Die Wunschbesprechung

E.

Ernst

von Xylander

München

Die Wunschbesprechung ist ein neues Verfahren der Gruppen-Psychotherapie für Erwachsene und Jugendliche. Die Gruppen um-fassen in der Regel 5 bis 15 Teilnehmer; sie können aber auch größer oder (in Ausnahmefällen) kleiner sein.

Die Besprechung wird als eine Art von Rollenspiel durchgeführt. Es werden aber nicht (wie im Psychodrama von Moreno) die in Konflikten stehenden Personen selbst dargestellt, sondern alle Teilnehmer versetzen sich in die Rolle von psychologischen Beratern, die über ihre Klienten sprechen. Man erzählt also nicht von seinen wirklichen eigenen Schwierigkeiten, sondern bespricht gedachte Fälle. Gegenüber den wirklichen Erlebnissen der Teilnehmer wird strenge Diskretion geübt; niemand darf nach ihnen gefragt werden oder braucht über sie Auskunft zu geben.

Man einigt sich zunächst auf einen bestimmten fiktiven Wunsch (in der Ichform ausgedrückt), der das Thema der Besprechung bilden soll. Nun suchen sich die Teilnehmer gemeinsam eine Anzahl von möglichst verschiedenen Menschen vorzustellen, die jeweils den betreffenden Wunsch als den ihnen wichtigsten äußern könnten. Diese sind die gedachten Klienten, mit denen der Kreis sich dann weiterhin beschäftigt. Jedem Teilnehmer wird nahegelegt, sich eines dieser Klienten besonders anzunehmen, ihn sich genau vorzustellen und seine Belange zu vertreten.

Man malt sich nun gemeinsam möglichst genau aus, wie jeder der gedachten Klienten zu seinem Wunsch gekommen sein könnte, wel-che Erfahrungen er wohl schon gemacht hat, was er mit dem Wunsch eigentlich meint und welche Möglichkeiten es für ihn geben mag,

von Xylander, Die Wunschbesprechung

439

urn den Wunsch etwa zu verwirklichen. – Dabei sucht man so zu sprechen, daß die gedachten Klienten, wenn sie dem Gespräch zu-hören könnten, sich niemals mißverstanden, herabgesetzt oder belei-digt fühlen würden. Man vermeidet daher (ähnlich wie in der «non-directive therapy» von Rogers) alle Werturteile und Stellungnahmen, sondern bemüht sich lediglich, die Erlebnisse zu schildern und sie zu verstehen. Ebenso dürfen keine Weisungen, Ratschläge oder Ermahnungen gegeben werden. Es ist immer anzunehmen, daß die gedachten Klienten sich völlig frei und selbständig entscheiden müßten.

Jeder Teilnehmer soll sich so ausdrücken, daß jeder andere ihn verstehen kann. Fremdwörter und Fachausdrücke müssen auf Wunsch erläutert werden. – Zu einem neuen Thema oder zu einem neuen Punkt der Besprechung wird nur dann übergegangen, wenn alle Teilnehmer sich ausdrücklich damit einverstanden erklären. – Der Psy-chologe, der das Gespräch leitet, hat keine Sonderstellung inne und soll möglichst nicht zum Objekt persönlicher Übertragungen werden. Durch die Methode soll vor allem eine wertungs- und bedrohungs-freie Gruppenatmosphäre geschaffen werden

in der jeder Teilnehmer zunächst die Probleme der gedachten Klienten

von daher aber auch seine eigenen Probleme bewußt zu machen
zu akzeptieren und zu lösen lernt. Es ist dabei nicht nur an eine Beschäftigung mit dem
Unbewußten gedacht
sondern an eine gemeinsame Suche nach Orientierung in der inneren und äußeren Wirklichkeit.
Das Ver-fahren ist also nicht eigentlich tiefenpsychologisch
sondern geht von der Praxis der normalen Gesprächsführung und der Gruppendynamik aus. Es
führt jedoch
wenn es in einer Gruppe erst gründlich genug eingeübt ist
bei ernsthaftem Interesse der Teilnehmer und kundiger Gesprächsleitung bald ganz von selbst zu
einem Eindringen in die tieferen seelischen Zusammenhänge. Eine genauere Darstellung und
Begründung der Methode wird in dem 1958 erschienenen Buch des Verfassers: «Vom Umgang
mit sich selbst» (Ernst Reinhardt Verlag
München und Basel) gegeben.