

BEHIND WORDS

Resonanzsensibilität im Therapieprozess

Abstract

Wie aus dem Titel hervorgeht, untersuche ich in dieser schriftlichen Auseinandersetzung, was innerhalb einer therapeutischen Beziehung hinter den Worten noch mitspielt. Zentral ist die Frage, wie Therapeut*innen ihre Sensibilität für das vielschichtige wechselseitige Resonanzgeschehen in der Beziehung zu Ihren Klient*innen entwickeln können um im Therapieprozess differenziert und heilsam damit zu arbeiten. Der Resonanzbegriff wird definiert und aus soziologischer, neurologischer sowie psychotherapeutischer Perspektive für die Fragestellung operationalisiert. Aus der Kreuzung dieser drei Perspektiven werden strukturelle, interpersonelle und intrapersonelle Faktoren herausgearbeitet, welche für die Wahrnehmung des Resonanzgeschehens in der therapeutischen Beziehung ausschlaggebend sind und welche Faktoren die Empfänglichkeit der/des Therapeut*in hemmen oder fördern.

Darauf aufbauend wird der Begriff **Resonanzsensibilität** als Metabegriff für ein Kompetenzbündel eingeführt und definiert. Ich zeige, wie Resonanzsensibilität in der therapeutischen Interaktion bzw. im Therapieprozess Anwendung findet. Drei Dimensionen, in denen sich diese Kompetenz manifestiert, werden vorgestellt: Seinsweise, Resonanzkanäle und therapeutische Handlungen bzw. Interventionen. Eigene Erfahrungen im Therapieprozess und Erkenntnisse ausgewählter Vertreter des Personzentrierten Ansatzes werden in diese Ausführungen einbezogen. Ich komme zu dem Ergebnis, dass ein resonanzsensibler Umgang ein Gewahrsein bei der*dem Therapeut*in voraussetzt, welches die eigenen Resonanzen nicht nur bemerkt sondern auch differenzieren kann. Resonanzsensibilität ist also ein Kompetenzbündel, das Empfänglichkeit, Gewahrsein und innere Differenzierungsfähigkeit umfasst. Erst damit können Therapeut*innen bewusst sowie intuitiv entscheiden, was davon sie im Therapieprozess zur Verfügung stellen.

BEHIND WORDS

Resonance sensitivity in therapeutic process

Abstract

As is evident from the title, in this written exploration I examine what else is at play within a therapeutic relationship behind words. The main question is how therapists can develop their sensitivity for the multilayered, mutually occurring resonance dynamics in the relationship with their clients in order to work with them in a differentiated and healing way.

The concept of resonance is defined and operationalized from sociological, neurological as well as psychotherapeutic perspectives for the research question. From the intersection of these three perspectives, structural, interpersonal and intrapersonal factors are elaborated, which are crucial for the perception of occurring resonance in the therapeutic relationship and which factors inhibit or promote the receptivity of the therapist.

Based on this, the term resonance sensitivity is introduced and defined as a meta term for a bundle of competencies. I show how resonance sensitivity is applied in therapeutic interaction or in the therapeutic process. Three dimensions in which this competence manifests itself are presented: Way of Being, Resonance Channels, and Therapeutic Actions or Interventions. My own experiences in the therapy process and insights of selected representatives of the person-centered approach are included in these explanations. I come to the conclusion that a resonance-sensitive approach presupposes an awareness on the part of the therapist that not only notices his/her own resonances but is also able to differentiate them. Resonance sensitivity is therefore a bundle of competencies that includes receptivity, awareness, and the ability to differentiate. Only with this can therapists consciously and intuitively decide what they make available in the therapy process.