

# *Wirkungen der Psychosynthese*

Zur Erlangung des Grades eines Dokortitels (Dr. phil.)

angenommene Dissertation

Vorgelegt von Dipl.-Psych. Eike Joachim Stut

Fakultät V für Mathematik und Naturwissenschaften der Carl von Ossietzky  
Universität Oldenburg

Gutachter: 1. Prof. Dr. Wilfried Belschner  
2. Apl. Prof. Dr. Klaus Peter Walcher

Datum der Disputation: 10. Juli 2015



# Inhaltsverzeichnis

<b>Danksagung</b> .....	<b>1</b>
<b>Eidesstattliche Erklärung</b> .....	<b>3</b>
<b>Zusammenfassung</b> .....	<b>4</b>
<b>Abstract</b> .....	<b>5</b>
<b>1. Einleitung</b> .....	<b>6</b>
<b>2. Die Situation der Psychotherapie in Deutschland</b> .....	<b>10</b>
2.1 Das Psychotherapeutengesetz .....	10
2.2 Die Richtlinien der Psychotherapie .....	13
2.3 Anerkennungsverfahren einer Psychotherapiemethode am Beispiel der Hypnotherapie nach Milton Erickson .....	17
2.4 Psychotherapeutische Versorgung in Deutschland .....	19
2.5 Kosten psychotherapeutischer Versorgung .....	21
2.6 Fazit zur Situation der Psychotherapie in Deutschland.....	22
<b>3. Theoretischer Teil</b> .....	<b>25</b>
3.1 Grundlegende Konzepte der Psychoanalyse und der Analytischen Psychologie .....	27
3.1.1 Projektion .....	27
3.1.2 Schatten .....	28
3.1.3 Introjekte .....	31
3.2 Roberto Assagioli.....	33
3.3 Menschenbild der Psychosynthese.....	38
3.3.1 Ebenen der menschlichen Psyche.....	39
3.3.2 Stadien menschlicher Entwicklung .....	40
3.3.3 Systemik im Menschenbild der Psychosynthese.....	41
3.3.4 Polare Struktur der Persönlichkeit.....	41
3.3.5 Ressourcenorientierung .....	43
3.4 Das Bewusstseinsmodell der Psychosynthese .....	43
3.4.1 Das Unter-Bewusste .....	45
3.4.2 Das höhere Unbewusste .....	46
3.4.3 Das kollektive Unbewusste .....	48
3.4.4 Das Ich.....	50
3.4.5 Die Ich-Selbst-Achse.....	51
3.5 Teilpersönlichkeiten .....	53
3.5.1 Aufstieg von Teilpersönlichkeiten .....	56
3.6 Der Wille.....	59

3.7 Lieben und Wollen .....	66
3.8 Das Prinzip der Disidentifikation .....	69
3.9 Die therapeutische Beziehung in der PS .....	70
3.10 Harald Reinhardt .....	72
3.11 Psychosynthese nach dem Kölner Modell .....	74
3.11.1 Der dialogische Mensch .....	75
3.11.2 Fünf Kategorien des Lernens .....	80
3.11.3 Integrationsthemen der Psychosynthese .....	
nach dem Kölner Modell .....	83
3.11.4 Merkmale verwirklichter Psychosynthese .....	85
<b>4. Deskriptiver Teil .....</b>	<b>86</b>
4.1 Formen der Psychosynthese .....	86
4.1.1 Psychosynthese-Seminare nach dem Kölner Modell .....	88
4.1.2 Methoden der Vermittlung .....	108
<b>5. Empirischer Teil .....</b>	<b>127</b>
5.1 Forschungsstand zur Psychosynthese .....	127
5.2 Methodik .....	129
5.2.1 Fragestellungen .....	129
5.2.2 Vorgehensweise .....	130
5.2.3 Untersuchungsdesign .....	132
5.2.4 Die Instrumente .....	133
5.2.5 Beschreibung der Stichprobe .....	142
5.3 Ergebnisse .....	148
5.3.1 Die Dimensionalität des OPI .....	148
5.3.2 Itemanalyse des OPI .....	149
5.3.3 Querschnittliche Entwicklung der Faktoren des OPI .....	182
5.3.4 Itemanalyse des Tagesbogens TaBo .....	189
5.3.5 Gesamtitemanalyse .....	197
5.3.6 Interkorrelation aller Skalen .....	202
5.3.7 Längsschnittliche Entwicklung der Faktoren des OPI .....	224
5.3.8 Längsschnittliche Entwicklung der Faktoren der SCL-90-R ....	263
5.3.9 Längsschnittliche Entwicklung der Faktoren des TaBos .....	300
<b>6. Fazit und Diskussion .....</b>	<b>323</b>
<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>328</b>
<b>Abbildungsverzeichnis .....</b>	<b>341</b>
<b>Tabellenverzeichnis .....</b>	<b>348</b>
<b>Anhang .....</b>	<b>363</b>

## **Danksagung**

Ich möchte mich zunächst bei Univ. Prof. em. Dr. phil. Wilfried Belschner bedanken. Er hatte bereits mit seiner Frau besprochen, keine Doktoranden mehr anzunehmen und stimmte meiner Bitte, mich als eben solchen zu begleiten, dann doch zu. Auf unserem gemeinsamen Weg wurde er für mich schon zu Studienzeiten zum Vorbild des psychologischen Wissenschaftlers und zu einem Mann, der Spiritualität für mich fassbar machte. Ich verdanke ihm nicht nur die gemeinsame Forschung, sondern den Zugang zur Meditation, die für mich zu einem Eckpfeiler meines Lebens geworden ist. Im gesamten wissenschaftlichen Prozess war er maßgebend beteiligt und trug mit seiner Erfahrung und seinem Wissen das Fundament dieser Untersuchung bei.

Gleichermaßen danke ich Harald Reinhardt und Birgit Haus, die ihr Institut der Wissenschaft öffneten und damit unserem gemeinsamen Forschungsprojekt die Datengrundlage verschafften. Auch persönlich wurde Harald Reinhardt für mich zu einem Vorbild des therapeutischen Handelns und zum Lehrer für Psychosynthese. Durch die vielen gemeinsamen Seminare während der Datenerhebung dieser Untersuchung begleitete er mich durch manche Krise und wurde für mich zu einer väterlichen Figur, der ich viel verdanke.

Besonderer Dank gilt Herrn Apl. Prof. Dr. rer. nat. Klaus Peter Walcher. Er war zu einem späten Zeitpunkt im Verlauf des Projekts bereit, die Funktion des Zweitgutachters zu übernehmen, obwohl die Datenanalyse und alle vorausgehenden Schritte bereits abgeschlossen waren. Er nahm sich viel Zeit, um sich in die Thematik einzulesen und lieferte mit seiner ressourcenorientierten Kritik und im persönlichen Kontakt wichtige Impulse, die eine größere Bereicherung im Prozess des Schreibens darstellten. Ich bin dankbar, dass ich ihn als Zweitgutachter gewinnen konnte.

Dipl.-Psych. Barbara von Koenen stellte sich als Beraterin in Oldenburg zur Verfügung, wenn es um die therapeutische Praxis der Psychosynthese ging. Sie half bei der Konstruktion der entstandenen Fragebögen und der Interpretation der Ergebnisse und war damit ein wichtiger Bestandteil unserer Forschungsgruppe. Vielen Dank dafür. Ebenso war Frau PD Dr. phil. Petra Scheibler zu Beginn Mitglied dieser

Gruppe, stellte sich engagierend zur Verfügung, musste jedoch aus gesundheitlichen Gründen vorzeitig ausscheiden. Ich danke ihr für ihre Bereitschaft, an diesem Projekt mitzuwirken.

Besonderer Dank gilt meiner Lebensgefährtin Stefanie Johanna Maria Reiners, die nicht nur die Höhen und Tiefen während der Jahre auf dem Weg zur Promotion mit trug, sondern auch die wichtigste Korrektandin dieser Arbeit war.

Ebenso danke ich Dr. phil. Joachim Raeder, Dipl.-Soz. Johannes Stock und Dipl.-Psych. Nicole Baden für ihre Korrekturen und hilfreichen Anstöße im Verlauf der Fertigstellung dieser Arbeit.

Weiterer Dank gilt den Spenderinnen und Spendern des Forschungsprojekts Psychosynthese, die die Finanzierungsgrundlage für die Untersuchung durch ihr Engagement ermöglicht haben. Das Finanzierungsmodell wurde von vielen Personen in der Planungsphase als unrealistische Vision eingeschätzt und konnte mithilfe dieser unterstützenden Menschen verwirklicht werden. Ich hoffe, ihnen mit dieser Dissertation, den Broschüren und potentiellen Publikationen etwas zurückgeben zu können, indem der Psychosynthese dadurch mehr Aufmerksamkeit im fachlichen und populären Kontext zukommen wird.

Allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern der Seminare des Kölner Psychosynthese Instituts, die so zahlreich an der Datenerhebung der Untersuchung mitgewirkt haben, danke ich ebenfalls. Das Ausfüllen der Fragebögen gelang in jeder Verfassung, egal an welcher Stelle ihres individuellen Prozesses sie gerade standen.

Allen befragten Expertinnen und Experten der Psychosynthese, die für die „Expertenbefragung“ gewonnen werden konnten, danke ich für ihre Expertise zu einem Zeitpunkt, an dem ich als Laie auf dieses Feld blickte.

Über die explizit genannten Menschen hinaus möchte ich allen danken, die an diesem Projekt mitgewirkt haben, die mit mir in den betreffenden Jahren zu tun und zu leiden hatten, sich mit mir freuten und eine Welt mit gestalteten, in der es möglich war, sich

über nunmehr fünf Jahre einem Thema zu widmen, Forschung zu betreiben und sich in der Tiefe der Geisteswissenschaft aufzuhalten, während anderswo gehungert wird.

## **Eidesstattliche Erklärung**

Hiermit versichere ich, dass die vorliegende Dissertation „Wirkungen der Psychosynthese“ selbständig und ohne unerlaubte Hilfsmittel angefertigt wurde. Es wurden keine Quellen neben den ausdrücklich genannten genutzt. Ferner wurde diese Arbeit bei keiner anderen Hochschule oder zu sonstigen Prüfungszwecken genutzt bzw. eingereicht.

Oldenburg, 12. Dezember 2014

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'E. Stut', with a large, stylized initial 'E'.

Eike Joachim Stut (Doktorand)

## **Zusammenfassung**

In dieser Dissertation werden mithilfe empirischer Forschung die Wirkungen der Psychosynthese dargestellt. Die „differentia specifica“ der Methode besteht in der psychotherapeutisch unterstützten Selbst-Verwirklichung der Klienten. Auf Grundlage einer Expertenbefragung wurden zwei Erhebungsinstrumente zur Messung der Psychosynthese-spezifischen Merkmale konstruiert: Der Tagesbogen (TaBo©) und das Oldenburger Psychosynthese Inventar (OPI©). Neben den 14 spezifischen Variablen wurden zur Effektivitätsevaluation psychopathologische Kennwerte mittels der SCL-90-R an n=338 Probanden erhoben. Das Untersuchungsdesign sah die Messung von Prozessvariablen zu T1-T3 (und T4 bei Siebentagesseminaren) während der Interventionsphase sowie einen Prä-Post-Vergleich (T1= vor der Therapie, T2= nach der Therapie) aller anderen Kriterien vor. Zusätzlich wurde der Langzeiteffekt überprüft (T3= 6-8 Wochen nach Therapieende). Die untersuchten Personen nahmen an Mehrtagesseminaren (5 Tage ambulant, 7 Tage extern in verschiedenen Seminarhotels) des Kölner Psychosynthese Instituts teil. Anhand der Datenanalyse kann gezeigt werden, dass die Psychosynthese-Behandlung sich signifikant positiv auf alle psychopathologischen Kriterien auswirkt. Alle erhobenen änderungssensitiven Variablen bilden einen signifikant positiven Verlauf durch den Besuch der Seminare ab. Als Kritik wird die nicht-klinische Kohorte und daraus folgend die Notwendigkeit der Verifizierung der dargestellten Ergebnisse an entsprechendem Klientel genannt.

Stichwörter: Psychosynthese, Wirksamkeitsstudie, Psychotherapieforschung, Fragebogenkonstruktion, transpersonale Psychotherapie.

## Abstract

In this thesis, the effects of Psychosynthesis are presented through empirical research. Their *differentia specifica* lie in the psychotherapeutically supported *self-realization* of participants. Based on an expert survey, two tools for the measurement/collection of Psychosynthesis-specific features were devised (Tagesbogen and Oldenburger Psychosynthese Inventar). In addition to the 14 specific variables, psychopathological data was collected from 338 participants using SCL-90-R. Measurements of process variables for T1-T3 (T4 for 7 day seminars) during the intervention phase and a pre-/post-comparison (T1 = before therapy, T2 = after therapy) of all other criteria were part of the experimental design. In addition, long-term effects were analyzed (T3 = 6-8 weeks following end of therapy). The participants attended seminars at the Cologne Psychosynthesis Institute (5 days ambulatory, 7 days at various seminar hotels). Data analysis shows that Psychosynthesis treatment had a positive effect on all psychopathological criteria. All collected change-sensitive variables showed seminar attendance had a significant positive impact. As a point of critique, the participant group used in this study was “non-clinical”, requiring verification of the presented results using a clinical group.

Keywords: Psychosynthesis, effectiveness study, psychotherapeutic research, survey design, transpersonal psychotherapy

# 1. Einleitung

„Eine der Hauptursachen des heutigen Durcheinanders ist der Mangel an Liebe auf Seiten derer, die Willen haben, und der Mangel an Willen bei jenen, die gut und liebevoll sind.“<sup>1</sup>

Die Psychosynthese ist die erste transpersonal orientierte Psychotherapieschule überhaupt. Ihr Begründer Roberto Assagioli hat bereits in seiner Dissertation im Jahre 1909 die Grundlagen seiner Weiterentwicklung der Psychoanalyse erarbeitet und niedergeschrieben. Heute, im Jahre 2014, erfreut sich diese modern anmutende Methode wachsender Beachtung. Mit der vorliegenden Dissertation wird die erste experimentell gestützte Publikation zur Wirksamkeit und zu den Wirkmechanismen der Psychosynthese im deutschsprachigen Raum vorgelegt. Die zugrunde liegende Untersuchung stellt die erste empirische Studie in diesem Bereich dar. Entsprechend konnte nicht auf vorausgehende Erkenntnisse aufgebaut werden, sodass diese Untersuchung als explorativ eingestuft werden muss.

Das gesamte Forschungsprojekt ist als Kooperation zwischen der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg und dem Institut für Psychosynthese und transpersonale Psychologie in Köln entstanden. Die Projektidee entwickelte sich als Synergie aus dem Aufeinandertreffen des Autors dieser Arbeit und dem Leiter des Kölner Instituts, Harald Reinhardt. Mit Prof. Dr. Belschner konnte ein wesentlicher Vertreter der Bewusstseinspsychologie in Deutschland für die universitäre Anbindung und als Erstgutachter gewonnen werden. Als ehemaliger Vorsitzender der Gesellschaft für Bewusstseinswissenschaften und Bewusstseinskultur (GBB) ermöglichte er ferner die Einrichtung eines Stipendiums, das die finanzielle Durchführung des Projekts sicherstellte und auf viele Personen verteilte, die als Spenderinnen und Spender eintraten. Das Finanzierungsmodell ermöglichte eine wissenschaftliche Überprüfung der von allen Spenderinnen und Spendern praktizierten Methode.

Die motivierenden Fragen dieser Untersuchung betreffen die Besonderheiten der Psychosynthese – ihre *differentia specifica* und ihre Wirkungen bzw. Wirkweisen<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Assagioli 1982, S. 87.

Diese Fragen werden den vorliegenden Text begleiten und auf verschiedenen Ebenen beantwortet werden können. Dabei wurde folgende Herangehensweise gewählt:

Die Wirkungen der Methode wurden direkt aus der Befragung von Personen abgeleitet, die eine Psychosyntheseintervention durchlaufen haben. Um die *differentia specifica* benennen zu können, wurde aus der Grounded Theorie<sup>3</sup> eine geeignete Methodologie abgeleitet: Zunächst wurden Expertinnen und Experten im deutschsprachigen Raum hierzu standardisiert befragt<sup>4</sup>. Die Expertise wurde Personen zugewiesen, die formalisierte Ausbildungen im Bereich der psychotherapeutisch orientierten Psychosynthese anbieten<sup>5</sup>. Weiterhin befanden sich unter den Expertinnen und Experten drei langjährig praktizierende Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten. Insgesamt beteiligten sich 8 der 12 befragten Personen bzw. Institutionen, die die genannten Bedingungen erfüllen. Aus den so gewonnenen Erkenntnissen wurde eine Konstrukttabelle<sup>6</sup> generiert, in die ergänzend die Ergebnisse einer entsprechenden Literaturrecherche eingingen. So konnte die *differentia specifica* zunächst auf theoretischer Ebene gefasst werden. Inhaltlich wurden aus Expertenperspektive primär *das Menschenbild der Psychosynthese* und sekundär *die theoretischen Konstrukte* genannt, aus denen sich zum Teil auch die psychotherapeutischen Interventionen der Methode ableiten lassen. Dabei wurde die *Disidentifikation* als zentraler Bestandteil genannt. Die empirische Orientierung mit quantitativer Vorgehensweise der durchgeführten Untersuchung sieht eine Überprüfung der generierten Inhalte an einer Gruppe von Personen vor, die eine Psychosynthesebehandlung durchlaufen haben. Dazu konnten 338 Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Kölner Instituts gewonnen werden<sup>7</sup>. Methodisch wurde dazu eine Befragung mit psychometrischen Instrumenten durchgeführt<sup>8</sup>. Da keine Erhebungsmittel für die relevanten Inhalte zur Verfügung standen, wurde zunächst die Konstruktion

---

<sup>2</sup> Die Forschungsfragen werden in Kapitel 5.2.1 ausformuliert.

<sup>3</sup> Siehe z.B. Breuer 2010 oder Glaser 2010.

<sup>4</sup> Siehe Kapitel 5.2.2., sowie Anschreiben und Fragebogen im Anhang S. 405-410.

<sup>5</sup> Siehe Liste der befragten ExpertInnen im Anhang S. 406f.

<sup>6</sup> Siehe Anhang S. 401-404.

<sup>7</sup> Siehe Kapitel 5.2.5.

<sup>8</sup> Siehe Kapitel 5.2.2.

entsprechender Frageböden realisiert<sup>9</sup>. Es entstand mit dem Tagesbogen (TaBo) ein prozessorientiertes Instrument, das die Entwicklungen innerhalb der Seminare abbildet. Es wurde drei- bzw. viermal im Verlauf des Treatments eingesetzt. Der TaBo enthält in Anlehnung an die „Stundenbögen zur Messung des Therapieerfolgs“ von Grawe et. al<sup>10</sup> 29 Items, die in unter fünf Minuten beantwortet werden können. Der TaBo erwies sich als zielführend zur Messung der relevanten Prozessvariablen. Zur Durchführung eines Prä-Post-Vergleichs vor und nach den Kursen sowie einer weiteren katamnestischen Erhebung sechs bis acht Wochen nach Ende der Interventionen wurde das Oldenburger Psychosynthese Inventar (OPI) auf Basis der genannten Konstrukttabelle konstruiert. Es umfasst 89 Items und benötigt circa 30 Minuten Beantwortungszeit. Die eingegangenen Konstrukte ließen sich nur teilweise in der kognitiven Struktur der befragten Personen wiederfinden. Stattdessen konnte vor allem die querschnittliche Itemanalyse des Instrumentes entscheidende Beiträge zur empirisch geleiteten Beantwortung der differentia specifica der Psychosynthese liefern. Aus Sicht der Expertinnen und Experten und den Ergebnissen der empirischen Untersuchung bestehen die Parallelen hierzu vor allem in der Disidentifikation vom herrschenden intrapsychischen Bewertungssystem der befragten Personen<sup>11</sup>. Dieser entscheidende Schritt führt zum Hervortreten des *Selbst* und der Selbstregulation der Klientinnen und Klienten und findet in den Aussagen der Expertinnen und Experten seine Entsprechung im geschilderten Menschenbild und der praktischen Umsetzung, die eben diesen Schritt ermöglicht.

Der vorliegende Text ist in folgender Weise gegliedert: Kapitel 2 stellt die Psychosynthese in den Kontext des Psychotherapeutengesetzes und der deutschen Psychotherapielandschaft. Exemplarisch wird der laufende Prozess zur Anerkennung der Hypnotherapie als gesetzlich anerkanntes psychotherapeutisches Verfahren dargestellt, um die Relationen zwischen den gesetzlichen Grundlagen zur Psychotherapie und der praktischen Umsetzbarkeit zu zeigen<sup>12</sup>. Daran schließt sich der

---

<sup>9</sup> Siehe Kapitel 5.2.4.

<sup>10</sup> 2000.

<sup>11</sup> Siehe Kapitel 3.1.3.

<sup>12</sup> Die Hypnotherapie wurde als Methode herangezogen, da hier teilweise theoretische und methodische Parallelen zur Psychosynthese zu finden sind.

theoretische Teil zur Psychosynthese an und stellt die verschiedenen Theoriebausteine, zugrunde liegende Quellen der Psychoanalyse und der Jung'schen Psychologie sowie die Weiterentwicklungen des kooperierenden Instituts dar<sup>13</sup>. Ergänzend wird auch die Biographie von Roberto Assagioli knapp dargestellt, ebenso wie Harald Reinhardts fachliche und persönliche Prägung. Von der theoretischen Ebene kommend wird im deskriptiven Abschnitt<sup>14</sup> die praktische Umsetzung der Psychosynthese in Form der Mehrtagesseminare des Kölner Instituts vorgestellt, in denen die Daten der Untersuchung erhoben wurden. Darin werden zunächst die verschiedenen Seminare mit ihren spezifischen Foki und anschließend die darin verwendeten Methoden explizit vorgestellt. Kapitel 5 widmet sich der experimentellen Vorgehensweise, der Konstruktion und Struktur der verwendeten Messinstrumente sowie ihrer inhaltlichen und ergebnisorientierten Analyse. Abschließend werden die Ergebnisse der Untersuchung in Kapitel 6 vor den Hintergrund der gestellten Forschungsfragen und Hypothesen gestellt.

Diese Dissertation enthält die Theoriebausteine der Psychosynthese, die Vorgehensweise und die Ergebnisse der empirischen Forschung sowie einige Erfahrungsberichte des Autors, um bestimmte Aspekte über theoretische Beschreibungen hinaus nachvollziehbar zu machen. Auf diese Weise spannt diese Arbeit einen Bogen zwischen Theorie, Empirie und der Innenwelt eines Menschen, der die Psychosynthese an sich selbst erfahren hat. Im Hinblick auf die wissenschaftliche Form der vorliegenden Arbeit wurden persönliche Erfahrungen mit gerahmten Textfeldern kenntlich gemacht.

Im weiteren Verlauf des Textes wird statt des Wortes „Psychosynthese“ die Abkürzung PS verwendet. Außerdem wird aus ästhetischen Gründen auf die Nennung beider geschlechtlicher Endungen und Anreden bzw. das häufig gebrauchte „...-Innen“ verzichtet. Stattdessen wird die klassisch maskuline Form genutzt.

---

<sup>13</sup> Kapitel 3.

<sup>14</sup> Kapitel 4.

## 2. Die Situation der Psychotherapie in Deutschland

Als erster Schritt zur Klärung der aufgeworfenen Fragen wird im Hinblick auf die Definition der PS als psychotherapeutische Methode die gesetzliche Grundlage der gegebenen Psychotherapielandschaft in Deutschland dargelegt. Am Beispiel der Hypnotherapie<sup>15</sup> wird der Versuch zur Anerkennung eines Verfahrens in die gesetzliche Versorgung gezeigt und anschließend ein Überblick über die aktuelle Versorgungssituation sowie die damit verbundenen Kosten gegeben. Abschließend wird ein Fazit zur Situation der Psychotherapie in Deutschland gezogen.

### 2.1 Das Psychotherapeutengesetz

In Deutschland bestimmt das Psychotherapeutengesetz (PsychThG<sup>16</sup>) die Kriterien, denen Entscheidungen für oder gegen eine gesetzlich anerkannte psychotherapeutische Methode zugrunde liegen. Es trat 1998 in Kraft und wurde seitdem mit einigen Zusätzen versehen. Die letzte Änderung stammt vom 30.7.2004<sup>17</sup>. Die nachfolgenden Punkte geben die wichtigsten Teile des PsychThG kurz zusammengefasst wieder:

- **§ 1 Berufsausübung:** Dieser Paragraph regelt zunächst die notwendige Qualifikation der Personen, die für die Ausübung einer psychotherapeutischen Intervention in Frage kommen. Dies sind Ärzte, psychologische Psychotherapeuten<sup>18</sup> und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten<sup>19</sup> mit Approbation.
- **§ 2 Approbation:** Eine Approbation wird auf Antrag erteilt und kann nur mit folgenden Voraussetzungen beantragt werden. Der Antragsteller muss:

---

<sup>15</sup> Nach Erickson, siehe Kapitel 2.3.

<sup>16</sup> Vgl. Palandt et. al. 2012, BGBI. I S. 1311

<sup>17</sup> Stand 2012.

<sup>18</sup> Dieser Begriff ist geschützt. Er darf nur von Psychologen geführt werden, die ein abgeschlossenes Studium der Psychologie und eine Approbation vorweisen können.

<sup>19</sup> Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten dürfen nur Personen bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres behandeln. Sie müssen ein abgeschlossenes Studium der Psychologie oder Pädagogik und eine Approbation vorweisen können.

1. Deutscher Staatsbürger sein oder eine Ausnahmeregelung geltend machen sowie ein Prüfverfahren durchlaufen, das ihre Qualifikation nachweist:
  2. eine staatlich anerkannte Ausbildung durchlaufen haben, die mit bestandener Prüfung abgeschlossen worden sein muss.
  3. ein einwandfreies Führungszeugnis vorweisen können.
  4. gesundheitlich zur Ausübung des Berufes geeignet sein.
- **§ 3 Rücknahme, Widerruf und Ruhen der Approbation, Verzicht:** Der Antragssteller kann jederzeit auf seine Approbation verzichten. Zudem kann sie aufgrund von Verletzungen der oben stehenden Punkte 1-3 widerrufen werden.
  - **§ 4 Erlaubnis:** Eine Erlaubnis zur Durchführung einer Psychotherapie gemäß dem PyschThG ist im Gegensatz zur Approbation immer zeitlich befristet. Sie kann aufgrund besonderer Umstände erteilt werden, „wenn dies im Interesse der psychotherapeutischen Versorgung der Bevölkerung liegt<sup>20</sup>.“
  - **§ 5 Ausbildung und staatliche Prüfung:** Die Ausbildung beträgt mindestens drei bzw. berufsbegleitend fünf Jahre und ist mit Bestehen der staatlichen Prüfung abgeschlossen. Zugangsberechtigungen zur Ausbildung sind die unter § 1 genannten Studienabschlüsse.
  - **§ 6 Ausbildungsstätten:** Um zukünftige Psychotherapeuten ausbilden zu dürfen, bedarf es bestimmter Kriterien. So müssen Ausbildungsinstitutionen:
    1. Zugang zu einer ausreichenden Anzahl an Personen gewährleisten, die an psychischen Störungen leiden<sup>21</sup>.
    2. adäquate technische Ausstattungen und eine fachwissenschaftliche Bibliothek zur Verfügung stellen.
    3. qualifiziertes Ausbildungspersonal beschäftigen.
    4. Curricula konzipieren, „die auf Grund der Ausbildungs- und Prüfungsverordnung für Psychologische Psychotherapeuten oder der

---

<sup>20</sup> Palandt 2012.

<sup>21</sup> Für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten müssen entsprechend Personen zur Verfügung stehen, die jünger als 21 Jahre sind.

Ausbildungs- und Prüfungsverordnung für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten erstellt worden sind<sup>22</sup>.“

5. die Anleitung und Beaufsichtigung der Auszubildenden während der praktischen Tätigkeit gewährleisten.

- **§ 7 Ausschluss der Geltung des Berufsbildungsgesetzes:** Das Berufsbildungsgesetz gilt für die Ausbildung zum Psychotherapeuten nicht.
- **§ 8 Ermächtigung zum Erlass von Rechtsverordnungen:** In diesem Paragraphen ermächtigt der Gesetzgeber zunächst sich selbst die entscheidenden Richtlinien erlassen zu können, wenn bestimmte Regeln eingehalten werden. Diese umfassen die Vermittlung wissenschaftlich anerkannter Verfahren, die Dauer der praktischen Berufserfahrung während der Ausbildung von mindestens einem Jahr sowie die Mindestdauer von Theorie- und Praxisunterricht von 600 Stunden. Ferner sind darin auch die Bedingungen der Prüfung geregelt, wie z.B. die Anwesenheit zweier Prüfer, die nicht aus dem Ausbildungsinstitut stammen.
- **§ 9 Gebührenordnung bei Privatbehandlung:** Dieser Punkt regelt die Festlegung der Gehälter von Psychotherapeuten durch den Gesetzgeber. Dieser behält sich vor, die Mindest- und Höchstsätze festzusetzen.
- **§ 10 Zuständigkeiten:** Gemeint sind hier die Zuständigkeiten der Behörden auf Landesebene. Das heißt, je nach dem wo der Antragsteller wohnt, wird dessen Anliegen bearbeitet.
- **§ 11 Wissenschaftliche Anerkennung:** Ob eine psychotherapeutische Methode im Sinne des Gesetzes zulässig ist, wird auf der Basis wissenschaftlicher Anerkennung der Methode und durch einen wissenschaftlichen Beirat entschieden.
- **§ 12 Übergangsvorschriften:** Die Übergangszeit bis zum in Kraft treten dieses Gesetzes dauerte bis zum 31.12.1998. Bis dahin galten andere Bedingungen, um dennoch die Approbation als Psychologe erhalten zu können.

Die Artikel zwei bis 15 befassen sich mit Änderungen der Sozialgesetzbücher, die logische Konsequenzen aus dem PsychThG sind. Explizit wird hier nur die

---

<sup>22</sup> <http://www.gesetze-im-internet.de/psychthg/BJNR131110998.html>

Verpflichtung für die Kassenärztlichen Vereinigungen erwähnt, Psychotherapieausschüsse zu bilden, in denen Ärzte und Psychologen gleichermaßen vertreten sein sollen. Diese Ausschüsse sind maßgeblich an den Entscheidungen beteiligt, welche Interventionen von den Krankenkassen bezahlt werden und welche nicht.

## 2.2 Die Richtlinien der Psychotherapie

Auf Grundlage des vorgestellten PsychThG wurden die Richtlinien der Psychotherapie verfasst<sup>23</sup>. Vom Bundesausschuss der Ärzte und Krankenkassen am 11.12.1998 beschlossen, „dienen [sie] der Sicherung einer den gesetzlichen Erfordernissen entsprechenden ausreichenden, zweckmäßigen und wirtschaftlichen Psychotherapie der Versicherten und ihrer Angehörigen in der vertragsärztlichen Versorgung<sup>24</sup>“. Diese Richtlinien werden im Folgenden stark verkürzt vorgestellt:

- 1. Allgemeines:** Psychotherapie kann im kassenärztlichen Rahmen nur erbracht werden, wenn eine psychische Erkrankung oder Behinderung vorliegt. Alle darüber hinausgehenden Maßnahmen, wie etwa berufliche Weiterbildung, Erziehungsberatung oder körperbezogene Verfahren werden nicht bezahlt. „Seelische Krankheit<sup>25</sup>“ wird dabei als „krankhafte Störung der Wahrnehmung, des Verhaltens, der Erlebnisverarbeitung, der sozialen Beziehungen und der Körperfunktionen<sup>26</sup>“ verstanden und muss direkt beobachtbar oder indirekt erfassbar sein.

Sowohl die Genese als auch die Therapie der systematisch ätiologisch diagnostizierten Störung soll einer wissenschaftlich anerkannten Theorie zuordbar sein. Dabei müssen die therapeutischen Interventionen methodisch und strukturell diesen theoretischen Grundlagen entsprechen und Bewältigungsstrategien bei der erkrankten Person etablieren.

---

<sup>23</sup> <http://www.btonline.de/gesetze/ptrittlinien/pdf/psychotherapierichtlinien.pdf>

<sup>24</sup> Ebd..

<sup>25</sup> Ebd..

<sup>26</sup> Ebd..

Unabhängig von der angewandten Methode wird die therapeutische Beziehung zwischen dem Klienten und dem Therapeuten als besonders bedeutsam herausgestellt.

Dabei müssen der diagnostische und der therapeutische Prozess dokumentiert werden.

- 2. Behandlungsformen:** Grundsätzlich werden alle Methoden, denen ein Theoriesystem der Störungsgenese zugrunde liegt und zu denen wissenschaftliche Nachweise zur Wirksamkeit ihrer Interventionen vorliegen, unterstützt. Tatsächlich sind dies die folgenden Therapieschulen:

1. Psychoanalytisch begründete Verfahren
2. Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie
3. Verhaltenstherapie
4. Gesprächspsychotherapie nach Rogers<sup>27</sup>

Alle weiteren Verfahren müssen die oben genannten Kriterien erfüllen und mindesten zehn Jahre lang unter wissenschaftlicher Beobachtung ihre Wirksamkeit in der Praxis bewiesen haben. Zudem sollen sie sich ausreichend von den bisherigen Methoden abgrenzen, sodass sie eine wirkliche Verbesserung der Versorgungssituation darstellen.

- 3. Anwendungsformen:** Dieser Punkt geht auf die Art der Therapie und die Behandlungsfrequenz ein. Akzeptiert sind Einzel- und Gruppentherapien mit bis zu zehn Teilnehmern. Bei psychoanalytischer Vorgehensweise wird die Kombination mit anderen Verfahren sowie die Kombination von Einzel- und Gruppensetting grundsätzlich ausgeschlossen. Ebenso darf die Frequenz von dreimal wöchentlich nur in Ausnahmefällen und keinesfalls über ein gesamtes Bewilligungsverfahren überschritten werden. Üblich sind die Frequenzen von einmal wöchentlich für alle Verfahren außer der Psychoanalyse. Sie wird häufig dreimal wöchentlich angewendet.

- 4. Psychosomatische Grundversorgung:** Bei der Grundversorgung wird eine möglichst klare Abgrenzung zwischen den somatischen und psychischen Gründen für eine Erkrankung vorgenommen und gegebenenfalls eine

---

<sup>27</sup> Dieses Verfahren taucht in den „Richtlinien der Psychotherapie“ nicht auf, wird aber als krankenkassenbezahlte Methode in Kircher 2012, S. 6 aufgeführt.

Psychotherapie mit Orientierung zu den Ursachen der Störung oder eine verbale Intervention durch den behandelnden Arzt durchgeführt. Letztere soll die psychische Erkrankung durch das Gespräch zwischen Arzt und Patient diagnostizierbar machen.

Übungsverfahren wie Autogenes Training und progressive Muskelrelaxation nach Jacobsen können in diesem Kontext eingesetzt werden. Vermieden wird dabei eine Kombination aus tiefenpsychologischer- oder psychoanalytischer Vorgehensweisen.

- 5. Anwendungsbereiche:** Eine Psychotherapie nach den beschriebenen Richtlinien kann nur durchgeführt werden, wenn eine psychische Erkrankung vorliegt, wenn die motivationale Lage des Klienten dies zulässt, oder wenn im Falle einer substanzinduzierten Störung eine Entgiftung erfolgreich durchlaufen wurde.
- 6. Leistungsumfang:** Wenn eine Psychotherapie anhand der genannten Richtlinien indiziert ist, soll möglichst bald der Behandlungsumfang und die Behandlungsfrequenz festgelegt werden, damit beide Seiten sich darauf einrichten können. Bevor der Antrag zur Durchführung einer Therapie gestellt und bewilligt wird, sind bis zu fünf, für die Psychoanalyse auch acht probatorische Sitzungen möglich.

Eine Kurzzeittherapie umfasst 25 Stunden á (mindestens) 50 Minuten und kann unter besonderen Umständen in eine Langzeittherapie überführt werden. Grundsätzlich ist der Leistungsumfang der verschiedenen Schulen in folgender Weise festgelegt:

1. 160 bis maximal 240 Stunden für die Psychoanalyse.
2. 50 bis 80 Stunden für tiefenpsychologische Therapie.
3. 45 bis 60 Stunden für Verhaltenstherapie.

Diese Kontingente können nahezu verdoppelt werden, wenn nach der genannten Stundenzahl die Therapieziele nicht erreicht wurden, wohl aber ihre Realisierung nach einer weiteren Verlängerung zu erwarten sind. Für Gruppensitzungen, die mit einer Doppelstunde veranschlagt werden, bekommen die Behandler jeweils halb so viele Stunden bewilligt. Für Kinder- und Jugendlichentherapie beträgt der zulässige Leistungsumfang etwa 90% der

genannten Stundenanzahl. Für die bereits erwähnten Übeverfahren<sup>28</sup> und ebenso für Hypnose sind jeweils 12 Sitzungen zulässig, wobei meist nur eine der drei Anwendungen in Frage kommt.

- 7. Konsiliar-, Antrags- und Gutachterverfahren:** Zwischen den probatorischen Sitzungen und dem Beginn der Therapie wird der Klient vom Psychotherapeuten an einen Konsiliararzt überwiesen. Dieser fertigt einen Konsiliarbericht an, der möglichst zeitnah an den Psychotherapeuten zurückgehen soll und auch an die zuständige Krankenkasse gerichtet wird. Dieser enthält die anamnestischen und diagnostischen Befunde des Arztes sowie die indizierte weitere Vorgehensweise.

Um eine psychotherapeutische Intervention zu genehmigen, müssen Anträge gestellt werden, die die Feststellung der Leistungspflicht, die Diagnose, die begründete Indikation und die geplante Vorgehensweise inklusive deren Umfang und Frequenz enthalten. In einem Verlängerungsantrag müssen der bisherige Verlauf und die zukünftige Prognose enthalten sein. Alle Anträge werden vorab durch einen Gutachter geprüft, welcher ebenfalls den Konsiliarbericht erhält. Die Qualifikationen der zulässigen Gutachter umfassen zum einen Kompetenzen in der betreffenden Methode und eine mindestens fünf Jahre lange Erfahrung als Psychotherapeut. Zum anderen sollen sie ebenso lange als Supervisor oder Dozent tätig gewesen sein. Anträge auf Kurzzeittherapie<sup>29</sup> können das Gutachterverfahren umgehen, wenn der antragstellende Therapeut es mindestens 35mal erfolgreich durchlaufen und die daraus resultierenden bewilligten Therapien selbst durchgeführt hat.

- 8. Psychotherapie-Vereinbarungen:** Diese Vereinbarungen besagen im Wesentlichen, dass die detaillierte Durchführung der psychotherapeutischen Versorgung durch die Kassenärztliche Bundesvereinigung zu leisten ist.

In der Anlage der Richtlinien für Psychotherapie werden einige Verfahren aufgeführt, die die geforderten Kriterien nicht erfüllen. Diese sind die:

---

<sup>28</sup> Siehe Punkt 4.

<sup>29</sup> Maximal 25 Sitzungen.

1. Gesprächspsychotherapie
2. Gestalttherapie
3. Logotherapie
4. Psychodrama
5. Respiratorisches Biofeedback
6. Transaktionsanalyse<sup>30</sup>

### **2.3 Anerkennungsverfahren einer Psychotherapiemethode am Beispiel der Hypnotherapie nach Milton Erickson**

Nachdem die bestehenden Bedingungen für die gesetzliche Anerkennung einer Psychotherapiemethode genannt wurden, wird nun der beispielhafte Fall des Anerkennungsversuchs einer Therapieschule dargestellt. Die Hypnotherapie wurde dazu ausgewählt, weil sie einige Parallelen zur PS aufweist<sup>31</sup>. Die inhaltliche Struktur mit der zentralen Stellung des Unbewussten als Quelle kreativer Lösungsimpulse findet sich in der PS ebenso, wie die Herkunft beider Verfahren aus dem ärztlich-psychiatrischen Kontext.

Im Auftrag der „Gesellschaft für Klinische Hypnose<sup>32</sup>“ und der „Deutschen Gesellschaft für Hypnose<sup>33</sup>“ wurde der oben beschriebene<sup>34</sup> „wissenschaftliche Beirat Psychotherapie“ nach §11 PsychThG im Januar 2003 damit beauftragt, ein Gutachten zur wissenschaftlichen Anerkennung der Hypnotherapie zu erstellen<sup>35</sup>. Dazu wurden 47 wissenschaftliche Studien eingereicht, die 49mal publiziert wurden. Von diesen 47 wurden 21 aufgrund methodischer Mängel oder nicht-klinischer Stichproben abgelehnt. Eine Bedingung für die Anerkennung umfasst unter anderem die

---

<sup>30</sup> Vgl. <http://www.btonline.de/gesetze/ptrichtlinien/pdf/psychotherapierichtlinien.pdf>

<sup>31</sup> Siehe z.B. Kapitel 3.3.5.

<sup>32</sup> MEG.

<sup>33</sup> DGH.

<sup>34</sup> Siehe Kapitel 2.

<sup>35</sup> Vgl. <http://www.wbpsychotherapie.de/page.asp?his=0.1.17.61.62>

nachgewiesene Wirksamkeit in mindestens fünf der 12 Störungskategorien bei Erwachsenen und mindestens vier der acht Bereiche<sup>36</sup> bei Kindern und Jugendlichen.

Das Fazit des wissenschaftlichen Beirates bezeichnet die Hypnotherapie als geeignet, jedoch nur für zwei der 12 Anwendungsbereiche bei Erwachsenen und für keinen der Bereiche bei Kindern und Jugendlichen. Demnach kann die Hypnotherapie als wissenschaftlich wirksam gelten für den Bereich „Behandlung von psychischen und sozialen Faktoren bei somatischen Krankheiten“ und bei „Abhängigkeit und Missbrauch<sup>37</sup>“ bestimmter psychotroper Substanzen. Aufgrund der fehlenden Anwendbarkeit für einen Großteil der psychischen Störungen kann die Hypnotherapie dem Gutachten des Beirates nach „nicht als Verfahren für die vertiefte Ausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten entsprechend § 1 Abs. 1 der Ausbildungs- und Prüfungsverordnung für Psychologische Psychotherapeuten empfohlen werden<sup>38</sup>“. Weiter wird sie als nicht eigenständige Methode bezeichnet, da sie zumeist von Therapeuten angewandt wird, die bereits eine abgeschlossene Ausbildung als Psychotherapeut in einer der bereits anerkannten Methoden durchlaufen haben. Dieser Punkt wird auch bei der Begutachtung der Curricula der Ausbildungsinstitute bemängelt, da diese eine bereits abgeschlossene Ausbildung zum Psychotherapeuten oder eine Approbation und eine mehrjährige Berufspraxis zur Aufnahmebedingung machen.

Vorgestellt wurden bis hierher die gesetzlichen Rahmenbedingungen für gesetzlich bezahlte Psychotherapie und der beispielhafte Versuch hierin Eingang zu finden durch die Anerkennung eines weiteren Verfahrens. Der folgende Abschnitt beschreibt die Ist-Situation der bestehenden Versorgung, um die gesetzliche Grundlage mit der tatsächlichen Praxis vergleichen zu können.

---

<sup>36</sup> Diese entsprechen den Störungskategorien der ICD-10 (Vgl. Dilling et. al. 2010).

<sup>37</sup> Belege liegen lediglich für Raucherentwöhnung und Methadonentzug vor.

<sup>38</sup> <http://www.wbpsychotherapie.de/page.asp?his=0.1.17.61.62>

## 2.4 Psychotherapeutische Versorgung in Deutschland

Die psychotherapeutische Versorgung ist regional verschieden. „Von 1 Psychotherapeuten auf ca. 2.600 Einwohner in Ballungsgebieten bis zu 1 Psychotherapeuten auf ca. 23.000 Einwohner in ländlichen Gebieten<sup>39</sup>“ kann die Versorgungsdichte stark schwanken. Die Wartezeiten für einen Therapieplatz sind der beste Indikator für die Versorgungssituation: Die durchschnittliche Wartezeit für ein Erstgespräch beträgt in 2010 2,5 Monate<sup>40</sup>. Für die erste Sitzung müssen Klienten durchschnittlich 4,8 Monate warten, wobei hier anzumerken ist, dass bis dato nur ältere Zahlen aus dem Jahr 2001 vorliegen<sup>41</sup>. Hier kann von steigendem Bedarf und somit auch von steigenden Wartezeiten ausgegangen werden. Walendzik et.al. haben eine Befragung unter 7508 niedergelassenen Therapeuten durchgeführt, deren gemeinsames Merkmal die Zugehörigkeit zur „Deutschen Psychotherapeuten Vereinigung“ (DPtV) war. Daraus lässt sich schließen, dass sowohl die Patienten als auch die Therapeuten die aktuelle Situation als tendenziell unterversorgt einschätzen. Ferner bemängeln diese die erteilten Stundenkontingente als „nicht ausreichend<sup>42</sup>“, um zufriedenstellende Therapieziele zu verwirklichen. Die zugrundeliegende Untersuchung kann zwar nicht als repräsentativ gelten<sup>43</sup>, sie zeigt jedoch eine Tendenz, die die allgemeine Situation widerspiegelt. Vergleichbare Zahlen konnten auch durch eine Erhebung unter 9000 niedergelassenen Psychotherapeuten der „Bundespsychotherapeutenkammer (BPtK)“ gewonnen werden. Hier wird eine mittlere Wartezeit von drei Monaten genannt<sup>44</sup>. Durch diese Zahlen wird auch der Unterschied zwischen psychischem und somatischem Leid offensichtlich. Jedem psychisch Leidendem steht auch der Schritt in eine psychiatrische, respektive psychosomatische Klinik offen, dieser ist jedoch mit stärkerer sozialer Stigmatisierung versehen als eine ambulante Psychotherapie. Einem psychisch leidenden Patienten

---

<sup>39</sup> Walendzik et.al 2010

<sup>40</sup> Vgl. ebd., S. 109.

<sup>41</sup> Zepf et. al 2001 in Walendzik et. al. 2010, S. 109.

<sup>42</sup> Walendzik et. al. 2010, S. 125.

<sup>43</sup> Da die Befragung nur unter Angehörigen der DPtV durchgeführt wurde, ist sie nicht repräsentativ.

Dies gilt auch für die nachstehende Untersuchung der BPtK.

<sup>44</sup> BPtK Spezial 2011, S. 2.

wird also eine mehrmonatige Wartezeit zugemutet, während jedes akute somatische Leid sofort bzw. mit einer Wartezeit von wenigen Stunden ambulant behandelt wird. „Lange Wartezeiten erhöhen das Risiko, dass sich psychische Erkrankungen verschlimmern, dass sie wiederkehren oder chronisch werden.“<sup>45</sup>

Hausarzt	18,4
Psychiater	5,1
Psychotherapeut	3,4
Sekundärversorgung (Psychiater, Psychotherapeuten und/oder Psychiatrische Institutsambulanz) insgesamt	7,2
Keine Inanspruchnahme wegen psychischer Beschwerden	78,8
Mehrfachnennung möglich	

Quelle: Gesundheitsmonitor, Herbst 2008

**Abbildung 1:** Tabelle zur Inanspruchnahme u.a. psychotherapeutischer Versorgung. Quelle: Bundespsychotherapeutenkammer Spezial, Ausgabe Juni 2011.

Abbildung 1 zeigt, wie häufig psychische Beschwerden nicht behandelt werden, weil die Klienten ihr Versorgungsrecht nicht in Anspruch nehmen. Dies kommt einerseits durch die langen Wartezeiten zustande, die die Klienten unter akutem Leidensdruck entweder durch eine stationäre Behandlung kompensieren, oder eine Therapie auf Symptomebene mit dem Hausarzt vornehmen. Eine ambulante psychotherapeutische Behandlung kommt demnach häufiger für chronisch psychisch erkrankte Menschen in Frage als für jene, die sich in seelisch-krisehaften Lebenssituationen befinden. Sie beschreiben ihre Beschwerden auf der Symptomebene und bringen sie nicht mit tiefer liegenden seelischen Schwierigkeiten in Verbindung<sup>46</sup>, was für einen psychotherapeutischen Prozess auf Ursachenebene günstig wäre.

