

Quelle: Carl R. Rogers: Die Encounter-Gruppen. Das Erlebnis der menschlichen Begegnung. Fischer, 1984. 22-51

Ordnungstitel: Der Prozess in der Encounter-Gruppe

Zusammengestellt: Mathias Jäggi, 2008.

Abstract:

Carl Rogers schildert in der kompakten Buchausgabe die verschiedenen Facetten der Encounter-Bewegung. In diesem stark gekürzten Abschnitt geht es um markante Prozesse, die in einer Encounter-Gruppe stattfinden können.

„- Allgemeine Unsicherheit:

Wenn der Gruppenleiter zu Beginn der Sitzungen klarstellt, das es sich hier um eine Gruppe mit ungewöhnlicher Freiheit handelt und nicht um etwas, für das er die Verantwortung übernehmen wird, dann entsteht zumeist ein Zeitraum, in dem anfängliche Verwirrung, peinliches Schweigen, höfliche und oberflächliche Interaktion, Cocktail-Party-Unterhaltungen, Frustration und Diskontinuität vorherrschen. Die Gruppenmitglieder sehen sich der Tatsache gegenüber, dass ‚hier keine Struktur vorliegt, abgesehen von dem, was wir einbringen.‘ ...

- Widerstand gegen persönlichen Ausdruck oder Exploration:

In der Periode der allgemeinen Unsicherheit enthüllen einige Personen mitunter sehr persönliche Einstellungen, was außerordentlich ambivalente Reaktionen bei den anderen Gruppenmitgliedern hervorrufen kann. ... Was die Gruppenmitglieder einander zeigen, ist ihr öffentliches Selbst; nur allmählich und voller Angst und Zweifel wagen sie es, auch etwas von ihrem inneren Selbst zu enthüllen. ...

- Beschreibung vergangener Gefühle:

Trotz der Ambivalenz in bezug auf die Vertrauenswürdigkeit der Gruppe und die Gefahr der Selbstenthüllung beginnt der Ausdruck von Gefühlen mehr Raum einzunehmen.“ Dabei werden offensichtlich vorhandene Gefühle jedoch „in die Vergangenheit verlegt und als zeitlich und räumlich außerhalb der Gruppe betrachtet. ...

- Ausdruck negativer Gefühle:

Seltsamerweise zeigt sich der erste Ausdruck wirklich signifikanter ‚Hier und jetzt‘-Gefühle häufig in negativen Einstellungen gegenüber anderen Gruppenmitgliedern oder gegenüber dem Gruppenleiter. ... Häufig wird der Gruppenleiter angegriffen, weil er es an der angemessenen Führung fehlen lässt. ... Warum sind die negativ gefärbten Äußerungen die ersten Gefühle, die ausgedrückt werden? Darauf gibt es mehrere mögliche Antworten. Der Ausdruck negativer Gefühle ist der beste Weg, um die Freiheit und Vertrauenswürdigkeit der Gruppe zu erproben. ... Ein weiterer und ganz anderer Grund ist der, dass tiefe positive Gefühle viel schwieriger auszudrücken sind als negative. ...

- Ausdruck und Erforschung von persönlich wichtigem Material:“

In den meisten Fällen beginnt „das eine oder andere Individuum, sich signifikant vor der Gruppe zu offenbaren. Der Grund dafür liegt zweifellos in der Tatsache, dass das einzelne Gruppenmitglied inzwischen erkannt hat, dass es sich hier zum Teil um seine Gruppe handelt. Es kann dazu beitragen, aus ihr etwas zu machen. Es hat darüber hinaus erfahren, dass negative Gefühle ausgedrückt und akzeptiert oder assimiliert wurden, ohne dass dies katastrophale Folgen gehabt hätte. Es weiß, dass hier eine Freiheit existiert, auch wenn diese Freiheit nicht risikolos ist. ... Ein Prozess hat begonnen, den ein Gruppenmitglied einmal als ‚Reise zum Mittelpunkt des Selbst‘ bezeichnete – häufig ein sehr schmerzhafter Prozess. ...

- Der Ausdruck unmittelbar interpersonalen Gefühle in der Gruppe: “

Früher oder später beginnen die Gruppenmitglieder, jene Gefühle auszudrücken, die sie anderen Gruppenmitgliedern im Augenblick empfinden. Diese Gefühle sind manchmal positiv, ein anderes Mal negativ. ...

- Die Entwicklung einer Heilungskapazität in der Gruppe:

Einer der faszinierendsten Aspekte jeder Intensiv-Gruppe besteht darin, wie eine Anzahl von Gruppenmitgliedern eine natürliche und spontane Fähigkeit beweist, sich mit dem Schmerz und dem Leiden anderer hilfreich, fördernd und therapeutisch zu befassen. ... Diese therapeutische und heilende Fähigkeit zeigt sich in den Gruppen derart häufig, dass sie meines Erachtens im menschlichen Leben viel verbreiteter ist, als wir annehmen. Um sie wirksam werden zu lassen, bedarf es oft nur des Gewährenlassens oder einer gewissen Freiheit, die im Klima einer frei fließenden Gruppenerfahrung entsteht. ...

- Das Zerschlagen der Fassaden:

... Die Gruppe findet es mit der Zeit unerträglich, wenn irgendein Mitglied ständig hinter einer Maske oder einer Fassade lebt. Die höflichen Worte, das gegenseitige intellektuelle Verstehen, die glatte Konzilianz – all das, was bei Interaktionen außerhalb der Gruppe völlig ausreicht, genügt hier nicht mehr. Der Selbstaussdruck einiger Gruppenmitglieder hat sehr deutlich gemacht, dass eine tiefere und grundlegendere Begegnung *möglich* ist, und die Gruppe scheint dieses Ziel intuitiv und unbewusst anzustreben. ...

- Konfrontation:

Manchmal ist der Terminus Feedback zu milde, um deutlich zu machen, welche Art von Interaktion stattfindet. Es ist dann besser, man sagt, dass ein Individuum ein anderes direkt konfrontiert. ...

- Die grundlegende Begegnung:

Kennzeichnend für einige der Trends, die ich hier beschrieben habe, ist die Tatsache, dass die Menschen viel engeren und direkteren Kontakt zueinander finden, als es im normalen Alltagsleben üblich ist. Dies ist wahrscheinlich einer der zentralsten, intensivsten und wichtigsten Aspekte der Gruppenerfahrung. ...“.