

# **Abstract**

## **zur Diplomarbeit**

**„Der Körper spricht!“ Stellenwert der Körpersprache in der  
Personzentrierten Psychotherapie.**

**Eine experimentalhermeneutische Untersuchung über das Verfahren  
Psycho-Text-Puzzle (P-T-P)**

Iris Hutter-Schneider, BA. pth.

Wien, im August 2022

## Inhaltsübersicht

Diese Diplomarbeit befasst sich inhaltlich mit dem Kommunikationsphänomen „Körpersprache“ in der personzentrierten Praxis. Körperliche Signale, sei es im Alltag, im polizeilichen Einsatz oder im personzentrierten Setting, sind je nach Sachlage bzw. Situation differierend einzuordnen und zu beurteilen. Aus diesem Grund wird anhand diverser Fallbeispiele die Relevanz der adäquaten Wahrnehmung und Deutung der Expressionen hervorgehoben, denn der menschliche Körper befindet sich im ständigen Austausch mit seiner „Umwelt“. Ziel dieser Magisterarbeit ist es, den Stellenwert der Körpersprache in der Personzentrierten Psychotherapie zu vertiefen und durch die Herausarbeitung von weiterführenden Impulsen mögliche neue Ideen in den Personzentrierten Ansatz einbringen zu können. Dazu werden zwei Forschungsfragen gestellt, die in weiterer Folge mit unterschiedlichen Forschungsmethoden beantwortet werden. Der Forschungsfrage I **„Inwiefern kann eine vertiefende Einsicht in die implizierten Bedingungen und Voraussetzungen der Personzentrierten Kernbegrifflichkeiten vorgenommen werden?“** wird mit Hilfe des Psycho-Text-Puzzles (P-T-P), eine von Kurt Greiner entwickelte psychotherapiewissenschaftliche theorieanalytische Technik, nachgegangen. Aus dem Ergebnis der experimentalhermeneutischen Analyse via P-T-P wird mittels einer Expertendiskussion (Fachbereich „Polizei“ und „Personzentrierte Praxis“) sodann die Forschungsfrage II **„Werden in der Personzentrierten Psychotherapie, in der der Mensch als Ganzes betrachtet wird, die Mikroexpressionen [kurz aufblitzende Mikro-Tells (Collett, 2004)] der Körpersprache ebenfalls als Teil des Ganzen ausreichend mit einbezogen?“** untersucht. Die drei Rogerianischen Variablen „Kongruenz“, „Wertschätzung“ und „Empathie“ stehen dabei sowohl im Psycho-Text-Puzzle (P-T-P) als auch bei der anschließenden Experten-/Gruppendiskussion im Fokus.

Durch den dadurch erlangten Mehrwert öffnet sich die Möglichkeit, die gewonnene Gedankenerweiterung als zukünftige Perspektive in die polizeiliche Arbeit und fachspezifische personenzentrierte Methode einfließen zu lassen.

**Keywords:** Aktualisierungstendenz, Selbstkonzept, Erleben, Inkongruenz, Kongruenz, Wertschätzung, Empathie, Körpersprache, Makroexpressionen, Mikroexpressionen, Bewusstheit, Wahrnehmung, Erfahrung, Experimentelle Psychotherapiewissenschaft, experimentalhermeneutische Methodik, Psycho-Text-Puzzle (P-T-P), Experten-/Gruppendiskussion