<sup>45</sup> [http://www.bptk.de/uploads/media/2011\\_BPtK-Spezial\\_Juni-2011.pdf](http://www.bptk.de/uploads/media/2011_BPtK-Spezial_Juni-2011.pdf)

<sup>46</sup> Vgl. BPtK Spezial 2011, S. 9f.

Der im nachfolgenden Kapitel dargestellte Aufwand an Kosten, der für psychische Erkrankungen gezahlt wird, kann durch eine bessere Versorgung demnach sogar sinken. Der Präsident der BpTK zieht daraus folgende Konsequenzen (zur Einschätzung der psychotherapeutischen Versorgungslage): „Zu einer qualitätsgesicherten und leitlinienbasierten Behandlung von Menschen mit psychischen Erkrankungen gehört immer auch Psychotherapie. In IV-Verträgen für diese Patienten sollte Psychotherapie deshalb ein fester Baustein sein. Der Verweis auf die Richtlinienpsychotherapie ist zwar korrekt, reicht aber nicht aus. Damit Patienten Zugang zu Psychotherapeuten finden können, muss die massive Unterversorgung abgebaut werden, denn es stehen schlichtweg keine Behandlungsplätze zur Verfügung. Die Psychotherapie-Richtlinie ist Garantie für eine qualitativ hervorragende psychotherapeutische Versorgung, die ins Leere laufen muss, solange das Versorgungsangebot weit hinter dem Bedarf zurückbleibt.“<sup>47</sup>

## **2.5 Kosten psychotherapeutischer Versorgung**

„Die Krankheitskosten psychischer Erkrankungen sind in Deutschland laut Statistischem Bundesamt zwischen 1993 und 2008 von 19,1 Milliarden auf 28,7 Milliarden Euro gestiegen<sup>48</sup>.“ Damit machen psychische Erkrankungen den drittgrößten Anteil von 11,3% aus<sup>49</sup>. Diese Zahlen beziffern die direkten Kosten für das deutsche Gesundheitssystem. Hinzu kommen indirekte Kosten durch Produktions- und Bruttowertschöpfungsausfälle in Höhe von geschätzten 71 Milliarden Euro<sup>50</sup>. Zusätzliche Kosten entstehen durch das Phänomen „Burnout“. Hier meldet die Psychotherapeutenkammer einen Anstieg um 1400% seit 2004<sup>51</sup>. Burnout zählt bisher nicht zu den psychischen Erkrankungen und wird in der Internationalen Klassifikation psychischer Störungen (ICD-10) offiziell mit Z73 „Probleme mit Bezug auf

---

<sup>47</sup> Ebd., S. 12.

<sup>48</sup> BpTK Spezial 2011, S. 5.

<sup>49</sup> Vgl. Kamp 2001, S. 76.

<sup>50</sup> Vgl. Kamp 2001, S. 76-80 und siehe Abbildung 1.

<sup>51</sup> <http://www.bptk.de/aktuell/einzelseite/artikel/betriebliche.html>

Schwierigkeiten bei der Lebensbewältigung“ kodiert<sup>52</sup> oder anderen Kategorien, wie F33 „Depression“ oder F48.0 „Neurasthenie“ zugeordnet und daher zum Teil (die Kodierung Z73 betreffend) nicht in der Statistik der psychischen Erkrankungen erfasst. Die für 2015 zu erwartende Revision der ICD wird Burnout als Krankheitsbild aufnehmen<sup>53</sup>.

## **2.6 Fazit zur Situation der Psychotherapie in Deutschland**

Nachdem die gesetzlichen Grundlagen und die herrschende Wirklichkeit der psychotherapeutischen Versorgung vorgestellt wurden, wird im Folgenden ein Fazit zu diesem Themenkomplex gezogen.

Sowohl das PsychThG als auch die Richtlinien der Psychotherapie vertreten theoretisch effektiv die Interessen der Versicherten. Die Versorgung durch und der Inhalt von Psychotherapie sind klar geregelt. Darüber hinaus wird sichergestellt, dass Verfahren, die nicht ausreichend evaluiert wurden, nicht zum Einsatz kommen. In den Richtlinien heißt es: „Verfahren und Techniken, die den vorgenannten Erfordernissen nicht entsprechen oder therapeutisch nicht hinreichend erprobt und wissenschaftlich begründet wurden, sind nicht Bestandteil der vertragsärztlichen Versorgung<sup>54</sup>.“

Die psychotherapeutische Versorgungssituation spiegelt den großen und weiter steigenden Bedarf für die Behandlung psychischer Erkrankungen wider. Die wirtschaftliche Situation der approbierten Praxen ist daran ablesbar - sie sind auf Monate „ausgebucht“.

Am Beispiel der Hypnotherapie wurde exemplarisch dargestellt, dass es nahezu unmöglich ist, den angelegten Kriterien gerecht zu werden. Die Gründe, die zur Ablehnung der eingereichten Studien beigetragen haben, bestehen im Scheitern an den „methodischen Mindestanforderungen<sup>55</sup>“ und an ungeeigneten Stichproben. Erstere

---

<sup>52</sup> Vgl. [http://www.bptk.de/uploads/media/20120606\\_AU-Studie-2012.pdf](http://www.bptk.de/uploads/media/20120606_AU-Studie-2012.pdf)

<sup>53</sup> <http://www.dimdi.de/static/de/klasi/icd-10-who/historie/icd-11.htm>

<sup>54</sup> <http://www.btonline.de/gesetze/ptrichtlinien/pdf/psychotherapierichtlinien.pdf>

<sup>55</sup> <http://www.wbpsychotherapie.de/page.asp?his=0.1.17.61.62>

fordern die Randomisierung oder Parallelisierung sowie eine Mindestanzahl von Versuchspersonen. Um dies zu gewährleisten, wird eine Grundmenge klinisch relevanter Versuchspersonen benötigt, aus denen per Randomisierung zwei Gruppen erstellt werden können. Diese müssten zwei unterschiedliche Interventionen erhalten, die in einem nächsten Schritt miteinander verglichen werden können. Alternativ oder zusätzlich zur Vergleichsintervention soll eine Kontrollgruppe untersucht werden, die keine Intervention erhält. Bezüglich dieser Vorgehensweise kann argumentiert werden, dass es sich um klinisch relevante Personen handelt, die folglich Leidensdruck haben. Dieser müsste bei einem Kontrollgruppenversuchsplan beibehalten und nicht behandelt werden, um den wissenschaftlichen Anforderungen gerecht zu werden, wodurch ethische Konflikte entstehen: Die skizzierten Anforderungen bestehen für alle klinischen Bereiche, sodass suizidale oder psychotische Personen ebenfalls betroffen sind.

Die Alternative der Parallelisierung kann auch als „Matching“ bezeichnet werden. Hier werden die Versuchsgruppen so gebildet, dass sich in jeder Gruppe vergleichbare Personen finden, die in Bezug auf relevante Kriterien wie Störungsbild, Alter, Bildungsgrad und ähnliches parallelisiert und verglichen werden können. Eine weitere Anforderung besteht in der Anzahl der benötigten relevanten Personen. Diese richtet sich nach anderen Eckdaten des Untersuchungsdesigns, wie etwa den eingesetzten Messinstrumenten. In der Praxis sind die geforderten experimentellen Bedingungen nur in Verknüpfung mit bestimmten Institutionen vorzufinden, wie z.B. psychiatrische Kliniken oder Ausbildungsinstitute für Psychotherapeuten, die Zugang zu einer großen Zahl klinischer Klienten bzw. Patienten haben. Beide Arten von Institutionen arbeiten aufgrund der Richtlinien für Psychotherapie mit einem der kassenärztlich anerkannten Verfahren. Wie also können Studien entstehen, die den Anforderungen des wissenschaftlichen Beirates gerecht werden?

Eine weitere Schwierigkeit besteht darin, dass alle Wissenschaftler, die über die geforderten Ressourcen verfügen, selber eine der renommierten Methoden ausüben oder vertreten. Sie müssten also ihre Ressourcen einer potentiell „konkurrierenden“ Methode zur Verfügung stellen.

In der Fachliteratur sind klare Stellungnahmen zugunsten bestimmter therapeutischer Orientierungen weit verbreitet<sup>56</sup>. Der integrative Ansatz, der in der Praxis seit geraumer Zeit etabliert ist, findet sich dort selten wieder. Eine willkürliche Recherche unter dem Suchbegriff „Psychotherapie“ (in Oldenburg<sup>57</sup>) zeigt, dass sich alle psychologischen Psychotherapeuten mit vielfältigen schulübergreifenden Aus- und Weiterbildungen präsentieren<sup>58</sup>. Den Richtlinien der Psychotherapie zufolge sind diese nicht kombinierbar, was offensichtlich nicht haltbar ist. Die gängige Praxis besteht darin, dass die Krankenkassen das Verfahren bezahlen, das zur Erlangung der Approbation des betreffenden Therapeuten geführt hat und dieser tatsächlich mit den Klienten verschiedene Methoden anwendet, die für die aktuelle Klient-Therapeut-Konstellation am besten passen.

Die Lösung des skizzierten Dilemmas könnte darin bestehen, die Grenzen zwischen den Schulen aufzuweichen. Eine integrative Herangehensweise an Praxis und Forschung kann Abhilfe schaffen. Bei Fiedler<sup>59</sup> wird empfohlen, störungsspezifisch nach passender Unterstützung zu suchen. Ihm nach hätten die verschiedenen Schulen besondere Vorzüge und würden für bestimmte Klienten besonders gut passen. Dazu gehört das Eingestehen von Schwächen oder sogar Kontraindikationen in bestimmten Fällen von Seiten des Therapeuten. Es scheint, als seien die Behandler so stark mit ihren erlernten Methoden identifiziert, dass dieses Eingeständnis ihnen schwer fällt. Ferner skizzieren die verschiedenen Schulen ein Bild von sich, das weder eine Kontraindikation für bestimmte Klientenbedürfnisse enthält, noch eine Kombination mit anderen Verfahren vorsieht. Das gilt für PS-Vertreter gleichermaßen.

Der vorangestellte Abschnitt der vorliegenden Arbeit hat einen Überblick über die psychotherapeutische Praxis hinsichtlich der anerkannten Methoden, der Kosten und

---

<sup>56</sup> Siehe z.B. Kircher 2012 oder Dörner et.al 2002.

<sup>57</sup> Die Internetsuchmaschine Google bezieht die Suche direkt auf den Ort, von dem aus sie ausgeführt wird.

<sup>58</sup> Siehe z.B. <http://www.giselaiaer.de/>, <http://www.werner-lesemann.de/>, <http://www.stefanie-rosemann.de/>.

<sup>59</sup> 2012.

der Versorgung in Deutschland gegeben. Im Folgenden wird die PS als zugrunde liegende psychotherapeutische Methode der empirischen Studie vorgestellt.

### **3. Theoretischer Teil**

Im weiteren Verlauf wird der theoretische Hintergrund der PS dargestellt. Mit Abbildung 2 wird zunächst ein grafischer Überblick über die wesentlichen Theorieelemente gegeben, der die jeweiligen Quellen berücksichtigt. Der Quadrant unten links enthält die Fundamente nach Sigmund Freud und Carl Gustav Jung<sup>60</sup>. Die gesamte rechte Hälfte der Grafik zeigt Assagiolis Beiträge, die in den Kapiteln 3.3 bis 3.9 vertiefend erklärt werden und der obere linke Quadrant beinhaltet die Beiträge von Harald Reinhardt<sup>61</sup>. Entsprechend der genannten Bestandteile gliedert sich der theoretische Teil dieser Arbeit: Zunächst werden die relevanten Grundlagen erklärt, dann wird Assagioli mit einem biographischen Teil und darauf folgend mit den von ihm entwickelten Theoriebausteinen vorgestellt, gefolgt von Harald Reinhardts Weiterentwicklungen, denen ebenfalls ein knapper biographischer Abriss zu Reinhardts Person vorausgeht.

---

<sup>60</sup> Siehe Kapitel 3.1. Die Freud'sche Psychoanalyse und die Analytische Psychologie nach Jung werden hier aus pragmatischen Gründen nicht umfassend vorgestellt. Es wird auf die Originalliteratur verwiesen.

<sup>61</sup> Siehe hierzu Kapitel 3.11.

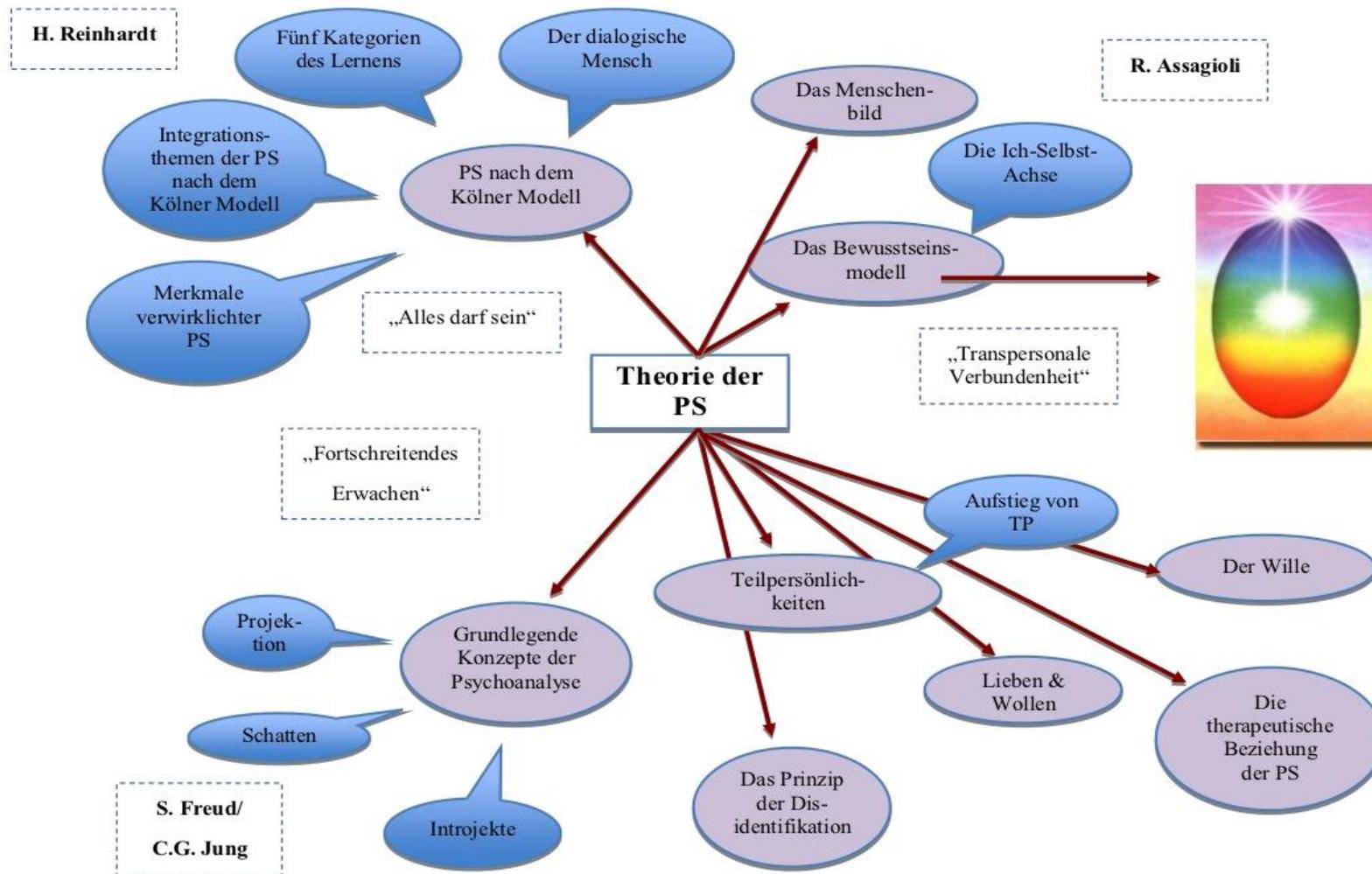


Abbildung 2: Übersichtsgrafik der Theorieelemente der PS.

### **3.1 Grundlegende Konzepte der Psychoanalyse und der Analytischen Psychologie**

Die folgenden drei Theorieelemente waren für Assagioli als Psychoanalytiker bereits Bestandteil seiner psychologischen bzw. psychiatrischen Ausbildung. Sie stammen aus den Konzeptionen Freuds, wurden durch Jung weiterentwickelt und sind für die PS grundlegend.

#### **3.1.1 Projektion**

Zum Phänomen der Projektion hat C.G. Jung fundamentale Beiträge geliefert. Er „beschreibt Projektion als das Zuschreiben von den eigenen, in der Psyche angelegten, Archetypen auf andere Menschen oder Objekte<sup>62</sup>.“ Archetypen stellen in der analytischen Psychologie überpersönliche psychische Inhalte dar, die sich individuell manifestieren. In seiner Sprache nennt er sie „Urbilder<sup>63</sup>.“ „Archetypen sind typische Formen des Auffassens, und überall, wo es sich um gleichmäßige und regelmäßig wiederkehrende Auffassungen handelt, handelt es sich um einen Archetypus, gleichviel ob dessen mythologischer Charakter erkannt wird oder nicht<sup>64</sup>.“ Typische Beispiele sind der Schatten, Anima und Animus, die große Mutter, der alte Weise sowie auch das Selbst mit seinen transpersonalen Qualitäten<sup>65</sup>. Ebenso können Persönlichkeitseigenschaften, wie Aggressivität oder aktuelle Gestimmtheiten, wie Gereiztheit, projiziert werden.

Die Projektion der genannten Anteile und Qualitäten kann sich konkret als Abneigung oder Faszination auf Menschen oder Objekte und ihre besonderen bzw. ansprechenden Eigenschaften manifestieren. Ein Kriterium zur Exploration relevanter Projektionen ist ihr Wiederholungscharakter: Wenn sich eine der genannten Reaktionen in wiederholter

---

<sup>62</sup> Zitat Jung, <http://flexikon.doccheck.com/de/Projektion>

<sup>63</sup> Jung, 1976, S.159.

<sup>64</sup> Ebd., S. 160.

<sup>65</sup> Siehe Kapitel 3.1.2 zum „Schatten“, Kapitel 3.3 zum „Selbst“ und Kapitel 3.11.3 zu „Anima & Animus“.

Häufigkeit einstellt, handelt es sich mit hoher Wahrscheinlichkeit um eine Projektion. Die folgenden lebensnahen Beispiele sollen das Phänomen weiter konkretisieren:

- **Schatten:**
  - Personen, die wiederholt am großspurig-raumgreifenden Auftreten anderer Menschen Anstoß nehmen, können Eigenschaften, die sich darin ausdrücken, wie „nehmen können“ im Schatten haben und projizieren sie auf andere.
  - Menschen, die sich nicht auf langfristige Bindungen einlassen können, obwohl sie sich danach sehnen, haben Teile ihrer Beziehungsfähigkeit bzw. Eigenschaften, die zum Führen einer langfristigen Beziehung notwendig sind, im Schatten.
- **Anima/ Animus:**
  - Wenn die gegengeschlechtliche Anziehung von Drang- und Triebhaftigkeit geprägt ist, liegen archetypisch gegengeschlechtliche Eigenschaften mit hoher Wahrscheinlichkeit im Schatten. Phänomene wie das „Anhimmeln“ von Prominenten, die ebenfalls bestimmte Qualitäten repräsentieren ohne sie persönlich zu kennen, gehören zu dieser Art der Projektion.
- **Das (höhere) Selbst:**
  - Die überwertige Verehrung von spirituellen Lehrern oder Gurus ist ein Indikator der Projektion unbewusster oder nicht zum Selbstbild passender Anteile des höheren Unbewussten<sup>66</sup>.

### 3.1.2 Schatten

Die Konzeption des Schattens im psychologischen Sinne geht wiederum auf C.G. Jung zurück. Ausgehend von der Annahme, ein Mensch käme mit einer Vielzahl von Anlagen und Möglichkeiten auf die Welt, bilden sich Persona und Schatten komplementär zueinander aus. Der junge Mensch trifft mit seiner angeborenen Gesamtheit von Potentialen, Eigenschaften und Bedürfnissen auf die ihn umgebende

---

<sup>66</sup> Siehe Abbildung 5 und Kapitel 3.4.2.

(soziale) Umwelt. Diese wird durch die Bezugspersonen repräsentiert. Sie sind von gesellschaftlichen Konditionen und Anforderungen geprägt und geben diese durch die Erziehung bzw. Sozialisation weiter. Während dieses Prozesses gibt es Anteile, die erwünscht sind und gefördert werden und solche, denen mit Ge- und Verboten begegnet wird. Diese Eigenschaften, wie etwa intensiver Gefühlsausdruck oder das maßlose Ausleben von Triebimpulsen werden üblicherweise reglementiert und werden dadurch zu den Schattenanteilen innerhalb einer Person. Neben den explizit vermittelten Normen und Werten spielt auch das Modelllernen eine wesentliche Rolle bei der Ausbildung von Persona und Schatten. Inhaltlich kann dieser Schatten sich individuell gestalten, je nach Wertesystem der Bezugspersonen. Im Vokabular der PS, so wie auch bei Jung, werden die psychischen Korrelate der verinnerlichten Außenautoritäten „Introjekte“ genannt<sup>67</sup>. Assagioli schrieb über den Schatten: „Wir können das bewusste Ich als die subjektive Persönlichkeit bezeichnen und das Schattenselbst als die objektive Persönlichkeit<sup>68</sup>.“ Damit meint er die Unterscheidung zwischen den dem Subjekt bewussten und unbewussten Anteilen. Die objektive Persönlichkeit besteht dann in der Gesamtheit aller Anteile (auch den unbewussten) und umfasst den Schatten.

Innerhalb des Schattens wird zwischen „unterdrückten“ und „verdrängten“ Inhalten unterschieden. Erstere treten als Impuls ins Bewusstsein und werden aufgrund herrschender Regeln unterdrückt und nicht ausgesagt. Die verdrängten Bestandteile werden so stark von der Persönlichkeit abgespalten, dass weder ihre Existenz noch ihre Bedürfnisse bewusst wahrgenommen werden können. Sie treten als „Signale der Seele<sup>69</sup>“ in Erscheinung und können unter anderem durch psychotherapeutische Interventionen bewusst gemacht werden<sup>70</sup>. Abbildung 3 illustriert den Prozess der Schattenentstehung zusammenfassend. Es zeigt die Ganzheit eines Menschen durch das Symbol des Kreises, in das der Keil aus Introjektion eindringt und eine Spaltung erzeugt, die zur Ausbildung der Persönlichkeit und des Schattens führt. Die Inhalte

---

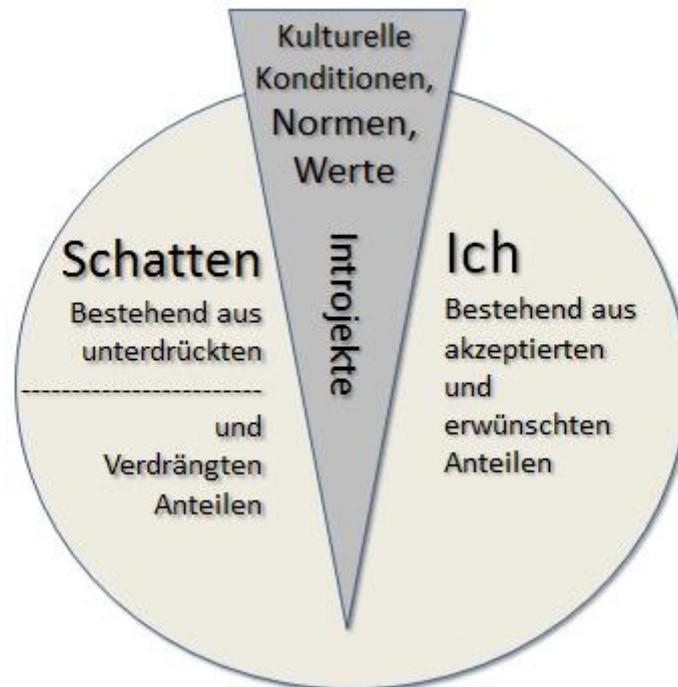
<sup>67</sup> Siehe Kapitel 3.1.3.

<sup>68</sup> Assagioli 2004, S. 163.

<sup>69</sup> Siehe Kapitel 3.11.1.

<sup>70</sup> Siehe Kapitel 4.1.2.

sind dabei individuell unterschiedlich. Im Schatten können Triebimpulse und Souverenität gleichermaßen liegen, je nach dem, auf welche Umwelt/ welches Wertesystem der betreffende Mensch stößt.



**Abbildung 3:** Illustration zum Prozess der Introjektion: Entstehung von Schatten und Ich/ Persönlichkeit nach Reinhardt.

Die moderne Neuropsychologie beschreibt den gleichen Prozess folgendermaßen: „Im Laufe des Aufwachsens werden die Beziehungserfahrungen eines Kindes zunehmend von anderen Menschen, deren Verhaltensweisen, Überzeugungen, Meinungen und Vorstellungen bestimmt (...). So wird beispielsweise das Bedürfnis, sich zu bewegen, durch entsprechende Maßregelungen oder allein schon durch das Vorbild von Erwachsenen mehr oder weniger eingeschränkt. Der Impuls, den ganzen Körper einzusetzen, um das eigene Befinden auszudrücken, der bei kleinen Kindern noch vorhanden ist, wird später mehr oder weniger deutlich unterdrückt. Gefühle von Angst und Schmerz, aber auch von übermäßiger Freude und Lust, werden im Zusammenleben mit anderen zunehmend kontrolliert<sup>71</sup>.“ Der Neurobiologe Gerald Hüther führt die zunächst von außen verlangte und später verinnerlichte

<sup>71</sup> Hüther in: Storch et.al. 2011, S. 88.

Unterdrückung unerwünschter Verhaltensweisen auf das Bedürfnis nach Zugehörigkeit zurück. Dies wird höher bewertet als der unterdrückte Impuls. Dadurch werden neuronale Korrelate ausgebildet, die stärker die Regeln der Bezugsgruppe repräsentieren als die eigenen Bedürfnisse<sup>72</sup>. „Aus diesem Grund enthält das Selbstbild eines Menschen oft Fremd-Komponenten, die nicht mit dem ursprünglichen Körper-Selbst übereinstimmen, das ja durch die eigenen Körpererfahrungen entstanden ist. Die „fremden“ Komponenten des Selbstbildes können das eigene Körper-Selbst sogar partiell überlagern, überformen und unterdrücken. Die Verbindung mit und damit auch der Zugang zum eigenen Körper ist dann mehr oder weniger stark blockiert<sup>73</sup>.“ Hüthers Ausführungen unterstreichen den Zusammenhang von Körper und Psyche, auf den an späterer Stelle eingegangen wird<sup>74</sup>.

### 3.1.3 Introjekte

Der Begriff *Introjektion* stammt aus dem psychoanalytischen Vokabular. Er taucht sowohl bei Freud als auch bei Jung auf und kann aus Assagiolis Perspektive als „gegeben“ betrachtet werden.

Introjekte können als ein Spezialfall vom Konzept „Teilpersönlichkeiten<sup>75</sup>“ angesehen werden. Es handelt sich dabei um verinnerlichte Außenautoritäten, wie sie im vorherigen Kapitel vorgestellt wurden. Sie werden als zugehörig zum eigenen psychischen System wahrgenommen. Introjekte sind inhaltlich dem Überich aus der Freud'schen Psychoanalyse ähnlich<sup>76</sup>.

---

<sup>72</sup> Die Bezugsgruppe, zu der das Zugehörigkeitsbedürfnis besteht, verändert sich im Laufe des Lebens von Familie zu Peergroup, Gesellschaft et cetera.

<sup>73</sup> Hüther in: Storch et.al. 2011, S. 87 und Vgl. Kapitel 3.1.3.

<sup>74</sup> Siehe Kapitel 4.1.2.

<sup>75</sup> Siehe Kapitel 3.5.

<sup>76</sup> Vgl. Abbildung 4.



**Abbildung 4:** Psychischer Apparat nach Freud. Quelle:

[http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Freud\\_Ich.svg&filetimestamp=20100910161309](http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Freud_Ich.svg&filetimestamp=20100910161309)

Die Introjekte entstehen im Zuge des Anpassungsprozesses an die Umwelt und repräsentieren die Regeln und Anforderungen des frühen sozialen Umfeldes in Form von Glaubenssätzen, Wertesystemen et cetera. In der PS können sie als Teilpersönlichkeiten im psychotherapeutischen Prozess bewusst wahrgenommen werden. Dadurch kann der Klient sich für oder gegen die introjezierten Inhalte entscheiden. Der fünfstufige Aufstiegsprozess für Teilpersönlichkeiten<sup>77</sup> findet bei Introjekten keine Anwendung. In den untersuchten Seminaren wurden verschiedene Übungen durchgeführt, um Introjekte zu „entmachten.“ Dabei wurden ihre dysfunktionalen Botschaften expliziert und dem Willen des Klienten untergeordnet. In einem weiteren Schritt wurden die maladaptiven Inhalte transformiert<sup>78</sup>. Dieser Prozess lässt sich empirisch nachweisen und wird in Kapitel 5.3.6 als Übergang von der Fremdbestimmung in die Eigenverantwortlichkeit bzw. Selbstbestimmung beschrieben.

Nachdem die grundlegenden Konzepte vorgestellt wurden, wird nun auf Assagiolis Person und danach auf seine Entwicklungen eingegangen.

<sup>77</sup> Siehe Kapitel 3.5.1.

<sup>78</sup> Siehe Kapitel 4.1.1 und 4.1.2.

### 3.2 Roberto Assagioli

Der Begründer der PS wurde am 27. Februar des Jahres 1888 in Venedig mit dem Namen Roberto Marco Grego geboren. Seinen bekannten Namen Assagioli verdankt er der Adoption durch den zweiten Mann seiner Mutter im Alter von zwei Jahren. Seine Sozialisation im Zeitgeist um die Jahrhundertwende als Jude<sup>79</sup> war durch die kulturelle und intellektuelle Bildung seiner Herkunftsfamilie und deren finanziellen Möglichkeiten außergewöhnlich vorteilhaft im Hinblick auf seine berufliche Zukunft. So erlernte er beispielsweise bereits als Kind die Fremdsprachen Englisch und Französisch und machte sein Abitur mit sehr guten Noten im Alter von 16 Jahren. In einem späteren Gespräch in hohem Alter berichtet er seinem Schüler Peter De Coppens<sup>80</sup>, dass er bereits mit 11 Jahren eine Vision über „das Skelett der PS“ hatte und führte weiter aus, [dass er sein] „ganzes Leben lang Fleisch um dieses Skelett getan<sup>81</sup>“ hat.

Sein Studium der Medizin und der Chirurgie nahm er im Jahre 1904 an der Universität zu Florenz auf und wendete sich bald der Psychiatrie zu. Die Psychologie war zu dieser Zeit noch kein eigenständiges Fach. Ihre heute bekannten Inhalte wurden damals zu Teilen von der Philosophie, der Psychiatrie und der Neurologie behandelt. Schon in diesen frühen Jahren beschäftigte Assagioli sich nicht nur mit der zeitgenössischen Psychologie, die in der italienischen Gesellschaft keine besondere Achtung genoss. Er blickte damals schon über die Grenzen Europas hinaus und erkannte den Wert der östlichen Philosophie, in der die Introspektion betont wird. Mit 18 Jahren veröffentlichte er seinen ersten Artikel in der Zeitschrift „Rivista di psicologia applicata alla Pedagogia e alla Psicopatologia“ mit dem Titel „Die Wirkungen des Lachens und seine pädagogischen Anwendungen“. Im Jahre 1910 beendete Assagioli sein Studium mit der Erlangung des Dokortitels in Medizin. Seine Dissertation trägt den Titel „La Psicoanalisi“ und widmet sich eingehend der Freud'schen Psychoanalyse. In Italien war die Psychoanalyse weitgehend unbekannt,

---

<sup>79</sup> Seine jüdische Religion praktizierte er nur bedingt. Er war dem jüdischen Ritus nicht verbunden.

<sup>80</sup> Ein amerikanischer Universitätsdozent.

<sup>81</sup> In Giovetti 2007, S. 146.

weshalb Assagioli sich gegenüber seines Doktorvaters rechtfertigen musste, zu diesem Thema schreiben zu wollen. Er sagte dazu folgendes: „Ich habe sie [diese Studien<sup>82</sup>] ausgewählt, weil sie mir als die geeignetsten scheinen, mein heftiges Verlangen, die Geheimnisse der menschlichen Seele zu kennen, zu stillen und diese Kenntnisse für die Befreiung der Seelen anzuwenden<sup>83</sup>.“

In den Jahren an der Universität lernte er viele bedeutende Zeitgenossen kennen. Darunter finden sich Sigmund Freud und Carl Gustav Jung, den er für seine Studien der Psychopathologie auch in der Klinik Burghölzli in der Schweiz besuchte und näher kennenlernte, sowie einige wichtige Vertreter der italienischen Psychologie. Er beschäftigte sich intensiv mit der Psychoanalyse und entwickelte eigene Ideen, die zum Teil mit dem Titel „Psychagogik“ in verschiedenen Zeitschriften veröffentlicht wurden. Die Psychagogik kann als eine Art Vorläufer der PS angesehen werden, die bereits viele Elemente des späteren Werks enthält. Bis zum Beginn des ersten Weltkrieges arbeitete der junge Roberto unter anderem als Chefredakteur der Zeitschrift „Psiche“ und entwickelte die Konzepte der PS weiter. Der Name PS ist in diesem Prozess nicht als Wortschöpfung zur Bezeichnung einer neuen Methode zu verstehen, sondern eher als logische Polarität zur Psychoanalyse. Bei ihr werden psychische Inhalte begrifflich „auseinandergenommen“; in der PS dagegen wird die Psyche zur Synthese gebracht – also gewissermaßen „zusammengesetzt“. Dieser Gedankengang stammt nachweislich von C.G. Jung, der in einem Brief an Freud folgendes schrieb: „Wenn es eine Psychoanalyse gibt, so muss es auch eine Psychosynthese geben, die nach gleichen Gesetzen Zukünftiges aufbaut.“<sup>84</sup> Die Bezeichnung PS für Assagiolis Konzepte tauchte erstmals 1926 als Titel einer von ihm veröffentlichten Broschüre auf. Im gleichen Jahr rief er das „Istituto di Cultura Psichia“ in Rom ins Leben, wo die Familie zwischenzeitlich hingezogen war. 1933 wurde es schließlich in „Istituto di Psicointesi“ umbenannt. In den Jahren zwischen den Weltkriegen reiften seine Entwicklungen sicher auch durch seine Reisen zu Kongressen und den Kontakt zu weiteren Experten, bei denen er sich Einblick in

---

<sup>82</sup> Anmerkung des Autors.

<sup>83</sup> In Giovetti 2007, S. 34.

<sup>84</sup> Ebd., S. 40.

verschiedene Vorgehensweisen zum Umgang mit psychischen Leiden verschaffte. In seinen Schriften erwähnte er Aspekte wie Musik- und Farbtherapie, was zu jener Zeit keineswegs üblich war und seine ressourcenorientierte Perspektive auf den Menschen erkennen lässt. Weitere Einflüsse, die sich sowohl in der PS als auch in Assagiolis Leben niederschlagen, stammen aus der östlichen Philosophie und der Theosophie. Die institutionalisierte Theosophie<sup>85</sup> hatte Gruppen bzw. Zentren in vielen Ländern und wurde in Italien durch einen guten Bekannten Assagiolis vertreten, der berichtete, dass Roberto seit den zwanziger Jahren den Treffen der Theosophischen Gesellschaft in Florenz beiwohnte. Inhaltlich ging es dabei um folgende drei Ziele der Theosophischen Gesellschaft:

„Das erste ist, die Einheit allen Lebens als eine Tatsache der Natur aufzuzeigen und einen Kern einer universalen Bruderschaft zu bilden..., das zweite Ziel [stellt] eine Aufforderung dar, alte und moderne Religionen, Wissenschaften und Philosophien zu studieren. Das dritte Ziel ist, die Gesetze und Kräfte – spirituelle, psychologische und materielle – die im Kosmos und im Menschen wirken, zu erforschen. Das Hauptziel der Theosophischen Gesellschaft (TG) ist es, Altruismus und Mitleid zu fördern<sup>86</sup>.“

1939 wurde die TG in Italien durch die Nationalsozialisten aufgelöst, doch nach dem Krieg wurde sie weiter geführt und Assagioli schrieb folgendes in einem Artikel, der in einer Zeitschrift erschien, die von der TG heraus gegeben wurde: „Der Meister der Weisheit und des Mitgefühls ist der vollkommene Mensch, der Mensch, der alle Aspekte und alle Möglichkeiten der menschlichen Natur in ausgeglichener und harmonischer Weise entwickelt hat<sup>87</sup>.“ Eine ähnliche Organisation, der Assagioli sich verbunden fühlte, ist die Arkanschule, die der TG sehr verbunden war. Sie beschäftigt sich mit „Meditation, das Dienen als Lebensprinzip, die Jüngerschaft, das heißt den Dienst am Menschen und am Planeten im neuen sich nähernden Zeitalter<sup>88</sup>.“ Diese Interessen spiegeln seine persönlichen Schwerpunkte, die sich auch in der Ausrichtung

---

<sup>85</sup> Die „Theosophische Gesellschaft“.

<sup>86</sup> <http://theosophische-gesellschaft.org/>

<sup>87</sup> In Giovetti 2007, S. 59.

<sup>88</sup> Ebd., S. 61.

bzw. der impliziten Botschaft der PS finden lassen. Die Einflüsse, denen er zum Teil ausgesetzt war und die er zu einem anderen Teil auch aktiv suchte, waren vielfältig. In seiner Biographie findet sich eine Aufzählung der wichtigsten Persönlichkeiten, die ihn über die bisher genannten hinaus beeinflussten: „Assagioli war in Briefkontakt und auch in persönlicher Verbindung mit den bedeutendsten Vertretern der kulturellen Welt seiner Zeit. Von S. Freud, C.G. Jung, Martin Buber und Hermann Keyserling haben wir bereits berichtet<sup>89</sup>. Assagioli traf außerdem u.a. Einstein, den Schriftsteller James Joyce, den Zen Meister Suzuki, den Dichter Tagore, die Anthropologin Alexandra David-Néel, Lama Govinda und selbstverständlich auch die herausragenden Vertreter der Psychologie seiner Zeit wie Abraham H. Maslow und Michael Murphy<sup>90</sup>.“

Die Zeit des Nationalsozialismus bzw. der Krieg stellten für Assagioli einen starken Einschnitt dar. Als Jude hatte er mit den daraus resultierenden Umständen zu leben und die Angelegenheiten seines Instituts wurden zunehmend erschwert, bis es 1938 geschlossen werden musste. Eine Anzeige wegen pazifistischer Tätigkeiten führte für die Familie zunächst zu einer Flucht in ländliche Gegenden und letztlich zu Robertos Verhaftung im Jahre 1940. Einen Monat verbrachte er daraufhin im Gefängnis. Aus dieser Zeit sind autobiografische Texte erhalten, die klar belegen, wie er durch diese neue Herausforderung weiter wuchs. Er schaffte es, diese Situation anzunehmen und ging gestärkt daraus hervor. Im September `44 schrieb er einen Rundbrief an seine Freunde, in dem er die Zeit auf der Flucht beschreibt und in Aussicht stellte, seine Tätigkeiten wieder und sogar verstärkt aufzunehmen und „am großen freudigen Erneuerungswerk<sup>91</sup>“ mitzuwirken. Nachdem der „braune Schatten“ Europa wieder freigegeben hatte, ließ sich die Familie in Florenz nieder und Roberto nahm seine Arbeit wieder auf. Er eröffnete ein neues „Institut für Psychosynthese“ und begann dort regelmäßige Konferenzen zu verschiedenen Themen der transpersonalen Psychologie abzuhalten, die sehr gut besucht waren. Der Alltag im Institut sah in etwa so aus: Neben Einzel- und Gruppensitzungen, wobei Assagioli auch hier eine Vorreiterstellung einnahm, weil damals nur Einzelsitzungen üblich waren, gab es

---

<sup>89</sup> Siehe Quelle: Giovetti 2007.

<sup>90</sup> Giovetti 2007, S. 67.

<sup>91</sup> Ebd., S. 82.

ebenfalls regelmäßige Meditationsgruppen. Die Klientel des Instituts setzte sich aus psychisch schwer kranken Menschen und aus solchen zusammen, die ihr persönliches Wachstum im Fokus hatten. Viele Leute besuchten ihn in seinem Institut auch nur um ihn zu treffen oder um von ihm zu lernen. Es muss ein reger Betrieb mit viel Abwechslung gewesen sein.

Die heiße Sommerzeit verbrachte die Familie auf einem Landsitz in Copolona, wo Roberto Tagungen zu verschiedenen Themen veranstaltete, die von Kollegen besucht wurden. Zu seinem Leben gehörten trotz zunehmend schlechter Gesundheit auch immer wieder Reisen, vor allem nach Paris, wo es ebenfalls ein Psychosynthese-Institut gab und noch immer gibt. Weitere Ziele waren England und die U.S.A., wo man sehr interessiert war an seinen Lehren. Seine Tätigkeit als Lehrer und Ausbilder einer heranwachsenden Schülergeneration begann erst relativ spät – etwa Mitte der Sechziger Jahre. Ganz intensiv hatte er sich der Ausbildung von Nachfolgern erst in seinen letzten Jahren gewidmet – dann aber direkt im Hinblick auf die Fortführung des Instituts und der Verbreitung seiner PS. In den letzten zehn Jahren seines Lebens entstanden PS-Zentren in Indien, Griechenland, Kalifornien, Kanada und England<sup>92</sup>.

Assagioli war einmal jung und kinderlos verheiratet und heiratete ein zweites Mal 1922 seine langjährige Ehefrau Nella Ciapetti, die einige seiner Interessen, vor allem im esoterischen Bereich teilte. Mit ihr hatte er einen Sohn, der 1923 zur Welt kam und den Namen Ilario trug. Er starb bereits im Alter von 28 Jahren an einer langjährigen Tuberkulose-Erkrankung. „Die Beziehung zwischen Roberto, seiner Frau Nella und seinem Sohn Ilario war von großer Liebe geprägt<sup>93</sup>.“ Sein Sohn war tief religiös und schrieb seinerseits über Schmerz und Leid und deren Erlösung in und durch die Spiritualität. Der Tod des einzigen Kindes traf Nella anscheinend härter als Roberto. Dieser sagte wenige Tage nach dem Tod seines Kindes: „Seine Augen sehen heute eine ganz andere Sonne<sup>94</sup>.“ Assagioli schien tatsächlich die Gabe zu besitzen, die Prüfungen des Lebens nicht als Last zu empfinden. So nahm er auch die eigene Krankheit an und lebte mit beträchtlichen Einschränkungen wie z.B. einem zunehmend

---

<sup>92</sup> Vgl. ebd..

<sup>93</sup> In Giovetti 2007, S. 68.

<sup>94</sup> Ebd., S. 93.

schlechten Gehör und stark eingeschränkter Mobilität ein zufriedenes Leben. Im Alter von 86 Jahren verstarb er am 23. August 1974 in Anwesenheit seiner engsten Schüler in den Armen von einem von ihnen<sup>95</sup>.

In Interviews und Berichten von Menschen, die ihn gekannt und erlebt haben, schwingt mit, dass Assagioli mehr war als ein Lehrer von dem man ein Konzept vermittelt bekommt: „Er war tief und vollkommen authentisch. Und alle spürten es“<sup>96</sup>. Giovetti selbst nennt ihn in seiner Biographie einen Guru<sup>97</sup>.

Diese knappe Darstellung Assagiolis Biographie behandelt nur wesentliche Punkte, die aus der Perspektive des Autors zum Verständnis dieses Mannes und seinem Werk wichtig sind. Zur weiteren Vertiefung wird das vielzitierte Werk „Roberto Assagioli – Leben und Werk des Begründers der PS“ von Paola Giovetti empfohlen.

Nachdem die wichtigsten Fakten zu seinem Leben nun bekannt sind, werden die Theorieelemente von Assagiolis PS erläutert. Die hierarchische Ordnung beginnt mit dem zugrunde liegenden Menschenbild Assagiolis. Es folgen das daraus entwickelte Bewusstseinsmodell und die verschiedenen Prinzipien der menschlichen Psyche, deren Reihenfolge keiner Wertigkeit zugrunde liegen.

### **3.3 Menschenbild der Psychosynthese**

*„Der Mensch ist eine Seele und hat eine Persönlichkeit.“<sup>98</sup>*

Das Menschenbild der PS wird implizit vermittelt und nur zum Teil explizit in der Primärliteratur beschrieben. Wichtiger Bestandteil ist der Grundgedanke der Entwicklungsdynamik, ähnlich dem Jungschen Konzept der Individuation, der sich in

---

<sup>95</sup> Vgl. ebd..

<sup>96</sup> In Giovetti 2007, S. 120.

<sup>97</sup> Vgl. ebd..

<sup>98</sup> Assagioli 1972, persönliche Mitteilung an Pierro Ferrucci.

allen folgenden Abschnitten finden lässt. Die Art der von Assagioli angenommenen Entwicklung integriert die verschiedenen Ebenen des Menschen, wie z.B. personal und transpersonal ebenso wie die intrapsychischen Polaritäten.

### 3.3.1 Ebenen der menschlichen Psyche

Assagioli erkannte die psychoanalytische Sicht auf die Psyche des Menschen an und erweiterte sie um „höhere“ und „tiefere“ Schichten<sup>99</sup>, wobei er versuchte, alle Bedürfnisse des Menschen in seine Konzeption aufzunehmen. Aus einem Briefwechsel zwischen Freud und Assagioli wird dessen Menschenbild deutlich:

*Freud:* „Ich bin nur am Keller des menschlichen Wesens interessiert.“

*Assagioli:* „Die PS ist am gesamten Gebäude interessiert. Wir versuchen einen Aufzug zu bauen, der den Zugang für jede Ebene unserer Persönlichkeit ermöglichen soll... Das heißt, dass die PS holistisch, global und umfassend ist. Sie ist nicht gegen die Psychoanalyse und auch nicht gegen den Behaviorismus, aber sie vertritt den Grundsatz, dass das Bedürfnis nach Sinn, nach höheren Werten und nach einem spirituellen Leben ebenso real ist, wie die biologischen oder sozialen Bedürfnisse<sup>100</sup>.“

Zum theoretischen Konstrukt Assagiolis gehört demnach die Entfaltung und Anbindung der von ihm angenommenen „höheren“ Schichten der menschlichen Natur. Bei Reinhardt<sup>101</sup> wird dieses Axiom „fortschreitendes Erwachen“ genannt. Assagioli wagte den Schritt, diese Dinge zu entmystifizieren und in ein psychologisches Bewusstseinsmodell<sup>102</sup> bzw. in sein Menschenbild zu integrieren<sup>103</sup>. Die PS fokussiert

---

<sup>99</sup> Erläuterung der Begriffe „höher“ und „tiefer“ im Zusammenhang mit dem Bewusstseinsmodell der PS: Vgl. Kapitel 3.4.

<sup>100</sup> In: Giovetti 2007, S. 156.

<sup>101</sup> 2010a.

<sup>102</sup> Siehe Kapitel 3.4

<sup>103</sup> Vgl. Assagioli 2008, S. 24.

diese Ebenen des Menschen nicht notwendigerweise, sondern bietet Anknüpfungspunkte für alle Stadien der menschlichen Entwicklung.

### 3.3.2 Stadien menschlicher Entwicklung

Assagioli trennte hier deutlich die personale und die transpersonale PS<sup>104</sup>. Nach Reinhardt<sup>105</sup> gibt es Indikatoren für eine „gelungene“ personale Entwicklung, ebenso wie Merkmale des *Erwachens* in transpersonale Schichten der menschlichen Psyche. Sie werden bereits an dieser Stelle eingeführt, um die von Assagioli gegebene Differenzierung zu erklären. Diese Merkmale nach Reinhardt sind in Tabelle 1 zusammengefasst. Er postuliert die drei großen „Reisen der Seele“<sup>106</sup> in Anlehnung an C.G. Jung:

1. Exploration und Annahme des Schattens
2. Exploration und Integration des Gegengeschlechtlichen (Anima/ Animus)
3. Erfahrung und Integration des (höheren) Selbst<sup>107</sup>

Die PS bietet Methoden zur Unterstützung aller dieser drei Stadien der Entwicklung.

