und Hogie Wyckoff insbesondere auch Becky Jenkins, Robert (Bob) Schwebel, Joy Marcus, Darca Nicholson, Beth Roy, Shelby Morgan, Daniel Goldstine, Peter Lariviere, Anita Friedman, Rick DeGolia erwähnt, die jeweils ebenfalls an der Entwicklung von Theorie und Praxis sowie an den Publikationen der RP-Bewegung mitgewirkt haben.

4 Es existieren zwei unveröffentlichte Schriften zur Radikalen Therapie – die „MRT-Anleitung“ (van Velden u. a. 1985) und das „FORT-Skript“ (Rauch u. a. 1996) – welche innerhalb der RT-Bewegung allgemein bekannt sind und bis heute per Fotokopie an neu entstehende Gruppen weitergegeben werden. Diese Schriften wurden aus verschiedenen Gründen bewusst nicht veröffentlicht.

5 Darüber hinaus hat Steiner bereits im Radical Psychiatry Manifest aus dem Jahr 1969 die Auffassung vertreten, dass die verschiedenen Formen der Entfremdung alle Symptome erklären, die in der psychiatrischen Fachliteratur als „funktionelle Psychopathologie“ beschrieben werden. „Neurosen, Psychosen, Sucht, Depression, Charakterstörungen - im Allgemeinen alle ‚Geisteskrankheiten‘ sind Formen der Entfremdung“ (Steiner 1994, S. 1081; vgl. Steiner 1975, S. 3 ff.).

6 Während sich der Begriff Entfremdung sowohl auf einen Prozess als auch auf einen Zustand bezieht, beschreibt der Begriff Befreiung den entgegengesetzten Prozess hin zur Autonomie, wobei im Englischen auch der Begriff Power im Sinne von Macht über sich selbst benutzt wird, um eine Lebensweise mit vollem Zugang zu den persönlichen Ressourcen (Sources of Power) zu bezeichnen. Es sei hier auf die Parallelen der Voraussetzungen für den Befreiungsprozess nach Steiner (Kontakt, Bewusstheit, Handlung) und den Bedingungen für Autonomie nach Berne (Intimität, Bewusstheit, Spontaneität) hingewiesen (vgl. Berne 1991, S. 251).

7 Intimität bezeichnet den emotionalen Gehalt einer vorbehaltlos ehrlichen, offenen und aufrichtigen Begegnung oder Beziehung zwischen zwei oder mehreren Menschen, wobei keinerlei Ausnutzung stattfindet (vgl. Stewart & Joines 1998, S. 380 f.; Schlegel 1988, S. 326 f.; Schlegel 1993, S. 184).