## Zusammenfassung

Durch die einführende Erläuterung der Körpersprache im Alltag sowie im polizeilichen Einsatz als auch im Personzentrierten Ansatz wird mit Hilfe von Fallbeispielen der tägliche bewusste aber auch unbewusste Gebrauch von Mimik und Gestik in der Kommunikation beschrieben. Zu diesem Zweck wird auf die Körpersprache wie z.B. Tells (Expressionen) näher eingegangen, um zu veranschaulichen, dass körperliche Signale eine wichtige Rolle im täglichen zwischenmenschlichen Umgang darstellen, die nicht zu unterschätzen sind. Wahrnehmung und Einbindung nonverbaler Kommunikation kann jedoch nicht nur im Alltag, sondern auch in der polizeilichen Tätigkeit sowie in der Psychotherapie wie z.B. im Personzentrierten Ansatz von Vorteil sein, was auch ein kurzer Einblick in die personzentrierte Gruppentherapie unterstreicht. Obwohl im Ausdruck dieser körperlichen Erscheinungen zwischen Makro- und Mikroexpressionen unterschieden wird, die in der Länge ihrer Darstellung abweichend sind, ist trotzdem nicht immer davon auszugehen, dass beide Prozessarten auch vom Gegenüber wahrgenommen werden. Am ehesten werden Makrodarstellungen wie z.B. Erröten, Schwitzen, Räuspern usw. erkannt, da diese zeitlich länger andauern. Voraussetzung für nonverbale Kommunikation in der zwischenmenschlichen Beziehung ist, dass die Personen während des Dialoges offen und interessiert in Kontakt stehen.

Der Stellenwert der Körpersprache in der Personzentrierten Psychotherapie wurde mit Hilfe des Psycho-Text-Puzzles (P-T-P) herausgearbeitet. Um die Forschungsfrage I **„Inwiefern kann eine vertiefende Einsicht in die implizierten Bedingungen und Voraussetzungen der Personzentrierten Kernbegrifflichkeiten vorgenommen werden?“** beantworten zu können, wurden zuerst die Grundbegriffe „Aktualisierungstendenz“, „Selbstkonzept“, „Erleben“ und „Inkongruenz“ sowie auch die Kernbegriffe „Kongruenz“, „Wertschätzung“ und „Empathie“ der Personzentrierten Psychotherapie näher beschrieben.

Das zusätzlich veranschaulichte Fallbeispiel aus der Personzentrierten Therapiepraxis zeigt speziell die Wichtigkeit der Therapeuten-Klienten-Beziehung im therapeutischen Setting auf. In Bezug auf die Körpersprache wird in diverser personenzentrierter Fachliteratur der Fokus vorrangig auf körperliche Reaktionen gelegt, die explizit in den Bereich der Makroexpressionen eingeordnet werden können. Mikroexpressionen werden noch nicht mit einer derartigen Selbstverständlichkeit in das therapeutische Setting miteinbezogen wie dies bei den Makroausdrücken schon der Fall ist. Die drei Rogerianischen Variablen „Kongruenz“, „Wertschätzung“ und „Empathie“ stellen in der durchgeführten experimentalhermeneutischen Analyse P-T-P die Zentralität hinsichtlich der Fokussierung der Mikroexpressionen dar. In der Konklusionsetappe konnte anhand der Diskussionen der Impulspotentiale qualitative Aspekte zu den Erkenntnisgewinnen erarbeitet werden. Sowohl auf die Erkenntnisgewinne „Bewusstheit“ und „Wertschätzung“, „Wahrnehmung“ und „Empathie“ als auch „Erfahrung“ und „Kongruenz“ wurde der Mehrwert bei dem Kommunikationsphänomen „Körpersprache“ in Kombination mit Mikroexpressionen gesehen und in weiterer Folge verdeutlicht. Damit eine Person Erlebtes für sich selbst wahrnehmen und in weiterer Folge in ihren Erfahrungsschatz aufnehmen kann, muss dieser ihr Erlebtes zuerst bewusst werden. Erst dann eröffnet sich die Möglichkeit die Körpersprache mit dem Schwerpunkt auf Mikroexpressionen, wie in dieser Arbeit aufgezeigt, zu zentralisieren und fokussieren, um dadurch einen langfristigen Mehrwert bzw. eine Maximierung zur Erlangung essentieller Informationen zu erhalten.

Die Ergebnisse der experimentthermeneutischen Analyse wurden mit Hilfe einer weiterführenden Expertendiskussion vertiefend erläutert. Um die Forschungsfrage II **„Werden in der Personzentrierten Psychotherapie, in der der Mensch als Ganzes betrachtet wird, die Mikroexpressionen [kurz aufblitzende Mikro-Tells (Collett, 2004)] der Körpersprache ebenfalls als Teil des Ganzen ausreichend mit einbezogen?“** beantworten zu können, wurden sowohl zwei Expertinnen aus der Personzentrierten Psychotherapie als auch eine Expertin und ein Experte der Wiener Polizei zu einer Experten-/Gruppendiskussion geladen.