Personale Entwicklung	Transpersonale Entwicklung
Ablösung von den Eltern	Spiritualität
Selbständigkeit	Sinnsuche
Existenzbewältigung	Suche nach dem Selbst
Umgang mit Beziehungen	Schatten/ Einseitigkeit
Selbstbehauptung	Geistige Entfaltung
Körperbezogenheit	Inneres Wissen/ innere Führung
Eigenverantwortung	Hingabe ans Selbst

**Tabelle 1:** Merkmale personaler und transpersonalen Entwicklung nach Reinhardt.

<sup>104</sup> Vgl. Assagioli 1978.

<sup>105</sup> 2006a und 2010c.

<sup>106</sup> Reinhardt 2011, persönliche Mitteilung. Siehe auch Kapitel 3.11.3.

<sup>107</sup> In Anlehnung an Jungs Konzepte von Persona und Schatten, Anima und Animus sowie der großen Mutter bzw. dem alten Weisen. Siehe hierzu auch Kapitel 3.11.3.

### 3.3.3 Systemik im Menschenbild der Psychosynthese

Ähnlich der modernen Systemischen Theorie<sup>108</sup> postuliert Assagioli: „Alleinstehende Individuen gibt es nicht<sup>109</sup>.“ Er bezieht sich hier auf die Bezugssysteme Partnerschaft, Familie, kulturelle Gemeinschaft bis hin zur gesamten Menschheit und gleichzeitig auch auf die aus der östlichen Kultur stammende Annahme der Verbundenheit *aller Wesen*<sup>110</sup>. Das im Bewusstseinsmodell der PS enthaltene kollektive Unbewusste<sup>111</sup> beschreibt die Verbindung zwischen den Menschen. Diese kann sich wiederum auf kleinere Bezugssysteme, wie beispielsweise das Familienunbewusste, das kollektive Unbewusste eines Landes oder auf das der ganzen Menschheit beziehen. Ein weiterer Aspekt des hier beschriebenen Menschenbildes ist also die Verbundenheit der Individuen und die daraus resultierenden zahlreichen Möglichkeiten und Implikationen. Ein Mensch, der sich seiner Verbindung zu anderen bewusst geworden ist, realisiert, dass er sich in Kämpfen mit seiner Umwelt letztlich selbst bekämpft<sup>112</sup>. Im Avatamsaka Sutra der chinesischen Huayan-Schule des Mahayana Buddhismus lassen sich Parallelen zu Assagiolis Sicht finden .

„Alle Dinge münden in Einem, dies Eine manifestiert sich in den Dingen, so daß Dinge und Eines nicht getrennt sind<sup>113</sup>.“

### 3.3.4 Polare Struktur der Persönlichkeit

Ein weiterer Bestandteil des Menschenbildes ist die Annahme, unsere Persönlichkeit bestünde aus einer komplexen Vielfalt verschiedener Teilpersönlichkeiten, die durch ein vereinigendes Zentrum verbunden sind, „welches ständig danach strebt, sie unter

---

<sup>108</sup> Wirth 2012, S. 10-13.

<sup>109</sup> Assagioli 1978, S.75.

<sup>110</sup> Assagioli 2008, S. 30 und z.B. Wilber 1991.

<sup>111</sup> Siehe Kapitel 3.4.3.

<sup>112</sup> Vgl. Assagioli 2008, S. 30 und 291.

<sup>113</sup> <http://www.mb-schiekel.de/phil2.htm#3.6.%20Huayan-Schule%20%28chin.%29%20=%20Avatamsaka%20%28skrt.%29%20=%20Kegon%20%28jap.%29>

Kontrolle zu bekommen, zu harmonisieren und nutzbar zu machen<sup>114</sup>.“ Darin zeigt sich eine natürliche Entwicklungsrichtung, die dem vom subjektiv erlebten Widerspruch der inneren Kräfte entgegen davon ausgeht, nach Einheit zu streben. Dieser Punkt wird in Kapitel 3.5 ausführlich erläutert. Diese innere Vielheit enthält ein weiteres Axiom der PS: Die Psyche ist in Polaritäten angelegt. Analog zu den Polaritäten der Welt, wie Ebbe-Flut, oben-unten, oder Tag-Nacht finden sich auch im psychischen System des Menschen Gegensätze, die scheinbar unvereinbar sind<sup>115</sup>. Bei Jung heißt es: „Ich erkannte also, dass [das] was ich für ein pathologisches Phänomen gehalten hatte, in Wahrheit ein Naturgesetz ist<sup>116</sup>“ und weiter: „Das Verdrängte muss aber bewusst werden, damit eine Gegensatzspannung entstehe, ohne welche keine Weiterbewegung möglich ist. Das Bewusstsein ist gewissermaßen oben, der Schatten unten, und da Hoch immer nach Tief strebt und Heiß nach Kalt, so sucht jedes Bewusstsein, ohne es vielleicht zu ahnen, nach seinem unbewussten Gegensatz, ohne den es zu Stagnation, Versandung oder Verholzung verurteilt ist. Nur am Gegensatz entzündet sich das Leben<sup>117</sup>.“ In der PS geht es zunächst um die Bewusstmachung der Gegensatzpaare, um später dann eine Synthese aus den scheinbar unvereinbaren Polen entstehen zu lassen. Für alle einseitigen Identifikationen lassen sich „Gegenspieler“ finden, die integriert sein wollen. „Alles, was im Unbewussten liegt, will Ereignis werden<sup>118</sup>.“

Reinhardt erklärt dieses Axiom lebensnah unter anderem mit folgendem Beispiel<sup>119</sup>:

Ein „klammernder“ Partner in einer Liebesbeziehung, sorgt früher oder später gerade aufgrund seines Verhaltens für das Auftreten des Gegenpols, indem er vor lauter Bezogenheit verlassen wird, und *schicksalshaft* mit Autonomie in der Partnerlosigkeit konfrontiert wird. Hier kann die Polarität aus Bezogenheit und Autonomie abgeleitet werden.

---

<sup>114</sup> Assagioli 1978, S. 70.

<sup>115</sup> Vgl. Assagioli, 2004, S. 111.

<sup>116</sup> Jung 1995, S. 109.

<sup>117</sup> Jung, C.G. 1964, S. 58.

<sup>118</sup> Jung, 2009, S. 10.

<sup>119</sup> Reinhardt 2011, persönliche Mitteilung.

### 3.3.5 Ressourcenorientierung

Als letzten Punkt des Menschenbildes der PS wird die kompromisslose Ressourcenorientierung genannt. Reinhardt nennt es „die Idee der Transformation von Problemfeldern<sup>120</sup>.“ Alle Teile der menschlichen Psyche können demnach „entzerrt“ und im Sinne des Wachstums transformiert werden. Ein verwandtes Konzept ist die Utilisation aus der Hypnotherapie nach Erickson<sup>121</sup>.

Das Menschenbild der PS kann aus den genannten Elementen nur teilweise hergeleitet werden. Die (therapeutische) Haltung gegenüber den Klienten und der eigenen Psyche z.B. gehört nach Ansicht des Autors ebenfalls in dieses Kapitel, wurde jedoch zu Assagiolis Zeit (noch) nicht explizit mit der Ressourcenorientierung verknüpft<sup>122</sup>. Es wird auf die folgenden Unterkapitel<sup>123</sup> verwiesen, um zu einer vollständigeren Vorstellung des PS-Menschenbildes zu gelangen.

## 3.4 Das Bewusstseinsmodell der Psychosynthese

*„Wir sind nicht Menschen, die eine geistige Erfahrung machen, sondern wir sind Geist, der eine menschliche Erfahrung macht<sup>124</sup>.“*

Das sogenannte Bewusstseinsmodell der PS wird PS-Ei genannt und ermöglicht die Einordnung der in Kapitel 3.3 dargestellten Bestandteile der menschlichen Psyche. Die Integralität der verschiedenen Ebenen und Strukturen steht dabei im Mittelpunkt. Konzeptionell lassen sich später eingeführte Aspekte wie Teilpersönlichkeiten oder der Wille<sup>125</sup> im Bewusstseinsmodell der PS verorten: Eine Teilpersönlichkeit

---

<sup>120</sup> Reinhardt 2010b.

<sup>121</sup> Vgl. Hammel 2011.

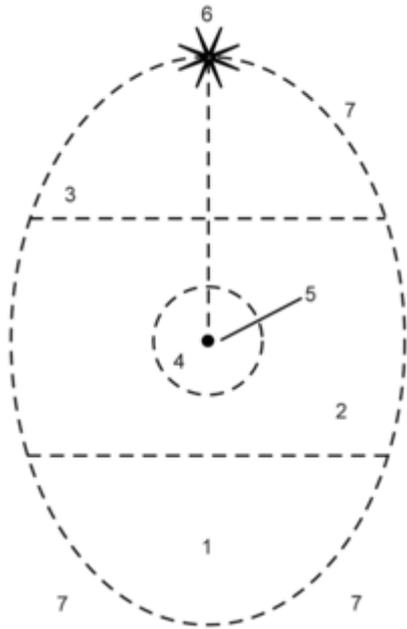
<sup>122</sup> Vgl. Kapitel 3.9.

<sup>123</sup> 3.4 – 3.9.

<sup>124</sup> Willigis Jäger, in Reinhardt 2012.

<sup>125</sup> Siehe Kapitel 3.5 und 3.6.

beispielsweise, die Triebimpulse repräsentiert, ist im unteren Unbewussten anzusiedeln, während der „göttliche Wille“ im höheren Unbewussten verortbar ist.



**Abbildung 5:** Das Psychosynthese-Ei.

- |  |   |                    |
|--|---|--------------------|
| 1 Das tiefere Unbewusste                       | } | Das unter-Bewusste |
| 2 Das mittlere Unbewusste                      |   |                    |
| 3 Das höhere Unbewusste oder das über-Bewusste |   |                    |
| 4 Das Bewusstseinsfeld                         |   |                    |
| 5 Das Ich oder personale Selbst                |   |                    |
| 6 Das höhere oder transpersonale Selbst        |   |                    |
| 7 Das kollektive Unbewusste                    |   |                    |

Das Ei ist in drei Bereiche aufgeteilt, die durch die horizontalen gestrichelten Linien voneinander getrennt sind. Die folgenden Erläuterungen zu den einzelnen Bereichen und Bestandteilen des in Abbildung 5 gezeigten Modells folgen der Nummerierung der Legende. Assagioli nennt in seiner Beschreibung das größte Defizit dieses Modells das fehlende Element der Dynamik, die absolut wesentlich für die Psyche sei<sup>126</sup>.

<sup>126</sup> Vgl. Assagioli 1978, S. 55.

### 3.4.1 Das Unter-Bewusste

Das tiefere Unbewusste enthält sechs Elemente:

- 1) „Die elementaren psychischen Aktivitäten, die das Leben des Körpers in Gang halten; die intelligente Koordination der körperlichen Funktionen.
- 2) Die fundamentalen Antriebe und primitiven Impulse.
- 3) Viele Komplexe, die mit intensiven Gefühlen belegt sind.
- 4) Träume und Vorstellungskräfte einer tieferen Stufe.
- 5) Einfache, unkontrollierte parapsychologische Prozesse.
- 6) Verschiedene pathologische Manifestationen, wie z.B. Phobien, Besessenheit, zwanghafte Impulse und paranoide Illusionen<sup>127</sup>.“

Das mittlere Unbewusste schließt all jene Inhalte ein, die unserem Alltagswachbewusstsein zugänglich sind, wie Erinnerungen, Phantasien oder Entscheidungen, die wir noch nicht getroffen aber mit denen wir uns bereits beschäftigt haben. Es sind also verfügbare Inhalte, die ohne größere Anstrengung ins Bewusstsein gerufen werden können. Mit dem tieferen Unbewussten zusammen bildet es die Kategorie des unter-Bewussten<sup>128</sup>. Die Bedeutung dieses Terminus erschließt sich durch seine Verortung im Modell zwischen den höheren und unteren Schichten des Bewusstseins. Die Inhalte können ihren Grad der Bewusstheit und somit ihren Platz im Modell durch den Entwicklungsprozess verändern. So kann ein nicht bewussteinfähiger verdrängter Inhalt z.B. durch Psychotherapie erschlossen und integriert bzw. bewussteinfähig werden und von einem Bereich in einen anderen diffundieren.

---

<sup>127</sup> Assagioli 1978, S 56.

<sup>128</sup> Die Verwendung des Terminus „unter-Bewusstsein“ wird in Abgrenzung zum alltagssprachlich üblichen aber unkorrekten „Unterbewussten“ verwendet und betont den Ort im Modell.

### 3.4.2 Das höhere Unbewusste

Das höhere Unbewusste oder auch über-Bewusste genannt ist die Quelle unserer Kreativität, der Intuition und aller höheren Bewusstseinszustände wie Kontemplation, Erleuchtung oder Ekstase. Auch Gefühle wie altruistische Liebe und der Impuls zu zwischenmenschlicher Hilfe oder couragierten, heldenhaften Handlungen haben hier ihren Ursprung. „In diesem Bereich sind die latenten, höheren psychischen Funktionen und spirituellen Energien beheimatet<sup>129</sup>. An der Spitze des Ei-Modells finden wir das höhere oder transpersonale Selbst. Nach Assagiolis Definition ist es das „wahre Selbst“ dessen Projektion das personale Selbst<sup>130</sup> ausmacht. „Wie immer man auch das Verhältnis zwischen dem individuellen Selbst und dem universellen Selbst ansehen mag, ob als identisch oder ähnlich, unterschiedlich oder einheitlich, es ist höchst wichtig, den Unterschied zwischen dem Selbst in seinem ureigentlichen Wesen – dem was „Ursprung“, „Zentrum“ „tieferes Wesen“, „Gipfel“ genannt wurde – und der kleinen gewöhnlichen Persönlichkeit, dem kleinen „Selbst“ oder „Ich“, dessen wir uns normalerweise bewusst sind, klar zu erkennen und in Theorie und Praxis stets vor Augen zu haben<sup>131</sup>.“ OIn diesem Zitat wird die Polaritätsspannung zwischen „ich“ und „höherem Selbst“ ausgedrückt. Assagioli nennt in diesem Kontext verschiedene Beispiele der älteren Literatur, in denen Erfahrungen des höheren Selbst beschrieben werden. An dieser Stelle wird das moderne Bewusstseinsmodell von Belschner<sup>132</sup> eingeführt, um weitere Aspekte „überbewusster Zustände“ deutlich zu machen:

---

<sup>129</sup> Assagioli 1978, S 56.

<sup>130</sup> Nummer 5 in Abbildung 5.

<sup>131</sup> Assagioli, in Grof 1990, S. 66.

<sup>132</sup> 2010, S. 37.

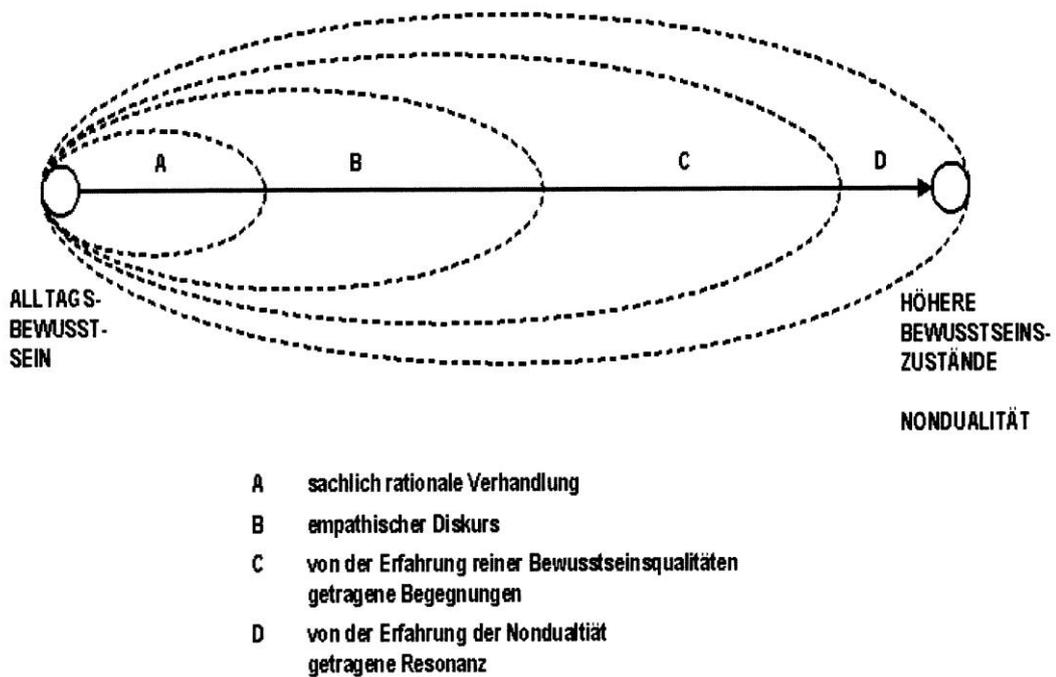


Abbildung 6: Kontinuum des Bewusstseins nach Belschner. Quelle: Belschner 2007.

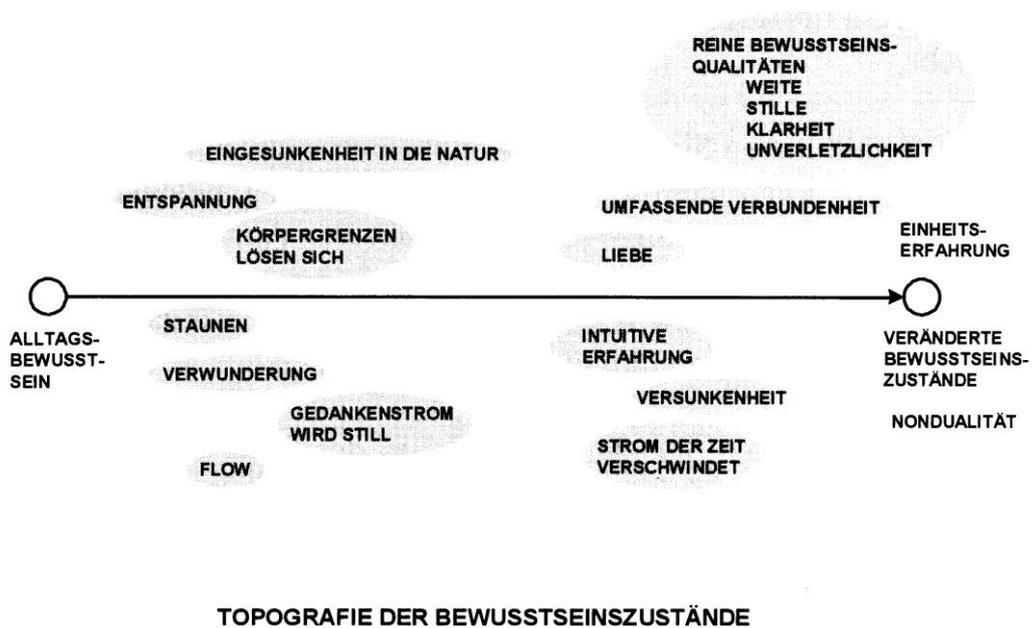


Abbildung 7: Topographie der Bewusstseinszustände nach Belschner.

Quelle: Belschner 2007.

Wie in Abbildung 6 zu sehen ist, wird das transpersonale Selbst, wie Assagioli es erklärt, hier als Bereich im Kontinuum des Bewusstseins dargestellt, der weit auf der rechten Seite zu finden ist, während das personale Selbst auf der linken Seite angesiedelt ist. Im Gegensatz zu Assagioli finden wir keine Unterscheidung zwischen personalem und höherem Selbst, sondern eine *Dimension des Bewusstseins*, die vom ichhaften Alltagswachbewusstsein ausgeht. Die Erfahrungsberichte in den von Assagioli beschriebenen Quellen<sup>133</sup> sind Erfahrungen des mit „D“ gekennzeichneten Bereichs in Belschners Modell<sup>134</sup>. Dort werden „höhere“ veränderte Bewusstseinszustände abgebildet<sup>135</sup>. Ferner assoziiert Belschner verschiedene Phänomene und Qualitäten mit den veränderten Bewusstseinszuständen, die in Abbildung 7 dargestellt werden. Bezogen auf den von Assagioli postulierten und als natürliches Bedürfnis angenommenen Entwicklungsprozess eines Menschen, wird die Kontinuität im Sinne einer zunehmenden Integration der rechts liegenden Qualitäten in Belschners Modell anschaulich.

In der PS geht es jedoch weniger um das reine Erfahren dieser über-bewussten Zustände, sondern vielmehr um die Verbindung des weltlichen Ichs und des höheren Selbst: Die Integration der „Ich-Selbst-Achse.“ Diese wird in Kapitel 3.4.5 ausführlich erklärt. Um zunächst die weiteren Elemente des Bewusstseinsmodells vorzustellen, wird als nächstes auf das kollektive Unbewusste eingegangen.

### **3.4.3 Das kollektive Unbewusste**

Bei Jung findet sich keine derart strukturierte Differenzierung des persönlichen Unbewussten. In seinen Ausführungen ist jedoch ebenfalls von *Schichten* des Unbewussten die Rede. Er differenziert zwischen persönlichem und kollektivem Unbewussten. In seinen Beschreibungen hebt er sich zunächst von Freud ab, bei dem das Unbewusste im Wesentlichen aus den Anteilen besteht, die kulturell-

---

<sup>133</sup>Z.B. „Kosmisches Bewusstsein“ von Bucke, R. M..

<sup>134</sup> Vgl. Assagioli 2004, S. 62.

<sup>135</sup> Vgl. z.B. Belschner 2007, S. 25.

gesellschaftlich unerwünscht sind und durch Erziehung bzw. Introjektion unterdrückt werden. Jung hingegen erweitert diese Definition um die unfassbare Anzahl psychischer Inhalte, die die Schwelle des Bewusstseins nicht überschreiten und trotzdem – eben unbewusst – verarbeitet werden. Sie sind „die Keime späterer bewusster Inhalte<sup>136</sup>.“ Diese können durch psychotherapeutische Methoden und ebenso durch veränderte Bewusstseinszustände, wie etwa im Traum, erfahren werden<sup>137</sup>.

Das kollektive Unbewusste ist in Abbildung 5 mit Nummer sieben gekennzeichnet. In Kapitel 3.3 wurde bereits auf Assagiolis Welt- und Menschenbild der Verbundenheit verwiesen. Es stellt das Fundament für das psychische Modell des kollektiven Unbewussten dar. Metaphorisch bietet Belschner als Erklärung für die Verbundenheit aller Menschen das Bild einer Berglandschaft an. Dabei ist jeder Gipfel ein Individuum und der von allen geteilte Grund macht den verbundenen Teil aus. „Wir lernen also in unserer Kultur, uns als diese spezifische einzelne Bergspitze wahrzunehmen [im Sinne von:] „Ich bin diese einzelne Bergspitze“, aber „in Wahrheit“ sind wir alle über den gemeinsamen Grund miteinander verbunden<sup>138</sup>“, meist ohne uns dessen bewusst zu sein. Nach Assagioli kann es auf der Basis der Verbundenheit zur „psychologischen Osmose<sup>139</sup>“ kommen. Damit ist ein Austausch unbewusster Inhalte zwischen verschiedenen Menschen und/ oder seiner psychologischen (sozialen) Umgebung gemeint. Jung baut das gesamte Konzept der Archetypen auf der Basis des kollektiven Unbewussten auf. Die Archetypen sind dabei eben genau jene psychischen Inhalte, die interindividuell wahrgenommen werden und sich im individuellen Bewusstsein in unterschiedlicher Gestalt zeigen. Die zugrunde liegenden Kräfte wirken primär in der Kollektivpsyche, die stark mit dem individuell erlebbaren kollektiven Unbewussten verknüpft ist<sup>140</sup>. Auf der Erfahrungsebene zeigt sich dieses Konzept in der Psychotherapie z.B. durch die in der Psychoanalyse stark betonten Übertragungsphänomene<sup>141</sup>. Im Alltag gibt es eine Fülle banaler Beispiele für das

---

<sup>136</sup> Jung 1964, S. 140.

<sup>137</sup> Vgl. Jung 1964, S. 139-151.

<sup>138</sup> Belschner 2010.

<sup>139</sup> Assagioli 2004, S. 63.

<sup>140</sup> Vgl. Jung 1964.

<sup>141</sup> Vgl. z.B. Bettighofer 2010 oder Dieckmann 1980.

Wirken solcher Phänomene, wie etwa an jemanden zu denken und im gleichen Moment von derselben Person einen Anruf zu bekommen. Jung widmete solchen Phänomenen den Begriff der *Synchronizität*.

#### **3.4.4 Das Ich**

In Abbildung 5 wird das „Ich“ oder „personale Selbst“ als Punkt fünf, der umgeben ist vom Bewusstseinsfeld<sup>142</sup>, dargestellt. Hier ist eine Differenzierung notwendig: Assagioli betont den Unterschied zwischen all den psychischen Inhalten, die ständig durch unser Bewusstsein strömen und die wir Ich nennen und dem eigentlichen Ich, dem Punkt der Selbstbewusstheit<sup>143</sup>. Letzteres ist die unberührte wahrnehmende Instanz, die die Gedanken, Gefühle und Perzeptionen bemerkt, die durch das Bewusstseinsfeld ziehen und unsere weltliche Identität ausmachen. Seiner Ausführung nach ist Punkt fünf eine Projektion des höheren Selbst, das vom unerwachten Menschen als seine wahre Identität wahrgenommen wird. Tatsächlich aber verhält es sich wie mit dem glühenden Patrioten, „der sich ganz seinem geliebten Land hingibt, das Zentrum seines eigenen Lebens und seiner Interessen wird, ja fast zu seinem eigentlichen Selbst. All seine Gedanken und Gefühle sind auf diese Quelle gerichtet, für die er sogar bereit ist sein Leben zu opfern<sup>144</sup>.“ Dieser Zustand ist herrschender kultureller Konsens und äußert sich durch die Identifikation mit materiellen Wünschen, Status oder ähnlichem. Es gibt eine Identität, die im transpersonalen Sinne über das Ich hinausreicht und große Bereicherungen für das Leben und die Welt bereithält. Statt den Zugang zu dieser Instanz<sup>145</sup> zu kultivieren und ihren Willen zu verwirklichen tun wir vieles, um dessen Projektionen aufrecht zu erhalten und die weltlichen Bedürfnisse des personalen Selbst zu befriedigen.

Das folgende Kapitel widmet sich der Verbindung zwischen dem personalen Ich und dem „höheren“ Zentrum des Menschen – dem Selbst.

---

<sup>142</sup> Bezeichnet mit Punkt vier.

<sup>143</sup> Vgl. Assagioli 1978, S. 57 und 2004, S. 61.

<sup>144</sup> Assagioli 1978, S. 64f.

<sup>145</sup> Vgl Kapitel 3.4.5.

### 3.4.5 Die Ich-Selbst-Achse

Die Ich-Selbst-Achse bildet in Abbildung 5 die Verbindung der Punkte fünf und sechs und enthält das Potential des Zugangs zu verschiedenen Qualitäten des höheren Selbst, wie z.B. dem *inneren Wissen*<sup>146</sup>. Die Ich-Selbst-Achse wird in der Primärliteratur nach Assagioli als Strahl vom personalen Selbst zum höheren Selbst beschrieben, den es zu kultivieren gilt. Diese Entwicklung ist „ein ungeheuerliches Unterfangen. Es entwickelt sich daraus ein zwar großartiges, gewiss aber langes und mühevolleres Streben und nicht jeder ist dazu bereit“<sup>147</sup>. Der Prozess entfaltet sich stufenweise, mit verschiedenen Zwischenschritten- bzw. Plateaus, an denen manche Personen verweilen. Hier werden alte Ideale und Werte dann mit neuen ausgetauscht und dennoch bleibt es bei Identifikationen mit „fremden“ Inhalten. Andere werden nicht aufgeben, bis die betreffende Person tief bzw. hoch ins höhere Selbst hinein gewachsen ist<sup>148</sup>. Ein *erwachtes* Ich ist eine notwendige Bedingung für eine etablierte Ich-Selbst-Achse. Das heißt, ein Mensch, der sich seiner Identifikationen nicht bewusst ist, kann das höhere Selbst und die von dort einströmenden Inhalte nicht wahrnehmen. Eine mögliche Metapher für die Ich-Selbst-Achse ist eine Röhre, die je nach Zustand weit und frei oder teilweise ganz blockiert ist. Diese Blockaden können Identifikationen aller Art sein. Im disidentifizierten Zustand können Impulse vom Selbst zum Ich strömen. Die Qualität der Wahrnehmung in diesem idealisierten modellhaften Zustand wäre klar, präsent und zweifelsfrei.

Reinhardt erklärt die Ich-Selbst-Achse in seinen Seminaren häufig durch eine Zeichnung, der Abbildung 8 nachempfunden ist. Auf der linken Seite wird der Zustand der Besetzung durch Identifikationen und auf der rechten Seite eine freie strömende Ich-Selbst-Achse illustriert.

Der Charakter des (Ein-) Strömens wird auch bei Assagioli betont, wenn er die zwei Arten des Erwachens beschreibt: „Die erste und häufigere kann man als die „herabsteigende“ bezeichnen; sie ist das Eindringen von Elementen des

---

<sup>146</sup> Vgl. Kapitel 3.3.2 und 4.1.1.

<sup>147</sup> Assagioli 1978, S. 64.

<sup>148</sup> Vgl. Assagioli 1978, S. 64f.

Überbewussten in den Bereich des Bewusstseins, wie es bei Intuition, plötzlicher Erleuchtung oder Inspiration der Fall ist. Dies geschieht oft spontan und unerwartet, kann aber auch die Antwort auf einen bewussten oder unbewussten Appell sein. Die zweite Art, die man die „aufsteigende“ nennen kann, besteht in der Anhebung unseres Bewusstseinszentrums, des seines selbst bewussten Ichs, zu höheren Ebenen bis hin zur Sphäre des Überbewussten.<sup>149</sup> Diese zweite Art würde in Abbildung 8 einer Überlappung von Ich und Selbst entsprechen, sodass eine Identifikation des Ichs mit dem Selbst entsteht. Gleichwohl bleibt das Ich die Repräsentanz des Menschen in der Welt, die das Selbst nach außen transportiert oder eben nicht. Im gelingenden Falle bestünde eine dialogische Beziehung zwischen dem Ich (in der Welt) und dem transpersonalen Wesenskern des Menschen<sup>150</sup>.

Das Konstrukt der Ich-Selbst-Achse findet sich in der Jung'schen Psychologie nicht direkt wieder, jedoch implizit. Ein wesentlicher Unterschied besteht im Verständnis des Ichs: Bei Jung ist es ein Komplex unter vielen<sup>151</sup>, bei Assagioli ist es das unidentifizierte Zentrum des Bewusstseins. Das Selbst hat bei beiden eine große Schnittmenge, auch wenn Jung darin stärker die Gesamtheit aller psychischen Phänomene sieht und Assagioli damit „nur“ den transpersonalen Ursprung des Ichs meint. Jung hat den Begriff der Ich-Selbst-Achse nicht konkret verwendet, jedoch wird in seinen Texten die Beziehung zwischen dem Ich und dem Selbst deutlich. Somit kann daraus eine solche Achse bzw. Verbindung konstruiert werden<sup>152</sup>.

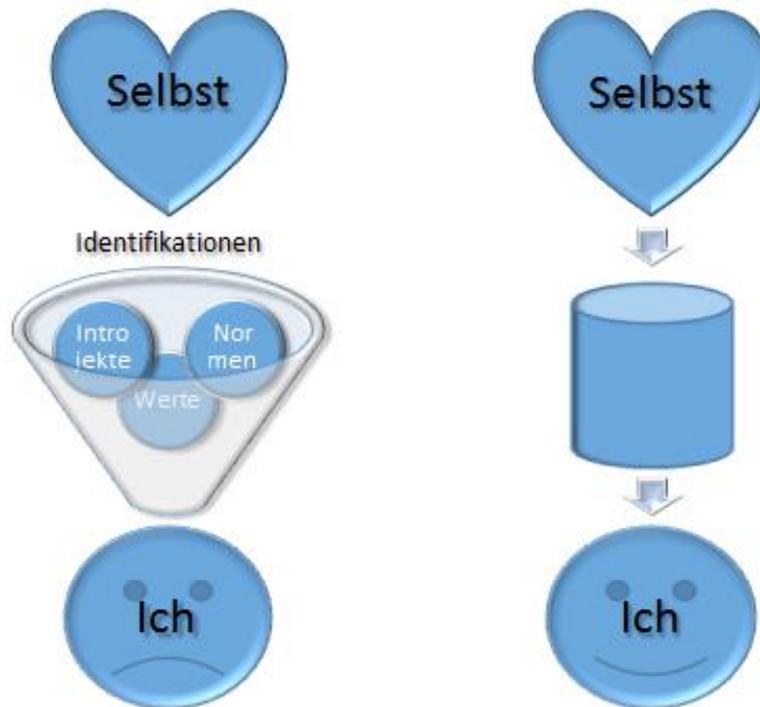
---

<sup>149</sup> 1992, S. 25

<sup>150</sup> Vgl. Kapitel 3.11.1.

<sup>151</sup> Vgl. Jung 1976, S. 471.

<sup>152</sup> Vgl. z.B. Herbold & Sachsse 2007, S. 13.



**Abbildung 8:** Ich-Selbst-Achse nach Reinhardt.

In Kapitel 4.1 werden Übungen beschrieben, die geeignet sind, um diese Verbindung erfahrbar zu machen und zu kultivieren.

### 3.5 Teilpersönlichkeiten

Im Menschenbild der PS wurde bereits das Konzept der (psychischen) Polaritäten vorgestellt<sup>153</sup>. Teilpersönlichkeiten sind damit verknüpft; sie sind die „Bewohner“ der verschiedenen Pole und werden im folgenden Abschnitt erläutert. Der Begriff „Teil“ ist hier als Ausdruck für einen schwer quantifizierbaren psychischen Anteil zu verstehen und weniger im technischen Sinne von einem Teil des Ganzen, das aus einer endlichen Menge von Teilen gebildet werden kann.

<sup>153</sup> Vgl. Kapitel 3.3.



**Abbildung 9:** Illustration von Teilpersönlichkeiten und vereinendem Zentrum.

Grundsätzlich handelt es sich bei ihnen um Anteile der Psyche, die verschiedene Bedürfnisse und Kompetenzen repräsentieren. Ihnen zugrunde liegen sogenannte Teilpsychen.

Durch die Methode der Imagination werden diese z.B. mittels der Inszenierung einer „inneren Bühne“ oder durch spontan entstehende innere Bilder als Gestalten visuell zugänglich und somit erfahrbar gemacht. Bei Jung heißt es „Sobald wir aber diese unbewussten Erscheinungen isolieren können, indem wir sie personifizieren, haben wir eine wirksame Technik, ihnen ihre Macht zu nehmen<sup>154</sup>.“ Diese Gestalten nennt die PS Teilpersönlichkeiten<sup>155</sup>. Es besteht eine Verwandtschaft zur konstruktivistischen Idee der sozialen Rolle und zu Jungs Konzepten des Komplexes und der Teilpsyche<sup>156</sup>. Jung konstatiert: „Man darf heutzutage wohl die Hypothese als gesichert betrachten, dass Komplexe abgesprengte Teilpsychen sind.<sup>157</sup>“ Teilpersönlichkeiten sind dabei durch bestimmte Gedanken, Verhaltensweisen, Gefühle, Körperhaltungen, Stimmlagen und

<sup>154</sup> Jung, 1995, S. 73.

<sup>155</sup> Vgl. Assagioli 2004, S. 115f, Reinhardt 2010a, 2006b und 2011.

<sup>156</sup> 1976, S. 116.

<sup>157</sup> Vgl. Pörksen 2011, S. 83-85 und Jung 1976, S. 116.

vieles mehr, die während der absichtlichen Identifikation mit bestimmten Teilpersönlichkeiten zutage treten können, gekennzeichnet. Auch Vermischungen verschiedener Anteile sind möglich. Durch die therapeutischen Techniken der PS werden sie isoliert voneinander betrachtet und behandelt<sup>158</sup>. Abbildung 9 illustriert das Konzept der Teilpsyche, die sich um das organisierende Zentrum - das „Ich“ - herum anordnen. Die Teilpersönlichkeiten dieser Bereiche treten in individueller und dynamischer Art und Weise auf. Für den Pol „Autonomie“ wäre beispielsweise ein wildes Tier vorstellbar und für die „Bezogenheit“ ein liebes kleines Mädchen. In den verschiedenen Gestalten drückt sich die Individualität der Klienten aus. Auch ein Stoppschild oder ein Fußballplatz wurden von Reinhardt als vorkommende Teilpersönlichkeiten genannt<sup>159</sup>.

Häufig kommt es zu einseitigen Identifikationen: Wenn ein Klient ein narzistisch orientiertes Selbstbild voller Stärke und Abgrenzungskompetenz hat, kann die Akzeptanz und Integration von Bedürftigkeit und Bezogenheit schwierig verlaufen. Die PS bedient sich an dieser Stelle des Konzeptes der Disidentifikation<sup>160</sup>, um dem Klienten die Möglichkeit zu bieten, seine potentiell einseitige Identifikation zu erkennen und möglicherweise sein Selbstbild um den vernachlässigten Gegenpol zu erweitern. Im inneren Bild können diese Gestalten direkt „kennengelernt“ werden. Der Klient setzt sich mit den Kompetenzen und Bedürfnissen der Teilpersönlichkeit auseinander und beginnt, diese in sein Leben zu integrieren. Während der therapeutischen Arbeit mit Teilpersönlichkeiten in den untersuchten Seminaren konnte häufig die Beobachtung gemacht werden, dass sie gegensätzliche Bedürfnisse und Wertungen haben, sodass sich daraus Konflikte ergeben. „Verschiedene Teilpersönlichkeiten raufen fortwährend miteinander: Impulse, Wünsche, Prinzipien, Sehnsüchte [und] Ideale liegen in nicht endendem Kampf miteinander<sup>161</sup>.“

---

<sup>158</sup> Vgl. Kapitel 4.1.

<sup>159</sup> Reinhardt 2011, persönliche Mitteilung.

<sup>160</sup> Siehe Kapitel 3.8.

<sup>161</sup> Assagioli in Ferrucci 1999, S. 57.

Diese inneren Gestalten können nicht nur durch imaginative Techniken erschlossen werden, sondern ebenso durch folgende Verfahren nach Reinhardt<sup>162</sup>:

- Introspektion/ Selbsterforschung/ innerer Dialog
- Spontanmanifestation durch absichtslose Phantasie
- Projektionsrücknahme<sup>163</sup>
- Träume

### 3.5.1 Aufstieg von Teilpersönlichkeiten

Reinhardt<sup>164</sup> hat die therapeutische Arbeit mit Teilpersönlichkeiten als einen fünfstufigen Prozess beschrieben, der aus den folgenden Punkten besteht. Die Idee dieses Konzepts stammt von James Vargiu, einem direkten Schüler Assagiolis<sup>165</sup>:

1. **Erkennen:** Der Prozess beginnt mit der Selbsterkenntnis, dass es die innere Realität einer bestimmten Teilpsyche gibt. Sie kann durch ein therapeutisches Anliegen entdeckt werden, oder ihre Entdeckung zieht ein solches nach sich, sodass die folgenden Schritte indiziert sind, um eine Entwicklung dieses Anteils zu ermöglichen.
2. **Akzeptieren:** Dieser Schritt ist zentral, kann jedoch überaus schwer zu realisieren sein. Je nach Art der Teilpersönlichkeit kann eine Kollision mit dem Selbstbild und/ oder dem Wertesystem des Klienten entstehen. In diesem Fall wird es ihm schwer fallen, diese als unpassend empfundene innere Wirklichkeit zu akzeptieren. Für diesen Fall gibt es eine Akzeptanzübung, die dem Klienten diesen Schritt erleichtern soll: Es wird ein angeleiteter innerer Dialog mit der Teilpersönlichkeit geführt, bei dem die Optionen Ablehnung und Akzeptanz durchgespielt werden. Aufgrund der Tendenz zur Integration steht am Ende zumindest eine Annäherung, wie eine Akzeptanz von z.B. 10% eines Anteils.

---

<sup>162</sup> 2006b. Siehe auch Kapitel 4.9.

<sup>163</sup> Vgl. Kapitel 4.1.

<sup>164</sup> 2011a.

<sup>165</sup> Vgl. Vargiu 1974

- 3. Koordination:** Es geht beim Schritt der Koordination um die Analyse der Ist-Situation der fokussierten Teilpsyche im Lebensgefüge des Klienten. Wenn es sich um eine schwer zu akzeptierende Teilpersönlichkeit handelt, kann der Prozess zunächst mit diesem Punkt abgeschlossen werden. In diesem Fall wird der Fokus auf die Akzeptanz gelegt und der Klient wird unterstützt, dem entsprechenden Anteil und den zugehörigen Bedürfnissen mehr Raum zu geben. Dabei werden z.B. die folgenden Fragen verwendet: In welchen Lebenssituationen hat die entsprechende Gestalt ihre „Öffnungszeiten“? Gibt es Lebenskontexte, in denen sie sich wohl oder unwohl fühlt et cetera.?
- 4. Integration:** Dieser Punkt beschreibt das Auffinden des Gegenpols bzw. der entsprechend polaren Teilpersönlichkeit. Wenn die eine Seite exploriert wurde und ihren Platz im Leben des Klienten definiert hat, sollte die Gegenseite einbezogen werden, um das Gleichgewicht herzustellen und eine Synthese aus beiden Seiten zu ermöglichen. Dazu gibt es Methoden, mit denen beide Teilpersönlichkeiten einen Kompromiss aushandeln können<sup>166</sup>. Idealerweise sollten die Punkte zwei und drei auch mit dem Gegenpol durchgearbeitet werden.
- 5. Synthese:** Die Synthese der Gegenpole entsteht aus der Gegensatzdynamik und stellt etwas drittes Neues dar<sup>167</sup>. Der Klient lernt, zwischen beiden Polen zu schwingen. Im Zentrum aller Teilpersönlichkeiten steht die organisierende Mitte, „das erwachte Ich“. Metaphorisch passt dazu der König, der seine Gefolgsleute um sich scharrt. Die Synthese steht im Dienste der Mitte bzw. des Ichs.

Je bewusstseinsferner, das heißt abgelehnt, unterdrückt und desintegriert ein psychischer Inhalt ist, umso verzerrter erscheint dieser während der Therapie als imaginierte Teilpersönlichkeit<sup>168</sup>. So kann eine Aggressionsteilpersönlichkeit z.B. als wilde Gestalt erscheinen und den Klienten schockieren. Im Verlauf eines psychosynthetischen Therapieprozesses verändern sich derartige Gestalten häufig zu

---

<sup>166</sup> Siehe Kapitel 4.1.2.

<sup>167</sup> Siehe Kapitel 3.7.

<sup>168</sup> Vgl. Reinhardt 2011, persönliche Mitteilung.

weniger problematisch wirkenden Figuren. Darin spiegelt sich die verbesserte Anbindung der jeweiligen Teilpsyche wider. Neben der Akzeptanz schwieriger Anteile steht die Anbindung des Gegenpols im Zentrum der Arbeit mit Teilpersönlichkeiten.

Ein persönliches Beispiel für einen derartigen Prozess ist ein wilder Drache, der für mich bereits einige Jahre zurückliegend die stärkste Teilpersönlichkeit darstellte, die mir je (imaginativ) begegnet war. Wenn ich mich mit ihm identifizierte, wurde ich von seiner Energie überflutet und hatte keine Chance, sie zu kanalisieren oder zu kontrollieren.

Fünf Jahre später lernte ich die Teilpersönlichkeit eines Ritters kennen, der sich bereitwillig in meinen Dienst stellte. Er war nicht von der gleichen unbändigen Kraft des Drachen, aber er verkörperte einen großen Teil davon, der mir konstruktiv zur Verfügung stand und noch heute steht.

Der gesamte Prozess mit dieser Teilpsyche begann mit einem persönlichen Problem, das autoaggressive Tendenzen aufwies. Mit diesem Ausgangspunkt wurde der Drache therapeutisch als symbolisierende Teilpersönlichkeit aufgefunden. Es war zunächst keine Akzeptanz möglich, mir gelang lediglich die Anbindung weniger Prozente dieser Energie. Im weiteren Verlauf (über ca. 2 Jahre) zeigte sich ein entsprechender Gegenpol in der Gestalt eines Kindes, das mich an eine Fee erinnerte. Über mehrere Sitzungen gelang ein Dialog zwischen diesen Gestalten an dessen Ende die große Kraft des Drachen bzw. des Ritters im Dienste der Weichheit und Sensibilität symbolisierenden Kindes stand. Die neu entstandene Qualität lag in einer gerichteten Kraft, die die eigene Verletzlichkeit schützt, während das Kind in der Lage ist, sensibel wahrzunehmen, wo die Kraft hingehört oder konstruktiv einsetzbar ist.

### 3.6 Der Wille

Der folgende Abschnitt stellt den Willen als zentrales psychisches Prinzip in der PS vor. Assagioli misst dem Willen eine zentrale Bedeutung bei. Sein Werk „Schulung des Willens“<sup>169</sup> befasst sich ausschließlich mit den Aspekten des Willens und seiner therapeutischen Relevanz. Einleitend werden die Eigenschaften des Willens nach Assagioli aufgelistet:

„Energie – Dynamische Kraft – Intensität

Beherrschung – Kontrolle – Disziplin

Konzentration – auf einen Punkt gerichtet sein – Aufmerksamkeit – Zielbewusstsein

Entschlossenheit – Entschiedenheit – Unerschütterlichkeit – Unverzüglichkeit

Beharrlichkeit – Ausdauer – Geduld

Initiative – Mut – Wagemut

Organisation – Integration - Synthese<sup>170</sup>“

Diese Merkmale sind Assagiolis Ansicht nach wichtige Attribute des Willens, die es beim Verständnis seines Willensbegriffs zu berücksichtigen gilt<sup>171</sup>. Als Definition findet sich die Aussage: „Der Wille ist die Funktion, die am direktesten mit dem Selbst verbunden ist“<sup>172</sup>. Die übliche Vorstellung über den Willen als verbotende oder gewaltsam vorantreibende Kraft erweitert er um verschiedene Aspekte, die später genauer dargestellt werden. Zunächst bemüht er folgende Metapher: Der Steuermann eines Segelschiffes kann als Analogie zum Willen gesehen werden. Dieser investiert ungleich weniger Kraft als der Wind, um das Schiff voranzubringen und doch gibt er die Richtung vor und bestimmt mit der Ausrichtung zum Wind, wie schnell das Schiff

---

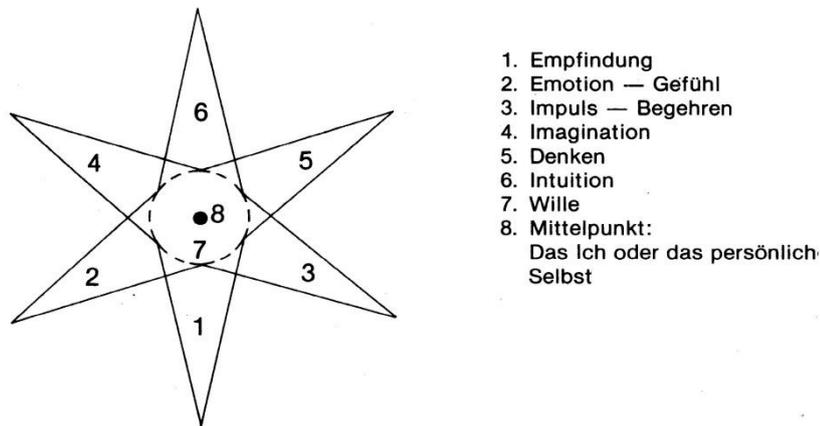
<sup>169</sup> 1982.

<sup>170</sup> 1982, S. 27.

<sup>171</sup> Zur Vertiefung der Willenseigenschaften wird auf den Originaltext verwiesen: Assagioli, 1982, S. 27.

<sup>172</sup> Assagioli 2004, S. 160.

fährt, welche Neigung es hat<sup>173</sup>. Darin spiegelt sich die zentrale Bedeutung des Willens für die Psyche wider. Die vorhandene Energie (des Selbst) wird durch den Willen kanalisiert und ausgerichtet. Dieser hat das Potential zu bestimmen, was getan und was gelassen wird. Abbildung 10 veranschaulicht diese Stellung im Verhältnis zu anderen psychischen Phänomenen, wie Impulsen und Gedanken.



**Abbildung 10:** Stellung des Willens. Quelle: Assagioli 1982, S. 21.

Nach Ferruccio Antonelli, ein Schüler Assagiolis, ist der Wille des Klienten bei Assagioli stark verbunden mit dem, was heute in der modernen Medizin und Psychotherapie als „Compliance“ bezeichnet wird<sup>174</sup>. Er betont damit den Willen zur Veränderung bzw. zur Heilung. Assagiolis weitere Analyse des Willens zeigt seinen phasischen Verlauf, der folgendermaßen benannt wird:

1. **Zweck/ Ziel:** Was wird bezweckt, was soll erreicht werden? Dieser Punkt bildet das Fundament der folgenden Schritte.
2. **Abwägen:** Viele Optionen stehen zur Auswahl. An diesem Punkt wird zwischen den Alternativen abgewogen und ausgewählt. Dazu gehört die gesamte Kosten-Nutzen-Rechnung der möglichen Handlung.

<sup>173</sup> Vgl. Assagioli 1982, S. 19

<sup>174</sup> Vgl. Giovetti 2007, S. 117.

- 3. Entscheidung:** Als logische Folge von Punkt zwei kommt es jetzt zur Festlegung – die Entscheidung zwischen den Alternativen ist gefallen. An dieser Stelle wird der Rubikon überschritten<sup>175</sup>.
- 4. Bestätigung:** Jetzt passiert eine Rückversicherung bezüglich des ursprünglichen Vorhabens. Das angestrebte Ziel wird wachgerufen, um kreative Energie zur Umsetzung zu entfalten.
- 5. Planung:** Die angestrebte Verwirklichung bedarf je nach Komplexität eines Planes. Dieser beinhaltet die einzusetzenden Kosten, die Situation, mögliche Abweichungen und alle weiteren relevanten Variablen zur erfolgreichen Umsetzung des Ziels.
- 6. Durchführung:** Beim letzten Punkt geht es um die direkte Umsetzung des erfolversprechendsten Planes. Dabei werden alle relevanten Ressourcen herangezogen und alle Störquellen minimiert. Die Durchführung wird dann überwacht und gegebenenfalls an sich ändernde Bedingungen angepasst<sup>176</sup>.

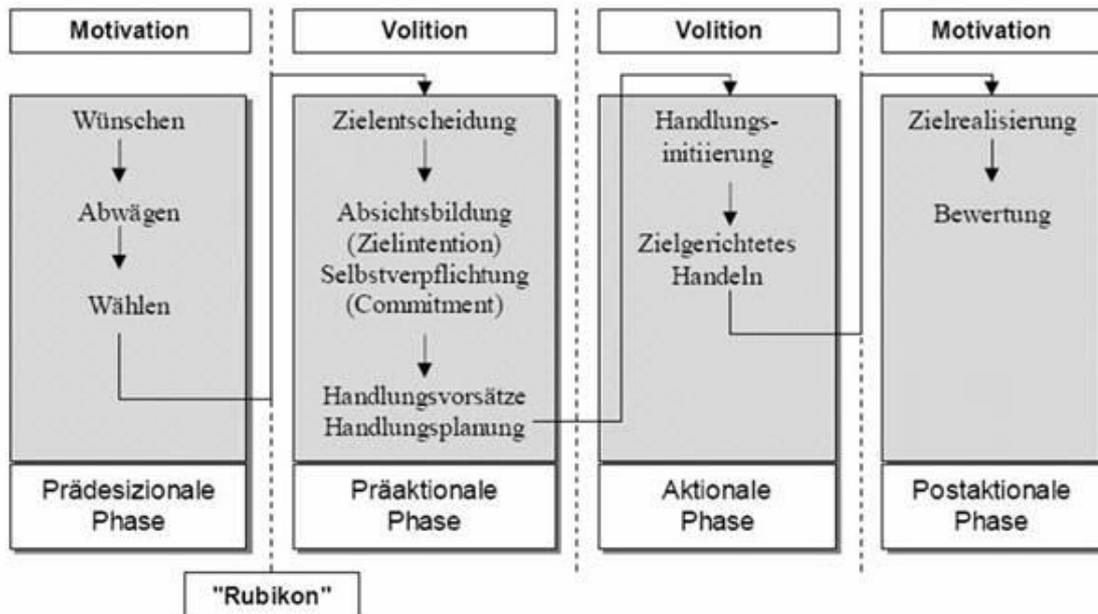
Der phasische Verlauf nach Assagioli ist dem „Rubikon Modell der Handlungsphasen“ nach Gollwitzer<sup>177</sup> ähnlich, das auf den Arbeiten von Heckhausen gründet und durch Abbildung 11 veranschaulicht wird.

---

<sup>175</sup> Vgl. Abbildung 11.

<sup>176</sup> Vgl. Assagioli 1982, S. 121-170.

<sup>177</sup> 1991.



**Abbildung 11:** Rubikon Modell der Handlungsphasen nach Gollwitzer (1991). Quelle: Deimann, M. (2007), S.75.

Neben den Phasen des Willens benennt Assagioli vier Aspekte des Willens. Während der phasische Verlauf sich mit den Schritten bis zur Umsetzung einer gewollten Handlung beschäftigt, werden mit den folgenden „vier Aspekten des Willens“ grundsätzlich verschiedene Arten desselben vorgestellt:

1. **Der starke Wille:** Hiermit ist die übliche Auffassung über den Willen gemeint: Die Kraft der Initiative, der Umsetzung und des Durchhaltens. Darin steckt seine ganze Intensität und Wucht. Zur Übung und Unterstützung des starken Willens schlägt er eine große Anzahl einfacher Übungen vor, die alle ein gemeinsames Ziel haben: die bewusste Umsetzung und das Eliminieren konkurrierender Impulse. So schlägt Assagioli beispielsweise vor, sich ganz bewusst am Morgen zum Aufstehen und Anziehen zu entscheiden oder jeden Tag zu einem bestimmten Zeitpunkt eine Zeit lang still zu sitzen. Ein solches Training beschreibt er analog zum Muskelaufbau – mit fortwährendem Training bilden sich starke Strukturen aus.
2. **Der geschickte Wille:** In diesem Zusammenhang schildert Assagioli zwei typische Fehler im Gebrauch des Willens: Der eine besteht in der

überproportionalen Aufwendung von Kraft um etwas zu erreichen, also eine Überbetonung des starken Willens, und der andere im „sich gehen lassen“, das heißt, sich Trieben und Impulsen gegenüber als ausgeliefert anzusehen, die sich unreguliert ausagieren. Zur Lösung dieser Schwierigkeit empfiehlt er die Anwendung einer Strategie, die nicht den direktesten Weg sucht (wie der starke Wille), sondern den geschicktesten im Sinne der Wirksamkeit, und der die geringsten Kosten zur Erreichung des Ziels aufweist. Um das realisieren zu können, ist gute Kenntnis des eigenen psychischen Systems nötig, damit die verschiedenen Kräfte im Sinne der Zielerfüllung genutzt werden können. Alle in Abbildung 10 ersichtlichen Bereiche können durch den geschickten Willen zur Verwirklichung eines lohnenden Ziels eingesetzt werden. Alle erfahrenen Eindrücke hinterlassen Spuren und wirken in der Psyche. Assagioli bemüht den Vergleich zum Atem: Die Psyche atmet unaufhörlich Einflüsse ein, die verschiedenste Wirkungen haben können. Diese sollten vom geschickten Willen genutzt werden.

Ähnliches gilt für die „psychischen Gesetze“<sup>178</sup>.“ Er führt in diesem Kontext alle auf, die für den Willen relevant sind:

- a. Vorstellungen, innere Bilder und Ideen haben die Tendenz, den Körper und Handlungstendenzen zu beeinflussen und entsprechende Gefühle zu wecken.
- b. Einstellungen und Verhaltensweisen haben die Tendenz, Vorstellungen, innere Bilder und Ideen hervorzurufen, die wiederum Emotionen und Empfindungen beeinflussen können.
- c. Emotionen und Eindrücke haben die Tendenz, Ideen und innere Bilder entstehen zu lassen oder zu verstärken, die mit ihnen verknüpft sind.
- d. Triebe und Bedürfnisse haben die Tendenz, entsprechende Bilder, Emotionen und Ideen zu bilden, die nach Punkt a. entsprechende Handlungen begünstigen.
- e. Aufmerksamkeitsfoki und Wiederholungen verstärken alle psychischen Inhalte, auf die sie sich beziehen.

---

<sup>178</sup> Assagioli 1982, S. 53.

- f. Wiederholte Verhaltensweisen verstärken sich selbst bis hin zum Automatismus.
- g. Verschiedene Funktionen, Teilpersönlichkeiten und Komplexe sowie deren Kombinationen können unbewusst auf die Erreichung ihrer Bedürfnisse hinwirken, selbst gegen den bewussten Willen.
- h. Triebe, Begierden und Gefühle verlangen nach Ausdruck.
- i. Psychische Energien haben drei mögliche Wege des Ausdrucks: Direkte Entladung, indirekt durch symbolische Handlungen und durch Transformationsprozesse<sup>179</sup>.

Die Empfehlungen zur Entwicklung des geschickten Willens sind vielfältig. Viele orientieren sich an den beschriebenen Gesetzen bzw. deren Beherrschung. Für eine Vertiefung dieser Thematik wird auf die Primärliteratur verwiesen.

- 3. Der gute Wille:** Dieser berücksichtigt beim Verwirklichen der eigenen Ziele auch die Bedürfnisse der beteiligten Personen und der Gesamtsituation. Der gute Wille findet also im Bewusstsein der Verbundenheit statt und überschreitet damit die Grenze des Individuums. Assagioli betont in diesem Zusammenhang die Hindernisse für den guten Willen und benennt diese. Demnach stehen Egozentrismus und fehlende Rücksicht auf der überwertig-nazistischen Seite und überzogene Empathie und Unterordnung auf der Seite der Missachtung eigener Bedürfnisse. An dieser Stelle wird auf einen weiteren Theoriebaustein der PS verwiesen, der sowohl für sich allein stehen kann als auch in den jetzt behandelten Kontext gehört und in Kapitel 3.7. ausführlich behandelt wird. Es handelt sich dabei um die polaren Prinzipien der Psyche *Lieben und Wollen*.

Die Übungen zum guten Willen sind analog zu Synthesen aus den genannten Polaritäten. Es handelt sich also um Therapieziele und nicht um Übungen, wie sie zum starken Willen beschrieben wurden.

- 4. Der transpersonale Wille:** Dieser Aspekt des Willens hat nichts mehr mit den Interessen des personalen Selbst im Sinne seiner materiellen Bedürfnisse zu tun. Hier geht es um das Bedürfnis nach Selbstverwirklichung<sup>180</sup> und

---

<sup>179</sup> Vgl. Assagioli 1982, S. 49-79.

<sup>180</sup> Meint hier die Verwirklichung des höheren Selbst.

Transzendenz, das für Assagioli ähnlich grundlegend ist, wie die sozialen Bedürfnisse nach Maslow<sup>181</sup>. Er führt dazu zahlreiche Quellen an - etwa die Maslow'sche Bedürfnispyramide<sup>182</sup> oder die Sinnsuche nach Frankl<sup>183</sup>. Zur Verwirklichung des Transzendenzbedürfnisses benennt er die folgenden vier Punkte:

- a. Transzendenz durch transpersonale Liebe,
- b. Transzendenz durch transpersonales Handeln,
- c. Transzendenz durch Schönheit und
- d. Transzendenz durch Selbstverwirklichung.

Übungen zu diesem vierten Willensaspekt sind vor allem Disidentifikationsmethoden, wie z.B. Meditation<sup>184</sup>. Die Verwirklichung des transpersonalen Willens kann sich auch der anderen Aspekte des Willens bedienen. Beispielsweise braucht es starken und geschickten Willen, um eine tägliche Meditationspraxis konsequent zu realisieren.

Es gibt noch einen weiteren Aspekt des Willens, der hier bewusst nicht in die Aufzählung aufgenommen wurde. Dabei handelt es sich um den universellen Willen. Er könnte auch als kosmischer Wille bezeichnet werden. Hierzu ist die Empirie weniger valide als zu den zuvor erläuterten Willensaspekten. Der universale Wille führt ins Gebiet der Mystik. Assagioli nennt einige mögliche Zugänge zu diesem Aspekt, die sich als mystische- oder Erleuchtungserfahrungen zusammenfassen lassen. Dabei geht es weniger um bestimmte Techniken oder ähnliches, vielmehr beschreibt er dazu die Erfahrung, dass es dieses *Größere* gibt, und dass es darin eine Richtung (~Wille) zu geben scheint, die sich durch alles ausdrückt, auch durch den Willen jeden Individuums. Er zitiert dazu erleuchtete Meister, die den universellen Willen als die Ergänzung zum individuellen Willen beschreiben, z.B. „die Individualität ist nicht nur

---

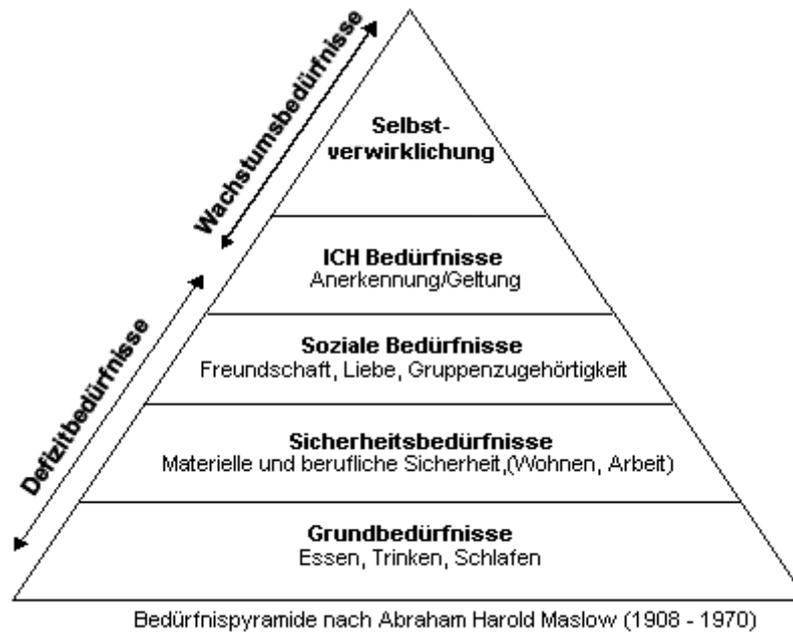
<sup>181</sup> Vgl. Kapitel 3.3 und Tabelle 1.

<sup>182</sup> Vgl. Abbildung 12.

<sup>183</sup> Vgl. Frankl 2012.

<sup>184</sup> Weitere Disidentifikationsmethoden finden sich im Kapitel 4.1.2.

das notwendige und komplementäre Gegenstück der Universalität, sondern der Brennpunkt, durch den allein Universalität erlebt werden kann<sup>185</sup>.“



**Abbildung 12:** Bedürfnispyramide nach Maslow. Quelle: <http://www.informatikkaufmann-azubi.de/tagebuch/index.php?s=maslow>

Das nächste Kapitel befasst sich mit einem weiteren Prinzip der Psyche, das Assagioli als komplementär zum Willen beschreibt.

### 3.7 Lieben und Wollen

Lieben und Wollen beschreibt genau den Willen, der im vorherigen Kapitel am Ende des Abschnitts bezüglich des guten Willens erwähnt wurde und der den Gegensatz zwischen den eigenen Interessen und den Interessen anderer Menschen aufzeigt<sup>186</sup>. Lieben und Wollen sind zwei polare Prinzipien der Psyche, die es zur Synthese zu bringen gilt, das heißt, eine Vereinigung der Dichotomie zwischen Autonomie und Bezogenheit oder Lieben und Wollen, ohne einseitige Identifikationen. Dabei kommt

<sup>185</sup> Lama Anagarika Govinda in Assagioli 1982, S. 116 und Vgl. S. 27-118.

<sup>186</sup> Siehe Kapitel 3.6.

es häufig zu folgendem Dilemma: „(...) der Mangel an Liebe auf Seiten derer, die Willen haben, und der Mangel an Willen bei jenen, die gut und liebevoll sind<sup>187</sup>.“ Dementsprechend gilt es zunächst die eigene Position auf dieser Dimension herauszufinden. Dazu beschreibt Assagioli die verschiedenen Arten von Liebe, die jeweils auch bestimmte Beziehungen zu den Aspekten des Willens haben. Die Arten der Liebe sind vielfältig und erstrecken sich von Selbstliebe über die verschiedenen Möglichkeiten zwischen zwei Menschen, wie erotische Liebe, mütterliche und väterliche Liebe, altruistische Liebe sowie Liebe zwischen Freunden oder Geschwistern bis hin zur Liebe zu Dingen, Ideen oder Idealen und der Liebe zum Göttlichen. Die individuellen Ausprägungen und Querverbindungen zwischen den Arten der Liebe und des Willens sind sehr zahlreich und können hier nicht erschöpfend dargestellt werden. Assagioli betont in diesem Zusammenhang die Kunst des Liebens und drückt damit aus, wie schwer es ist, wirkliche Liebe über eine lange Zeit aufrecht zu erhalten und dabei nicht in die Schattenseiten des „Besitzen wollens“ bei der partnerschaftlichen Liebe oder der Anspruchsstellung bei der väterlichen Liebe zu verfallen. Letzteres meint die häufig auftretende bedingte Liebe: In unserer Kultur ist die Bedingung „Liebe für Leistung“ besonders verbreitet. Damit ist tatsächlich Anerkennung gemeint, die jedoch häufig mit Liebe verwechselt wird.

Die Lösung des oben genannten Dilemmas und auch die Meisterung langfristiger Lieben besteht nach Assagiolis Ansicht in drei Schritten: Erstens soll die unterlegene entwickelte Kompetenz verstärkt werden, zweitens wäre die Erweckung der höheren Aspekte des näher liegenden Prinzips zu vollziehen und schließlich die wechselseitige Arbeit mit beiden, um sie aneinander wachsen und sich gegenseitig (ver-) stärken zu lassen. Günstige Bedingungen herrschen seiner Meinung nach, wenn ausreichend Wissen über die Psyche und die Mechanismen von Lieben und Wollen besteht, und wenn auch Weisheit zu den angestrebten Persönlichkeitseigenschaften des Individuums gehört. Ein Aspekt der Weisheit ist das Spielen mit Gegensätzen. Daher werden Synthesen von Gegensätzen durch Weisheit erleichtert. Die Abbildungen 13 und 14 zeigen einige Beispiele für solche Synthesen.

---

<sup>187</sup> Assagioli 1982, S. 87.

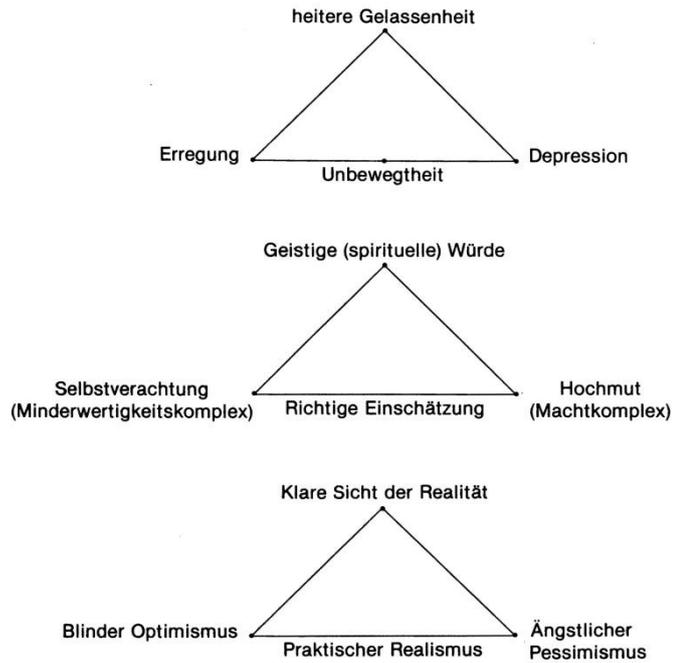


Abbildung 13: Beispielsynthesen a, Quelle: Assagioli 1982, S. 95.

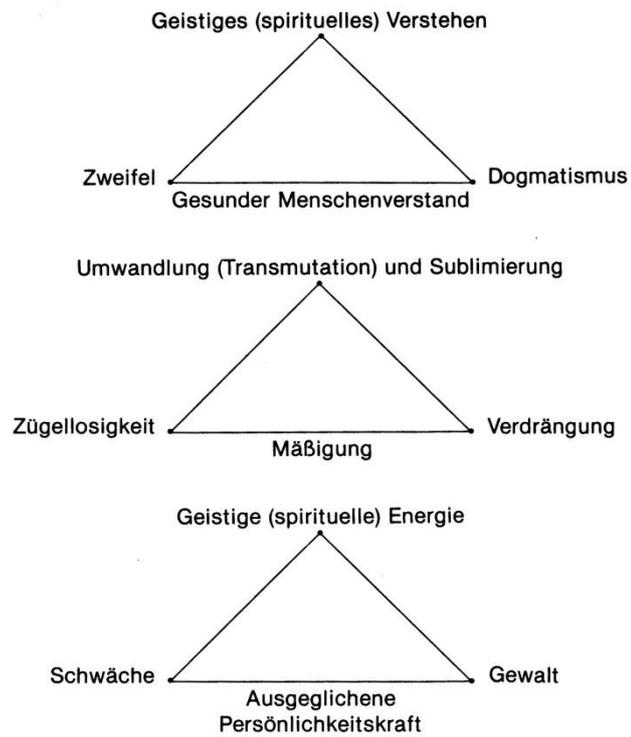


Abbildung 14: Beispielsynthesen b, Quelle: Assagioli 1982, S. 95.

In den Abbildungen 13 und 14 sind jeweils links und rechts die Polaritäten benannt. Oben steht die potentiell daraus zu bildende neue Qualität der Synthese und unten eine Haltung, die diese zu entwickeln begünstigt. Polaritäten in Einklang zu bringen, ist neben dem Erwachen des Bewusstseins das zentrale Anliegen der PS. Lieben und Wollen nehmen dabei eine Schlüsselstellung ein, weil sie zu den elementarsten Polaritäten zählen, die die menschliche Psyche beherbergt<sup>188</sup>.

Reinhardt bezeichnet die Liebe als verbindende Kraft der Evolution, die Dinge, Pflanzen, Tiere und Menschen im Sinne des Wachstums und zunehmender Komplexität miteinander verbindet<sup>189</sup>.

### **3.8 Das Prinzip der Disidentifikation**

Das folgende Kapitel wendet sich der Disidentifikation zu. Nachdem verschiedene Formen von Identifikationen vorgestellt wurden<sup>190</sup>, geht es nun um die Möglichkeit, sich davon zu distanzieren.

Disidentifikation ist der Schlüssel zur Verwirklichung der Ziele der PS. Alle vorangegangenen Ausführungen bzw. Praktiken der PS benötigen eine ausreichende Disidentifikation von bestimmten Inhalten, um wirken zu können. Jede Teilpersönlichkeit, jede Überzeugung und alle psychischen Inhalte sind relativ zu ihrem Gegenteil. Daher kann „die andere Seite“ nur wahrgenommen werden, wenn sich der Klient von dem Pol, mit dem er identifiziert ist, disidentifiziert. Es geht hier also um die Auflösung des Konzepts von „entweder oder“ hin zu einer Erfahrung von Selbstdistanzierung im positiven Sinne. „Wir werden beherrscht von allem, womit sich

---

<sup>188</sup> Vgl. Assagioli 1982, S. 97.

<sup>189</sup> Reinhardt 2011, persönliche Mitteilung.

<sup>190</sup> Siehe Kapitel 3.5.

unser Selbst identifiziert. Wir können alles beherrschen und kontrollieren, von dem wir uns disidentifizieren<sup>191</sup>.“

Aus einem disidentifizierten Bewusstseinszustand entsteht der neutrale Beobachter, das wirkliche Ich<sup>192</sup>. Reinhardt nennt im Zusammenhang mit dem disidentifizierten Ichbewusstsein die Qualitäten „Bereitschaft zur Akzeptanz, Freiheit von Wertungen, nicht verhaftet – nicht verwickelt, Dialog mit den Signalen der Innenwelt<sup>193</sup>.“

Das Prinzip der Disidentifikation kann also als eine wertfreie und akzeptierende Perspektive auf die übliche Innenwelt der Persönlichkeit verstanden werden. Es ist ein notwendiger Zwischenschritt, um weiterführende Prozesse zu ermöglichen. Geeignete Methoden, um diesen Zustand herzustellen, werden in Kapitel 4.1.2 vorgestellt.

Neben den vorgestellten theoretischen Konstrukten und psychischen Mechanismen der PS wird nachstehend die therapeutische Beziehung behandelt. Sie gewann zunehmend an Bedeutung im Kontext der Psychotherapieforschung.

### **3.9 Die therapeutische Beziehung in der PS**

Nach Grawe<sup>194</sup> ist die therapeutische Beziehung einer der vier entscheidenden Wirkfaktoren von Psychotherapie. Assagioli orientiert sich hierzu an Schriften von Henri Baruk<sup>195</sup>. Darin wird betont, der Therapeut müsse sich der individuellen Wirkung seiner Persönlichkeit auf den Klienten bewusst werden und danach streben, alle darin für den Klienten dysfunktionalen Elemente zu eliminieren und die hilfreichen zu stärken. Ferner wird besonders die Wertschätzung gegenüber dem Klienten betont. Assagioli empfiehlt, sich grundsätzlich an den „gesunden Teil des

---

<sup>191</sup> Assagioli 2004, S. 66.

<sup>192</sup> Vgl. Kapitel 3.4.

<sup>193</sup> 2005.

<sup>194</sup> 1994.

<sup>195</sup> Ein französischer Psychiater (1897-1999).

Patienten zu wenden, mit dem gleichen Geist des Vertrauens, der Zuversicht und Wertschätzung<sup>196</sup>.“ Weiter beschreibt er die Rolle des Therapeuten als vergleichbar mit einem weise führenden Vater, der vorbildhaft und wissend fungiert. Dieser sollte aber nicht wertend moralisieren, sondern durch eine Anbindung an das höhere Selbst eher eine liebend-akzeptierende Haltung an den Tag leben<sup>197</sup>.

Bei Reinhardt wird ebenfalls eine wertfreie, akzeptierend-liebevolle und ressourcenorientierte Haltung gegenüber dem Klienten betont<sup>198</sup>. Innerhalb der zugrunde liegenden Studie dieser Dissertation spielt die therapeutische Beziehung eine abweichende Rolle, weil sie hier zwischen Seminarleitung und Teilnehmern, also im Gruppensetting besteht. Weitere Ausführungen dazu finden sich in Kapitel 4.1.2.

Es gibt zahlreiche Phänomene, die die therapeutische Beziehung beeinflussen. Zu nennen sind hier vor allem Übertragung- und Gegenübertragungsphänomene, die in der psychoanalytischen Literatur eingehend beschrieben werden<sup>199</sup>. Sie sind in der PS ebenfalls relevant, werden jedoch nicht aktiv für therapeutische Interventionen eingesetzt. Vielmehr geht es in der PS darum, diese bewusst wahrzunehmen und gegebenenfalls zu thematisieren. Nach Reinhardt finden die relevanten Übertragungsphänomene vor allem im Therapeuten statt<sup>200</sup>. Er sollte aufgrund seiner Selbsterfahrung in der Lage sein, sich einerseits der für seine Person typischen Übertragungen bewusst zu sein und andererseits sollte er die, durch Übertragung in ihm auftauchenden Wahrnehmungen, richtig einordnen und bewerten können.

Diese Thematik führt direkt in ein weiteres Feld, das sowohl für die therapeutische Beziehung als auch allgemein im zwischenmenschlichen Kontakt wichtig ist – die Projektion. Sie wird in Kapitel 3.1.1 erläutert.

---

<sup>196</sup> Assagioli 2004, S. 265.

<sup>197</sup> Vgl. Assagioli 2004, S. 264-268.

<sup>198</sup> Reinhardt 2011, persönliche Mitteilung.

<sup>199</sup> Z.B. Bettighofer 2010.

<sup>200</sup> Reinhardt 2011, persönliche Mitteilung.

Nachdem Assagiolis Theoriegebäude vorgestellt wurde, geht es im Folgenden um die Weiterentwicklungen Reinhardts. Der Abschnitt beginnt mit einer knappen Darstellung seiner Biographie, die primär seine fachliche Prägung vermittelt.

### **3.10 Harald Reinhardt**

Harald Reinhardt wurde am 25.9.1949 in Köln geboren und hat die PS in vielerlei Hinsicht adaptiert und weiterentwickelt. Über seinen Werdegang sind wenig Details bekannt, sodass auf präzise Datenangaben weitgehend verzichtet werden muss. Im Folgenden wird ein Überblick über seine Aus- und Weiterbildungen, sowie über einige Personen und Konzepte gegeben, die ihn geprägt und inspiriert haben.

Die transpersonale Orientierung trat früh in Reinhardts Leben, als er mit Anfang 20 die Meditation für sich entdeckte. Er setzte sich mit dem Taoismus sowie der Yoga- und Sufitradition auseinander und wurde Meditationslehrer in der Technik der Transzendentalen Meditation (TM). Seine Fähigkeit zur Begeisterung von Menschengruppen durch Seminare und Vorträge setzte er bereits ab Mitte der 70er Jahre ein. Inhaltlich erarbeitete er sich Kompetenzen in verschiedenen Bereichen, was beispielsweise Vorträge auf medizinischen Kongressen und Engagements als Unternehmenscoach ermöglichte.

Schon lange vor der Begegnung mit der PS absolvierte er Fortbildungen am C.G. Jung Institut in Zürich und in verschiedenen Methoden Humanistischer Therapie, z.B. bei Arnold Keyserling<sup>201</sup> in Wien und ein vierjähriges Training in Gestalttherapie. Ab Anfang der 80er Jahre gab er regelmäßig Seminare zu Kreativität, Symbolarbeit (u.a. mit Träumen) und transpersonaler Selbsterfahrung.

In Assagiolis PS fand Reinhardt ein theoretisches Modell und ein Methodenspektrum, das Spiritualität und basale Lebensbewältigung vereinigt. Diese beiden Pole<sup>202</sup> zu

---

<sup>201</sup> Religionswissenschaftler, Philosoph und Astrologe, Professor für Religionsphilosophie.

<sup>202</sup> Von Assagioli personale und transpersonale Synthese genannt, Vgl. Kapitel 3.3.

verknüpfen und ihre wechselseitige Fruchtbarkeit zu unterstützen, bildet einen der Kerngedanken in Reinhardts Entwicklungen. Gemeinsam mit anderen heute zentralen Figuren der PS im deutschsprachigen Raum, wie Christina Brode oder Ulla Pfluger-Heist wurde er gegen Ende der 80er Jahre durch den Amerikaner David Bach in PS ausgebildet. Später ergaben sich Kontakte nach Italien, wo Reinhardt gemeinsam mit seiner Partnerin Birgit Haus verschiedene Schüler Assagiolis besuchte und interviewte, um Zugang zu den Ursprüngen der PS zu finden. Reinhardt gründete zusammen mit Birgit Haus das „Institut für Psychosynthese und Transpersonale Psychologie“ im Jahre 1992 und bietet mit ihr PS-Seminare an. Hinzu kam wenig später die vierjährige Fortbildung, die sich in zwei Jahre pädagogischer PS und weitere zwei Jahre therapeutischer PS unterteilt und aktuell im zehnten Durchgang stattfindet. Die Vielfalt des Seminarangebots des Instituts ist ein Ergebnis seiner langjährigen Seminartätigkeit und der Inspiration durch verschiedene Inhalte. Seminartitel wie „Auf der Suche nach dem heiligen Gral“ oder „Das Erbe des Königs – Frieden mit der Vaterwelt“ deuten auf die Analogie zu Mythen und Märchen hin, die Reinhardt psychologisch interpretiert. Er findet ihren anthropologischen Gehalt und entwickelt Übungen, die den Seminarteilnehmern eine individuelle Version der zugrunde liegenden Geschichte ermöglichen. Griechische Mythen, christliche Mystik und Märchen sind als Inspirationsquellen zu nennen, wenn es um diese Art seiner Seminare geht. Andere Kurse, wie etwa „Vom Glück der Selbstbestimmung – der klare Weg zur inneren Freiheit“ oder „Wie man seine (inneren) Feinde besiegen lernt“ orientieren sich inhaltlich direkt an psychologischen Konzepten, die aus der PS und der analytischen Psychologie stammen<sup>203</sup>. Weitere Vertreter der Psychologie, die sich in Reinhardts Angeboten widerspiegeln sind z.B. Eugene Gendlin, der mit dem Focusing die Körperanbindung in die Psychotherapie eingebracht hat und Carl Rogers oder Abraham Maslow, deren Beiträge die humanistische Psychologie der 70er und 80er Jahre prägten. Ein weiterer Interessenschwerpunkt Reinhardts liegt in der modernen Neuropsychologie. Die Beiträge von beispielsweise Antonio Damasio oder Gerald Hüther haben auf seine Betonung der Leiborientierung verstärkend gewirkt und bieten Anknüpfungspunkte für Reinhardts Thesen bezüglich des limbischen Systems als wichtigstes Hirnareal, um psychotherapeutische Effekte zu erzielen.

---

<sup>203</sup> Vgl. Kapitel 4.1.

Harald Reinhardt führt mit Birgit Haus eines der größten Institute für PS in Deutschland und hat mit seinen kreativen Seminaren und seiner persönlichen Weiterentwicklung, der „PS nach dem Kölner Modell“ zur Verbesserung der Rezeption und der Anerkennung der PS beigetragen. Ein Buchprojekt über seine Arbeit wird derzeit umgesetzt, sodass erste Schritte zur Konservierung seiner Beiträge auf theoretischer Ebene begangen werden.

Aus meiner subjektiven Perspektive liegen die Begabungen von Harald Reinhardt vor allem in seiner rednerischen Kompetenz und seiner persönlichen Präsenz. Während vieler Vorträge und Seminare habe ich erfahren, wie leicht er kleine und große Gruppen für sich und seine Themen begeistern kann.

Seine fachliche Kompetenz als Psychotherapeut wird von einer besonderen Durchlässigkeit für Signale genährt. Darin spiegelt sich die individuelle Qualität bzw. Kompetenz wider, die sich in den Beiträgen vieler Psychologen auffinden lässt und in seinem Fall u.a. die Konzeption des „dialogischen Menschen“ hervorgebracht hat (siehe Kapitel 3.11.1).

### **3.11 Psychosynthese nach dem Kölner Modell**

In diesem Kapitel werden die Entwicklungen des Kölner PS Modells explizit vorgestellt. Da die Daten der Untersuchung, auf die die vorliegende Dissertation gründet, ausschließlich aus dem Kölner PS- Institut stammen, wird an dieser Stelle auf dessen Besonderheiten eingegangen: Welcher Fokus wird hier gesetzt und worin bestehen die Weiterentwicklungen der „klassischen PS“?

Alle bisher genannten Theorieelemente der PS sowie die bereits erwähnten Vergleiche mit Reinhardts Sichtweisen gehören zum Fundament des Kölner Modells. „Es gibt keine Orthodoxie in der PS, und niemand, bei mir selbst angefangen, kann in Anspruch nehmen, ihr wahrer Repräsentant, Kopf oder Führer zu sein. (...) Wenn wir von dieser

allgemeinen Annahme ausgehen, dann ist einleuchtend, dass PS nicht ausschließlich durch eine einzelne Organisation oder Über-Organisation repräsentiert werden kann. (...) Natürlich müssen all diese Zentren zum wechselseitigen Austausch von Information und zu Kooperation ermutigt werden<sup>204</sup>.“ Weiter beschreiben die Herausgeber des „Handbuchs Psychosynthese“ Assagiolis Vision der Zukunft der PS als zu vergleichen mit einem Sternbild anstatt mit einem Sonnensystem. Das bedeutet, dass es viele einzelne Institute geben wird, die nebeneinander existieren und kein vereinigendes Zentrum im Sinne eines Bezugsgestirns. Analog zu diesen Ausführungen gibt es heute zahlreiche Institute, die eigene Schwerpunkte setzen, Modernisierungen der PS betreiben bzw. vorgenommen haben und sie zum Teil mit kompatiblen, anderen Verfahren verknüpfen. In diesem Sinne ist das Kölner PS Modell als die individuelle Weiterentwicklung der PS durch Birgit Haus und Harald Reinhardt zu verstehen.

### **3.11.1 Der dialogische Mensch**

Den dialogischen Menschen zu wecken, ist nach Reinhardts Auffassung das zentrale Ziel der PS. Die dialogführenden Instanzen sind dabei das Bewusstseinssystem und die seelische Ebene des Menschen. Ersteres kann auch als Ich oder Person beschrieben werden, das/ die im Dialog mit den vielfältigen Signalen des gesamten lebendigen Organismus steht, der nach Reinhardts Definition das seelische System darstellt. Das Ich muss sich ausreichend von Identifikationen lösen und Achtsamkeit installieren, um die Signale der tieferen seelischen Identität wahrnehmen zu können<sup>205</sup>. Die Seele kann in seinem Verständnis als Erweiterung von Assagiolis Begriff des „Selbst“ verstanden werden<sup>206</sup>. Neben der spirituellen Identität und dem gesamten Bereich des Transpersonalen wird der Körper als Resonanzraum psychischer Prozesse hinzugezogen, ebenso wie unbewusste Prozesse des „autonomen Gehirns“<sup>207</sup>.“ Der

---

<sup>204</sup> Assagioli in Assagioli 2004, S. 280.

<sup>205</sup> Vgl. Abbildung 6.

<sup>206</sup> Siehe Kapitel 3.3.

<sup>207</sup> Reinhardt 2012.

achtsame Dialog mit den seelischen Signalen ermöglicht Selbstregulation und das Entstehen einer tieferen Identität. Damit korrespondierend, spricht er von der Identitäts-Vitalitäts-Hypothese, die mit wachsender Identität einen Zuwachs an Vitalität postuliert.

Eine Prämisse bezüglich seelischer Signale besteht in ihrer Unwillkürlichkeit. Demnach können sie nicht willentlich hergestellt, sondern nur bemerkt oder erschlossen werden. Je nach Art der Signale ist eine Verzerrung möglich. So sind beispielsweise Träume ein direkter unverstellter Zugang zur seelischen Ebene, wobei Träume dabei häufig psychotherapeutisch erschlossen werden müssen, um rational verstanden werden zu können. Gefühle hingegen sind stärker der Verzerrung ausgesetzt, weil sie durch Persönlichkeitsidentifikationen verändert werden können. Reinhardt gibt dazu folgendes Beispiel:

*Ein Ehepaar kam als Klienten zu ihm und direkt zu Beginn griff die Frau den Mann verbal an, und machte ihm in emotional harter Weise Vorwürfe aufgrund seines Verhaltens. Die Reaktion des Mannes erfolgte als Rückzug, weil er sich von ihr angegriffen fühlte. Nach Erschließung der vorerst offensiv angriffslustigen Verfassung der Frau, kam das Bedürfnis nach Kontakt hervor, das mit Bedürftigkeit und emotionaler Weichheit einherging. Daraus entstand Nähe zwischen den Ehepartnern.*

Hier hat die Identifikation der Frau mit Härte und Autonomie zur Verzerrung des primären Gefühls geführt. Nach Reinhardt gibt es eine Reihe von Quellen seelischer Signale, die in Abbildung 15 zusammengefasst und in der folgenden Liste vorgestellt und erläutert werden:



**Abbildung 15:** Illustration des dialogischen Menschen nach Reinhardt.

- **Gefühle:** Primärgefühle sind nach Damasio<sup>208</sup> neurophysiologisch in der Amygdala repräsentiert, einem Teil des Gehirns, das zum limbischen System gehört. Sie sind angeboren und stellen sich unwillkürlich als Reaktion auf bestimmte Erlebnisse ein. Sekundärgefühle sind nach seiner Definition das Ergebnis aus der Kombination der angeborenen Primärgefühle<sup>209</sup> und den individuell erlernten Aspekten, die mit ihnen korrespondieren. Hirnanatomisch verläuft die Bahnung von Sekundärgefühlen über den Hippokampus, der frühere Erfahrungen in die emotionale Bewertung der aktuellen Situation einbezieht. Diese sind stark persönlichkeitsabhängig, weshalb Damasio die Definition „Sekundärgefühl“ vorgeschlagen hat<sup>210</sup>. Nach Reinhardts Auffassung sind Gefühle insofern seelische Signale, als das sie einen „echten“ Kern enthalten, der durch Identifikationen überlagert sein kann. Durch psychotherapeutische Interventionen kann dieser Kern erschlossen und damit Zugang zum ursprünglichen seelischen Signal hergestellt werden.

<sup>208</sup> Damasio 1997, S. 180-198.

<sup>209</sup> Angst, Wut, Freude, Trauer, Überraschung, Ekel.

<sup>210</sup> Damasio 1997, S. 180-198.

- **Ideomotorik:** Unter Ideomotorik versteht man unwillkürliche Bewegungen, die durch Aufmerksamkeitsfokussierungen ausgelöst werden. Ein Beispiel dafür sind Zuschauer eines im Kino gezeigten Rennwagens, die sich mit in die Kurve legen, wenn der Wagen eine Kurve fährt. In diesem Zusammenhang wird häufig auch der Carpenter-Effekt genannt. Dieser besagt, dass das Beobachten oder Denken einer bestimmten Bewegung ihre tatsächliche Ausführung begünstigt<sup>211</sup>. Reinhardt greift diesen Begriff auf und erweitert die ursprüngliche Definition um verschiedene unbewusste Bewegungen, die psychotherapeutisch aufgegriffen werden. Mit dieser Vorgehensweise können durch geeignete Interventionen wiederum seelische Signale erschlossen werden.
- **Körpermarker:** Der Begriff „Körpermarker“ wurde von Reinhardt abgeleitet vom Terminus „somatischer Marker“, den ebenfalls Damasio geprägt hat<sup>212</sup>. Gemeint ist damit das allgemeine körperliche Aktivitätsmuster als Reaktion auf äußere oder innere Reize. Es beeinflusst Handlungstendenzen und Entscheidungsprozesse und dient „auch als Verstärker für die fortgesetzte Aktivität des Arbeitsgedächtnisses und der Aufmerksamkeit“<sup>213</sup>. In der PS nach Reinhardt werden Körpermarker genutzt, um kognitiven Zweifeln eine Instanz gegenüber zu stellen, die klare Informationen liefert. Zur Erfahrung eines Körpermarkers nennt er häufig das Beispiel einer Speiseauswahl im Restaurant. Wenn die Speisekarte studiert wird, kann die Wahl nach rationalen Gesichtspunkten getroffen werden, wie z.B. nach Kalorien- und Vitamingehalt der Speisen, oder sie wird aufgrund eines Körpermarkers gefällt. Dann würde die wählende Person darauf achten, bei welchem Gericht es eine positive körperliche Resonanz gibt, in Abgrenzung zur neutralen oder negativen Reaktion auf konkurrierende Angebote. Im psychotherapeutischen Prozess können Körpermarker eine orientierende Funktion einnehmen. Ihre Wahrnehmung kann trainiert werden, sodass erfahrene Klienten durch sie eine verlässliche „Innensteuerung“ entwickeln können.

---

<sup>211</sup> Vgl. Breidbach 1997, S. 160-165.

<sup>212</sup> Damasio, 1997, S. 251.

<sup>213</sup> Ebd., S. 269.

- **Träume:** Träume bieten nach Reinhardt einen direkten Zugang zum Unbewussten und sind immer unwillkürlich<sup>214</sup>. Er zählt den gesamten Bereich des Unbewussten zum seelischen System. Durch individuelle Erschließung und Explikation können die Botschaften von Träumen übersetzt und zugänglich gemacht werden.
- **Phantasien, Assoziationen, innere Bilder:** Dieser Punkt umfasst verschiedene unwillkürlich aufsteigende Inhalte. Hierzu zählen auch Tagträume und spontane Einfälle. Übereinstimmend mit C.G. Jung vertritt Reinhardt die Auffassung, dass alle genannten Phänomene direkt dem Unbewussten entspringen und ähnlich wie Träume behandelt bzw. psychotherapeutisch aufgegriffen werden können, wenn sie nicht unmittelbar bewusstseinsfähige, das heißt rational verständliche Botschaften enthalten.
- **Vertrauenswürdige innere Stimmen:** Die Differenzierung zwischen *vertrauenswürdigen* und *anderen* inneren Stimmen bezieht sich auf ihren Ursprung: Sie können Introjekten oder dem eigenen Wertesystem entstammen und somit „fremde“ Werte in der Psyche der betreffenden Person vertreten<sup>215</sup>. Vertrauenswürdige innere Stimmen stehen im Dienste der Identität einer Person. Sie können z.B. anhand von Körpermarkern von Introjektstimmen unterschieden werden<sup>216</sup>. Reinhardt spricht in diesem Zusammenhang vom ersten und zweiten Gewissen. Das erste Gewissen bewertet aufgrund introjezierter Wertesysteme und das zweite auf Basis eigener Urteile. Vertrauenswürdige Stimmen können als direkte Botschaften der Seele verstanden werden, und bedürfen keines „Übersetzungsprozesses“, wie die bisher genannten Punkte.
- **Sinnvolle Zufälle:** Das von Jung eingeführte Konzept der Synchronizität ist der Reinhardts'schen Auffassung von sinnvollen Zufällen als weitere

---

<sup>214</sup> Es gibt gegenteilige Aussagen; z.B. in Wangyal 2008. Diese beziehen sich auf fortgeschrittene Meditierende, die erlernt haben, ihre Bewusstheit im Schlaf zu halten.

<sup>215</sup> Vgl. Kapitel 3.1.3 und 3.4.5.

<sup>216</sup> Siehe oben „Körpermarker.“

Möglichkeit seelischer Signale verwandt<sup>217</sup>. „Unter Synchronizität verstehe ich (...) das nicht allzu selten beobachtbare Zusammentreffen subjektiver und objektiver Tatbestände, welches kausal, wenigstens mit unseren jetzigen Mitteln nicht zu klären ist<sup>218</sup>.“

Laut Reinhardt enthalten entsprechende Situationen seelische Signale, die aufgegriffen und für die persönliche Entwicklung bzw. psychotherapeutisch genutzt werden können.

- **Projektionen:** Eine Definition sowie Erläuterungen zu diesem Punkt wurden bereits in Kapitel 3.1.1 gegeben. Reinhardt unterstreicht den psychotherapeutischen Wert von Projektionen, indem er auf seelische Signale verweist, auf die sie hindeuten. Je nach Art der Projektion kann dies z.B. ein Schattenanteil sein, der integriert werden kann, oder eine Eigenschaft, die vom Wertesystem der betreffenden Person abgelehnt wird und beispielsweise durch die Methode der „Projektionsrücknahme“ angebunden werden kann.

### 3.11.2 Fünf Kategorien des Lernens

Die PS nach dem Kölner Modell unterscheidet fünf Kategorien des Lernens, die während den Einzelsitzungen und Seminaren des Instituts operationalisiert und nachstehend wiederum anhand einer Liste vorgestellt werden:

---

<sup>217</sup> Anmerkung des Autors: Die Verwendung des Adjektivs *zufällig* in diesem Zusammenhang stellt einen Unterschied zwischen sinnvollen Zufällen und allen Zufällen im eigentlichen Wortsinne her. Diese Differenzierung ist von Reinhardt nicht wertend gemeint, sondern drückt den subjektiv immer wieder erlebbaren Zusammenhang äußerer Begebenheit und inneren Entwicklungen aus.