Hintergrund für die Zusammensetzung der teilnehmenden Personen in der Expertendiskussion war die einleitende Erläuterung zu Beginn der wissenschaftlichen Arbeit in Bezug auf Körpersprache während eines Polizeieinsatzes und der Personzentrierten Psychotherapie. Die Teilnehmerinnen und der Teilnehmer empfanden die Überschneidungspunkte, welche sich in der Diskussion ergaben, als sehr interessant, spannend und „befruchtend“. Ein wichtiger Punkt, der in dem Dialog herausgearbeitet werden konnte, ist die Freiwilligkeit der „Teilnahme“ der betroffenen Personen (Beamtshandelten und Klienten) in einem polizeilichen Einsatz und im psychotherapeutischen Setting. Bei einer Amtshandlung befinden sich die/der Beamtshandelnde nicht freiwillig in dieser Situation, während in der Personzentrierten Psychotherapie größtenteils davon ausgegangen werden kann, dass sich die Klientin/der Klient in Therapie begibt, weil sie/er sich auf Basis der Aktualisierungstendenz (DAS Axiom des Personzentrierten Ansatzes) entwickeln und wachsen möchte. Während einer Amtshandlung ist es den amts handelnden Personen kaum möglich auf Mikroexpressionen zu achten, weil in diesem Moment die Sicherung der eigenen Person und der Kollegen im Vordergrund steht. In einer polizeilichen Vernehmung kann durch geschultes Personal das Wahrnehmen und Lesen von Mikroausdrücken durchaus von Vorteil sein. Im therapeutischen Setting kommt es dagegen auf den Prozess in der therapeutischen Beziehung und das bereits vorhandene Vertrauen an, um Mikroexpressionen beziehungsweise die Rückmeldung darüber in die therapeutische Arbeit zu integrieren. Das Interesse und die Bereitschaft Mikroexpressionen im eigenen Fachbereich in Zukunft aufnehmen und einsetzen zu wollen, ist sowohl bei der Teilnehmerin und dem Teilnehmer der Wiener Polizei als auch bei den beiden Teilnehmerinnen des Personzentrierten Ansatzes vorhanden. Dies aber auch umsetzen zu können, erfordert nicht nur eine spezifische Ausbildung, sondern ebenfalls Interesse am Menschen selbst.

Aufgrund der gewonnenen Ergebnisse kann gesagt werden, dass durch Wahrnehmen, Erkennen und Lesen der Körpersprache, speziell der durch die experimentalhermeneutische Analyse und der darauffolgenden Experten-/Gruppendiskussion herausgearbeitete Fokus auf die „Mikroexpressionen“, ein vertiefendes Verständnis im Umgang mit Menschen erlangt werden konnte. Dies kann in weiterer Folge nicht nur im Alltag, sondern auch in der Personzentrierten Psychotherapie wie auch in weiteren Berufsgruppen wie der Polizei von großem Nutzen sein.

## **Ausblick**

Eine Integration bzw. vertiefte Berücksichtigung der Mikroexpressionen in diversen Fachgebieten, sei es im polizeilichen Einsatz oder im psychotherapeutischen Setting, erfordert bereits in der Grundausbildung der Polizei und in der Ausbildung der Psychotherapie eine fachgerecht qualifizierte Ausbildung bzw. Schulung. Dies ist die Grundvoraussetzung, um das Kommunikationsphänomen „Körpersprache“ mit Schwerpunkt auf die Mikroexpressionen intensiver in die Polizeiarbeit und in die personenzentrierte Praxis aufnehmen zu können. Dabei sollte auf Seiten der Behörde und der personenzentrierten Methode nicht die Kosten für die Ausbildung als Entscheidungsgrundlage herangezogen werden, sondern der langfristige bereits mehrmals erwähnte Mehrwert gesehen werden. Fakt ist, dass mit einer sehr zeitaufwändigen und kostenintensiven Maßnahme zu rechnen ist, die sich aber bei fachgerechter Schulung auf langfristige Sicht als sehr wertvoll und lohnend für die diversen Fachrichtungen herausstellen könnte, denn Expressionen sagen oftmals mehr als Worte.