<sup>218</sup> Jung 1976, S. 232.

1. **Emotional leibliches Lernen (psychophysiologisch):** Diese Art des Lernens wird durch die Einbeziehung des Körpers in den psychotherapeutischen Prozess umgesetzt. Dazu werden kontinuierlich Körpermarker als Orientierung verwendet sowie die Techniken des Focussings nach Gendlin und das Embodiment<sup>219</sup>.
2. **Imaginativ kreatives Lernen (innere Bilder/ Träume):** Durch diese Lernkategorie wird der Einsatz imaginativer Verfahren in der Psychotherapie betont<sup>220</sup>. Im therapeutischen Prozess der Traumerschließung geht der Klient mit der Dynamik der aus dem Traum entstehenden inneren Bildern mit, sodass die Vorgehensweise analog zum Umgang mit imaginativ generierten Bildern ist. Der Aspekt der Kreativität spiegelt sich im unwillkürlichen Entstehen der Bilder wider. Sie entspringen dem von Reinhardt so bezeichneten „kreativen Unbewussten“, dessen Produkte eine zentrale Bedeutung beigemessen wird.
3. **Einsichtslernen (kognitiv):** Mit Einsichtslernen ist das allgemein übliche Verständnis kognitiven Lernens gemeint, wie es im Bildungssystem praktiziert wird<sup>221</sup>. Inhaltlich wird Psychoedukation im Sinne tiefenpsychologischer Störungsgenese betrieben, indem z.B. der Prozess der Introjektion erklärt wird<sup>222</sup>. Ferner werden Forschungsergebnisse und Studien genannt, die die Wirksamkeit und Plausibilität der angewandten Methoden stützen. Dadurch wird neben vielen anderen auch die rational-kognitive Ebene angesprochen.
4. **Bewusstsein lernt sich selber wahrzunehmen:** Diese Kategorie umschreibt den Prozess des erwachenden Bewusstseins. Die fortwährende Identifikation mit diversen Inhalten wird unterbrochen und das Bewusstsein wird sich seiner selbst gewahr und kann zunehmend besser bemerken, womit es sich identifiziert. Das Konzept der Achtsamkeit gehört in diesen Kontext. Nach Kabat-Zinn ist Achtsamkeit definiert durch die Aufmerksamkeitslenkung auf

---

<sup>219</sup> Siehe Kapitel 4.1.2.

<sup>220</sup> Siehe Kapitel 4.1.2.

<sup>221</sup> Vgl. Seel 2003, S. 18-21.

<sup>222</sup> Vgl. Kapitel 3.1.2.

die aktuellen Bewusstseinsinhalte im Hier und Jetzt. Hinzu kommt eine nicht wertende, also akzeptierende Haltung der praktizierenden Person<sup>223</sup>. Bishop et. al. erweitern diese Definition und untergliedern ihre eigene in zwei Komponenten: Die erste Komponente beschreibt die „Selbstregulation der Aufmerksamkeit<sup>224</sup>“, die durch die Fokussierung der aktuellen Bewusstseinsinhalte entsteht und mit dem subjektiven Erleben von Präsenz in der Gegenwart einhergeht. Die zweite Komponente bezieht sich auf die innere Haltung, die durch Achtsamkeit definiert ist. Sie ist gekennzeichnet durch Akzeptanz für alle auftauchenden Phänomene und wird von Bishop et.al. auch mit Neugier gegenüber dem Strom der Eindrücke verknüpft<sup>225</sup>. Diese Einstellung bezeichnet der japanische Zenmeister Shunryu Suzuki mit „Anfängergeist<sup>226</sup>“.

Der Lernvorgang dieser Kategorie besteht darin, die Mechanismen der Psyche und das Bewusstsein selbst besser zu erforschen.

- 5. Lernen, dem Transpersonalen zu folgen:** Auf Grundlage des zuvor genannten Punktes wird hier der Fokus auf die Signale der Seele und das Vertrauen in sie gelegt. Die Fähigkeit der Wahrnehmung sowie die Umsetzung der von dort stammenden Impulse kann durch die Entwicklung bestimmter Kompetenzen vorangetrieben werden, die in Kapitel 3.11.1 dargestellt werden. Je konsequenter die Umsetzung dieser Impulse erfolgt, umso intensiver wird die Verbindung zu den verschiedenen Quellen der Seelensignale. Dadurch kommt es zu einer Potenzierung dieses Vorganges und einer gefestigten, weiter wachsenden Innensteuerung. Diesen Prozess bezeichnet Reinhardt ebenfalls als eine Form des Lernens.

---

<sup>223</sup> Kabat-Zinn, in Michalak et.al. 2012, S. 5.

<sup>224</sup> Bishop et.al., in Michalak et.al. 2012, S. 7.

<sup>225</sup> Ebd..

<sup>226</sup> Suzuki 2012.

### 3.11.3 Integrationsthemen der Psychosynthese nach dem Kölner Modell

In der psychotherapeutischen Vorgehensweise nach dem Kölner Modell werden bestimmte Themen besonders betont, die zum Teil den in Kapitel 3.3.2 vorgestellten „Reisen der Seele“ entsprechen. Diese Themen sind eine der Grundlagen für die konzeptionelle Struktur der untersuchten Seminare und werden auch im Einzelsetting aktiv fokussiert. Sie werden erneut in Form einer Liste vorgestellt:

- **Emotionaler Ausdruck:** Reinhardt spricht in diesem Zusammenhang von Verflüssigung bzw. Verfestigung dysfunktionaler emotionaler Belastungen bei fehlendem Ausdruck. Im therapeutischen Prozess werden emotionale Belastungen ausgedrückt und ausgelebt, wodurch eine Verflüssigung des psychischen Gesamtsystems ermöglicht wird. Abbildung 8<sup>227</sup> kann als Illustration für diesen Prozess herangezogen werden. Auf der linken Seite können unter dem Oberbegriff „Identifikationen“ auch emotionale Belastungen subsumiert werden. Durch ihre Verflüssigung wird die Wahrscheinlichkeit des in Kapitel 3.11.1 beschriebenen „achtsamen Dialogs“ ebenso wie die psychische Selbstregulation erhöht.
- **Schatten transformieren:** Zur Definition und Erläuterung des Schattens wird auf Kapitel 3.1.2 verwiesen. Als Integrationsthema geht es darum, die Inhalte des Schattens zu explorieren und die darin und in seiner Unterdrückung gebundenen Energien in die Persönlichkeit zu reintegrieren.
- **Integration des Gegengeschlechtlichen:** Dieser Aspekt ist stark verknüpft mit dem Jung'schen Konzept von Anima und Animus. „Die Anima verkörpert alle weiblichen Seeleneigenschaften im Manne, Stimmungen, Gefühle, Ahnungen, Empfänglichkeit für das Irrationale, persönliche Liebesfähigkeit, Natursinn und als Wichtigstes die Beziehung zum Unbewussten<sup>228</sup>.“ Der Animus ist das Gegenstück zur Anima und bildet den männlichen Anteil der Frau. Beide sind zumindest teilweise unbewusst und müssen als Archetypen verstanden werden, das heißt, sie manifestieren sich individuell in verschiedenen Qualitäten. Jungs

---

<sup>227</sup> Siehe S. 57.

<sup>228</sup> V. Franz in Jung, 2009b, S. 177.

Konzept der Archetypen inklusive der Spezialfälle *Anima und Animus* werden hier nur angeschnitten. Zur weiteren Vertiefung dieser Thematik wird die Originalliteratur empfohlen<sup>229</sup>. Die Anziehung zwischen Mann und Frau besteht nach Reinhardts Auffassung zu einem Großteil aus der Projektion der gegengeschlechtlichen Qualitäten auf das entsprechende Gegenüber<sup>230</sup>. Der dranghafte Charakter dieser Attraktion nimmt ab, wenn die reizenden Qualitäten der „anderen Seite“ vom Ich integriert werden. Unter dieser Voraussetzung kann die Verbundenheit zum anderen Geschlecht stärker auf Liebe basieren als auf den vorher dominierenden Projektionen<sup>231</sup>.

- **Projektion und Schicksal:** Vor dem Hintergrund eines Integrationsthemas liegt der entscheidende Aspekt darin, sich selbst in Projektionen und schicksalhaften Ereignissen und Umständen zu erkennen.

Jede Projektion basiert auf einem bestimmten Inhalt, dessen Bedeutung für die eigene Person zu erschließen ist. In einem weiteren Schritt kann die jeweilige Qualität durch einen psychotherapeutischen Prozess in individueller Weise integriert werden. Ähnlich verhält es sich mit schicksalhaften Lebensereignissen. Insbesondere sich wiederholende Umstände verweisen häufig auf Themen, die für die betreffende Person das Potential enthalten, zur Ganzwerdung der Persönlichkeit beizutragen.

- **Das höhere und das tiefere Unbewusste:** Reinhardt versteht unter dem Begriff das *höhere Unbewusste* den bereits mehrfach erläuterten Bereich des transpersonalen und höheren Selbst<sup>232</sup>, den er vor allem mit Geistigkeit und der Weisheit des klaren, scharfen Verstandes verbindet. Das *tiefere Unbewusste* assoziiert er mit naturhaften Elementen, wie (An-) Trieb, Sinnlichkeit und intuitiv-irrationaler Weisheit. Archetypisch sind diese Qualitäten den

---

<sup>229</sup> Z.B. Jung, 1976.

<sup>230</sup> Siehe Kapitel 3.1.1.

<sup>231</sup> Anmerkung des Autors: Die gegengeschlechtliche oder auch gleichgeschlechtliche Anziehung kann nicht auf Liebe und Projektion reduziert werden. Im Text werden nur die zum erläuterten Punkt relevanten Aspekte genannt.

<sup>232</sup> Siehe z.B. Kapitel 3.4.3 oder 3.11.1.

Geschlechtern<sup>233</sup> männlich/ weiblich zugeordnet und somit auf bestimmten Ebenen auch Teil des Punktes „Integration des Gegengeschlechtlichen.“ Beide erwähnten Bereiche gehören zum Unbewussten und können ihrer Bezeichnung nach im Bewusstseinsmodell der PS verortet werden<sup>234</sup>. Als Gegenstand psychotherapeutischer Interventionen ist das Ziel, die genannten Inhalte und Qualitäten dem Bewusstsein zugänglich zu machen und sie zu integrieren.

#### **3.11.4 Merkmale verwirklichter Psychosynthese**

Zu den Weiterentwicklungen des Kölner Modells zählen auch explizit genannte Qualitäten, die als Indikatoren für einen fortgeschrittenen therapeutischen Prozess angeführt werden. Gleichwohl müssen sie unter dem Axiom individueller Differenzierung betrachtet werden, weil übergeordnete Kriterien einzigartigen Entwicklungsgeschichten nicht gerecht werden können. Sie müssen in Relation zum Individuum gesetzt werden.

#### **Das Flow-Erleben**

Zunächst ist das Flow-Erleben nach Csikszentmihalyi zu nennen. Es definiert sich durch Bewusstseinsqualitäten, die nur unter bestimmten Bedingungen auftreten können<sup>235</sup>. So wird es z.B. mit dem Erleben von Glück verknüpft, weil Flow nur durch Tätigkeiten erlebt werden kann, die der ausführenden Person leicht fallen bzw. so stark trainiert wurden, dass sie teilweise automatisiert ablaufen. Weitere Phänomene, wie veränderte Zeitwahrnehmung und andere Bewusstseinsveränderungen stellen sich ein<sup>236</sup>.

Übereinstimmend mit z.B. Ferrucci, einem persönlichen Schüler Assagiolis<sup>237</sup>, ist Reinhardt der Meinung, dass es einen Wesenskern gibt, dem der Klient durch eine PS-

---

<sup>233</sup> Der oben verwendeten Reihenfolge nach.

<sup>234</sup> Siehe Abbildung 5.

<sup>235</sup> Vgl. Abbildung 7.

<sup>236</sup> Vgl. Csikszentmihalyi 2006.

<sup>237</sup> Ferrucci 1999.

Therapie näher kommt. Dadurch kann dieser die ihm entsprechenden Kompetenzen im Gegensatz zu kulturell erwarteten entwickeln und somit das Glück des Flow-Erlebens begünstigen.

### **Gelingendes Leben**

Ein gelingendes Leben ist das zentrale Merkmal einer verwirklichten PS. Zu nennen sind berufliche Selbstverwirklichung, eine gelingende Partnerschaft und die Umsetzung bestimmter Herausforderungen, die in Tabelle 1 (Kapitel 3.3.2) zusammengefasst wurden. Sowohl der Inhalt der Tabelle, als auch die genannten Integrationsthemen<sup>238</sup> können nicht als Kriterien im Sinne einer abzuhandelnden Liste herangezogen werden. Vielmehr können sie mehrfach auf unterschiedlichen Ebenen Gegenstand eines individuellen Entwicklungsweges sein. „Lebendig kreatives Strömen“ kann nach Reinhardt in Anlehnung an Untersuchungen von Csikszentmihalyi als „zentraler Schlüssel zu [einem] erfüllenden Leben“<sup>239</sup> angesehen werden.

## **4. Deskriptiver Teil**

### **4.1 Formen der Psychosynthese**

Alle Daten der zugrunde liegenden empirischen Studie zur vorliegenden Arbeit wurden während der Seminare des Kölner PS Instituts erhoben. Die folgenden Kapitel sollen sowohl der wissenschaftlichen Korrektheit als auch der Wahrung des geistigen Eigentums von Harald Reinhardt und Birgit Haus gerecht werden. Aus diesen Gründen fällt die Beschreibung der Methoden und Abläufe allgemein aus, um keine direkte Nachahmung der PS-Kurse zu ermöglichen.

---

<sup>238</sup> Siehe Kapitel 3.11.3.

<sup>239</sup> Reinhardt 2012.

Die beschriebenen Seminare und die darin vorkommenden Übungen bestehen zum Teil aus psychotherapeutisch „üblichen“ Methoden wie sie in Kapitel 4.1.2 vorgestellt werden. Andere Bausteine stammen aus der Feder von Harald Reinhardt. Er integrierte verschiedene methodische Ansätze, Übungen aus anderen psychotherapeutischen Schulen und seine psychologischen Interpretationen von Märchen und Sagen unter dem Dach der PS zu spezifischen Seminaren. Bisher liegen keine Publikationen zu seiner spezifischen Integration der verschiedenen Bausteine und eigenen Beiträgen vor. Daher sind in diesem und im nächsten Kapitel teilweise keine Quellenangaben zu den Interventionen möglich. In anderen Fällen liegen sie mit der Veröffentlichung dieser Dissertation vor. Die Differenzierung zwischen Eklektizismus, Integration und Kreation bezüglich der verwendeten Interventionen kann anhand der gegebenen Quellenangaben vorgenommen werden. Im Gespräch mit Reinhardt schilderte er die Entstehung der Seminare als Ergebnis eines langjährigen Prozesses, in dem er durch die psychologische Übersetzung von Mythen und Märchen inspiriert wurde. Auch seine eigenen Besuche von Selbsterfahrungsseminaren und das Heranziehen bestimmter Literatur, z.B. von Joseph Cambell oder Arnold van Gennep<sup>240</sup>, beeinflussten ihn bei der Zusammenstellung der ausgewählten Methoden zu seinen eigenen Kursen.

Um einen ersten Überblick über den Ablauf der Seminare zu ermöglichen, werden in diesem Kapitel zunächst die Bestandteile erläutert, die in allen Kursen gleichermaßen vorkommen und eine grundlegende Struktur bilden. Daran anknüpfend erfolgt die Beschreibung der spezifischen Ausrichtung.

---

<sup>240</sup> Joseph Campell ist bekannt für seine Standardwerke über Mystik, Arnold van Gennep für sein Werk „Übergangsriten.“ Siehe auch Kapitel 3.10.

#### **4.1.1 Psychosynthese-Seminare nach dem Kölner Modell**

##### **Gemeinsamkeiten aller Seminare**

Das erste Aufeinandertreffen der Seminarteilnehmer findet beim gemeinsamen Abendessen statt. Am gleichen Abend beginnt die erste Sitzung mit Einstimmungsübungen und einer kurzen Vorstellungsrunde. Dabei geht es jedoch weniger um die üblichen Eckdaten wie Beruf, Alter und Wohnort, sondern um Aspekte wie Erwartungen bezüglich des Kurses und die individuelle Motivation zur Wahrnehmung eines solchen Seminars. Die Einstimmungsübungen wecken das Bewusstsein für Themen, die im weiteren Verlauf von Bedeutung sind. Dazu gibt es einführende Worte von der Seminarleitung und die Empfehlung, während der gemeinsamen Tage weitgehend auf Alkohol, Koffein und ausgedehnte Abende an der Hotelbar zu verzichten.

Die zeitliche Struktur der Seminare ist immer gleich, bis auf die Unterschiede zwischen den Fünf- und Siebentageskursen und kleinen Zeitdifferenzen, die auf die Organisationsstruktur der jeweiligen Seminarhotels zurückgehen, in denen die Siebentageskurse stattfinden. Bis auf das vorangehende Abendessen gilt diese Art von Auftakt auch für die ambulanten Fünftageskurse, die im Institut in Köln stattfinden. Gearbeitet wird stets in zwei Blöcken zu je drei Stunden am Vor- und Nachmittag. Während der längeren Seminare besteht die Option, nach dem Abendessen einen zusätzlichen Block einzuschieben, falls der individuelle Verlauf das verlangt. Außer den Übungen in der großen Runde mit allen Teilnehmern gibt es einige Übungen, die in Kleingruppen oder zu zweit stattfinden. Dabei wird die genannte Zeitstruktur während der Siebentageskurse manchmal verlassen und die Teilnehmer können eigenverantwortlich das vorgegebene Pensum absolvieren. Zum Großteil finden die Übungen jedoch im Kreis der gesamten Gruppe statt.

Ein Seminartag beginnt nach einem verbindenden Kreistanz, auf den die Möglichkeit zu Einzelmitteilungen, etwa in Form von Feedback zum Vortag oder mit Berichten von Träumen der Nacht folgt. Die Seminarleitung nimmt sich Zeit, um hier auf einzelne

Teilnehmer einzugehen und kurze Interventionen mit ihnen durchzuführen, die größtenteils bereichernd für die gesamte Gruppe sind.

Die meisten Übungen bestehen aus angeleiteten Imaginationen, die alle Teilnehmer mit geschlossenen Augen in ihrer individuellen Introspektion erleben<sup>241</sup>. Währenddessen herrscht absolute Stille im Raum, bis auf die anleitende Stimme, sodass für alle Teilnehmer die Anwesenheit der übrigen Menschen in den Hintergrund der Wahrnehmung tritt. Viele dieser Übungen finden im Stehen statt wodurch der erlebte Inhalt „verkörpert“ wird, indem die jeweilige Empfindung durch eine Körperhaltung ausgedrückt wird<sup>242</sup>. Weitere Ebenen zur Verdeutlichung psychischer Phänomene gehören zur vielfältigen Methodik der PS. So wird eine Identifikation durch Verkörperung, mit Mimik, Gestik und Lauten weiter spezifiziert. Direkt im Anschluss an solche Übungen wird diese erfahrene psychische Energie oft in einem Bild kreativ ausgedrückt und manifestiert. Während des Malens steht der kreative Ausdruck im Vordergrund, während ästhetische Ansprüche abgesetzt werden. Die Übungen verdeutlichen die ganzheitliche Annäherung an psychische Phänomene, in denen der gesamte Körper angesprochen wird. Nach solchen Übungen gibt es meistens eine Austauschrunde, in der alle Teilnehmer sich mit einer knappen Schilderung ihrer Erlebnisse und dem entstandenen Bild zeigen können.

Neben der körperlichen Selbst-Erfahrung gehören Theorieblöcke, in denen relevante Konzepte erklärt und per Flipchart anschaulich gemacht werden, als weiteres Element zu den Seminaren<sup>243</sup>. Ergänzend werden eher selten auch Arbeitsblätter ausgegeben, die Erläuterungen zu Theorieelementen oder assoziierte Zitate enthalten. Alle Teilnehmer sind mit Schreibunterlagen ausgestattet, sodass häufig Notizen zu den Ausführungen der Seminarleitung gemacht werden.

Hinzu kommen Rituale, die zum Teil an schamanische Vorgehensweisen angelehnt sind und oft ein Bekenntnis vor der gesamten Gruppe beinhalten<sup>244</sup>. Wie bereits

---

<sup>241</sup> Siehe Kapitel 4.1.2, Abschnitt „imaginative Verfahren“.

<sup>242</sup> Siehe Kapitel 4.1.2, Abschnitt „Verkörperung/ Embodiment“.

<sup>243</sup> Siehe Kapitel 4.1.2, Abschnitt „Theorievermittlung“.

<sup>244</sup> Siehe Kapitel 4.1.2, Abschnitt „Rituale“.

erwähnt, gibt es auch Übungen zu zweit oder in Kleingruppen. Einige finden auf den Zimmern der Hotels statt, andere in verfügbaren Räumen unter Einbeziehung anderer Teilnehmer im psychodramatischen Sinne<sup>245</sup>. Der Ablauf dieser Übungen wird immer durch ein Arbeitsblatt vorgegeben und oft auch in einem Demonstrationsprozess mit Freiwilligen in der Gruppenmitte vorgeführt.

Bei allen Siebentageskursen sind Co-Therapeuten anwesend, die bei Schwierigkeiten in den Kleingruppenprozessen Hilfestellung leisten. Die meisten von ihnen stammen aus den laufenden Ausbildungsgruppen des Instituts und haben mindestens die ersten zwei Jahre der vierjährigen Ausbildung absolviert. Zur Disidentifikation wird zwischendurch immer wieder Musik aufgelegt, zu der möglichst mit geschlossenen Augen getanzt wird. Die Empfehlung dabei lautet, die Bewegungen aus einem achtsamen Körperfokus heraus entstehen zu lassen.

Das Seminargeschehen beinhaltet neben den klar abgegrenzten Theorieblöcken immer wieder kurze Erläuterungen zu den jeweils aktuellen Themen. Es wird eine Atmosphäre geschaffen, in der sich das Motto nach Reinhardt „alles darf sein“<sup>246</sup> widerspiegelt. Die genannten Techniken werden im Hinblick auf ihr theoretisches Fundament in Kapitel 4.1.2 erläutert.

Alle Seminarhotels sind so gewählt, dass sie hauptsächlich von Natur umgeben sind und weniger in einem urbanen Umfeld liegen. Dieser Aspekt ist bewusst gewählt und hat zur Folge, dass die Teilnehmer ihre Pausen z.B. mit ausgedehnten Spaziergängen in der Natur verbringen. Dieser förderliche Faktor gilt für die Fünftageskurse jedoch nicht. Dort wird die zweistündige Mittagspause in Köln verbracht, sodass andere Einflüsse wirken. Dieser Umstand ist einer der Gründe, weshalb die kürzeren Seminare in ihren Effekten durchweg den längeren unterlegen sind<sup>247</sup>.

Die Siebentageskurse beinhalten ein Nachtreffen, das meist sechs bis acht Wochen nach Ende des Kurses liegt. Der Termin dafür wird am letzten Seminartag so gewählt,

---

<sup>245</sup> Siehe Kapitel 4.1.2, Abschnitt „Psychodrama“.

<sup>246</sup> Reinhardt 2011, persönliche Mitteilung.

<sup>247</sup> Vgl. Kapitel 5.3.

dass ihn möglichst viele Teilnehmer wahrnehmen können. Die Nachtreffen beginnen um 19 Uhr und enden meist zwischen 22 und 23 Uhr. Es gibt dort stets eine große Runde des Erfahrungsaustausches, in welcher jeder seine individuellen Seminareffekte beschreibt. Nach einer Pause werden entweder Selbsttherapiemethoden erlernt oder bestimmte Aspekte erläutert, die für den jeweiligen Schwerpunkt des vergangenen Seminars wichtig sind.

Das Setting der Kurse ist jetzt bekannt. Die folgenden Kapitel widmen sich den unterschiedlichen Seminaren und stellen ihre Besonderheiten und spezifischen Abläufe dar.

### **Das innere Kind und die Heilung der Liebe**

Der sogenannte „Kindkurs“ ist für viele Teilnehmer der Einstieg in diese Form der PS. Der Fokus dieses Seminars liegt einerseits auf dem inneren Kind und andererseits bei der Disidentifikation von dysfunktionalen Elternintprojekten (Befreiung vom Über-Ich).

#### **Exkurs inneres Kind**

Das innere Kind als Konzept kann als besondere Teilpersönlichkeit angesehen werden<sup>248</sup>. Assagioli spricht nicht explizit davon, aber in der Vielheit innerer Anteile, die er stark betont, hat auch das innere Kind seinen Platz. Zur „Herkunft“ bzw. zu der ersten expliziten Nennung des Konzepts im psychologischen Kontext wird meist C.G. Jung genannt. Er beschrieb den Archetyp des Kindes und differenzierte dazu auch Aspekte wie das göttliche Kind<sup>249</sup>.

Nach Reinhardt hat das innere Kind eine zentrale Stellung in der Psyche, weil es einen Teil der Psyche repräsentiert, welcher unter anderem die größte emotionale Intensität beinhaltet. Er unterscheidet drei Aspekte des inneren Kindes:

---

<sup>248</sup> Vgl. Kapitel 3.5.

<sup>249</sup> Vgl. z.B. Herbold 2007, S. 17-23.

1. Das Mondkind,
2. das Sonnenkind und
3. das göttliche Kind.

### **Das Mondkind**

Das Mondkind repräsentiert den am häufigsten unter dem inneren Kind verstandenen Teil der Psyche. Es ist das *verletzte* Kind, das zu einem individuellen Zeitpunkt im Leben<sup>250</sup> Verletzungen erfahren hat, die die zuvor herrschende, vollkommen ungefilterte Offenheit eingeschränkt haben. Dieser Prozess kann auch als das Ausbilden eines geeigneten Filters oder Schutzes beschrieben werden, der die Umwelteinflüsse auf ein für die betreffende Person adäquates Maß herabsetzt.

Das Mondkind trägt den Schmerz der Verletzung, aber auch das Potential der maximalen emotionalen Intensität in sich. Der Wunsch nach Verbindung und Liebe gehört ebenfalls zu den Merkmalen des Mondkindes. Zu Beginn jedes Lebens herrscht maximale Verbundenheit zur Mutter, pränatal sogar die Einheit mit ihr. Durch den natürlichen Loslösungsprozess des Kindes von der Mutter und später auch von anderen Bezugspersonen tritt gleichzeitig der beschriebene Schmerz auf. Später liegt im Symbol des Mondkindes auch der Wunsch nach einer Verbindung, die der ersten Bindungserfahrung nah kommt, wobei es im inneren Bild häufig als vernachlässigtes oder trauriges Kind auftaucht.

Meine persönliche Erfahrung des Mondkindes hat sich im Laufe der Zeit gewandelt: Zunächst war es mein etwa sechsjähriges Selbst mit der Betroffenheit einer großen Enttäuschung durch die Mutter. Später wandelte es sich in einen deutlich älteren Jungen von etwa zwölf Jahren, der den gesamten Kindheitsschmerz verschiedener Erlebnisse in sich trug. Seit einigen Monaten zeigt sich dieser Teil im inneren Bild durch ein riesiges gelbes Gesicht, das an eine von Kindern gemalte Sonne erinnert. Sie bildet den Hintergrund für verschiedene Szenarien, die sich davor abspielen und stets mit dem verletzten Anteil in mir in Verbindung stehen.

---

<sup>250</sup> Zumeist in der frühen Kindheit.

Zudem hat sich meine Wahrnehmung bezüglich dem Ort der größten Weichheit in mir vom inneren Bild in den Körper verlagert, sodass es für mich jetzt einen zentralen Körpermarker gibt, der den Ort dieser emotionalen Intensität repräsentiert. Dieser Ort ist mein Herz. Das Motto meines Mondkindes lautet: „Ich will lieben!“

Meine Interpretation dieser Entwicklung besteht in der zunehmenden Annahme und Integration dieses Teils (Anima) in mein Selbstbild. Dazu gehört fraglos der große Bereich von Schwäche, Verletzlichkeit und Bedürftigkeit, der von mir jahrelang konsequent abgelehnt wurde.

Einige Teilnehmer berichteten von extremen Erfahrungen mit dem inneren Bild des Mondkindes, wenn z.B. tote oder leblose Kinder an trostlosen Orten vorkamen. Solche zunächst schockierenden Erlebnisse drücken die große Dynamik der Psyche aus. Schon beim nächsten „Besuch“ kann das innere Kind ganz anders erfahren werden. Im Verlauf der Datenerhebung gab es keinen Fall, der die betreffende Person im Sinne einer psychischen Dekompensation überforderte.

### **Das Sonnenkind**

Das Sonnenkind steht archetypisch für einen frohen, verspielten Anteil der Psyche. Hierhin gehört beispielsweise das sogenannte „Kind im Manne“, das sich für Modellbau oder ähnliches interessiert. Dieses innere Kind ist nicht verletzt, sondern unternehmungslustig und energiegeladen und symbolisiert komplementär zum Mondkind die glücklichen Abschnitte der Kindheit. Es lässt den Klienten eine heitere kindliche Sichtweise erfahren, die keine Relativierung im Sinne eines Wertesystems enthält, wie es beim Erwachsenen der Fall ist. Es schätzt die Umsetzung spaßorientierter Impulse, wie etwa bestimmte Speisen oder einen Ausflug zum nächsten Spielplatz. Im inneren Bild erscheint das Sonnenkind ähnlich wie glückliche Kindheitserinnerungen, in denen es tendenziell kein trübendes Element gab.

Meine Erfahrung des Sonnenkinds spiegelt im inneren Bild mich selbst im Alter von ca. vier Jahren wider. Es hat den Anschein, als sei diesem Anteil nie eine Kränkung widerfahren. Es ist glücklich und ausgelassen, oft mit einigen Luftballons auf einer Wiese unterwegs und immer zu lustigen Unternehmungen bereit.

In der Alltagserfahrung komme ich damit in Kontakt, wenn ich z.B. auf den letzten zwei Minuten einer herbstlichen Fahrt mit dem Fahrrad trotz aller Bewertungen wie „das lohnt sich nicht“, anhalte und die Handschuhe aus dem Rucksack suche und anziehe oder wenn ich jubelnd eine Rutschpartie im Schwimmbad genieße ohne dabei der gesellschaftlichen Konvention eines 35-jährigen Psychologen zu entsprechen. Solchen Impulsen hin und wieder zu folgen setzt eine große Bestätigung bzw. positive Verstärkung frei, die die nächsten Impulse umso klarer spürbar werden lässt.

### **Das göttliche Kind**

Das göttliche Kind ist Stellvertreter für einen Anteil, der stark mit einem bestimmten Aspekt des höheren Selbst in Verbindung steht. Im Gegensatz zu inneren Gestalten wie Lehrern oder Weisen geht vom göttlichen Kind eher eine seelische Ganzheit und strahlende Schönheit aus, als der wissend-liebende Blick der weisen Gestalten. Bolle<sup>251</sup> schlägt vor, diese inneren Instanzen ins Verhältnis zum Alter des Klienten zu setzen. Demnach ist das göttliche Kind eine Entsprechung des alten Weisen, die hauptsächlich vor dem Erwachsenenalter bedeutsam ist.

In meiner Erfahrung hat sich das göttliche Kind als von goldenem Licht umhüllter Anteil gezeigt. Außerdem schwebte es und strahlte wie ein Stern. Es hat große Demut und Rührung vor meiner eigenen seelischen Schönheit und Unschuld hervorgerufen. Die wenigen Male, in denen ich einen solchen Kontakt erleben durfte, waren sehr eindrucksvoll und zählen zu den intensivsten Erfahrungen meiner inneren Reisen.

---

<sup>251</sup> In Herbold & Sachsse 2007, S. 14f.

Meiner Erfahrung nach handelt es sich dabei um einen ganz bestimmten Aspekt des höheren Selbst und nicht um einen weniger entwickelten Teil im Vergleich zum Archetyp des alten Weisen. Das göttliche Kind strahlt dabei die Unschuld eines Neugeborenen aus, die eine erwachsene Gestalt nicht (mehr) hat.

Im Alltag ist mir der klare Kontakt zu dieser Schicht meistens verwehrt. Mein einziger Zugang besteht in tiefer Meditation bei klarem Geist und offenem Herzen.

Nachdem das Konzept des inneren Kindes erklärt wurde, geht es nun wieder um das Seminar dazu: Der Kindkurs ermöglicht Kontakt mit dem inneren Kind, indem er die Persönlichkeit der Teilnehmer so weit von Introjekten disidentifiziert und emanzipiert, dass eine Verbindung zwischen Ich und Seele entstehen kann<sup>252</sup>.

Bereits im Zuge der Anmeldung zum Kindkurs werden die Teilnehmer von der Seminarleitung aufgefordert, ein Kinderfoto von sich mitzubringen. So wird bereits vorab die Erinnerungswelt zugunsten der Kindheit belebt. Im Verlauf des Seminars werden das helle und das dunkle Gesicht beider Elternteile beleuchtet und bewusst gemacht. Ein intensiver Prozess am dritten Tag, der als Geburt des inneren Kindes beschrieben werden kann, stellt tiefen Kontakt zum inneren Kind her. Am vorletzten Tag wird ein Ritual zu zweit vollzogen, das die dunklen Elternintrojekte entmachtet und das Herzstück des Kurses bildet. Dabei wird Energie freigesetzt, die zuvor von den Introjekten absorbiert wurde. Sie musste aufgewendet werden, um den fremden Ansprüchen und Regeln gerecht zu werden. In den letzten anderthalb Tagen<sup>253</sup> finden nach dem Ritual Vertiefungs- und alltagsbezogene Übungen statt.

Die oben genannte Dreiteilung des inneren Kindes wird in diesem Seminar nicht direkt berücksichtigt bzw. operationalisiert. Sie ist als funktionale Unterscheidung zu verstehen, um differenziert über die drei Teilaspekte des inneren Kindes sprechen und reflektieren zu können. Diese treten in persönlich individueller Konstellation auf. Das Mondkind ist für die meisten Teilnehmer erfahrungsgemäß am besten zugänglich bzw. stellt den Vordergrund des inneren Kindes dar.

---

<sup>252</sup> Vgl. Abbildung 8.

<sup>253</sup> Das Seminar endet nach dem Mittagessen.

Während der Datenerhebung absolvierten auch Waisen und Personen, die als Kind adoptiert wurden, das Seminar. Diese erhielten verstärkt Aufmerksamkeit durch die Co-Therapeuten und konnten einen ähnlich fruchtbaren Prozess durchleben, wie die Teilnehmer, die eine „konventionelle Kindheit“ erlebt hatten<sup>254</sup>.

Der erste Schritt, um beim Nachtreffen wieder in gegenseitigen Kontakt zu kommen, ist der Erfahrungsaustausch der Kurswirkungen aller Seminarteilnehmer. Dabei werden zunächst positive Erfahrungen fokussiert, die später auch durch negative ergänzt werden. Schwerpunkt des Nachtreffens zum Kindkurs stellt das Kennenlernen und Anwenden der Technik der eidetischen Bilder nach Ahsen dar<sup>255</sup>. Hierzu werden Arbeitsblätter verteilt, die klare Anweisungen für die Anwendung im Alltagsleben enthalten. Im Anschluss daran erfolgt die Erprobung dieser Technik mit einem abschließenden Erfahrungsaustausch.

### **Exkurs eidetische Bilder**

Die Arbeit mit eidetischen Bildern soll bestimmte (Alltags-) Situationen wachrufen und sie mit emotionalem Erleben und persönlicher Bedeutung für den Erfahrenen in Verbindung bringen. Dabei wird zunächst eine belastende Situation erinnert, deren individuell eingeschätzte Problemintensität mittlere Ausprägung haben soll<sup>256</sup>. Diese Erinnerung wird im inneren Bild durchlebt, wobei Emotionen an die Oberfläche des Bewusstseins geholt werden. Die Erfahrung wird schriftlich festgehalten und danach erneut durchlebt, wobei besonderer Fokus auf die Bereiche „emotionales Erleben“ und „persönliche Bedeutung“ des Erlebnisses gelegt werden. Falls eine Dynamik auftaucht, die von der ursprünglichen Erinnerung abweicht, wird dieser nachgegangen. Dabei sind Veränderungen beobachtbar, die eine Lösung der belastenden Situation beinhalten. Durch bis zu fünf Wiederholungen dieser Vorgehensweise zeichnet

---

<sup>254</sup> „Konventionelle Kindheit“ meint hier die übliche Form der Familie, mit Mutter und Vater als Bezugspersonen des Kindes.

<sup>255</sup> Z.B. 1996, S. 7-11.

<sup>256</sup> Die Technik der eidetischen Bilder ist nur bedingt geeignet, um Kernkonflikte einer Person lösen zu können.

sich eine konstruktive Lösung ab, die als bewältigendes Verhalten aufgegriffen wird<sup>257</sup>.

### **Regisseur werden im eigenen Leben – Einführung in die Psychosynthese**

Wie der Titel des Kurses suggeriert, wird er als Einstieg in die PS empfohlen. Der Schwerpunkt liegt auf der Arbeit mit den Teilpersönlichkeiten und demnach auf das Kennenlernen der inneren Vielfalt um ein vereinigendes Zentrum<sup>258</sup>. Alle Übungen führen die Teilnehmer in bestimmte Anteile hinein und lassen deren jeweilige Kompetenzen, Bedürfnisse und Einseitigkeiten erfahrbar werden. Durch das Zusammenspiel von bewussten Identifikationen mit Teilpersönlichkeiten und Disidentifikationsübungen wird die alltägliche Persönlichkeitsidentifikation deutlich. Der Titel „Regisseur werden“ betont den Charakter der Führung der verschiedenen Anteile mit ihren zum Teil gegenläufigen Bedürfnissen, die alle unter Berücksichtigung der Ziele und des Willens der betreffenden Person in Einklang gebracht werden. Die vereinigende Kraft des höheren Selbst hat dabei eine zentrale Wirkfunktion.

Während einer Übung erfuhr ich eine Kraft-Teilpersönlichkeit, die als stämmiger Mann umgeben von Feuer und Feuerwerk in mir entstand. Sie hatte schier unerschöpfliche Energie zu meinem Leben beizutragen und ließ mich beim Hineintreten eine explosive Entfaltung erleben, die gar kein Ende zu finden schien. Kurz nach der Identifikation mit diesem Teil habe ich den Satz gesagt: „Wenn ich das ausleben wollen würde, würde ich den ganzen Tag nur noch Holz hacken und Frauen erobern.“

Die Erfahrung, dass in meinem Leben, in dem Sport, Sexualität und expressives Verhalten wichtige Eckpfeiler sind, diese energiegeladene Teilpersönlichkeit sich selbst als unterversorgt und ungenügend akzeptiert zeigte, war für mich ein Beweis für die unbändige Kraft, die in mir und vielen anderen Menschen steckt. Sie will erkannt und gelebt werden.

---

<sup>257</sup> Vgl. Reinhardt 2002.

<sup>258</sup> Vgl. Kapitel 3.5.

## **Lieben und Wollen – Individualität und Beziehung**

Dem Namen folgend behandelt dieser Kurs die Polarität von Lieben und Wollen<sup>259</sup>. Nacheinander führen die Übungen dieses Seminars die Teilnehmer in die eigenen Liebeserfahrungen mit all ihren Facetten von der Nächstenliebe bis hin zur erotischen Liebe. Dazu gehört auch die Bewusstmachung einschränkender und unterstützender Glaubenssätze zu diesem Thema, wie z.B. „Liebe für Leistung“<sup>260</sup> oder „wenn ich mich öffne werde ich verletzt.“ Als zentrale innere Instanz zum Thema Liebe wird Kontakt zum inneren Kind in diesem Seminar aufgenommen und im Hinblick auf alltagsrelevante Vorhaben vertieft.

Die zweite Hälfte des Kurses dreht sich um die vier Aspekte des Willens, die durch verschiedene Übungen von den Teilnehmern erlebt werden<sup>261</sup>. Zum Ende hin wird auch die vereinigende Instanz des Selbst einbezogen, um eine Synthese der zwei Pole „Lieben und Wollen“ zu begünstigen.

Am letzten Seminartag gibt es ein Ritual, während dem die Möglichkeit besteht, vor allen anderen Teilnehmern die Essenz des Seminars auszudrücken. Dazu werden Ziele definiert, die beide Seiten der Polarität von Lieben und Wollen einbeziehen. Es ist ein bewegender Moment, sich derart zu offenbaren. Noch berührender als mein eigenes Bekenntnis war für mich die Aussage einer anderen Teilnehmerin: „Ich liebe mich selbst.“

---

<sup>259</sup> Vgl. Kapitel 3.7.

<sup>260</sup> Anmerkung des Autors: Hier ist Anerkennung gemeint, die in entsprechenden Beziehungen mit Liebe verwechselt wird.

<sup>261</sup> Vgl. Kapitel 3.6.

## Die Teile und das Ganze – Konflikt und Synthese

Dieses Seminar hat eine ähnliche inhaltliche Ausrichtung wie der oben beschriebene Kurs „Regisseur werden im eigenen Leben – PS-Einführung“<sup>262</sup>: Es geht um Teilpersönlichkeiten. Zunächst wird den Teilnehmern ihre fassettenreiche Psyche durch das Auffinden verschiedener Anteile gezeigt. Es wird dann eine bestimmte Teilpersönlichkeit ausgewählt, die in weiteren Übungen eingehend exploriert wird. Dabei wird sie bezüglich ihrer Bedürfnisse, ihrer Wünsche und den spezifischen Umständen befragt, in denen sie üblicherweise in Erscheinung tritt. Der nächste Schritt besteht im Erfahren ihres Gegenpols, bevor es zu einem Dialog zweier polar zueinander stehender Anteile kommt, die ihre Interessen vertreten und sich zunächst meist feindlich begegnen. Unter „Zuhilfenahme des vereinigenden Selbst“<sup>263</sup>, also dem Einnehmen einer disidentifizierten Perspektive kommt es gegen Ende der fünf Tage zur Synthese der Polaritäten.

Eine beeindruckende Erfahrung in diesem Seminar war für mich wiederum das Erleben einer Kraft-Teilpersönlichkeit, die sich als Teufel zeigte. Ihr gegenüber stand ein kleiner Junge – mein inneres Kind, das zehnmal kleiner als der Teufel erschien und doch mehr Macht ausstrahlte als er. Beide brauchten einander. Der Teufel bekam durch den Jungen die nötige Orientierung und das Wissen, wo und wie seine Kraft einzusetzen ist. Der Junge fühlte sich in der Gegenwart dieser scheinbar unbesiegbaren Gestalt sicher und geborgen.

---

<sup>262</sup> Vgl. Kapitel 4.1.1, Abschnitt „Regisseur werden im eigenen Leben – Einführung in die Psychosynthese“.

<sup>263</sup> Die verwendete Redewendung sollte als sprachliches Modell verstanden werden, um den sich den durch dieses Seminar vollziehenden Prozess beschreiben zu können, und nicht als technische Substanzialisierung eines psychischen Vorganges.

## Vom Glück der Selbstbestimmung – der klare Weg zur inneren Freiheit

Beim Kurs zur Selbstbestimmung steht die therapeutische Arbeit mit Introjekten im Fokus. Mit verschiedenen Übungen in der Großgruppe sowie in Kleingruppen werden die unterschiedlichen Aspekte innerer Kritiker bewusst gemacht und potentiell auch überwunden und erneuert. Ein zentraler Prozess besteht in der Befreiung von den Stimmen des Über-Ichs, an deren Stelle die Eigenverantwortlichkeit tritt. Sie wird von vielen Teilnehmern erwünscht und erscheint überraschend problematisch, wenn deutlich wird, dass damit auch Verantwortung für schwierige Eigenschaften und Problemfelder übernommen werden muss. Das Herzstück des Kurses besteht in den letzten Tagen in einer Vierheit aus „verbotenen, abgelehnten, gewollten und verlangten“ Anteilen, die jeweils in verzerrter und erlöster Qualität erfahren werden. Dazu kommt ein Ritual in Anlehnung an die vier Elemente<sup>264</sup> und ein weiteres Ritual, in dem jeder Teilnehmer die Möglichkeit erhält, sich vor der Gruppe zu sich bzw. zu den zuvor erfahrenen Anteilen und seiner vollzogenen Selbstaktualisierung zu bekennen.

Die Introjekte binden eine Menge Energie, die im Verlauf dieses Seminars frei wird und als zur Verfügung stehende Kraft zugänglich wird. Im introjektidentifizierten Zustand zuvor muss diese Energie investiert werden, um „fremden“ Ansprüchen<sup>265</sup> gerecht zu werden. Dazu gehört auch, dass die Klienten sich mit viel Druck dazu zwingen, Dinge zu tun, die ihnen schwer fallen, anstatt mit mehr Leichtigkeit die eigenen Talente einzubringen und dadurch mit geringeren „Kosten“ mehr zu erreichen.

In diesem Seminar habe ich eine Erfahrung gemacht, die ich nie vergessen werde: Ein anderer Teilnehmer, dem ich mich sehr verbunden fühlte und immer noch fühle, hatte mich ausgewählt, um einen verborgenen Teil von sich gespiegelt zu bekommen. Im inneren und gemalten Bild war es ein schwarzer Vogel. Mit viel Hingabe und intensivem Kontakt versuchten wir, diesen für ihn höchst bedeutsamen Teil angemessen abzubilden, als plötzlich eine Krähe gegen eine Scheibe des Seminarraums flog und starb.

---

<sup>264</sup> Erde, Feuer, Wasser, Luft.

<sup>265</sup> Siehe hierzu Kapitel 3.1.3.

Während einer Übung, in der die Befreiung von Introjekten körperlich inszeniert wurde, habe ich mich in eine Matratze einwickeln und von fünf Personen darin festhalten lassen. Es brauchte meine ganze Kraft und Kampfsporterfahrung, um diesen „Käfig“ zu sprengen. Als es gelang und die Stellvertreter meiner Introjekte förmlich weggeschleudert wurden, stellte sich in mir eine große Gewissheit meiner eigenen Kraft und Zufriedenheit darüber ein.

Im weiteren Verlauf dieses Kurses gab es einige Momente, in denen ich mich völlig losgelöst von allen „du sollst, du musst, du darfst nicht“-Ansprüchen und Forderungen erlebt habe, sodass ich mich selbst authentisch und frei erfahren durfte.

### **Wie man seine (inneren) Feinde besiegen kann**

Dieses Seminar wird intern als „Schattenkurs“ bezeichnet. Angelehnt an das Jung'sche Verständnis des Schattens<sup>266</sup> geht es in diesem Kurs darum, all die abgelehnten Anteile und Inhalte bewusst zu machen und potentiell zu reintegrieren. Über verschiedene Techniken wird zunächst der Schatten gesucht und erkannt. Fokussiert werden dazu die Bereiche Projektion, schicksalhaft wiederkehrende Erlebnisse, Träume, Heimlichkeiten, wiederholte Spiegelungen der Umwelt und psychosomatische Phänomene<sup>267</sup>. Auch der kulturelle Schatten wird dabei einbezogen. Im christlichen Kontext sind hier beispielsweise die sieben Todsünden und die Hölle zu nennen<sup>268</sup>. Die Eingangsübung dieses Kurses ruft Dinge oder Menschen, die abgelehnt werden, ins Bewusstsein. Dadurch zeigt sich die Projektion abgelehnter Anteile<sup>269</sup>. Aus dem großen Spektrum möglicher Schattenanteile, die je nach Sozialisation und Reifegrad des Klienten auch unerwartet ausfallen können, werden dann nach und nach individuell die wichtigsten Aspekte extrahiert.

---

<sup>266</sup> Vgl. Kapitel 3.1.2.

<sup>267</sup> Vgl. ebd. und Reinhardt, 2005.

<sup>268</sup> Beispielsweise wenn als Konsequenz für das Begehen einer Todsünde das Schmoren in der Hölle vermittelt wird.

<sup>269</sup> Siehe Kapitel 3.1.1.

In einem kreativen Prozess und mit weiteren Übungen wird diese bewusst gemachte Schattenenergie weiter verdichtet, um schließlich durch ein schamanisch assoziiertes Initiationsritual entfesselt und für etwa sieben Minuten ausgelebt. Dazu wird die Technik der Maskierung genutzt. Alle Teilnehmer fertigen eine Maske an, die die wichtigsten Aspekte ihres Schattens repräsentiert und identifizieren sich mit ihr für die genannte Dauer.

Der Schatten entsteht durch Ablehnung bestimmter Anteile während der Anpassung an die Gesellschaft und somit auch durch Introjekte<sup>270</sup>. Anders als beim „Glück der Selbstbestimmung“ liegt beim Schattenkurs der Fokus auf die verdrängten und unterdrückten Anteile der Person und nur peripher auf den Introjekten. Diese Aspekte sind stark miteinander verknüpft: Die Introjekte verwehren der Person den Zugang zu den verdrängten Inhalten durch Abwertung und Verbote.

Zum Ausklang des Seminars wird während einer weiteren Übung der Unterschied zwischen zwei Sorten innerer Stimmen differenziert: Vertrauenswürdige eigene und (fremde) verinnerlichte Forderungen und Ablehnungen. Reinhardt spricht hier vom ersten und zweiten Gewissen<sup>271</sup>.

An einem Abend während des Schattenkurses gibt es die sogenannte „Bar der sieben Todsünden“. Dazu verkleiden sich alle Teilnehmer als die ihnen am nächsten bzw. fernsten liegende Todsünde und begegnen einander bei einer Art Party. Als ich mich dort mit der ganzen Intensität meines Triebes und meiner Aggressivität zeigte, führte das zu einer unvergesslichen Reaktion bei manchen der anwesenden Frauen. Die Wertschätzung dieser Qualitäten ist gesellschaftlich nicht üblich.

---

<sup>270</sup> Vgl. Kapitel 3.1.3.

<sup>271</sup> Vgl. Kapitel 3.11.1.

Die Erfahrung meines Schattens im zweiten Seminar dieser Art, das ich besuchte, war ganz anders als beim ersten Mal. Es erschien mir wie die zweite Etage eines Kellers, dessen wahre Tiefe mir (noch) nicht bekannt ist.

Mehrere Wochen nach meinem ersten Schattenkurs hatte ich Zugang zu einer Ressource der Kraft, die kaum zu erschöpfen war. Weder durch intellektuelle Arbeit, noch durch exzessive körperliche Betätigung kam ich in Erschöpfungszustände.

### **Die Intelligenz des Herzens - Leben im Einklang mit dem Inneren Kind**

Das sogenannte Kind II Seminar kann nur mit bereits absolviertem Kind I-Kurs besucht werden. Aufgrund der Vorerfahrung der Teilnehmer kann direkt in tiefgründige Prozesse eingestiegen werden, was zu einer insgesamt gesteigerten Intensität führt.

Der Spannungsbogen dieses Kurses reicht von weiterer Introjektarbeit bis hin zur Erschließung eines Aspektes des kollektiven Unbewussten - des familiären Systems. Um Ersteres zu realisieren, bemüht Reinhardt die Metapher des „Prokrustesbettes“<sup>272</sup>. Prokrustes<sup>273</sup>, ein Riese aus der griechischen Mythologie, bietet Reisenden ein Bett an. Wenn sie zu groß sind schneidet er ihnen die überstehenden Gliedmaßen ab. Sind sie zu klein, streckt er sie auf seinem Amboss zur passenden Größe. Heutzutage wird die Redensart „Bett des Prokrustes“ verwendet, um ein Schema zu verdeutlichen, das das Hineinzwängen in unpassende Formen beschreibt. Entsprechend bezieht sich das Kursgeschehen auf Überforderungen und Ablehnungen bestimmter Anteile, die Teil der Persönlichkeit sind. Mit einem Ritual (wie im Kind I-Seminar) werden die Introjekte, die für Prokrustes' Verhalten stehen, entmachtet. Ein weiteres Ritual bietet die Chance, vor der Gruppe einen Schritt zu vollziehen, der das Streben nach Anerkennung von außen, in einen von innen geleiteten Antrieb transformiert. Das sogenannte „Familienunbewusste“<sup>274</sup> wird während eines Prozesses im Liegen erschlossen, der zu dritt durchgeführt wird. Die relevanten Inhalte sind meist problematische Phänomene, wie z.B. Missbrauch oder Substanzabhängigkeit oder

<sup>272</sup> Vgl. Reinhardt 2011, persönliche Mitteilung und Just 2005 in:

<http://www.eduhi.at/gegenstand/latein/data/HP.Glatz.8.05.doc>

<sup>273</sup> Griechisch für „Ausstrecker“.

<sup>274</sup> Vgl. Reinhardt 2011, persönliche Mitteilung.

andere Themen, die sich oft seit Generationen innerhalb einer Familiengeschichte wiederholen. Die Übungen dazu führen potentiell zu einer Lösung dieser seit Generationen bestehenden Schwierigkeiten. Zum Ausklang des Kurses gibt es eine Übung, die intensiven Kontakt zum höheren Selbst herstellt und die durch die Aktivierung dieser Ressource stabilisierend wirkt.

Während der Erschließung meines Familienunbewussten traf ich imaginativ auf viele Männer aus meiner Familie. Die meisten von ihnen sind real bereits tot. Ihnen gemein war ein verschlossenes Herz und damit einhergehend eine gewisse Härte. Beides diente der Betäubung des darunter liegenden, zuvor erfahrenen Schmerzes mit dem Preis, dass sie kaum zu tiefen Liebesbeziehungen fähig waren. Sie alle haben mir Mut gemacht, den Weg hin zu einem offenen Herzen weiter zu gehen und waren stolz, dass ich als erster Mann in ihrer Linie aktiv daran arbeite, dieses Ziel zu realisieren und damit viel Leid für mich, für sie und viele andere Menschen zu transformieren. Damit bekam der Prozess meiner Individuation eine Bedeutung, die über mich selbst hinaus reicht.

### **Kind III**

Der dritte und letzte Kurs der Reinhardt'schen Reihe zum inneren Kind hat das entwickelte innere Kind zum Thema: den inneren Helden. Die Sensibilität des inneren Kindes entwickelt sich im Helden zu einem progressiven Anteil, der inneres Wissen bezüglich der für das Individuum zukünftig günstigen Entwicklungen repräsentiert. Aus der subtilen Wahrnehmung heraus entfaltet sich eine Vision der Möglichkeiten, die im individuellen Potential liegen. Reinhardt spricht hier vom „Ruf des inneren Helden“<sup>275</sup>. Analog zu Kind II ist auch hier die Vorbedingung zur Zulassung die Teilnahme am Kind I Seminar.

Die Dramaturgie des Seminares betont zunächst das innere Kind und seine positive Einstellung zu Wagnissen und Progression. Die in Kapitel 4.1., Abschnitt „Das innere Kind und die Heilung der Liebe“ vorgestellte Dreiteilung des inneren Kindes

---

<sup>275</sup> Persönliche Mitteilung während der Seminare.

(Mondkind, Sonnenkind, göttliches Kind) wird im Kind III-Kurs operationalisiert, das heißt, es werden Übungen angeboten, die die drei unterschiedlichen Aspekte des inneren Kindes jeweils im Fokus haben, sodass die Teilnehmer diese Dreiheit differenziert erfahren können. Im weiteren Verlauf geht es um die Suche nach dem inneren Helden. In verschiedenen Übungen, die auch Kleingruppenarbeit und die Spiegelungen der anderen Teilnehmer einschließen, kristallisiert sich der innere Held immer klarer heraus, um schließlich als Teilpersönlichkeit Gestalt anzunehmen<sup>276</sup>. Dabei werden alle individuell relevanten Heldenqualitäten erschlossen und für folgende Prozesse durch Notizen und gemalte Bilder konserviert. Analog zur Heldengestalt formiert sich auch der innere Ruf in den Teilnehmern, bis hin zu präzisen Aussagen. Nachdem sich dafür deutliche Konturen gebildet haben, wird auch der „Dämon des Widerstandes“<sup>277</sup> mit in den Fokus genommen. Dieser begegnet der progressiven Risikobereitschaft des Helden z.B. mit dem Bedürfnis nach Sicherheit. Erst nachdem auch diese Anliegen in den weiteren Prozess eingebunden werden, kann eine Synthese entstehen. Um diese zu begünstigen, wird gegen Ende des Kurses Kontakt zur synthetisierenden Kraft des höheren Selbst ermöglicht. Das Herzstück des Seminars besteht schließlich in einer Übung, die unter Zuhilfenahme anderer Teilnehmer eine psychodramatische Vereinigung mehrerer, zum Teil polarer Kompetenzen und Bedürfnisse möglich macht. Dabei werden zuvor als unvereinbar wahrgenommene Persönlichkeitsanteile von einem Zustand des „entweder oder“ in ein „sowohl als auch“ transformiert.

Ein weiteres Kernstück dieses Kurses ist das Sichtbarwerden des „ungelebten Lebens“ durch eine Tranceinduktion mit dem Fokus der (bisher) nicht verwirklichten Möglichkeiten und damit verbunden ein konkreter Blick ins eigene Potential.

---

<sup>276</sup> Vgl. Kapitel 3.5.

<sup>277</sup> Nach Reinhardt 2011, persönliche Mitteilung.

Für mich als Teilnehmer gab es ein Erlebnis während dieses Seminars, bei dem ich tiefen Kontakt zu meiner Anima, meiner weiblichen Seite, erleben durfte. Dessen Intensität riss einige der anderen Teilnehmer mit und gipfelte in einem tränenreichen Moment, an dessen Ende sich manche Teilnehmer in den Armen lagen.

Darin spiegelt sich auch mein ganz persönlicher Ruf wider. Der lautete konkret: „Einfach nur Liebe.“ Er umfasst viele verschiedene Herzqualitäten, die seitdem einige konkrete Veränderungen in meinem Leben bewirkt haben.

### **Die Suche nach dem heiligen Gral**

Die Besucher der Gralskures bilden gemeinsam mit den Teilnehmern von Kind II und III die Gruppe der erfahrenen Teilnehmer in der Dateanalyse<sup>278</sup>. Es gibt zwar keine Bedingung um an diesem Kurs teilzunehmen, aber die Zusammensetzung der Besucher zeigte, dass sich hier (therapie-) erfahrene Menschen versammelt haben. Der heilige Gral ist als Metapher für das höhere Selbst einzuordnen. Dementsprechend kann dieses Seminar als dasjenige betrachtet werden, das sich am stärksten in Richtung transpersonaler Erfahrungen ausrichtet.

Der Verlauf des Seminars orientiert sich an der Geschichte von Parzival, der auf der Suche nach dem heiligen Gral ist, wie es z.B. bei Wolfram von Eschenbach beschrieben steht<sup>279</sup>. Reinhardt hat eine psychologische Übersetzung der Geschichte vorgenommen und daraus die Struktur des Seminars abgeleitet. Daher werden im Verlauf dieses Kurses immer wieder Textabschnitte der Geschichte vorgelesen, um den Bezug zur Sage zu halten. Die Suche nach dem Gral entspricht für die Teilnehmer während des Seminars ihrer persönlichen Suche nach Glück, wobei die Unterscheidung zwischen Wohl und Heil eine große Rolle spielt. Das Wohl wird hier als die Erfüllung von Wünschen und Bedürfnissen und Heil als die Transformation von Leid verstanden. Auf seiner Reise begegnet Parzival verschiedenen Menschen und kommt in Situationen, die im Seminar durch innere Gestalten und andere psychische Instanzen repräsentiert werden. Durch bewusst gemachte Introjekte und deren Entmachtung sowie Teilpersönlichkeiten mit ihren Bedürfnissen und Gegenpolen

---

<sup>278</sup> Vgl. z.B. Kapitel 5.3, Abschnitt „OPI Faktor „Lebensbejahung/ Identität““.

<sup>279</sup> Siehe z.B. v. Eschenbach 2011.

werden die Vorkommnisse der Geschichte in psychotherapeutische Übungen übersetzt und für die Teilnehmer erlebbar gemacht. Ein zentraler Prozess gegen Ende des Kurses besteht in der Begegnung mit dem eigenen inneren heiligen Gral. Das höhere Selbst wird während dieser Übung als Quelle erfahren und nicht, wie in anderen Übungen, als (liebende/ weise) Gestalt. Aus dieser Quelle sprudeln Inhalte, die für die betreffende Person mit Glücksgefühlen verknüpft sind. Im (inneren) Bild der Quelle wird ein wesentlicher Zugang zum höheren Selbst deutlich, durch den sich dieses Seminar auszeichnet.

Der Gralskurs findet im Seminarhotel „Schloss Höhnscheid“ (bei Kassel) statt. Dieses alte Gebäude, in dem sich noch heute Ritterorden treffen, verfügt z.B. über eine eigene Kapelle und hat insgesamt einen speziellen Charme, der diesem Seminar zugute kommt und seinen Effekt unterstützt<sup>280</sup>.

In der Kapelle des Schlosses, die aus alten Felssteinen gemauert wurde und ein Rundgewölbe bildet, haben wir während einer Übung Kontakt zum Selbst erfahren. Wie es oft geschah, zeigte es sich mir in Gestalt von Richard Baker Roshi, dem Abt des Zenklosters, in dem ich regelmäßig praktiziere.

Meine Frage an ihn lautete: „Warum tu ich mir selbst immer wieder weh und gönne mir das Glück nicht?“ Seine Antwort war: „Der Weg zu Deinem ersehnten Leben führt nur über Akzeptanz, Annahme und Selbstliebe.“ Dann trat er hinter mich, legte mir seine Hände auf die Wirbelsäule und ließ mich seine uneingeschränkte Liebe und Zuversicht spüren.

---

<sup>280</sup> Siehe <http://www.waldgut-schloss-hoehnscheid.de/historie.html>.

#### 4.1.2 Methoden der Vermittlung

Losgelöst von den bis hierher erläuterten Seminaren werden nun die Grundlagen der verwendeten Methoden anhand geeigneter Quellen vorgestellt.

##### **Gruppenpsychotherapie**

Alle Daten dieser Arbeit wurden im Gruppensetting erhoben. Daher wird der *Gruppenpsychotherapie* eine Sonderstellung in diesem Kapitel zugeordnet. Alle folgenden Methoden der Vermittlung wurden, bis auf wenige Ausnahmen, im Gruppensetting angewendet. Das hier gemeinte Gruppensetting ist jedoch nicht gleichzusetzen mit Gruppenpsychotherapie im allgemeinspsychologischen Sinne. Dieser versteht sie unter anderem als Pluralität zur Einzelpsychotherapie<sup>281</sup>. Diese Definition kann auch auf die hier behandelten PS-Seminare angewendet werden. Die Techniken und Vorgehensweisen stimmen in weiten Teilen mit einer PS-Einzelbehandlung überein. Worin liegt also der Unterschied zur üblichen Gruppenpsychotherapie? Einerseits sprengt die Gruppengröße von bis zu 33 Teilnehmern exklusive der vier Co-Therapeuten und der Seminarleitung alle Vorgaben, die zwei bis zehn Personen empfehlen<sup>282</sup>. Andererseits besteht der wesentliche Unterschied im abweichenden therapeutischen Vorgehen der PS, das sich im Einzel- und Gruppengeschehen ähnlich vollzieht. In der Literatur zur Gruppenpsychotherapie finden sich alle größeren Therapieschulen bis auf die Psychoanalyse wieder, weil für alle auch das Gruppensetting eine Methode der Wahl darstellt – gerade im Hinblick auf die psychotherapeutische Unterversorgung. Gruppenpsychotherapie wird teilweise als Lösung für dieses Problem angeführt<sup>283</sup>. Die große Gemeinsamkeit der anerkannten Verfahren ist das Gespräch. Die gesamte Therapie, egal ob verhaltenstherapeutisch, tiefenpsychologisch oder psychoanalytisch läuft als Gespräch zwischen Klient und Therapeut ab. Folglich findet Gruppenpsychotherapie als Gruppengespräch statt, in der häufig einzelne Personen für bestimmte Zeitabschnitte besonders im Fokus stehen.

---

<sup>281</sup> Vgl. Tschuschke 2010, S. 2.

<sup>282</sup> Vgl. <http://www.btonline.de/gesetze/ptrichtlinien/pdf/psychotherapierichtlinien.pdf>.

<sup>283</sup> Siehe z.B. Walenzik et.al 2010, S. 123.

Diese Vorgehensweise gibt es in der PS nur bedingt. Hier wird vielmehr der Klient beispielsweise zu Imaginationen oder Verkörperungen (Embodiment) angeleitet, die dann eine Erfahrung des Interventionsgegenstandes ermöglichen. Dementsprechend besteht das Gruppensetting der PS häufig aus einer stillen Gruppe, die den Anleitungen der Leitung folgt oder aus einem Raum voll verkörperter Teilpersönlichkeiten, wobei alle außer dem Therapeuten die Augen geschlossen haben und weitgehend still sind. Bestimmte Implikationen der Gruppenpsychotherapie nach Tschuschke<sup>284</sup> wie „Rekapitulation der Primärfamilie“ oder „interpersonales Lernen“ spielen für die PS-Gruppe deshalb keine oder nur eine untergeordnete Rolle. Ein weiterer bedeutsamer Unterschied ist die klinische Relevanz der Gruppe. In Kapitel 5.2.5 werden schwache Ausprägungen der psychopathologischen Kennwerte dieser Stichprobe vorgestellt, sodass nicht von klinisch relevant erkrankten Personen ausgegangen werden kann. Im Gegensatz dazu zielt die gesamte Literatur zum Thema Gruppenpsychotherapie auf Klienten ab, die auf den entsprechenden Skalen im Bereich einer klinischen Diagnose liegen. Aus diesem Grund wurde gleichermaßen Literatur zum Thema Selbsterfahrungsgruppen herangezogen. Die Definition der Selbsterfahrungsgruppe in der Literatur bezieht sich zum Teil auf Ausbildungszyklen für angehende Psychotherapeuten und zum anderen Teil auf Gruppensitzungen, die auf Selbsterfahrung ausgelegt sind<sup>285</sup>. Beide Definitionen lassen sich wiederum nur teilweise auf die Seminargruppen dieser Studie anwenden. Erneut wird die übliche Gruppengröße mit neun bis maximal zwölf Personen angegeben<sup>286</sup>, sodass die Gruppengröße der behandelten Seminare nicht vergleichbar ist. Ergänzend muss auch der Unterschied der zeitlichen Perspektive erwähnt werden. In der genannten Literatur wird von Gruppenpsychotherapien ausgegangen, die z.B. für die gesamte Dauer eines Klinikaufenthaltes von mehreren Wochen bestehen, oder von Selbsterfahrungsgruppen, die einen längeren Ausbildungszyklus gemeinsam absolvieren. In der vorliegenden Stichprobe handelt es sich ausschließlich um Gruppen, die nur maximal sieben Tage miteinander verbringen.

---

<sup>284</sup> 2010, S. 15.

<sup>285</sup> Vgl. Hippler 2001 und Schmidbauer 1977 und 1992.

<sup>286</sup> Vgl. Hippler 2001, S. 21 und Schmidbauer 1977, S. 60.

Grundsätzlich gilt für freiwillige Teilnehmer von Gruppenpsychotherapien die Annahme, dass bestimmte Persönlichkeitstypen, wie etwa sozial ängstliche Menschen (agoraphobisch), ihrer Neigungen nach unterrepräsentiert sind. Tschuschke<sup>287</sup> bezeichnet die Gruppenpsychotherapie entsprechend als ungeeignet für bestimmte Persönlichkeiten und als kontraindiziert für bestimmte Störungstypen.

Es gibt einige Phänomene, die sich allein durch das Gruppensetting einstellen. Die wichtigsten Punkte dazu werden im Folgenden vorgestellt und erläutert. Abbildung 16 gibt einen Überblick der relevanten Wirkfaktoren nach Tschuschke<sup>288</sup>. In Abbildung 17 gibt Tschuschke eine Rangfolge der Gruppenwirkfaktoren an, die in Folge einer Metaanalyse mehrerer Studien zum Thema Gruppenpsychotherapie entstanden ist. Die nachstehenden Erläuterungen orientieren sich an dieser Rangfolge. Einige Punkte der Tabelle beziehen sich auf klinische Gruppen und sind im Hinblick auf die hier behandelten Seminargruppen weniger relevant. Diese Punkte werden hier nicht berücksichtigt.

---

<sup>287</sup> Vgl. Tschuschke 2010, S. 13-22.

<sup>288</sup> 2010, S. 14f.

interpersonale (gruppenspezifische) Wirkfaktoren	nicht notwendigerweise gruppenspezifische Wirkfaktoren	nicht gruppenspezifische Wirkfaktoren
Altruismus (anderen Hilfen geben)	Anleitung (Ratschläge, Hilfestellungen, Anweisungen, Hausaufgaben etc.)	Einsicht
interpersonales Lernen – Input (Feedback erhalten)	Identifikation (mit anderen in der Gruppe oder dem Therapeuten in der Dyade)	existenzielle Faktoren (grundlegende Aspekte, Sinn des Lebens und Daseins, Sterbens, Todes)
interpersonales Lernen (Verhaltensänderungen im sozialen Feld der Gruppe)	Einflößen von Hoffnung	
Katharsis (emotionale Affektabfuhr durch dynamische Gruppenprozesse gefördert)	Selbstöffnung (Mitteilung scham- oder schuldbe- setzter privater oder intimer Einzel- heiten vor anderen Menschen)	
Kohäsion (Zusammenhalt der Gruppe, Zugehörigkeits- und Akzeptanzgefühl)		
Rekapitulation der Primärfamilie (unbewusste Wiederholung des Erlebens oder Reinszenierung früher Familienstrukturen in der Gruppe)		
Universalität des Leidens (Erlebnis des Nichtalleinseins mit den eigenen Problemen und Schwierigkeiten)		

**Abbildung 16:** Wirkfaktoren der Gruppenpsychotherapie nach Tschuschke. Quelle: Tschuschke 2010, S. 14.

- 1. Interpersonales Lernen input und output:** Yalom betont im Zusammenhang mit interpersonalem Lernen die Entstehung eines Mikrokosmos durch das Gruppensetting. Alle Teilnehmer verhalten sich demnach typisch und führen damit eine ähnliche Wirkung herbei, wie sie es in ihrem Leben tun. Durch das Feedback der Gruppe kann mehr Bewusstsein für das eigene Verhalten entstehen und durch die Meinung bzw. Spiegelung anderer Gruppenmitglieder entsteht soziale Resonanz auf das eigene Verhalten. Wenn dazu noch eine gelingende therapeutische Intervention der Gruppenleitung kommt, kann Verständnis und Akzeptanz entstehen<sup>289</sup>. Dieses Phänomen konnte in den hier zugrunde liegenden Seminaren nur am Rande beobachtet werden. Die Gruppengröße in den Seminaren macht das interpersonale Lernen in Yaloms Sinne nur bedingt möglich. Der Unterschied zwischen dem Gruppentherapiegeschehen, das seinen Ausführungen zugrunde liegt und den in dieser

<sup>289</sup> Vgl. Yalom 2005, S. 43-76.

Arbeit beschriebenen Gruppen liegt ferner in der Tatsache, dass hier keine klinische Stichprobe vorliegt<sup>290</sup>. Zudem wird in den Seminaren weniger mit der Gruppe als Werkzeug im therapeutischen Sinne gearbeitet.

Rang	Yalom (1985), ambulante Gruppen (9 Untersuchungen mit 383 Patienten)	Lieberman et al. (1973), Selbsterfahrungsgruppen (210 Studenten aus 18 Gruppen) <sup>A)</sup>	stationäre Gruppen (4 Untersuchungen mit 363 Patienten; aus Tschuschke 1989)	Strauß u. Burgmeier-Lohse (1994; 23 Patienten aus einer stationären Slow-open-Gruppe)	Rudnitzki et al. (1998; 33 Patienten aus 4 Gruppen)
1	interpersonales Lernen – Input	interpersonales Lernen – Input	Katharsis	Kohäsion	Universalität des Leidens
2	Katharsis	Universalität des Leidens	Kohäsion	Katharsis	Katharsis/ Kohäsion
3	Kohäsion	Katharsis	interpersonales Lernen – Input	Einsicht	
4	Einsicht	Anleitung	Einsicht	interpersonales Lernen – Output	Einflößen von Hoffnung
5	interpersonales Lernen – Output	Einsicht <sup>A)</sup> /interpersonales Lernen – Output	existenzielle Faktoren/ Altruismus	existenzielle Faktoren	existenzielle Faktoren
6	existenzielle Faktoren			interpersonales Lernen – Input	interpersonales Lernen – Output
7	Universalität des Leidens	Kohäsion <sup>A)</sup>	Einflößen von Hoffnung	Rekapitulation der Primärfamilie	interpersonales Lernen – Input
8	Einflößen von Hoffnung	Altruismus	Universalität des Leidens	Universalität des Leidens	Einsicht
9	Altruismus	Identifikation	Anleitung	Einflößen von Hoffnung	Anleitung
10	Rekapitulation der Primärfamilie	Einsicht <sup>A)</sup> / Kohäsion <sup>A)</sup>	interpersonales Lernen – Output	Anleitung/ Altruismus	Altruismus
11	Anleitung	Einflößen von Hoffnung	Rekapitulation der Primärfamilie		Rekapitulation der Primärfamilie
12	Identifikation	Rekapitulation der Primärfamilie	Identifikation	Identifikation	Identifikation

A) Wirkfaktoren „Einsicht“ und „Kohäsion“ sind über unterschiedliche Items erfasst und eingeschätzt worden

**Abbildung 17:** Rangfolge der Gruppenpsychotherapie-Wirkfaktoren nach Tschuschke. Quelle: Tschuschke 2010, S. 15.

Die therapeutischen Interventionen spielen sich meist mit geschlossenen Augen ab, sodass jeder sie in seinem individuellen „Innenraum“ erfährt und es nur durch Feedbackrunden einen Austausch gibt. Ein Gruppengespräch, wie es üblicherweise stattfindet, gab es während der PS-Kurse nur sehr selten. Interpersonales Lernen fand während der Seminare vor allem bezüglich

<sup>290</sup> Vgl. Kapitel 5.2.5.

begrifflicher Klärungen und durch die im nächsten Abschnitt beschriebene Katharsis statt. Die von Yalom herangezogene soziale Resonanz konnten die Teilnehmer der PS-Seminare sich wegen des fehlenden Gruppengesprächs nur außerhalb des Seminarraums geben, sodass sie weder therapeutisch begleitet ablief, noch Untersuchungsgegenstand war.

2. **Katharsis:** Sie wurde von Reinhardt in den Seminaren häufig als „sich am anderen entzünden“<sup>291</sup> bezeichnet. So berichtete beispielsweise jemand von seinen Erfahrungen, die er in einem bestimmten Prozess gemacht hat. Die Seminarleitung ging darauf ein, und schob einen kurzen Einzelprozess mit der betreffenden Person im Gruppenkreis ein, der zu einer Lösung für die Person führte. Einen solchen Ablauf mitzerleben bewirkte in allen, die sich mit dem Erleben der betreffenden Person identifizieren konnten, eine ähnlich lösende Wirkung, wie in der behandelten Person. Wenn die Identifikation ausblieb und jemand sich gar über den Bericht eines anderen Teilnehmers aufregte, bestand die Chance darin den eigenen Schatten<sup>292</sup> zu erschließen und therapeutisch nutzbar zu machen, was die Seminarleitung mehrfach betonte. Nicht alle Äußerungen von Teilnehmern in der Gruppe zog eine der beiden genannten Reaktionen nach sich. Aus Perspektive des Autors, als beobachtender Teilnehmer und Wissenschaftler, kam es häufig zum ersterwähnten Beispiel, der für mehrere Klienten gewinnbringenden Einzelintervention. Gerade was die Intensitäten angeht, gibt es einzelne Teilnehmer, die ihre Prozesse mit großer Intensität durchlebten, an denen sich andere, eher gehemmte Personen, „entzünden“ konnten. Das „sich Zeigen“ in der Gruppe wurde von Reinhardt häufig verstärkt, etwa indem er es als Akt der Selbstliebe beschrieb, in dem eine Person sich selbst vertritt und somit ihren Selbstwert steigert<sup>293</sup>.
3. **Kohäsion:** Yaloms Kurzbeschreibung dieses Aspektes lautet: „Kohäsivität ist das gruppentherapeutische Gegenstück zur therapeutischen Beziehung in der Einzeltherapie“<sup>294</sup>. Die entscheidende Bedeutung der äquivalenten therapeu-

---

<sup>291</sup> Vgl. Reinhardt während der Seminare.

<sup>292</sup> Vgl. Kapitel 3.1.

<sup>293</sup> Vgl. Reinhardt während der Seminare.

<sup>294</sup> Vgl. Yalom 2005, S. 80.

tischen Beziehung wurde oft nachgewiesen<sup>295</sup>. Im Gruppensetting ist jedoch der Zusammenhalt der Gruppe stark durch die Beziehungen aller Teilnehmer untereinander determiniert und nicht nur zum Leiter der Gruppe. Yalom führt einige Studien an, die einen signifikanten Zusammenhang zwischen der Effektivität der Intervention und der Kohäsivität der Gruppe herstellen können. Darunter finden sich auch Ergebnisse zu Selbsterfahrungs- und Encountergruppen, mit denen die vorliegende Stichprobe besser vergleichbar ist, als mit klinischen Gruppen. Auch das Maß der Selbstoffenbarung korreliert in einigen Studien hoch mit dem Gruppenzusammenhalt<sup>296</sup>, was zu Reinhardts Anregung des „sich Zeigens“ in der Gruppe passt.

Gemäß Tschuschkes Schilderungen sind viele Interventionen sogar erst dann möglich, wenn sich ausreichend Kohäsion in einer Gruppe gebildet hat<sup>297</sup>. In den PS-Seminaren kommt es trotz der vergleichsweise kurzen Dauer der Gruppen oft zu großem Zusammenhalt. Es trafen sich beispielweise einige Teilnehmer eines Kind I-Kurses noch zwei Jahre nach Ende des Seminars regelmäßig. Den Beobachtungen zufolge, kann folgende Hypothese postuliert werden: Je intensiver ein Seminar ablief, umso mehr Gruppenkohäsion entstand. Aspekte wie Selbstoffenbarung oder altruistisches Verhalten fanden sich in solchen Gruppen häufiger als bei anderen. Für die PS-Interventionen war Zusammenhalt der Gruppe weniger eine Bedingung,<sup>298</sup> als vielmehr eine Verstärkung. Ähnlich wie bei stationären Therapiegruppen kam es auch bei den Siebentageskursen zu Cliquesbildung und stärkerer Gruppenkohäsivität, als dies bei den Fünftageskursen oder ambulanten Gruppen der Fall ist.

- 4. Einsicht:** Diesen Punkt beschreibt Yalom mit der Bezeichnung „sich selbst Verstehen“<sup>299</sup>. Es kann zugrunde gelegt werden, dass sich die Besucher der Seminare mit bestimmten Fragen beschäftigen, die alle unter einer Metafrage wie „Warum leide ich?“ oder „Wie kann ich glücklicher leben?“ subsummiert

---

<sup>295</sup> Vgl. z.B. Grawe et. al. 1994.

<sup>296</sup> Vgl. Yalom 2005, S. 85-89.

<sup>297</sup> Vgl. Tschuschke 2010.

<sup>298</sup> Wie es in der Literatur häufig zu finden ist. Vgl. z. B: Yalom 2005 oder Tschuschke 2010.

<sup>299</sup> Yalom 2005, S. 120.

werden können. Der Punkt „Einsicht“ zielt auf die Beantwortung dieser Fragen ab. Sie kann sich sowohl intellektuell als auch erfahrungsorientiert vollziehen und wird als ein Aspekt der gelungenen Intervention bzw. als Wirkfaktor der (Gruppen-) Therapie angeführt<sup>300</sup>.

- 5. Universalität des Leidens:** Ein Großteil der PS-Seminarbesucher verbindet Leidensdruck, der gleichzeitig die Motivation zum Besuch des Seminars darstellt. Die Universalität des Leidens setzt dieses Erleben ins Verhältnis zu einer Gruppe von Menschen, die alle diesen Schritt gegangen sind und sich jetzt zusammen wiederfinden<sup>301</sup>. So wird aus individuellem Leid geteiltes Leid. Diese gemeinsame Voraussetzung trägt gleichzeitig zum Gruppenzusammenhalt bei<sup>302</sup>. Dennoch weicht auch dieser Punkt von der allgemeinen Gruppenpsychotherapie ab, weil dort über die genannten Parallelen hinaus auch aktiv das belastende Leid durch Gruppengespräche geteilt und besprochen bzw. bearbeitet wird.

Eine Sonderstellung im Kontext der Gruppenpsychotherapie kommt der Gruppenleitung zu. Speziell in den behandelten Seminaren, wo es weniger um das Gruppengespräch und mehr um die Anleitung von Imaginationsprozessen geht, hat die anleitende Person großen Anteil am Verlauf und der individuellen Perzeption der geführten Prozesse. Tschuschke gibt einen Überblick über die Anforderungen an die Gruppenleitung, wie etwa Fachkompetenz und Gruppen- bzw. Führungskompetenz<sup>303</sup>. Darüber hinaus gibt es viele relevante Interaktionseffekte zwischen der Gruppenleitung und den Teilnehmern. Ihr kommt als „Chef“ der Gruppe eine Sonderrolle zu, die zum Teil schwierige Projektionen enthält. Alle Gruppenteilnehmer sprechen beispielsweise, wie automatisch, immer die Leitung an, schauen sie bei Äußerungen an und projizieren ihre Wünsche nach Heilung und Entwicklung auf den Gruppenleiter. Dieser bekommt zu Beginn eines Gruppenprozesses überhöhte Projektile ab, die sich im weiteren

---

<sup>300</sup> Vgl. Yalom 2005, S. 120-124 und Tschuschke, 2010, S. 15.

<sup>301</sup> Sicher gibt es eine Fülle anderer Therapiemotivationen, wie beispielweise einen Lebenspartner, der Druck ausübt oder ähnliches; darauf wird hier jedoch nicht weiter eingegangen.

<sup>302</sup> Vgl. Yalom 2005, S. 28f.

<sup>303</sup> 2010, S. 66-70.

Verlauf in ebenso kritische Anfeindungen verändern können. Dies geschieht, wenn die Gruppe z.B. auf unangenehme Herausforderungen stößt oder sich die Einsicht einstellt, dass ihre Veränderungswünsche unrealistisch sind oder in ihrer eigenen Verantwortung liegen. Ein anderer Aspekt zur Gruppenleitung konnte durch eine Untersuchung in Selbsterfahrungsgruppen einer Fortbildung nachgewiesen werden. Sie zeigte, dass nur die Koexistenz von Charisma und Kompetenz den Lernerfolg der Teilnehmer garantiert. Trat nur eins der beiden Merkmale beim Gruppenleiter auf, so fiel der Lernerfolg signifikant kleiner aus. Demnach kommt es bei den Teilnehmern zur Identifikation mit der Führungsperson<sup>304</sup>. Ihr kommt also nicht nur die konkrete Aufgabe der kompetenten Leitung zu, sondern darüber hinaus fungiert sie als Projektionsfläche und Vorbild für die Kompetenzen, die in der Gruppe vermittelt werden sollen. Am Beispiel der PS-Seminare wird demnach vorausgesetzt, dass der Seminarleiter beispielsweise seinen eigenen Schatten bewusst reflektiert und angemessen integriert hat. Situationen, in denen das Gegenteil von den Teilnehmern erkannt wird, haben starke Konsequenzen in Bezug auf das Vertrauen in die Kompetenz der Gruppenleitung.

### **Disidentifikationsübungen**

Gemäß den Ausführungen in Kapitel 3.8 sind Disidentifikationsübungen maßgeblich am Erfolg psychosynthetischer Interventionen beteiligt. Die Disidentifikation von bestimmten Persönlichkeitsanteilen ermöglicht die notwendige Distanz, um zu einem differenzierten Bild der eigenen Person zu gelangen<sup>305</sup>. Das gesamte Feld der Achtsamkeit ist stark mit Disidentifikation verknüpft und hält in vielen Bereichen der Psychotherapie Einzug<sup>306</sup>.

Ein Element der praktischen Umsetzung von Disidentifikationsübungen während der Seminare besteht im Tanzen. Bis zu zehnmal an einem Seminartag wurden einige Minuten freier Tanz eingefügt. Besonders wenn z.B. die Vermittlung von theoretischen

---

<sup>304</sup> Tschuschke 2010, S. 69.

<sup>305</sup> Vgl. z.B. Heidenreich 2004 S. 405-455.

<sup>306</sup> Vgl. z.B. Germer 2009.

Aspekten auf dem Plan stand, wurde danach zu verschiedenen Musikstilen getanzt, um den Fokus vom kognitiven Lernen zurück in die leibliche Präsenz zu führen. Die Empfehlung dazu lautete, keinen „Disco tanzen“ zu machen, bei dem Kontakt zu anderen aufgenommen wird und ein attraktiver Eindruck beim Gegenüber entstehen soll, sondern sich mit geschlossenen Augen in die Musik „fallen zu lassen“, das heißt, den Körper der Musik unwillkürlich folgen zu lassen.

Es gibt eine Reihe von Studien, die eine Bewusstseinsveränderung beim Tanzen nachweisen. Schwerdtfeger<sup>307</sup> gibt einen Überblick zu diesem Forschungsfeld und beschreibt in ihrer eigenen Untersuchung die Abweichungen vom Alltagsbewusstsein anhand von Belschners Bewusstseinsmodell<sup>308</sup>. Ihre Daten zeigen den Einfluss der inneren Haltung auf das Tanzen. Demnach ist die Einstellung zum Tanzen als Wettbewerb hinderlich für veränderte Bewusstseinszustände. Personen, die hingegen ihren Fokus auf ihre Leibpräsenz richten, erleben eine stärkere Verschiebung auf der Dimension des Bewusstseins nach Belschner<sup>309</sup>. Die Auswertung der Daten der hier vorliegenden Studie ergab ebenfalls einen starken Zusammenhang von Leibpräsenz und transpersonalem Erleben<sup>310</sup>. Die Aufmerksamkeit in den Leib zu richten kann als grundsätzlich günstig zur Disidentifikation von psychischen Inhalten, wie z.B. dysfunktionalen Gedanken angenommen werden.

Weitere Disidentifikationsübungen sind in den imaginativen Anleitungen bereits enthalten, die im Sitzen und im Stehen das Gros der Interventionen während der Seminare ausmachen. Die achtsamkeitsfördernden Einleitungen zu den imaginativen Prozessen werden im folgenden Abschnitt „imaginative Verfahren“ vorgestellt. Eine Vertiefung der Erfahrungen während der Imaginationen gelingt durch die Technik der Verkörperung<sup>311</sup>. Reinhardt nutzt sie zur Disidentifikation, wenn er die Teilnehmer z.B. in die Verkörperung bestimmter Introjekte eintreten und sie zur Verdeutlichung übertreiben lässt, um dann einen großen (körperlichen) Schritt zurück anzuleiten oder

---

<sup>307</sup> 2008, S. 82-87.

<sup>308</sup> Siehe Kapitel 3.4.

<sup>309</sup> Vgl. Schwerdtfeger 2008, S. 47-63.

<sup>310</sup> Vgl. Kapitel 5.3.6.

<sup>311</sup> Siehe Kapitel 4.1.2., Abschnitt „Verkörperung/ Embodiment“.

in eine z.B. polare Verkörperung eintreten zu lassen. Dadurch entsteht eine bewusste und körperlich erfahrbare Disidentifikation von den jeweiligen Inhalten.

Auch die psychosynthetische Sicht auf einzelne Teile der Psyche impliziert bereits ein beobachtendes Zentrum, das notwendigerweise disidentifiziert sein muss, um eine solche Perspektive einnehmen zu können.

### **Imaginative Verfahren**

Imaginative Verfahren sind ein Kernelement der PS-Seminare nach dem Kölner Modell. In der Literatur werden sie meist mit kathartisch-imaginativer Psychotherapie oder suggestiv-imaginativen Verfahren beschrieben<sup>312</sup>. Ullmann und Wilke<sup>313</sup> geben einen Überblick über die Techniken der kathartisch-imaginativen Psychotherapie und die dazu vorliegenden Forschungsergebnisse. Diese sind durchgängig prozessorientierter Art, das heißt, der therapeutische Prozess wird hinsichtlich der auftretenden Phänomene begleitet und nicht, wie in der vorliegenden Studie im Hinblick auf sich verändernde (outcome) Merkmale, im Sinne eines prä-post-Vergleichs. Das Fazit der Metaanalyse von Stigler und Pokorny<sup>314</sup> stellt die (emotionale) Intensität, die mit Imaginationen einhergeht, in den Vordergrund. Demnach wird eine im inneren Bild erlebte Rose als schöner und duftender wahrgenommen als in der äußeren Realität. Die Autoren schließen daraus, dass Ressourcen, Beziehungen zu Mitmenschen und andere psychische Elemente durch Imaginationen präziser erfahren und somit therapeutisch gewinnbringend bearbeitet werden können.

Bezugnehmend auf Kapitel 4.1.2, Abschnitt „Disidentifikationsübungen“ wird nun auf den achtsamkeitsorientierten Charakter der Anleitungen zu den Imaginationen während der Datenerhebung eingegangen: Eine wesentliche Differenzierung muss zwischen den Prozessen im Sitzen und denen im Stehen gemacht werden. Erstere wurde eingeleitet

---

<sup>312</sup> Vgl. Horn 2006 und Diehl 1990.

<sup>313</sup> 2012.

<sup>314</sup> In: Ullmann & Wilke 2012, S. 123-144.

durch Sätze, die die Aufmerksamkeit in den Körper richten. Zunächst wurde dabei eine Körperhaltung empfohlen, die gelöst, entspannt und dennoch aufrecht ist, das heißt, auf dem Stuhl aufgerichtet sitzend, beide Füße auf dem Boden und die Arme und Hände unverschränkt, sodass die Hände z.B. auf den Beinen abgelegt werden. Dann wurde der Atem fokussiert, wie es auch in angeleiteten Meditationen üblich ist<sup>315</sup>. Mit geschlossenen Augen und nach innen gerichteter Aufmerksamkeit wurden dann autonome Prozesse, wie das Fließen der Gedanken und des Atems einige Minuten beobachtet. Diese Art der Vorgehensweise beschreiben Michalak et. al.<sup>316</sup> als „Atemraum.“ Grundlegend für achtsamkeitsfördernde Übungen im psychotherapeutischen Kontext waren die Beiträge von Kabat-Zinn in den neunziger Jahren des vergangenen Jahrhunderts. Auch er nahm das Element der Atembeobachtung in seine Übungen auf<sup>317</sup>. Von der achtsamen inneren Haltung des Atemraums aus wurden dann verschiedene psychische Elemente wie z.B. Teilpersönlichkeiten in den Fokus genommen. Dabei gab es viele gerichtete Imaginationen, wie etwa die innere Bühne oder Traumreisen, aber auch (nur) Anstöße in Richtung bestimmter Themen, die die Art der inneren Repräsentation offen ließen. Eine abgeschlossene Übung dieser Art dauerte zwischen drei und maximal 10 Minuten. Die Traumreisen, z.B. auf einen Berg, auf dem man in einer Kapelle das höhere Selbst in Form einer liebenden Person trifft, konnten bis zu 15 Minuten dauern<sup>318</sup>. Die Variante der geleiteten Imagination im Stehen funktioniert ähnlich: Zur Förderung der Achtsamkeit wurden die Teilnehmer dabei angeleitet, mit geschlossenen Augen eine feine Justierung ihrer Mitte vorzunehmen, indem sie kleine, kaum sichtbare Pendelbewegungen zwischen vorne, hinten, links und rechts ausführten, bis sie sich „mittig“ fühlten.

Eine dritte Variante imaginativer Verfahren bestand in Prozessen, die im Liegen, meist zu zweit auf den Zimmern der Teilnehmer, stattfanden. Zuvor wurden entsprechende Arbeitsblätter mit Anleitungen verteilt und bei komplexeren Übungen auch Demonstrationssitzungen in der Gruppenmitte vorgeführt. Inhaltlich und zeitlich waren

---

<sup>315</sup> Vgl. z.B. Kabat-Zinn 2004.

<sup>316</sup> 2012, S. 49.

<sup>317</sup> Siehe z.B. 1991.

<sup>318</sup> Vgl. Reddemann 2003, S. 80 und Ludwig 1999, S. 50-54.

die Prozesse im Liegen weiter gefasst. Das heißt, es kam hier zu geleiteten Assoziationen bezüglich eines bestimmten Themas, wie etwa das helle und das dunkle Gesicht einer Person in Beziehungen<sup>319</sup>. Mit einer Zeitstruktur von bis zu 60 Minuten wurde den Assoziationen der Teilnehmer hier mehr Freiraum gegeben.

Bei den Übungen im Liegen habe ich regelmäßig Phänomene veränderter Bewusstseinszustände erlebt, die ich sonst nur von intensiven Meditationsseminaren oder Einzelsitzungen mit sehr erfahrenen Therapeuten kannte.

So habe ich z.B. mehrfach den Eindruck gehabt meinen fragenden Begleiter sehr weit entfernt wahrzunehmen, als ob er 100 Meter weit weg sitzen würde. Das erlebte ich weniger dissoziiert als diese Aussage klingen mag. Eher sehr nah und fern gleichzeitig.

Es entstand auch mehrmals der Eindruck, dass die Körpergrenzen verschwinden, sodass ich mich als nahezu unendlich ausgedehntes Bewusstsein erfuhr.

### **Verkörperung/ Embodiment**

Embodiment wird als eine häufig unterschätzte Technik der Psychotherapie angesehen<sup>320</sup>. Dabei wird der Körper als „Gefäß“ der Psyche verstanden, das auf alle Erfahrungen reagiert. Schmidt spricht in diesem Zusammenhang von der Ideomotorik<sup>321</sup>. Demnach hinterlassen z.B. traumatische Erfahrungen Spuren im Körper in Form von Handlungsänderungen oder anderen somatischen Manifestationen. Diese werden durch die Technik des Embodiment bewusst gemacht. Analog und ergänzend zu gesprächspsychotherapeutischen Interventionen können körperorientierte

---

<sup>319</sup> Vgl. Seminar „Drehbuch der Liebe“ nach Reinhardt 2012.

<sup>320</sup> Vgl. z.B. Hauke et.al. 2012 oder Tschacher et.al. 2012.

<sup>321</sup> Vgl. Schmidt 2005.

Maßnahmen zur Bewältigung negativer Erfahrungen beitragen. Die Neurowissenschaften können den Zusammenhang von Körper und Psyche inzwischen klar zeigen und dadurch die Notwendigkeit des Embodiment in der Psychotherapie belegen. Hüther<sup>322</sup> z.B. zeigt die wechselseitige Abhängigkeit zentralnervöser und körperlicher Strukturen auf. Ferner erklärt er die Entstehung des Ichs neurophysiologisch anhand verschiedener Untersuchungen derart, dass der pränatale Mensch sein Selbstbild zunächst anhand seines eigenen Körpers entwickelt. Dieses Körper-Selbst bildet sowohl psychologisch als auch physiologisch die Grundlage der späteren höheren Funktionen, wie Bewusstsein und Persönlichkeitsmerkmale. Diese entstehen postnatal jedoch durch Feedback von außen, weil das Zugehörigkeitsbedürfnis zu den Bezugspersonen stärker ist als das Bedürfnis nach Authentizität. Dadurch entsteht ein Selbstbild, das stark durch äußere Einflüsse geprägt ist und nicht der eigenen Selbsterfahrung entspricht. Es führt gleichzeitig zu einer Entfremdung des eigenen Körpers, weil die wechselseitige Abhängigkeit für die Ausbildung „falscher“ Strukturen sorgt. Verhaltensweisen, wie die freiwillige Verstümmelung des Körpers, die in allen Kulturen zu finden ist und wiederum zu verbesserter Zugehörigkeit zur relevanten Bezugsgruppe führt, ist die Folge<sup>323</sup>.

Um in der Psychotherapie Veränderungen zu erzielen, deren Zielsetzung in der Transformation von belastend empfundenen Strukturen zu einem kohärenten Selbstbild besteht, ist nach Hüther die Einbeziehung des gesamten Menschen nötig. Dazu müssen kognitive, emotionale und physische Strukturen gleichermaßen angesprochen werden<sup>324</sup>.

Verkörperungen in den Seminaren nach Reinhardt sind meistens mit Imaginationen im Stehen verbunden, wie sie im vorherigen Kapitel beispielhaft beschrieben wurden. Es wird per angeleiteter Imagination Kontakt zu einer psychischen Energie aufgenommen, die durch einen Inhalt - wie beispielsweise einer Teilpersönlichkeit als

---

<sup>322</sup> 2011 in: Storch et.al. S. 75-97.

<sup>323</sup> Beispiele für freiwillige Verstümmelungen reichen von Naturvölkern, die ihre Hälse mit Gegenständen verlängern über Tätowierungen, die in verschiedenen Kulturen vorkommen, bis hin zu sogenannten Schönheitsoperationen in den Industriestaaten. Vgl. ebd..

<sup>324</sup> Vgl. ebd..

Gestalt im inneren Bild - erfahren wird. Dieser Eindruck wird durch die Methode des Embodiments verstärkt. Dazu fließt die kontaktierte Energie von der neutralen Beobachterposition in eine Körperhaltung, die sie repräsentiert. Durch Mimik, Gestik und Laute wird diese Erfahrung weiter intensiviert. In einzelnen Übungen begegnen sich die Teilnehmer in einer Verkörperung bzw. in der körperlich ausgedrückten Identifikation mit einer Teilpersönlichkeit (dann mit offenen Augen), indem sie sich durch den Raum bewegen. Das bedeutet, dass sie für einige Minuten die Rolle einer bestimmten inneren Gestalt annehmen und mit anderen in Kontakt treten. Zu diesen Übungen gibt es im Vorfeld eine Anleitung, die einen Satz, eine Art Motto für die jeweilige Figur generiert, welche dann die Grundlage für den Austausch mit anderen Teilnehmern bildet.

### **Focussing**

Die Technik des Focussing nach Gendlin<sup>325</sup> wird dem Abschnitt „Embodiment“ nachgeordnet, weil es eine eigenständige Vorgehensweise impliziert, um Körperempfindungen oder Symptome direkt psychotherapeutisch zu erschließen, die gemäß der Definition des „Embodiments“ auch als somatische Manifestation psychischer Energien beschrieben werden können.

Das Focussing ermöglicht die Repsychisierung psychischer Inhalte. Basierend auf seinen Untersuchungen zum Therapierfolg entdeckte Gendlin, dass Klienten, die ihre körperlichen Empfindungen in ihren therapeutischen Prozess einbeziehen, im Erreichen ihrer Therapieziele jenen überlegen sind, die ihre Aufmerksamkeit eher mental fokussieren. Seine manualisierte Methode wurde hauptsächlich als Selbsttherapie angelegt und bedarf nicht notwendigerweise einer Begleitung durch einen Therapeuten. Reinhardt modifizierte sie geringfügig und erstellte daraus einen sechsstufigen Prozess, bestehend aus der nachstehenden Abfolge:

---

<sup>325</sup> 1978.

- **Freiraumübung:** Der Klient wird angeleitet, nacheinander alle Inhalte zu benennen, die ihn aktuell davon abhalten, sich „ganz frei“ zu fühlen. Diese werden imaginativ abgesetzt und der Vorgang wird so oft wiederholt, bis der Klient sich ausreichend zufrieden bzw. frei fühlt.
- **Felt sense finden:** Gendlin bezeichnete die für den aktuellen Prozess fokussierte Empfindung als „felt sense.“ Aus der Auswahl der zuvor aufgespürten Inhalte wird derjenige ausgewählt, der die höchste Dringlichkeit aufweist. Zentraler Fokus liegt dabei auf der Körperebene – dem felt sense. Wenn die genannten Inhalte zuvor keinen körperlichen Bezugspunkt hatten, wird dieser jetzt hergestellt.
- **Griff finden:** „Griff“ meint in diesem Zusammenhang Exploration der Empfindung auf mehreren Ebenen. Die Aufmerksamkeit bleibt beim felt sense und der Therapeut erfragt verschiedene Qualitäten, die der Klient im Kontakt damit benennen kann. Farben, Formen, innere Bilder, Laute oder Gesten sind einige Beispiele dafür. Abschließend wird ein prägnanter Satz gebildet, der die gesammelten Assoziationen zusammenfassend widerspiegelt.
- **Vergleichen & Optimieren:** An dieser Stelle wird geprüft, ob der Satz und die getroffenen Beschreibungen unter Rückbezug auf den felt sense noch passender sein könnten. Dazu kann der felt sense direkt befragt werden, indem der Klient spürend in den Körper „hineinfragt“. Im Sinne eines Körpermarkers dient der felt sense als Justierung für die erarbeiteten Inhalte<sup>326</sup>.
- **Innerer Dialog:** Dieser Schritt ermöglicht einen Dialog mit dem felt sense. Es werden Fragen gestellt, die auch in der Arbeit mit Teilpersönlichkeiten vorkommen und Bedürfnisse und Dynamiken hervorheben. Es wird Alltagsbezug hergestellt, indem auch erste Schritte zur Umsetzung der explorierten Bedürfnisse abgewogen werden.
- **Vertiefung:** Alle entstandenen Eindrücke und Erkenntnisse werden weiter in der Aufmerksamkeit gehalten, bis der Klient signalisiert, genug davon zu

---

<sup>326</sup> Vgl. Kapitel 3.11.1 und 3.11.2.

haben. Abschließend wird der Prozess unter dem Gesichtspunkt der wichtigsten Erfahrungen rekapituliert<sup>327</sup>.

## **Psychodrama**

Psycho-Drama bedeutet wörtlich übersetzt „Seele“ und „Handlung“. Im Psychodrama geht es folglich darum, intrapsychisches Erleben (außen) darzustellen. Genau dieser Vorgang wird in den behandelten Seminaren umgesetzt. So gibt es im Kurs „Vom Glück der Selbstbestimmung“ eine Übung, in der verschiedene Introjektstimmen psychodramatisch behandelt werden. Durch einige Vorübungen werden sie klar herausgearbeitet, sodass einzelne Sätze entstehen, wie etwa „das schaffst du nicht“ oder „du musst gut sein.“ In Kleingruppen mit bis zu sieben Teilnehmern werden diese Sätze vom agierenden Probanden seinen Gruppenpartnern so beigebracht bzw. gespiegelt, dass sie in der Weise wiedergegeben werden, wie der Klient sie im Inneren wahrnimmt. Die spiegelnden Personen ordnen sich dann so um den Klienten herum an, dass dieser ein stimmiges Gefühl analog zu seinem inneren Erleben erfährt. Anschließend geben die spiegelnden Teilnehmer die eingeübten Sätze wieder, bis der Klient das sogenannte „Bombardement“ unterbricht und somit stellvertretend für sein inneres Erleben das Muster durchbrechen kann. Auf diesem Wege wird die innere Situation nach außen gekehrt und durch eine körperliche Erfahrung unterbrochen und verändert. Dieser Prozess kann so intensiv ablaufen, dass er nachhaltig das Muster einer inneren Dynamik durchbricht.

Der geschilderte Ablauf basiert auf der Technik der Doppelung aus dem Psychodrama<sup>328</sup>. Zur Wirksamkeit des Psychodramas gibt es zahlreiche Studien aus verschiedenen psychotherapeutischen Feldern. So konnte z.B. Tschuschke die Effektivität psychodramatischer Interventionen in der tiefenpsychologisch fundierten

---

<sup>327</sup> Vgl. Reinhardt 2008

<sup>328</sup> Vgl. Soppa 2001, S. 44-55.

und ambulant durchgeführten Gruppenpsychotherapie anhand von 244 Patienten nachweisen<sup>329</sup>.

## **Rituale**

Dieser Abschnitt der in den Seminaren angewendeten Methoden befasst sich mit den *Ritualen* in den Kursen. Die Recherche zur Verbindung von Psychotherapie und Ritualen hat keinerlei Ergebnisse erbracht. Reinhardt selbst verweist bei diesem Thema auf van Gennep<sup>330</sup>, der weltweit verschiedene Riten ethnologisch untersucht und beschrieben hat. Sein Kapitel über Initiationsriten ist relevant für die Praxis der Seminare nach Reinhardt<sup>331</sup>. Mit Initiationsriten werden in verschiedenen Völkern die Übergänge von einer Phase des Lebens in eine andere eingeleitet. Beispiele dafür sind der Übergang von einer Gesellschaftsklasse in eine andere, Taufe, Hochzeit oder die Pubertät und damit der Eintritt in das Erwachsenenalter<sup>332</sup>.

Die Übungen während der Seminare beachten die wichtigsten Regeln, die aus van Genneps Berichten ableitbar sind. So werden die Rituale immer unter Zeugen, das heißt, meistens vor der ganzen Gruppe oder zumindest in Kleingruppen durchgeführt. Weiter wird beachtet, dass sie zielstrebig und strukturiert ablaufen und somit von klar sind. Um das zu gewährleisten, werden sie mit vorangehenden Prozessen vorbereitet, sodass der Klient vor der Gruppe eine Botschaft verkünden kann, die er vorher selbst „erarbeitet“ hat. Die praktische Umsetzung bedarf ebenfalls einer Vorbereitung. So wird z.B. der Seminarraum dafür umgestaltet oder die Rituale spielen sich im Freien ab. Damit wird der übliche Seminarrahmen durchbrochen und die Rituale werden zum herausragenden Ereignis. Ein weiteres Merkmal besteht in der Nutzung bestimmter Gegenstände. Es gibt die Variante des Verbrennens von „Altlasten“, die auf einen Zettel geschrieben und dann mit einem Bekenntnis vor der Gruppe verbrannt werden

---

<sup>329</sup> 2011.

<sup>330</sup> 1986.

<sup>331</sup> Gennep 1986, S. 70-113.

<sup>332</sup> Vgl. ebd., S. 70.

oder den Einsatz der vier Elemente Erde, Feuer, Wasser und Luft als Repräsentanten für innere Qualitäten. Das Ritual mit ihnen vollzieht sich, indem andere Teilnehmer die betreffende Person ganz real mit den Elementen in Kontakt bringen, indem er mit Wasser bespritzt, mit Sand berührt, mit einer Kerze umgarnt und mit einem Fächer bewedelt wird, während der Klient seine vier individuellen Qualitäten ausdrückt.

### **Theorievermittlung**

In allen Seminaren werden theoretische Elemente vermittelt. Methodisch wird dazu ein Flipchart mit einfachen Zeichnungen genutzt. Der Zeitaufwand des Theorieunterrichts ist im Verhältnis zu den anderen Elementen der Seminare gering. Inhaltlich werden relevante Aspekte der PS-Theorie vermittelt<sup>333</sup>. Auch während des allgemeinen Ablaufs werden immer wieder Erläuterungen und theoretische Hintergründe sowie auch wissenschaftliche Untersuchungen einbezogen. Reinhardts Ausführungen während der Seminare deuten auf eine Betonung alternativer Lernkategorien hin. Nach seinem Dafürhalten ist die kognitive Einsicht den Lernkategorien „emotional leiblich“ und „imaginativ kreativ“ unterzuordnen<sup>334</sup>.

---

<sup>333</sup> Siehe Kapitel 3.

<sup>334</sup> Vgl. Kapitel 3.11.2.

## 5. Empirischer Teil

### 5.1 Forschungsstand zur Psychosynthese

Nach eingehender Recherche konnte keine empirische Untersuchung zur PS gefunden werden, die eine mit der vorliegenden Studie vergleichbare (empirische) wissenschaftliche Vorgehensweise zugrunde liegt. Sowohl die psychologisch-wissenschaftlichen Datenbanken als auch internationale Plattformen, wie <http://aap-psychosynthesis.org> und <http://www.two.not2.org/psychosynthesis/index.htm> enthalten zwar diverse wissenschaftliche Artikel zur PS, in denen Theorie, Methoden oder Kombinationen mit anderen Verfahren behandelt werden, jedoch keine empirischen Untersuchungen, in denen systematisch prozess- oder outcomeorientierte Daten erhoben wurden. Aufgrund fehlender Veröffentlichungen mit ähnlichen Zielsetzungen orientiert sich die vorliegende Arbeit an Effektivitätsstudien zu anderen Verfahren bzw. den allgemeinen Empfehlungen zur Psychotherapieforschung.

Bereits 1994 beschrieben Grawe et.al. die Vielzahl der Untersuchungen zur Wirksamkeit psychotherapeutischer Verfahren mit einer Anzahl von über 4000 als unüberschaubar<sup>335</sup>. Rudolf verwies 2012 auf die sinnvolle Differenzierung der vorliegenden Studien anhand von Forschungskriterien, wie es auch der wissenschaftliche Beirat Psychotherapie tut<sup>336</sup>. Die Kriterien bestehen wesentlich aus der Forderung nach randomisierten Stichproben und der Verwendung von Kontrollgruppenversuchsplänen. Tschuschke kommt nach Abwägung von Pro und Contra dieser Forderungen zu folgendem Fazit: „Randomized-controlled-trial-Studien sagen nicht nur nichts über Psychotherapie aus, sie führen vielmehr „vollständig in die Irre“; sie sind unvalid, weil sie prinzipiell falsche Ergebnisse liefern, da sie aufgrund der diskutierten Defizite keine validen Ergebnisse liefern können<sup>337</sup>.“ Seine Kritik fasst er im folgenden Fazit stichpunktartig zusammen:

---

<sup>335</sup> Vgl. Grawe et.al. 1994, S. 40.

<sup>336</sup> Rudolf in: Fiedler 2012, S. 137, Vgl. Kapitel 2.3.

<sup>337</sup> Tschuschke in: Goedde et.al. 2012, S. 583.

„➤ Forscherbias führt unbewusst oder bewusst zu manipulierten Studien aufgrund eigener Präferenzen in den meisten Studien

➤ keine repräsentativen Patienten, die psychotherapeutische Behandlung suchen, im Gegenteil sind sie gerade nicht repräsentativ (keine externe Validität)

➤ die komplexen Störungsbilder der „normalen“ in therapeutischen Praxen auftauchenden Patienten (Komorbiditäten) werden und wurden in der RCT-Forschung ausgeklammert (keine externe Validität)

➤ kontrollierte Studien (Kontrollen von Einfluss-Variablen) sind nicht möglich (von daher keine interne Validität)

Zwischenfazit: damit ist in RCT-(EST-) Studien überhaupt keine Validität gegeben

➤ Randomisierungen sind eigentlich nicht möglich, werden sie dennoch durchgeführt, sind sie mindestens unethisch

➤ Placebo-Kontrolle ist in der Psychotherapie nicht möglich (Doppelblind-Studien erst recht nicht)

➤ keine Überlegenheit der EST-/RCT-Studien über bona fide-Studien

➤ manualisierte psychotherapeutische Behandlung kann nicht sinnvoll und wirksam sein, da sie die freie, spontan erforderliche Intervention verunmöglicht und weil sie ein Konzept eines genormten Patienten zugrunde legt und des Therapeuten Beziehung zum Manual höher gewichtet als die zum Patienten, weil sie Psychotherapie wie eine Operationstechnik, wie eine Pille ansieht, die dem Patienten zum vorgeschriebenen Zeitpunkt zu applizieren sei

➤ EST-/RCT-Studien decken therapeutische Technik ab, die für lediglich 1–15% der Outcome-Varianz psychotherapeutischer Wirkungen steht, mithin machen EST-/RCT-Studien theoretisch auch nur Aussagen zu einem verschwindend geringen Bereich psychotherapeutischer Wirkungen und blenden 85–99% möglicher Einflüsse aus<sup>338</sup>.“

Neben den genannten Differenzen unterscheidet die Psychotherapieforschung zwischen Prozess- und Outcomevariablen. Für die prozessorientierte Vorgehensweise werden qualitative Forschungsmethoden empfohlen, um den Therapieprozess

---

<sup>338</sup> Tschuschke et.al. 2009, S. 163f.

umfassend analysieren zu können<sup>339</sup>. Die Outcome-Forschung ist mit Erfolgskriterien verknüpft, die durch prä-post-Vergleiche erhoben werden<sup>340</sup>. Die überwiegende Anzahl relevanter Studien, die orientierungsgebend sein konnten, setzen prä-post-Vergleiche um und verwenden als Erfolgskriterium unter anderem die SCL-90-R als änderungssensitives standardisiertes Instrument<sup>341</sup>. So wurde sie auch in dieser Untersuchung als Instrument herangezogen.

## **5.2 Methodik**

Im folgenden Abschnitt wird die Methodik der vorliegenden Untersuchung vorgestellt. Die Unterkapitel stellen zunächst die motivierenden Fragestellungen und weiterführende Hypothesen vor, gefolgt von der methodischen Vorgehensweise, dem Ablauf der Datenerhebung und der Darstellung der verwendeten Forschungsinstrumente. Dabei wird auch auf den durchführenden Wissenschaftler eingegangen. Das Kapitel schließt mit der Beschreibung der verwendeten Stichprobe.

### **5.2.1 Fragestellungen**

Die zentrale Fragestellung dieser Untersuchung lautet:

Was sind die Besonderheiten der PS?

Weiterführende Fragestellungen sind:

- Wie wirkt die PS und was sind ihre psychotherapeutischen Wirkmechanismen?
- Ist die PS wirksam im Sinne der Reduktion psychopathologischer Kennwerte?

---

<sup>339</sup> Vgl. z.B. <http://www.aerzteblatt.de/archiv/33456/Psychotherapieforschung-Stiefkind-Prozessforschung>

<sup>340</sup> Hiller, 2004, S. 397.

<sup>341</sup> Z.B. Rapp 2008, Jensen et.al. 2010, Fleischhaker et.al. 2006.

## Hypothesen

Basierend auf den vorgestellten Fragestellungen und dem gewählten Studiendesign werden folgende Hypothesen postuliert und im weiteren Verlauf empirisch überprüft:

1. Die PS-Seminare wirken sich positiv auf alle erhobenen Variablen aus und die Effektivität der PS wird dadurch empirisch belegbar. Das heißt: Alle ressourcenorientierten Merkmale nehmen zu und alle pathologischen Merkmale nehmen ab.
2. Die entwickelten Instrumente sind zielführend im Hinblick auf die Beantwortung der Fragestellungen und die Prüfung der ersten Hypothese.

### 5.2.2 Vorgehensweise

Die vorliegende Arbeit hat das Ziel, die Besonderheiten der PS im Sinne einer Überprüfung der Fragestellungen und Hypothesen zu erfassen und psychometrisch abzubilden. Dazu wurden folgende Schritte realisiert:

- 1. Expertenbefragung:** Zunächst wurde eine Befragung unter allen Experten für PS im deutschsprachigen Raum durchgeführt. Expertise wurde dabei denjenigen Instituten unterstellt, die eine qualifizierte Aus- bzw. Weiterbildung in therapeutischer PS anbieten. Zusätzlich wurden Einzelpersonen hinzugezogen, die als fachkundige PS-Praktizierende der Forschungsgruppe bekannt waren. Die Befragung wurde mittels eines standardisierten Erhebungsblattes vorgenommen, das postalisch mit frankiertem Rücksendeumschlag an zwölf Experten versendet wurde. Diesem Brief wurde ein Legitimationsschreiben des Kölner Instituts beigelegt<sup>342</sup>. Nachdem die Rücklaufquote gering war, wurde ein knapperes Erhebungsblatt mit dem Titel „Kleine Bitte“ erstellt, das den Experten per Email zugesandt wurde. Damit

---

<sup>342</sup> Die Liste der Experten, das Erhebungsblatt und das Legitimationsschreiben können im Anhang auf S. 412-417 eingesehen werden.

konnten weitere drei Antworten erzielt werden, sodass acht der zwölf Experten erfolgreich befragt werden konnten.

Als Ergebnis der Expertenbefragung konnte eine Konstrukttabelle mit den aus Sicht der Experten wichtigsten Theorieelementen der PS erstellt werden<sup>343</sup>.

- 2. Auswahl der Instrumente:** Auf Grundlage der Konstrukttabelle wurden psychometrische Instrumente gesucht, die die aufgefundenen Konstrukte abbilden können. Dies konnte nur teilweise realisiert werden, sodass ein neues Instrument, das Oldenburger PS Inventar (OPI), konstruiert wurde, um den gestellten Anforderungen gerecht zu werden<sup>344</sup>. Die Symptomcheckliste 90 in revidierter Fassung (SCL-90-R) wurde als renommiertes Instrument der Outcome-Psychotherapieforschung mit prä-post-Design herangezogen<sup>345</sup>. Um auch prozessorientierte Variablen erheben zu können, wurde weiterhin der Klienten-Stundenbogen Minimalform von Grawe & Braun<sup>346</sup> in das verwendete Instrumentarium aufgenommen und an die Anforderungen dieser Untersuchung adaptiert<sup>347</sup>. So entstand der Tagesbogen (TaBo).
- 3. Datenerhebung:** Zunächst wurde ein Pretest durchgeführt, um die Passung der Instrumente zu überprüfen. Die dabei gewonnenen Daten der SCL-90-R konnten in den Gesamtdatensatz übernommen werden; die zwei konstruierten Instrumente wurden danach weiterentwickelt<sup>348</sup>. Im weiteren Verlauf der Datenerhebung konnte während 13 Seminaren des Kölner Instituts ein Datensatz mit n=338 Versuchspersonen generiert werden.
- 4. Datenanalyse, Niederschrift, Präsentation:** Die erhobenen Daten wurden mit der Statistiksoftware „SPSS“ Version 19 verarbeitet und analysiert. Die vorliegende Dissertation wurde mithilfe der Textverarbeitungssoftware „word“ Version 2010 erstellt. Vor Abgabe der Dissertation konnten das Forschungsprojekt und vorläufige Ergebnisse der Untersuchung bereits auf der

---

<sup>343</sup> Siehe Tabelle 209 im Anhang.

<sup>344</sup> Siehe Kapitel 5.2.4.

<sup>345</sup> Vgl. z.B. Tschuschke 2012, Lang & Revenstorf 2008, Huber et.al. 2012.

<sup>346</sup> 1994.

<sup>347</sup> Siehe Kapitel 5.2.4.

<sup>348</sup> Siehe ebd..

Mitgliederversammlung der Deutschen Psychosynthese Gesellschaft e.V. (24.3.2012, Köln), dem internationalen Kongress für PS (21-24.6.2012, Rom, Italien) und während eines Vortrags im Rahmen der 20-jährigen Jubiläumsfeier des Kölner Instituts (8.12.2012, Köln) vorgestellt werden.

### **5.2.3 Untersuchungsdesign**

Zur Beantwortung der in Kapitel 5.2.1 vorgestellten Fragestellungen wurde der Versuchsplan dieser Studie als prä-post-Vergleichsmessung angelegt, um das Therapie-Outcome zu erfassen. Zusätzlich konnten die Nachtreffen der Seminare als Langzeit- bzw. Follow-up-Erhebung genutzt werden<sup>349</sup>. An diesen drei Messzeitpunkten (T1-T3) wurden die Instrumente SCL-90-R und OPI vorgelegt<sup>350</sup>. Die Follow-up-Messungen zu den Fünftageskursen wurden postalisch durchgeführt, weil für diese Kurse keine Nachtreffen vorgesehen waren.

Außerdem wurden seminarbegleitende Erhebungen durchgeführt, um prozessorientierte Variablen abbilden zu können. Dazu wurde der TaBo an vier bzw. drei der Sieben- bzw. Fünftagesseminaren vorgelegt<sup>351</sup>.

Die Befragungen wurden durch den Autor vorgenommen, der bis auf zwei Ausnahmen alle Seminare die gesamte Zeit sowohl als Wissenschaftler wie auch als Teilnehmer begleitet hat und somit den korrekten Ablauf der Befragungen sicherstellte. Während der zwei Ausnahmen dieser Vorgehensweise wurden die Erhebungen durch jeweils eine Co-Therapeutin durchgeführt, die zuvor angeleitet wurde und die Verantwortung für den korrekten Ablauf der Befragungen übernahm.

---

<sup>349</sup> Siehe Kapitel 4.1.1.

<sup>350</sup> Siehe Kapitel 5.2.4.

<sup>351</sup> Siehe ebd.

#### 5.2.4 Die Instrumente

In diesem Kapitel werden die Forschungsinstrumente vorgestellt. Dazu gehören sowohl die verwendeten Fragebögen, als auch der durchführende Forscher unter Berücksichtigung seiner fachlichen und persönlichen Kompetenz.

##### **Symptomcheckliste 90 revidierte Fassung**

Die SCL-90-R ist ein standardisiertes psychometrisches Instrument zur Erfassung psychopathologischer Merkmalsausprägungen. Es erfragt den subjektiven Grad des psychischen Leids innerhalb der letzten sieben Tage anhand von zehn Skalen, die sich an den Definitionen psychischer Störungsbilder orientieren<sup>352</sup>. Erfasst werden die Bereiche *Somatisierung*, *Zwanghaftigkeit*, *Unsicherheit im Sozialkontakt*, *Depressivität*, *Ängstlichkeit*, *Aggressivität*, *phobische Angst*, *paranoides Denken*, *Psychotizismus* und die Subskala *psychische Belastung*. Letztere bildet kein psychopathologisches Merkmal ab, sondern wurde bei der Konstruktion des Instruments eingefügt, um die Subskala psychische Belastung errechnen zu können<sup>353</sup>.

---

<sup>352</sup> Vgl. Franke 2002.

<sup>353</sup> Vgl. ebd.

## **Konstruierte Instrumente**

### **Oldenburger Psychosynthese Inventar OPI**

Das OPI wurde auf Grundlage der Konstrukttabelle konstruiert<sup>354</sup>. Zunächst wurden dazu relevante Instrumente studiert, in denen passende oder verwandte Merkmale abgebildet werden. Die nachstehende Liste enthält jene Instrumente, die in die Konstruktion des OPIs einbezogen wurden:

- TCI: Temperament- und Charakter- Inventar, C.R. Cloninger, 1994
- MTF: Meditationstiefefragebogen, H. Piron, 1998
- NEO-FFI: Neo-Fünf-Faktoren Inventar, P. Borkenau & F. Ostendorf, 1993
- Der Unsicherheitsfragebogen, R. & R. Ullrich, 1979
- VEV: Veränderungsfragbogen des Erlebens und Verhaltens, M. Zielke, 1978
- DME: Dimensions of meditative practice, K. Osis, E. Bokert & M.L. Carlon, 1973
- Boundary Questionnaire, E. Hartmann, 1991.
- VFE-PT: Veränderungsfragebogen zum Entspannungserleben und Befinden – Psychotherapie, Günter Krampen, 2008
- FPI-R: Das Freiburger Persönlichkeitsinventar, J. Fahrenberg, R. Hampel & H. Selg, 2001.
- INK: Inkongruenzfragebogen, M. Grosse Holtforth, K. Grawe & Ö. Tamcan, 2004.
- LEBE: Fragebogen zu Lebensbedeutungen und Lebenssinn, T. Schnell & P. Becker, 2007.

---

<sup>354</sup> Siehe Anhang Tabelle 209 und S. 418-421

- BFTB: Bonner Fragebogen für Therapie und Beratung, T. Fuchs, E. Sidiropoulou, D. Vennen & H.-J. Fisseni, 2003
- EKF: Emotionale-Kompetenz-Fragebogen, H. Rindermann, 2009.
- ESK: Existenz-Skala, A. Längle, C. Orgler & M. Kundi, 2000.
- UTS: Untersuchung zum Themenbereich Schlaf, Baden, N., 2008.

Einige Elemente der Konstrukttabelle konnten durch die genannten Instrumente nicht oder nur ungenügend abgebildet werden, sodass eigene Items entwickelt werden mussten. Diese entstanden im Brainstorming durch Prof. Dr. Belschner, Dipl.-Psych. Barbara von Koenen und dem Autor. Die Rohversion des OPIs wurde durch Birgit Haus, Harald Reinhardt und vier Co-Therapeuten während des Pretests diskutiert und um einzelne Items beschnitten, die als unpassend bezüglich der Stichprobe eingeschätzt wurden. In der Endversion enthält das OPI 89 Items. Die folgende Tabelle stellt sie mit ihrer Quelle dar und zeigt ihren Bezug zu den einzelnen Bausteinen der Konstrukttabelle. Dabei wurden die 16 erhobenen Theorieelemente der PS in fünf Kategorien zusammengefasst, die sich in Tabelle 2 wiederfinden lassen. Einzelne Originalitems wurden geringfügig umformuliert, um zur vorliegenden Fragestellung bzw. dem Setting zu passen.

Für das OPI wurde eine sechsstufige Likelihood- Antwortskala gewählt, damit keine Wahl der Mitte möglich ist<sup>355</sup>. Zusätzlich wurde die Ankreuzmöglichkeit „keine Einschätzung möglich“ eingefügt, um die potentiell fehlende kognitive Repräsentanz für bestimmte Inhalte bei den Probanden erheben zu können. Analog zur SCL-90-R wurde die Anweisung auf dem Bogen so gewählt, dass die getroffenen Aussagen sich auf die vergangene Woche beziehen. Das OPI kann im Anhang auf Seite 418ff eingesehen werden.

---

<sup>355</sup> Vgl. Bühner 2006.

**Tabelle 2:** Konstrukt-Item-Herkunftstabelle.

Konstrukt	Ordnungs- zahl	Herkunft der Items	Item- Nr	Items
Bewusstseinsmodell der PS (PS-Ei)	0	Faktor Gewahrsein, Nicole Baden	1	Ich beobachte meine Gedanken, wie sie kommen und gehen.
			2	Ich erlebe Momente innerer Ruhe und Gelassenheit, selbst wenn äußerlich Schmerzen und Unruhe da sind.
			3	Während ich etwas erledige, beobachte ich mich gleichzeitig dabei.
		DME	4	Ich habe oft ein Gefühl großer Vitalität.
		Boundary Q.	5	Wenn man Entscheidungen trifft, sollten Gefühle dabei keine Rolle spielen.
			6	Ich bin nicht besonders empfindlich für laute Geräusche oder helle Lichter.
		Brainstorm	7	Manchmal bin ich mir unsicher wer ich wirklich bin.
			8	In einer guten Beziehung ist alles besprochen und klar geregelt.
			9	Es kommt vor, dass ich körperlich oder emotional Eindrücke wahrnehme, die nicht von mir stammen.
			10	Ich habe das so genannte Psychosynthese-Ei (das Bewusstseinsmodell der PS) verstanden.
Ich-Selbst-Achse, Identifikation – Disidentifikation, Unterscheidung von Bewusstsein und Bewusstseinsinhalt, Achtsamkeit	1	Brainstorm	11	Ich habe guten Zugang zu meinen Emotionen.
			12	Ich kann es nicht leiden zu warten.
			13	Manchmal kann ich distanziert beobachten wie über einen längeren Zeitraum in mir die Lösung einer Schwierigkeit entsteht.
			14	Innerlich kann ich darüber lachen, wie traurig oder wütend ich auf manche Situationen reagiere.
			15	Zur Ruhe zu kommen und mich zu entspannen fällt mir schwer.
		MTF	16	Wenn ich mich auf eine Sache konzentriere, passiert es mir oft, dass ich das Zeitgefühl verliere.

		TCI	17	Ich verlasse mich oft auf meinen Instinkt, meine Vorahnungen oder meine Intuitionen, ohne lange über die Einzelheiten nachzudenken.	
		LEBE	18	Es gibt Dinge, die ich als heilig bezeichnen würde.	
Der Wille, Lieben und Wollen	2	NEO-FFI	19	Ich habe oft das Gefühl vor Energie überzuschäumen.	
			20	Ich bin fasziniert von den vielen Dingen im Leben, die man wissenschaftlich nicht erklären kann.	
		TCI	21	Ich glaube, dass ich in der Zukunft viel Glück haben werde.	
			22	Ich handle meistens nach meinen Gefühlen, unabhängig von meinen Erfahrungen aus der Vergangenheit.	
			23	Ich habe so viele Fehler, dass ich mich selbst nicht sehr mag.	
			24	Ich bevorzuge es, Geld auszugeben statt es zu sparen.	
			25	Die Umstände zwingen mich oft dazu, Dinge gegen meinen eigenen Willen zu tun.	
			26	Ich breche oft Regeln und Normen wenn ich denke, dass ich damit durchkomme.	
			27	Meine Willenskraft ist zu schwach, um starken Versuchungen zu widerstehen, sogar wenn ich weiß, dass ich später unter den Konsequenzen leiden werde.	
			28	Wenn jemand weint, möchte ich ihn am liebsten umarmen und trösten.	
			29	Meine Partnerschaft (Ehe) ist gut.	
			30	Meine Partnerin/ mein Partner und ich entwickeln uns und wachsen aneinander.	
			31	Regelmäßig gönne ich mir selbst etwas Besonderes.	
			FPI-R	32	In meinem Leben dreht sich alles um die Liebe.
			LEBE	33	Ich bekomme nicht genug Liebe und Zuwendung.
	ESK	34	Bei Vielem verstehe ich nicht, warum ausgerechnet ich es tun soll.		
	Brainstorm	35	Wenn mich etwas tief berührt, habe ich das Gefühl mein Herz läuft über.		
Komplexe, Teilpersönlichkeiten	3	NEO-FFI	36	Ich bekomme häufiger Streit mit meiner Familie oder meinen Kollegen.	
			37	Ich fühle mich anderen oft unterlegen.	
			38	Ich fühle mich selten einsam oder traurig.	
			39	Ich ärgere mich oft darüber, wie andere mich behandeln.	

		40	Ich versuche stets rücksichtsvoll und sensibel zu handeln.	
	Der Unsicherheits-FB	41	Für mich ist es schwierig mit jemand Fremden ein Gespräch zu beginnen.	
		42	Ich schlucke meinen Ärger immer runter.	
		43	Ich habe ein Problem damit, Geld einzufordern.	
		44	Ich bin mir meistens sicher, dass alles gut laufen wird, sogar in Situationen, die andere beunruhigend finden.	
	TCI	45	In den meisten Situationen basieren meine natürlichen Reaktionen auf gute Gewohnheiten, die ich selbst entwickelt habe.	
		46	Ich fühle mich selten frei genug um das zu wählen, was ich tun will.	
		47	Es macht mir Spaß meine Feinde leiden zu sehen.	
		48	Ich habe viele schlechte Gewohnheiten, die ich gern ablegen würde.	
		49	Ich bevorzuge, zu Hause zu bleiben statt zu verreisen oder neue Dinge zu erforschen.	
		50	Ich finde es gut, wenn man tun kann was man will, ohne strenge Regeln und Beschränkungen.	
		51	Andere Menschen haben zu viel Kontrolle über mich.	
		52	Ich bin tief bewegt von sentimental Hilferufen (wie z.B. behinderten Kindern zu helfen).	
		53	Ich gestehe es mir selten zu, aus der Fassung zu geraten oder frustriert zu sein.	
	FPI-R	54	Ob etwas richtig oder falsch ist, hängt nur von der Sichtweise ab,	
	LEBE	55	Ich fühle mich oft wie ein Pulverfass kurz vor der Explosion.	
	Brainstorm	56	Ich stecke in einer Sinnkrise.	
		57	Es kommt häufig vor, dass Andere etwas völlig anderes verstehen als ich mitteilen wollte.	
Ganz-Werdung als natürliches Bedürfnis/	4	VEV	58	Ich fühle mich weniger gehetzt.
			59	Ich bin mit mir zufrieden und mache mir weniger Gedanken über mich selbst.

fortschreitendes Erwachen		60	Meine Stimmungen schwanken jetzt stärker als früher.
		61	Ich fühle mich unabhängiger von anderen.
	VFE-PT	62	Mit Stress und Belastung komme ich gut zurecht.
	FPI-R	63	In einer vergnügten Gesellschaft kann ich mich meistens ungezwungen und unbeschwert auslassen.
		64	Ich ziehe das Handeln dem Pläne schmieden vor.
		65	Ich kann ganz auf mich selbst vertrauen.
	INK	66	Ich genieße das Leben in vollen Zügen.
		67	Ich habe ein erfülltes Leben.
	LEBE	68	Ich fühle mich der Natur sehr verbunden.
		69	Es ist mir wichtig mich und mein Verhalten zu ergründen.
		70	Kreativität und Phantasie spielen in meinem Leben keine große Rolle.
		71	Ich arbeite ständig daran, mich zu verändern und zu entwickeln.
	BFTB	72	Ich habe immer mehr Mut mich schwierigen Situationen zu stellen.
	Brainstorm	73	Ich liebe mich selbst
		74	Ich fühle mich wohl.
		75	Sportliche Aktivitäten sind für mich wichtig.
		76	Innerlich kommentiere ich das Verhalten anderer wie ein Richter.
		77	Ich neige dazu, andere schnell zu bewerten.
		78	Ich lebe meine Sexualität aus.
	ESK	79	Ich kann gut mit mir umgehen.
		80	Es ist mir nie spontan klar, was ich in einer Situation tun kann.
		81	Wenn es mir schlecht geht, berichte ich lieber nicht davon, man könnte andere belästigen.
		82	Ich fühle mich vom Leben benachteiligt, weil es mir die Erfüllung meiner Wünsche vorenthalten hat.
	83	Es fällt mir schwer, meine Gefühle zu beschreiben.	

			84	Zwischen meinen Gefühlen und meinem Handeln soll Übereinstimmung bestehen.
Ziele	5	LEBE	85	Das wichtigste Ziel in meinem Leben ist, mich selbst zu verwirklichen.
			86	Leben bedeutet für mich ständige Weiterentwicklung.
		BFTB	87	Ich bin mir sicherer in dem, was ich will.
		ESK	88	Ich breche wichtige Tätigkeiten oft ab, weil mir die Anstrengung zu unangenehm ist.
			89	Auch wenn ich viel getan habe, bin ich unzufrieden, weil es Wichtigeres gegeben hätte.

## **Tagesbogen TaBo**

Das neu konstruierte Instrument zur Erfassung der Prozesse einzelner Seminartage besteht aus dem „Berner Stundenbogen“<sup>356</sup>, dem Instrument „Akzeptanz der Psychotherapie“<sup>357</sup> und wurde durch wenige eigene Items ergänzt, um den spezifischen Anforderungen der PS-Gruppenseminare gerecht zu werden. Der ACP fokussiert die Akzeptanz der Klienten für die erfahrenen Interventionen und der Stundenbogen wurde zur Evaluation von Psychotherapieprozessen entwickelt. Im Gegensatz zum OPI und zur SCL-90-R stehen hier nicht die Outcome-Variablen des Prä-post-Vergleichs im Vordergrund, sondern der Therapieprozess. Die eigenen Items entstanden analog zum OPI durch die bereits erwähnte Forschungsgruppe. Auch die zwei Items zur Evaluation der Einzelsitzungen während der Kurse wurden in diesem Verfahren generiert. Der TaBo ist im Anhang auf Seite 422f einzusehen.

Alle Fragen wurden vom ursprünglichen Bezug auf einstündige Therapiesitzungen für die vorliegenden Anforderungen auf Seminartage umformuliert.

Beim TaBo wurde eine siebenstufige Likelihood- Antwortskala verwendet, damit auch eine mögliche Stagnation während des therapeutischen Prozesses angegeben werden kann.

## **Der Forscher**

Die fachliche Kompetenz des Autors dieser Arbeit als durchführender Wissenschaftler der zugrunde liegenden Untersuchung wurde durch die Erlangung des Titels Diplom-Psychologe mit Auszeichnung an der Universität Oldenburg erworben. Die Erstellung der mit „sehr gut“ benoteten Diplomarbeit hat die Fähigkeit des selbständigen wissenschaftlichen Arbeitens erwiesen.

---

<sup>356</sup> Grawe et.al. 2000.

<sup>357</sup> ACP von Fischer & Belschner 2007.

Die persönlichen Kompetenzen, die durch die langjährige Ausübung verschiedener Praktiken erlangt wurden, sind für bestimmte Aspekte dieser Arbeit wichtig und waren für den Erstgutachter und potentiellen Doktorvater Voraussetzung zur Annahme des Promotionsvorhabens. Zu nennen sind hier die Meditationspraxis des Zen<sup>358</sup>, die seit 2006 täglich geübt wird, die regelmäßige Praxis der Kampfkunst des Hung Gar Kung Fu<sup>359</sup> ebenfalls seit 2006 sowie das generelle Interesse für Bewusstseinsforschung und Bewusstseinsmodulation.

Das Interesse für transpersonale Psychologie begleitet mich seit der Pubertät und hat mich auf den Weg der *Suche* geführt. Schon früh hat mich die Frage bewegt: Was macht Menschen wirklich glücklich? Auf der Suche nach der Beantwortung dieser Frage habe ich Psychologie studiert, schamanische Techniken erlernt, verschiedene bewusstseinsweiternde Erfahrungen gemacht und Wege der Selbsterfahrung gesucht, was unter anderem zur Entstehung der vorliegenden Forschungsarbeit geführt hat.

### 5.2.5 Beschreibung der Stichprobe

Die vorliegende Stichprobe umfasst 338 Personen. Erfragt wurden Geschlecht, Alter, Bildungsgrad, Therapieerfahrung sowie Art und Dauer der Therapieerfahrung. Ferner konnte eine Binnendifferenzierung anhand dreier Seminare vorgenommen werden, in denen ausschließlich vorerfahrene Personen teilnahmen<sup>360</sup>. Eine weitere Binnendifferenzierung ergab sich aus den Teilnehmern der Fünf- bzw.

---

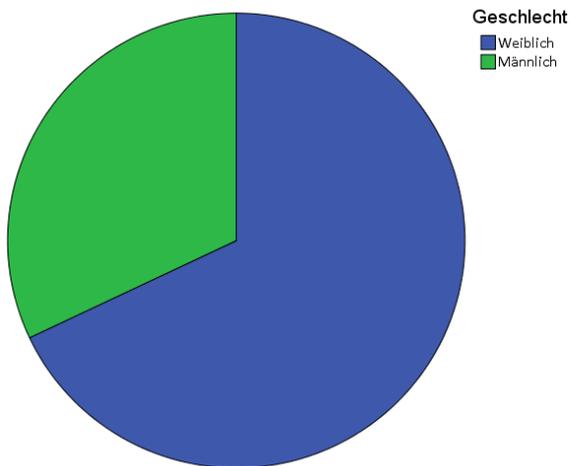
<sup>358</sup> September 2010 erfolgte die Laienordination in der Lehrlinie des Soto-Zen von Shunryu Suzuki Roshi und Zentatsu Richard Baker Roshi als Schüler von Ikkyo Ottmar Engel Roshi.

<sup>359</sup> Kung Fu-Meister Ronald Figura unterrichtet traditionelles Shaolin Hung Gar Kung Fu, Qi Gong und Thai chi Chuan seit 1993. Er wurde ausgebildet von Lee Hong Thai, Josefine Zöller, Wu Mei Ling und Ye Ankan.

<sup>360</sup> Vgl. Kapitel 4.1.1, Abschnitte „Die Intelligenz des Herzens - Leben im Einklang mit dem Inneren Kind“, „Kind III“ und „Die Suche nach dem heiligen Gral“.

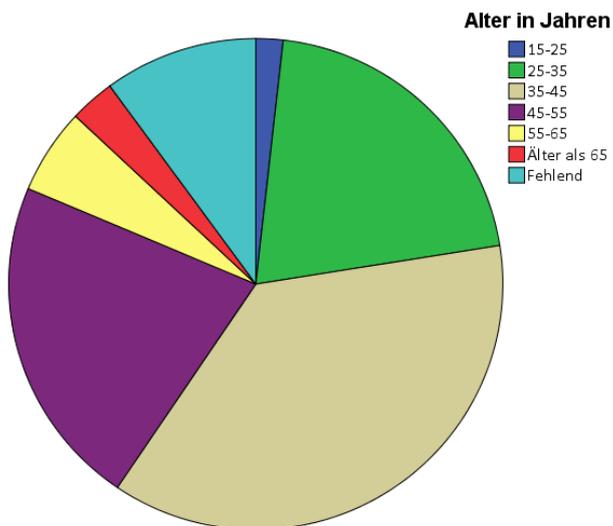
Siebtageskurse. In den Gruppenvergleichen ab Kapitel 5.3.7 werden diese Differenzierungen genutzt.

Abbildung 18 zeigt die Verteilung der Geschlechter in der Stichprobe. Mit  $n=208$  bzw. 68% bilden die Frauen den Hauptanteil der Kohorte.



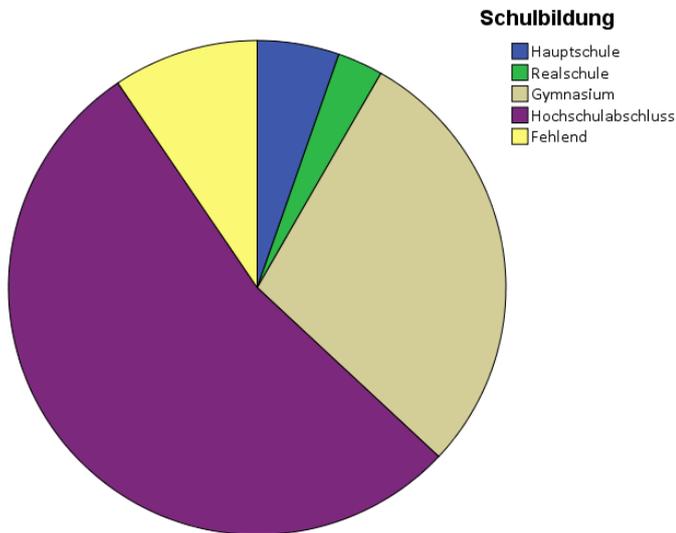
**Abbildung 18:** Tortendiagramm der Geschlechterverteilung.

Die Altersstruktur der Stichprobe wird in Abbildung 19 grafisch anschaulich. 87,5% der Personen sind zwischen 25 und 55 Jahren alt. Mit  $n=125$  und rund 41% bilden die 35-45-Jährigen die größte Subgruppe bezüglich der Altersdifferenzierung.



**Abbildung 19:** Tortendiagramm der Altersverteilung.

Beim Bildungsgrad der Versuchspersonen überwiegen die Hochschulabsolventen deutlich. Mit rund 59% (n=181) machen sie den Löwenanteil aus. Haupt- und Realschulüler haben gemeinsam nur 9% Anteil an der Stichprobe<sup>361</sup>.



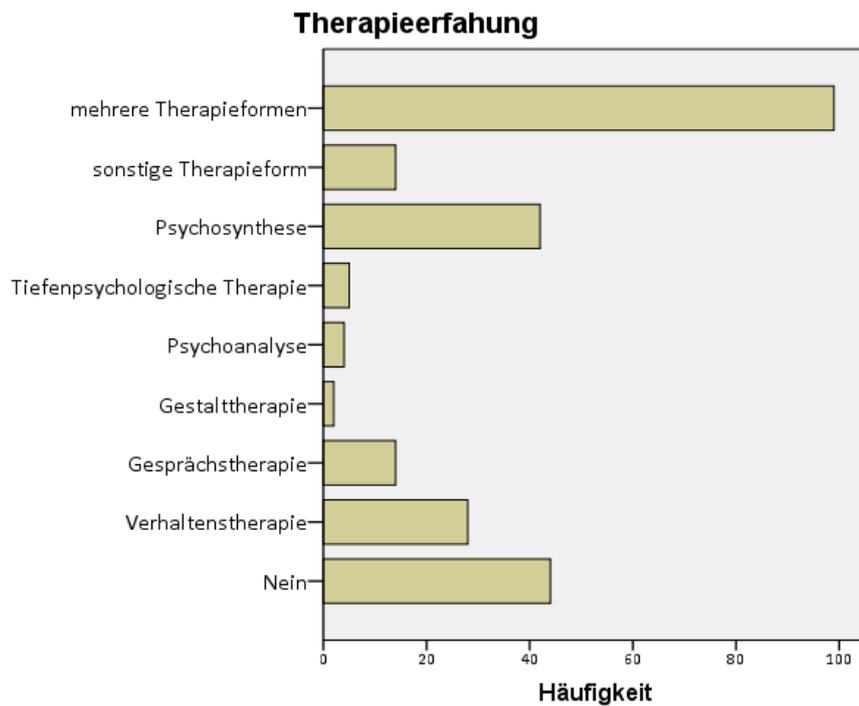
**Abbildung 20:** Tortendiagramm der Schulbildung.

Die Therapievorerfahrung wird in Abbildung 21 grafisch dargestellt. Mit n=99 (39,3%) stellt die Gruppe der Personen, die bereits mehrere Verfahren kennengelernt haben, die größte Gruppe dar. Die Gestalttherapieerfahrenen haben mit 0,8% den kleinsten Anteil.

Die Angabe „sonstige Therapieform“ wurde im OPI durch ein Feld freier Beantwortung ergänzt. Hier wurden Verfahren wie z.B. „Atemtherapie“, „Energiearbeit“ oder ähnliches genannt.

---

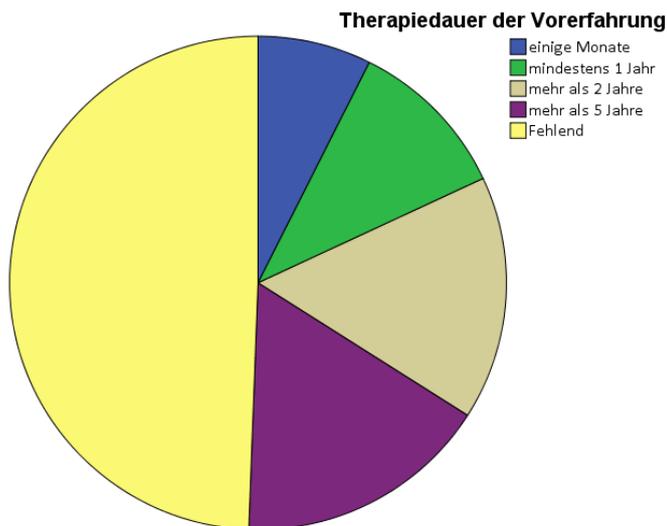
<sup>361</sup> Siehe Abbildung 20.



**Abbildung 21:** Balkendiagramm der Therapieerfahrung.

Abbildung 22 zeigt, dass viele Teilnehmer keine Angabe zur Dauer ihrer therapeutischen Vorerfahrung gemacht haben<sup>362</sup>. Diese Angabe fehlt in 138 Fällen. Die beiden Gruppen „mehr als zwei Jahre“ und „mehr als fünf Jahre“ machen zusammen 32,6% (n=110) der Stichprobe aus.

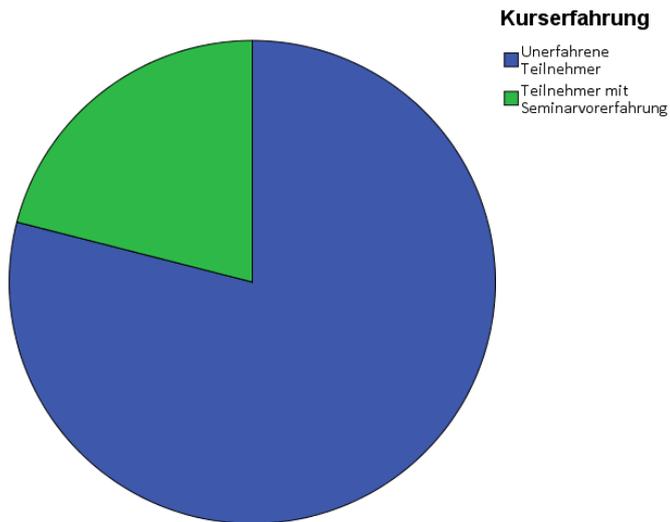
<sup>362</sup> Möglicherweise sind Teile der fehlenden Angaben durch kürzere Dauer der Therapieerfahrung zu begründen, da „einige Monate“ die geringste Ausprägung der angebotenen Antwortskala darstellt.



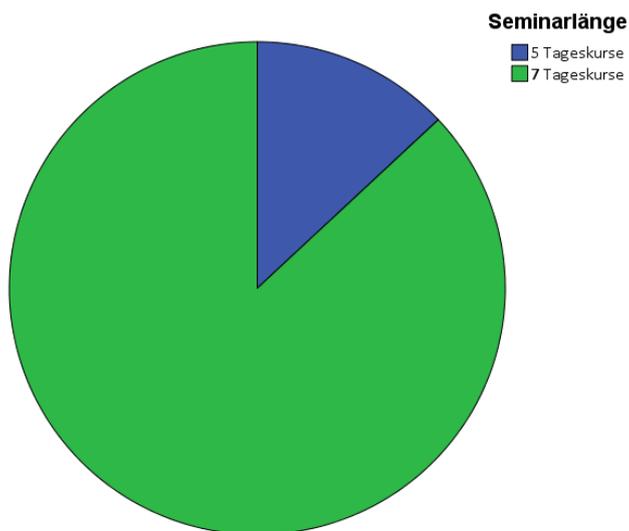
**Abbildung 22:** Tortendiagramm der Dauer der Therapievorerfahrung.

Die beiden genannten Binnendifferenzierungen werden in den Abbildung 23 und 24 dargestellt. Mit  $n=267$  bzw. 79% machen die unerfahrenen Teilnehmer den weitaus größeren Anteil an der Gesamtgruppe aus als jene, die die Seminare „Kind II“, „Kind III“ und „Der heilige Gral“ besucht haben und damit die Subgruppe der Vorerfahrenen bilden<sup>363</sup>. Ähnlich verhält es sich beim Verhältnis der Fünf- zu den Siebentageskursen. Die kleinere Gruppe mit  $n=44$  (13%) setzt sich ebenfalls aus drei (Fünftages-) Seminaren zusammen, die vergleichsweise wenig Teilnehmer aufwiesen.

<sup>363</sup> Siehe Kapitel 4.1.1, Abschnitte „Die Intelligenz des Herzens - Leben im Einklang mit dem Inneren Kind“, „Kind III“ und „Die Suche nach dem heiligen Gral“.



**Abbildung 23:** Tortendiagramm der Seminarvorerfahrung.



**Abbildung 24:** Tortendiagramm der Seminarlänge.

Die vorliegende Stichprobe unterscheidet sich von den meisten zur Psychotherapieforschung verwendeten Kohorten durch ihre fehlende klinische Relevanz. Die Ausprägungen der psychopathologischen Merkmale zeigen die geringe psychopathologische Belastung der befragten Personen<sup>364</sup>.

---

<sup>364</sup> Siehe Kapitel 5.3.8.

### **5.3 Ergebnisse**

Im folgenden Abschnitt werden die wichtigsten Ergebnisse und Erkenntnisse der empirischen Untersuchung vorgestellt. Weitere Ergebnisse, die für die behandelten Fragestellungen als weniger bedeutsam eingestuft wurden, sind nicht berücksichtigt worden, um den Umfang der Arbeit überschaubar zu halten.

Das Kapitel „Ergebnisse“ behandelt zunächst die inhaltlichen Analysen der konstruierten Instrumente<sup>365</sup>. Beim OPI enthält die querschnittliche Untersuchung zu den verschiedenen Messzeitpunkten entscheidende Informationen im Hinblick auf die eingangs gestellten Forschungsfragen<sup>366</sup>. Diesem Aspekt wurde ein eigenes Kapitel mit dem Titel „5.3.3 Querschnittliche Entwicklung der Faktoren des OPI“ gewidmet. Die Validierung der SCL-90-R an der vorliegenden Stichprobe ergab keine neuen Faktoren, sodass hierzu ausschließlich die längsschnittliche Analyse vorgestellt wird<sup>367</sup>. Auch die mit den konstruierten Fragebögen erhobenen Merkmale wurden einer längsschnittlichen Analyse unterzogen, die in den Kapiteln 5.3.7 und 5.3.9 gezeigt und erläutert werden. Weiterer Informationsgewinn konnte der korrelationsorientierten Untersuchung der ermittelten Faktoren entnommen werden. Dabei konnten interne Korrelationen innerhalb einzelner Instrumente, ebenso wie Interkorrelationen im Gesamtdatensatz ermittelt werden. Sie werden in den Kapiteln 5.3.5 und 5.3.6 gezeigt.

#### **5.3.1 Die Dimensionalität des OPI**

Der Itempool des OPIs ist theoriegeleitet konstruiert worden, um wesentliche Merkmale der PS abzubilden<sup>368</sup>. In einem ersten Auswertungsschritt wird nun untersucht:

---

<sup>365</sup> Kapitel 5.3.2 und 5.3.4.

<sup>366</sup> Vgl. Kapitel 5.2.1.

<sup>367</sup> Siehe Kapitel 5.3.8.

<sup>368</sup> Vgl. Kapitel 5.2.2.

1. ob sich diese a priori Dimensionalität auch in der hier verwendeten Stichprobe wieder auffinden lässt.
2. ob die emotionale und kognitive Struktur der bildenden Menschen der Stichprobe den Itempool nach anderen Orientierungen ordnet,
3. und ob die spezifischen Inhalte und Methoden der hier angebotenen Seminare unter der Bezeichnung „PS“ dazu beitragen, dass sich die emotionale und kognitive Struktur der beteiligten Menschen im Kursverlauf (T1-T3) in eine analoge Richtung entwickelt.

Eine geeignete Methode, um diese Fragestellungen zu untersuchen, ist die Faktorenanalyse. Sie kann sowohl als quer- wie auch als längsschnittliches Instrument eingesetzt werden. In Kapitel 5.3.2 werden die querschnittlichen Analysen zu den Messzeitpunkten T1-T3 des OPIs gezeigt. Die längsschnittliche Nutzung der Faktorenanalyse in Verbindung mit Varianzanalysen wird in den Kapiteln 5.3.7-5.3.9 vorgestellt.

### **5.3.2 Itemanalyse des OPI**

Informationen zur Klärung der motivierenden Fragen dieser Arbeit sind in der inhaltlichen Analyse<sup>369</sup> des eigens zur Erhebung der PS-Spezifika konstruierten OPIs enthalten. Die Faktorenanalyse zum Zeitpunkt T3 wird zeigen, was das OPI tatsächlich misst und ob die begründenden Theoriebausteine<sup>370</sup> im Ergebnis der Analyse wiedergefunden werden können.

Als Ergebnis einer Faktorenanalyse sollten sich interpretierbare Faktoren aufzeigen lassen. Am Ende des Prozesses der Faktorenbestimmung stehen unter anderem jene psychischen Merkmale, die sich durch den Besuch der PS-Seminare verändert haben und mittels des OPIs gemessen werden können. Ob und wie sich diese Merkmale verändert haben, wird in Kapitel 5.3.7 erläutert.

---

<sup>369</sup> Realisiert durch eine Faktorenanalyse.

<sup>370</sup> Siehe Tabelle 209 (Konstruktabelle) im Anhang.

Gleichwohl sollten Faktorenanalysen zu den verschiedenen Erhebungszeitpunkten<sup>371</sup> die Veränderungen in der kognitiven Struktur der Probanden aufzeigen können. Diese beantworten die Fragebögen zu jedem der Zeitpunkte unterschiedlich, sodass daran ihre (kognitiven-emotionalen) Entwicklungsprozesse empirisch belegt werden können.

Der hier zunächst vorgestellten Faktorenanalyse liegt die Gesamtstichprobe von n=338 Versuchspersonen zugrunde. Anhand verschiedener Kriterien wie dem Kaiser-Meyer-Olkin-Kriterium (KMO)<sup>372</sup>, Cronbachs  $\alpha$ <sup>373</sup> und dem Verlauf der Eigenwerte der Komponenten wurde die günstigste Option gewählt, um festzulegen, welche Faktoren in die unten stehenden Veränderungsmessungen<sup>374</sup> eingehen werden. Die sogenannte cutoff-Grenze der Items<sup>375</sup> wurde aus Gründen der Interpretierbarkeit auf .5 festgelegt. Das bedeutet, dass alle Fragen, die weniger als .5 auf einen Faktor laden, nicht berücksichtigt werden. Zur Klärung der Bedeutung bzw. der inhaltlichen Definition eines Faktors werden im Text auch Items benannt, die unterhalb der genannten Grenze auf einen Faktor laden. Die Benennung der Faktoren geschieht auch im Hinblick auf die nachfolgenden Veränderungsmessungen. Es werden also Bezeichnungen gewählt, die die Veränderbarkeit des jeweiligen Merkmals berücksichtigen. Zunächst wird die in Bezug auf die Bestimmung der endgültigen Faktoren des OPIs weniger günstige Variante vorgestellt, um die oben genannte kognitive Veränderung aufzuzeigen, die auch als *Entwicklung des Bewusstseins* bezeichnet werden kann. Dazu wird als erstes die Faktorenanalyse zum Zeitpunkt T1 dargestellt:

Die folgenden drei Kriterien werden bei der Bestimmung der Faktoren herangezogen:

---

<sup>371</sup> T1, T2 und T3, siehe Kapitel 5.2.3.

<sup>372</sup> KMO, ein Maß zur Stichprobeneignung (Brosius 2011, S. 795)

<sup>373</sup> Ein Maß zur Reliabilität von Skalen (Bortz 2005, S. 559).

<sup>374</sup> Varianzanalysen, siehe Kapitel 5.3.7.

<sup>375</sup> Sie legt fest, ab welcher Wertegrenze die Items in den zu bildenden Faktor aufgenommen werden.

Die Grenze ist im Verhältnis zur Stichprobengröße und Itemanzahl zu wählen und sollte

Interpretierbarkeit gewährleisten. Vgl. Bortz, 2005, S. 516-524.

- Die rein rechnerische Vorgehensweise bezieht sich auf die maximale Differenzierung zwischen den einzelnen Items des Fragebogens und somit auch auf maximal voneinander differenzierte Faktoren. Sie lässt jeden semantischen Aspekt unberücksichtigt, sodass häufig auch besonders bedeutsame Fragen verloren gehen, weil sie auf mehrere Faktoren undifferenziert laden. Das rechnerische Kriterium wurde mit  $\Delta=.1$  als Mindestdifferenz der Ladung einzelner Fragen zwischen den verschiedenen Komponenten festgelegt.
- Dem gegenüber steht ein Kompromiss zwischen der oben genannten maximalen Differenzierung und einer semantischen Itemauswahl. Das heißt: Items, die wegen ihrer Bedeutung als besonders wichtig eingeschätzt werden, können trotz zu geringer Differenzierung zwischen den Faktoren erhalten bleiben und in spätere Rechnungen einbezogen werden.
- Ein ebenfalls kompromisshafter Ansatz besteht darin, einzelne Fragen zu behalten – sogenannte Markeritems. Üblicherweise bilden mindestens zwei Fragen einen Faktor. Markeritems sind allein für sich so informativ, dass sie als quasi-Faktor in die Veränderungsmessungen mit einbezogen werden.

Es folgt nun die Vorstellung der Faktorenanalyse des OPIs zum Zeitpunkt T1 mit n=338 befragten Personen.

### **Faktorenanalyse zu T1 der Gesamtstichprobe**

Um die undifferenziert ladenden Items zu eliminieren, bleiben nach elf Rechendurchgängen 51 Items erhalten. Tabelle 3 zeigt die selektierten Items. Von den 51 erhaltenen Items liegen zum Zeitpunkt T1 33 über der festgelegten cutoff-Grenze von .5. Ihre Verteilung auf die Faktoren wird in Tabelle 4 gezeigt.

Der KMO-Wert für diese Faktorenlösung mit n=338 Versuchspersonen zum Zeitpunkt T1 liegt bei  $KMO=.811$  und gilt damit als sehr gut<sup>376</sup>. Der Bartlett-Test wurde

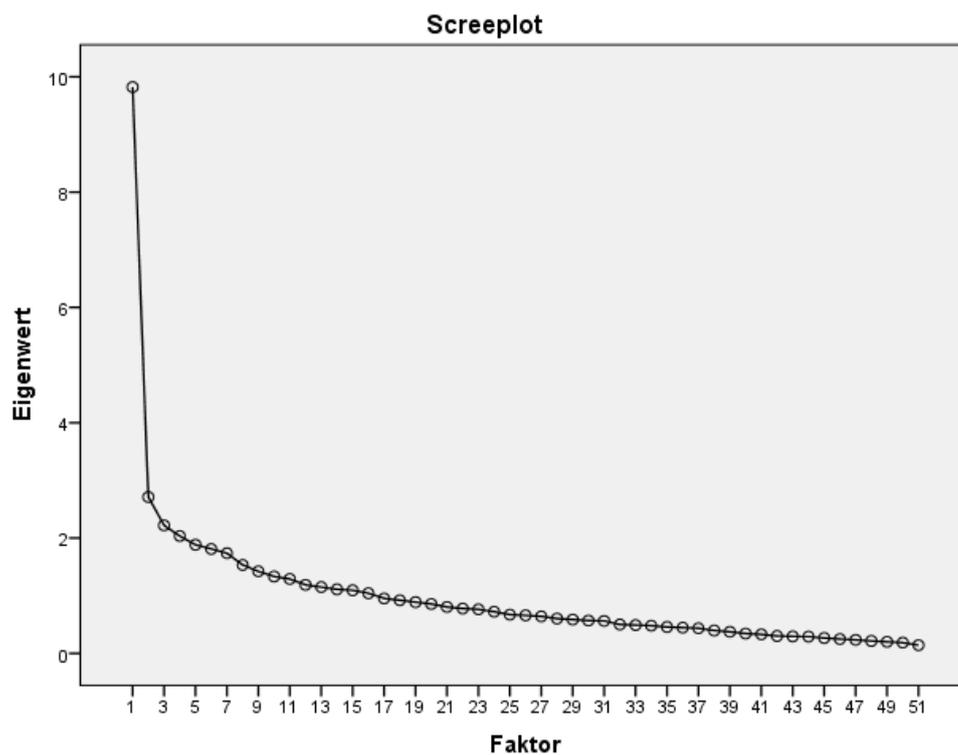
---

<sup>376</sup> Vgl. Brosius 2011, S. 795f.

signifikant, sodass der Datensatz die mathematischen Anforderungen für eine Faktorenanalyse erfüllt<sup>377</sup>.

Durchlauf	Selegierte Items	N
1	53, 52, 35, 85, 19, 13, 79, 81, 24, 88, 77	11
2	64, 43, 15, 59, 20, 6, 28, 31	8
3	32, 74, 2, 11	4
4	36	1
5	82	1
6	21	1
7	65	1
8	70	1
9	26, 46, 66	3
10	62, 60, 56, 55	4
11	68, 27, 8	3
		$\Sigma$ 38

**Tabelle 3:** Rechendurchgänge der Faktorenanalyse des OPI zu T1 mit den eliminierten Items.



**Abbildung 25:** Screeplot zur Faktorenanalyse zu T1 des OPI.

<sup>377</sup> Der Bartlett-Test auf Sphärizität überprüft, ob die Korrelationsmatrix eine Einheitsmatrix ist. Er setzt die Normalverteilung der Daten voraus und reagiert auch darauf sensitiv (Vgl. ebd., S. 793f).

Die Anzahl der Faktoren wurde auf sieben festgelegt, um gute Interpretierbarkeit und Differenziertheit zu gewährleisten. Die Varianzaufklärung dieser sieben Komponenten beträgt 43,6%. Das Kriterium des Eigenwertes  $>1$  hat 16 Faktoren generiert, deren inhaltliche Überschneidungen jedoch zu groß sind, um eine semantisch sinnvolle Differenzierung zu erhalten. Der Verlauf der Eigenwertkurve zeigt zudem einen leichten Werteabfall von 1,74 auf 1,5 zwischen den Komponenten sieben und acht<sup>378</sup>.

	Faktor						
	1	2	3	4	5	6	7
<b>Anzahl der Items</b>	17	3	3	4	2	2	2

**Tabelle 4:** Itemverteilung auf die Faktoren T1.

Einige der Skalen, die im Folgenden vorgestellt werden, tauchen auch zu den zwei anderen Erhebungszeitpunkten in ähnlicher oder identischer Konstellation wieder auf. Die inhaltliche Beschreibung und Interpretation dieser Faktoren wird zu T1 und T2 kürzer gehalten als bei der letzten Analyse zu T3, die für die Veränderungsmessungen aufgrund der besten Eignung ausgewählt wurde.

Zum Verständnis der nachfolgenden Tabellen ist das Vorzeichen der Itemladung zu beachten, da negativ ladende Items entsprechend interpretiert werden müssen.

---

<sup>378</sup> Siehe Abbildung 25.

**a. Faktor T1 „negatives Selbstkonzept“**

OPI Gesamtstichprobe T1, 1. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F89_T1	Ich fühle mich wohl.	-0,760
F80_T1	Ich habe so viele Fehler, dass ich mich selbst nicht mag.	-0,727
F23_T1	Ich kann gut mit mir umgehen.	-0,706
F38_T1	Ich fühle mich anderen oft unterlegen.	0,686
F67_T1	Ich kann ganz auf mich selbst vertrauen.	-0,657
F57_T1	Ich habe viele schlechte Gewohnheiten, die ich gern ablegen würde.	0,638
F49_T1	Ich stecke in einer Sinnkrise.	0,620
F76_T1	Ich habe ein erfülltes Leben.	-0,613
F71_T1	Ich liebe mich selbst.	-0,609
F9_T1	Manchmal bin ich mir unsicher, wer ich wirklich bin.	0,602
F16_T1	Zur Ruhe kommen und mich zu entspannen, fällt mir schwer.	0,595
F69_T1	Auch wenn ich viel getan habe, bin ich unzufrieden, weil es Wichtigeres gegeben hätte.	0,581
F47_T1	Ich fühle mich selten frei genug, um das zu wählen, was ich tun will.	0,565
F87_T1	Ich bin mir sicher in dem, was ich will.	-0,563
F63_T1	Ich fühle mich unabhängig von anderen.	-0,527
F40_T1	Ich ärgere mich oft darüber, wie andere mich behandeln.	0,522
F5_T1	Ich habe oft ein Gefühl großer Vitalität.	-0,514

**Tabelle 5:** 1. Faktor des OPI „*negatives Selbstkonzept*“.

Besondere Wertigkeit wird in diesem Kapitel dem jeweils ersten Faktor der drei Analysen zugeordnet. Er hebt sich mit einem Eigenwert zwischen 9 und 15 deutlich von den nachfolgenden Komponenten ab, deren Eigenwerte um 3 liegen<sup>379</sup>. Zum Zeitpunkt T1 wurde dieser Generalfaktor<sup>380</sup> aufgrund der Bedeutung seiner bildenden Items mit „negatives Selbstkonzept“ bezeichnet. Er umfasst 17 der insgesamt 51 Items, die nach elf Rechendurchgängen den verbleibenden Itempool bilden und weist mit  $\alpha=.73$  einen Reliabilitätsindex im akzeptablen Bereich auf<sup>381</sup>.

Viele Items deuten auf eine generelle Unzufriedenheit hin, die sich zum einen Teil aus intrapsychischer Unzufriedenheit und zum anderen Teil aus äußeren Umständen, die

<sup>379</sup> Siehe z.B. Abbildung 25.

<sup>380</sup> So wird er aufgrund seiner hohen Wertigkeit und der daraus folgenden Sonderstellung genannt.

<sup>381</sup> Vgl. [http://www.lexxun.de/lehre/mesf/material/mesf\\_10.pdf](http://www.lexxun.de/lehre/mesf/material/mesf_10.pdf).

unkontrollierbar erscheinen, zusammensetzt<sup>382</sup>. Der Generalfaktor wird an dieser Stelle nicht weiter unterteilt<sup>383</sup>.

**b. Faktor T1 „Intuition“**

OPI Gesamtstichprobe T1, 2. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F18_T1	Ich verlasse mich oft auf meinen Instinkt, meine Vorahnungen oder meine Intuitionen, ohne lange über die Einzelheiten nachzudenken.	0,666
F22_T1	Ich handle meistens nach meinen Gefühlen, unabhängig von meinen Erfahrungen aus der Vergangenheit.	0,599
F45_T1	Ich bin mir meistens sicher, dass alles gut laufen wird, sogar in Situationen, die andere beunruhigend finden.	0,505

**Tabelle 6:** 2. Faktor des OPI „Intuition“.

Der zweite Faktor zu T1 wurde „Intuition“ genannt, weil seine Items Phänomene abbilden, die mit Intuition assoziiert werden<sup>384</sup>. Zwei weitere Items wurden vom mathematischen Modell als zugehörig errechnet, bleiben jedoch kurz unterhalb der .5 cutoff-Grenze<sup>385</sup>. Beide umschreiben eine Veränderung des Bewusstseins, die intuitive Eingebungen begünstigt und sich mit Belschners Ausführungen zu „veränderten“ Bewusstseinszuständen im Vergleich zum Alltagswachbewusstsein deckt<sup>386</sup>. Mit einem Wert von  $\alpha=.66$  liegt diese Skala knapp unter der gewünschten Marke von .7. Nach Janssen & Laatz werden Werte  $>.7$  empfohlen, obwohl es keine klare Konvention bezüglich der Höhe des Reliabilitätskoeffizienten gibt<sup>387</sup>.

<sup>382</sup> Vgl. Tabelle 5.

<sup>383</sup> Zum Zeitpunkt T3 wird der Generalfaktor intern weiter differenziert, siehe Abschnitt „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe“ in diesem Kapitel.

<sup>384</sup> Vgl. Tabelle 6.

<sup>385</sup> F39\_T1 Wenn ich mich auf eine Sache konzentriere, passiert es mir oft, dass ich das Zeitgefühl verliere (0,446) F61\_T1 Manchmal habe ich den Eindruck, dass ich in meinem Leben aus einer höheren Einsicht heraus geführt werde (0,432).

<sup>386</sup> Vgl. Kapitel 3.4 und Abbildung 6.

<sup>387</sup> Vgl. Janssen & Laatz 2005, S. 565.

**c. Faktor T1 „Veränderungsbereitschaft“**

OPI Gesamtstichprobe T1, 3. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F73_T1	Ich arbeite ständig daran, mich zu verändern und zu entwickeln.	0,750
F86_T1	Leben bedeutet für mich ständige Weiterentwicklung.	0,588
F33_T1	Es ist mir wichtig, mich und mein Verhalten zu ergründen.	0,581

**Tabelle 7:** 3. Faktor des OPI „*Veränderungsbereitschaft*“.

Der dritte Faktor „Veränderungsbereitschaft“ liegt mit  $\alpha=.642$  wiederum außerhalb des gewünschten Wertebereichs. Er setzt sich aus Fragen zusammen, die sich um die Themen *Entwicklung und Veränderung* drehen<sup>388</sup> und kommt in allen drei vorgestellten Analysen in ähnlicher Form vor. Das Item 30<sup>389</sup> gehört ebenfalls zu dieser Komponente, bleibt jedoch unter dem cutoff und lässt auch in dieser Skala einen bewusstseinsmodulatorischen Aspekt erkennen. Der Faktor zeigt einen Zusammenhang zwischen der Kompetenz, solche Bewusstseinsveränderungen wahrnehmen zu können und dem Phänomen bzw. der Einstellung der Veränderungsbereitschaft.

**d. Faktor T1 „ungelebtes Leben“**

OPI Gesamtstichprobe T1, 4. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F50_T1	Ich bevorzuge es, zu Hause zu bleiben statt zu verreisen oder neue Dinge zu erforschen.	0,704
F83_T1	Ich fühle mich vom Leben benachteiligt, weil es mir die Erfüllung meiner Wünsche vorenthalten hat.	0,703
F84_T1	Es fällt mir schwer, meine Gefühle zu beschreiben.	0,696
F72_T1	Kreativität und Phantasie spielen in meinem Leben keine große Rolle.	0,617

**Tabelle 8:** 4. Faktor des OPI „*ungelebtes Leben*“.

Der vierte Faktor des OPI zu T1 wurde „ungelebtes Leben“ benannt, weil seine Items auf eine Scheu vor Neuem und Zurückhaltung von Potentialen hindeuten<sup>390</sup>. Auch er taucht im Folgenden wiederholt auf und enthält zu T2 und T3 noch ein weiteres Item,

<sup>388</sup> Vgl. Tabelle 7.

<sup>389</sup> F30\_T1 Während ich etwas erledige, beobachte ich mich gleichzeitig dabei. (0,457).

<sup>390</sup> Vgl. Tabelle 8.

das die Bedeutung dieses Faktors weiter spezifiziert<sup>391</sup>. Sein Reliabilitätskoeffizient von  $\alpha=.746$  deutet auf eine hohe inhaltliche Konsistenz hin.

**e. Faktor T1 „transpersonales Vertrauen“**

OPI Gesamtstichprobe T1, 5. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F48_T1	Es macht mir Spaß, meine Feinde leiden zu sehen.	0,612
F34_T1	Ich bezeichne mich als religiös, auch wenn ich keiner Glaubensgemeinschaft angehöre.	-0,510

**Tabelle 9:** 5. Faktor des OPI „*transpersonales Vertrauen*“.

Die Bezeichnung „transpersonales Vertrauen (TPV)“ des fünften Faktors geschieht im Hinblick auf sein weiteres Vorkommen zu den anderen Erhebungszeitpunkten, um auch hier die Entwicklung über die Zeit aufzuzeigen. Seine Bezeichnung kann zu T2 und T3 nachvollziehbar hergeleitet werden, während er zum Zeitpunkt T1 eine negative transpersonale Konnotation aufweist<sup>392</sup>, die sich durch zwei Items, die unter dem cutoff liegen, weiter verdeutlicht<sup>393</sup>. Die Reliabilität des fünften Faktors ist mit  $\alpha=.281$  inakzeptabel. Unter Zuhilfenahme der beiden abgelehnten Items F78 und F14 steigert sich Cronbachs  $\alpha$  auf einen Wert von  $\alpha=.453$ . Die Kennwerte dieses Faktors zeigen, dass seine Inhalte zum Zeitpunkt T1 bei den Teilnehmern der Seminare kaum repräsentiert sind.

**f. Faktor T1 „Partnerschaft“**

OPI Gesamtstichprobe T1, 6. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F29_T3	Meine Partnerschaft/ Ehe ist gut.	0,852
F3_T3	Meine PartnerIn und ich entwickeln uns und wachsen miteinander.	0,850

**Tabelle 10:** 6. Faktor des OPI „*Partnerschaft*“.

<sup>391</sup> Vgl. in diesem Kapitel Abschnitte „Faktorenanalyse zu T2 der Gesamtstichprobe“ und „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe“.

<sup>392</sup> Vgl. Tabelle 9.

<sup>393</sup> F78\_T1 Ich neige dazu, andere schnell zu bewerten (0,446), F14\_T1 Ich kann es nicht leiden zu warten (0,402).

Die Bezeichnung „Partnerschaft“ für den sechsten Faktor zu T1 erschließt sich durch seine zwei bildenden Items<sup>394</sup>. Er findet sich in identischer Konstellation zu allen drei Messzeitpunkten wieder und bildet eine konsistente Skala, die sowohl inhaltlich klar als auch differenziert von den anderen Komponenten bestimmbar ist. Der Wert des Reliabilitätskoeffizienten von  $\alpha=.812$  unterstreicht die Validität dieses Faktors.

**g. Faktor T1 „Nüchternheit“**

OPI Gesamtstichprobe T1, 7. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F10_T1	In einer guten Beziehung ist alles besprochen und klar geregelt.	0,534
F7_T1	Wenn man Entscheidungen trifft, sollten Gefühle dabei keine Rolle spielen.	0,53

**Tabelle 11:** 7. Faktor des OPI „Nüchternheit“.

Der siebte Faktor bildet inhaltlich „Nüchternheit“ ab. Sie wird hier durch die hohe Wertigkeit von rationaler Herangehensweise und die Geringschätzung von Emotionalität definiert. Der Wert von  $\alpha=.414$  zeigt die geringe Reliabilität dieser Skala. Auch der Faktor „Nüchternheit“ wird zu einem späteren Zeitpunkt wieder auftauchen und ausführlicher erläutert werden<sup>395</sup>.

**Faktorenanalyse zu T2 der Gesamtstichprobe**

Zum Messzeitpunkt T2 wurde der Bartlett-Test erneut signifikant und der KMO-Wert ist mit .815 wiederum sehr gut. Es waren sieben Rechendurchgänge notwendig, um mit den verbleibenden 56 Items eine differenzierte und interpretierbare faktorielle Struktur mit neun Komponenten herzustellen<sup>396</sup>. Nach weiterer Selektion durch den gewählten cutoff von .5 bleiben 34 Items erhalten, deren Verteilung auf die Faktoren in Tabelle 13 gezeigt wird. Die Neunfaktorenlösung wurde wegen ihrer semantischen Konsistenz und Vergleichbarkeit bezüglich der anderen zwei Erhebungszeitpunkte

<sup>394</sup> Siehe Tabelle 10.

<sup>395</sup> Siehe Abschnitt „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe“ in diesem Kapitel.

<sup>396</sup> Siehe Tabelle 12 und Abbildung 26.

sowie der mathematischen Differenziertheit gewählt. Im Verlauf der Eigenwerte gibt es einen Abfall von 1,46 auf 1,3 zwischen den Komponenten neun und acht, der im Screeplot durch einen leichten Knick ersichtlich wird<sup>397</sup>. Nachstehend finden sich jedoch nur sieben bzw. acht der neun Faktoren wieder, weil die Items der zwei unberücksichtigten Komponenten unter den cutoff fielen und zwei der Faktoren dadurch zu einzelnen Markeritems geworden sind. Aufgrund inhaltlicher Relevanz werden sowohl einer dieser beiden Faktoren als „quasi-Faktor“ als auch ein zusätzliches Markeritem mit seinem Faktorvorhof vorgestellt.

Durchlauf	Selegierte Items	N
1	43, 60, 2, 77, 51	5
2	81, 26, 31, 1, 45, 27, 6, 30	8
3	21, 49, 35, 87, 14	5
4	5, 70, 63, 32, 69, 66, 7, 28, 8	9
5	38, 25, 44, 85	4
6	55	1
7	41	1
		$\Sigma$ 33

**Tabelle 12:** Rechendurchgänge der Faktorenanalyse des OPI zu T2 mit den eliminierten Items.

	Faktor								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Anzahl der Items</b>	12	4	5	5	2	1	2	2	1

**Tabelle 13:** Itemverteilung auf die Faktoren T2.

---

<sup>397</sup> Vgl. Abbildung 26.

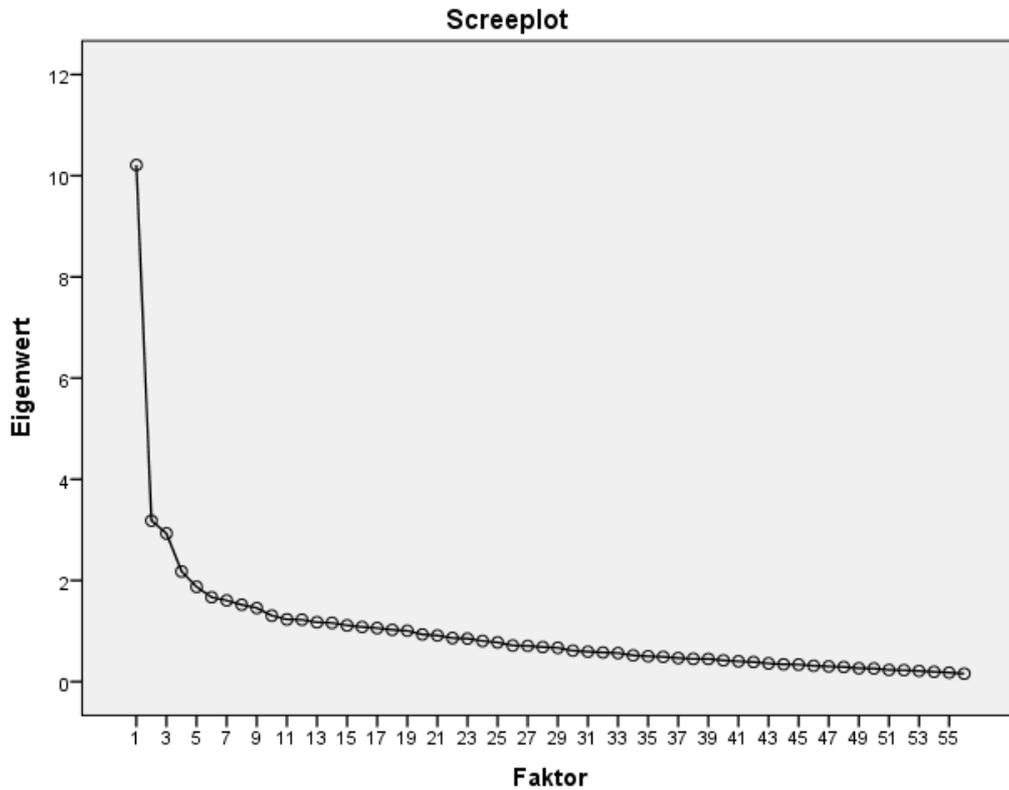


Abbildung 26: Screplot zur Faktorenanalyse zu T2 des OPI.

**a. Faktor T2 „Gespanntheit/ Fremdbestimmung“**

Der erste Faktor zum Zeitpunkt T2 ist auch hier der überwertige Generalfaktor im Vergleich zu den nachfolgenden Faktoren mit deutlich geringeren Eigenwerten<sup>398</sup>:

---

<sup>398</sup> Vgl. ebd..

OPI Gesamtstichprobe T2, 1. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F52_T2	Andere Menschen haben zu viel Kontrolle über mich.	0,699
F40_T2	Ich ärgere mich oft darüber, wie andere mich behandeln.	0,698
F56_T2	Ich fühle mich wie ein Pulverfass kurz vor der Explosion.	0,665
F11_T2	Ich bekomme nicht genug Liebe und Zuwendung.	0,643
F62_T2	Meine Stimmungen schwanken sehr.	0,606
F57_T2	Ich stecke in einer Sinnkrise.	0,578
F23_T2	Ich habe so viele Fehler, dass ich mich selbst nicht mag.	0,567
F9_T2	Manchmal bin ich mir unsicher, wer ich wirklich bin.	0,560
F47_T2	Ich fühle mich selten frei genug, um das zu wählen, was ich tun will.	0,530
F59_T2	Es kommt häufig vor, dass andere etwas völlig anderes verstehen als ich mitteilen wollte.	0,528
F88_T2	Ich breche wichtige Tätigkeiten oft ab, weil mir die Anstrengung zu unangenehm ist.	0,524
F37_T2	Ich bekomme häufiger Streit mit meiner Familie oder meinen Kollegen.	0,517

**Tabelle 14:** 1. Faktor des OPI „Gespanntheit/ Fremdbestimmung“.

Der Generalfaktor zeigt sich zu T2 in veränderter Form gegenüber T1 und enthält nun auch zwei Items zur Fremdbestimmung<sup>399</sup> und den gesamten Faktor „Gespanntheit“ aus T3, weshalb er hier die Bezeichnung „Gespanntheit/ Fremdbestimmung“ erhält<sup>400</sup>. Einige Items, die zu den Zeitpunkten T1 und T3 zum Generalfaktor gehören, fielen zu T2 unter die .5- Grenze<sup>401</sup>. Mit einem Reliabilitätskoeffizienten von  $\alpha=.857$  weist der Generalfaktor zum Zeitpunkt T2 eine hohe Konsistenz auf.

Bemerkenswert ist die Entwicklung des Generalfaktors von T1 zu T2, die später noch explizit beschrieben wird<sup>402</sup>.

<sup>399</sup> F52 und F47.

<sup>400</sup> Siehe Tabelle 14 und Abschnitt „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe“ in diesem Kapitel.

<sup>401</sup> F68\_T2 Ich genieße das Leben in vollen Zügen (-0,465), F78\_T2 Ich neige dazu, andere schnell zu bewerten (0,465), F16\_T2 Zur Ruhe kommen und mich zu entspannen, fällt mir schwer (0,433), F48\_T2 Es macht mir Spaß, meine Feinde leiden zu sehen (0,408), F76\_T2 Ich habe ein erfülltes Leben (-0,397), F80\_T2 Ich kann gut mit mir umgehen (-0,392), F79\_T2 Ich lebe meine Sexualität aus (-0,346).

<sup>402</sup> Vgl. Kapitel 5.3.3.

**b. Faktor T2 „emotionales Erleben“**

OPI Gesamtstichprobe T2, 2. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F36_T2	Ich kann so tief berührt sein, dass ich dann "Rotz und Wasser" heule.	0,584
F13_T2	Ich habe guten Zugang zu meinen Gefühlen.	0,529
F22_T2	Ich handle meistens nach meinen Gefühlen, unabhängig von meinen Erfahrungen aus der Vergangenheit.	0,525
F39_T2	Wenn ich mich auf eine Sache konzentriere, passiert es mir oft, dass ich das Zeitgefühl verliere.	0,504

**Tabelle 15:** 2. Faktor des OPI „*emotionales Erleben*“

Der zweite Faktor setzt sich aus Fragen zusammen, die einerseits direkt für „Emotionales Erleben“ stehen<sup>403</sup> und andererseits aus zwei Items, wovon eines für emotional geleitetes Handeln<sup>404</sup> und das andere für das sogenannte „Flow-Erleben“ (F39) steht<sup>405</sup>. Beide lassen sich leicht in einen Kontext mit emotionaler Kompetenz einbetten. Weitere Items, die unter den cutoff fielen, stehen für Intuition sowie ein positives Selbstkonzept<sup>406</sup> und lassen das Spektrum dieses Faktors bis in die transpersonale Ebene reichen, was die Integration von Item F39 erleichtert. Die Konsistenz dieser Skala ist mit einem Wert von  $\alpha=.539$  gering, kann jedoch durch Hinzuziehung des Faktorvorhofs auf  $\alpha=.719$  deutlich verbessert werden und liegt damit im gewünschten Bereich von  $\alpha > .7$ .

---

<sup>403</sup> F36 und F13.

<sup>404</sup> F22.

<sup>405</sup> Siehe Kapitel 3.11.4.

<sup>406</sup> F18\_T2 Ich verlasse mich oft auf meinen Instinkt, meine Vorahnungen oder meine Intuitionen, ohne lange über die Einzelheiten nachzudenken (0,492), F67\_T2 Ich kann ganz auf mich selbst vertrauen (0,468), F89\_T2 Ich fühle mich wohl (0,421), F71\_T2 Ich liebe mich selbst (0,394), F20\_T2 Ich finde es gut, wenn man tun kann, was man will, ohne strenge Regeln und Beschränkungen (0,353).

**c. Faktor T2 „ungelebtes Leben“**

OPI Gesamtstichprobe T2, 3. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F84_T2	Es fällt mir schwer, meine Gefühle zu beschreiben.	0,818
F83_T2	Ich fühle mich vom Leben benachteiligt, weil es mir die Erfüllung meiner Wünsche vorenthalten hat.	0,797
F50_T2	Ich bevorzuge es, zu Hause zu bleiben, statt zu verreisen oder neue Dinge zu erforschen.	0,761
F72_T2	Kreativität und Phantasie spielen in meinem Leben keine große Rolle.	0,661
F82_T2	Wenn es mir schlecht geht, berichte ich lieber nicht davon, denn ich könnte andere belästigen.	0,648

**Tabelle 16:** 3. Faktor des OPI „ungelebtes Leben“.

„Ungelebtes Leben“, also das Auslassen potentieller Erfahrungen, spiegelt sich in den Items dieses Faktors wider<sup>407</sup>. Er entspricht nahezu exakt seinem gleichnamigen Pendant aus T3<sup>408</sup>. Dort, wie auch hier, fällt besonders das Item F84 auf, das abbildet, dass Gefühle wahrgenommen, jedoch nicht geäußert bzw. beschrieben werden. Sie bildet einen Kontrast zum Item F13 aus dem zweiten Faktor „Emotionales Erleben“<sup>409</sup>. Alle Items stehen für ein nicht ausgelebtes oder verhindertes Potential. Diese semantische Konsistenz spiegelt sich auch in dem Wert von  $\alpha=.83$  wider.

**d. Faktor T2 „transpersonales Vertrauen“**

OPI Gesamtstichprobe T2, 4. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F34_T2	Ich bezeichne mich als religiös, auch wenn ich keiner Glaubensgemeinschaft angehöre.	0,709
F58_T2	Religiöse Praktiken (z.B. Beten, Mantren singen, geistige Lieder singen, Meditieren) helfen mir in schwierigen Situationen.	0,683
F61_T2	Manchmal habe ich den Eindruck, dass ich in meinem Leben aus einer höheren Einsicht heraus geführt werde.	0,672
F19_T2	Es gibt Dinge, die ich als heilig bezeichnen würde.	0,643
F53_T2	Ich bin Teil eines großen Ganzen, in dem ich geborgen bin.	0,619

**Tabelle 17:** 4. Faktor des OPI „transpersonales Vertrauen“.

<sup>407</sup> Vgl. Tabelle 16.

<sup>408</sup> Siehe Abschnitt „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe“ in diesem Kapitel.

<sup>409</sup> Siehe Tabelle 15.

Der TPV-Faktor taucht hier zum ersten Mal in seiner typischen Gestalt auf, die sich auch zu T3 wiederfinden lässt<sup>410</sup>. Die gute Konsistenz dieser Skala wird mit einem Wert von  $\alpha=.805$  belegt. Die Items stammen alle aus dem gleichnamigen Instrument von Belschner<sup>411</sup> und wurden in das OPI integriert, mit dem Ziel, den transpersonalen Aspekt der PS abzubilden. Alle Items des TPVs lassen sich als geschlossener Faktor zusammen wiederfinden, obwohl im OPI auch andere transpersonale Items enthalten sind, wie etwa F70: „Ich fühle mich der Natur sehr verbunden“ oder Items in Richtung Disidentifikation, wie F1: „Ich beobachte meine Gedanken, wie sie kommen und gehen“. F70<sup>412</sup> wird zum Zeitpunkt T3 zugeordnet, bleibt jedoch knapp unter der .5-Grenze. Der Faktor TPV weist zum Zeitpunkt T2 keine weiteren Items unterhalb dieser Grenze auf.

**e. Faktor T2 „Veränderungsbereitschaft“**

OPI Gesamtstichprobe T2, 5. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F73_T2	Ich arbeite ständig daran, mich zu verändern und zu entwickeln.	0,660
F33_T2	Es ist mir wichtig, mich und mein Verhalten zu ergründen.	0,612

**Tabelle 18:** 5. Faktor des OPI „Veränderungsbereitschaft“.

Der Faktor „Veränderungsbereitschaft“ erhält seine Bezeichnung aufgrund der in Richtung Veränderung weisenden Items<sup>413</sup>. Zu T1 und T3 enthält er noch ein weiteres Item, das seine Bezeichnung rechtfertigt<sup>414</sup>. Im sogenannten Faktorvorhof, also unter dem cutoff liegend, findet sich noch ein Item, das ebenfalls in das Konzept „Veränderungsbereitschaft“ passt<sup>415</sup>. Der hier enthaltene Mut, sich bestimmten Situationen zu stellen, geht bereits über die Veränderungsbereitschaft hinaus und bildet

<sup>410</sup> Vgl. Tabelle 17 und Abschnitt „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe“ in diesem Kapitel.

<sup>411</sup> Skala Transpersonales Vertrauen, Belschner 2002.

<sup>412</sup> „Ich fühle mich der Natur sehr verbunden.“

<sup>413</sup> Vgl. Tabelle 18.

<sup>414</sup> F86: Leben bedeutet für mich, ständige Weiterentwicklung. Siehe Abschnitt „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe“ in diesem Kapitel.

<sup>415</sup> F74\_T2 Ich habe Mut, mich schwierigen Situationen zu stellen (0,457).

die darauf gründende Handlungsbereitschaft ab. Aufgrund des geringen Wertes von  $\alpha=.517$  bzw.  $\alpha=.556$  unter Einbeziehung von F74 weist diese Skala eine schwache Konsistenz auf.

**f. Faktor T2 „Partnerschaft“**

OPI Gesamtstichprobe T2, 6. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F3_T3	Meine PartnerIn und ich entwickeln uns und wachsen miteinander.	0,897
F29_T3	Meine Partnerschaft/ Ehe ist gut.	0,865

**Tabelle 19:** 6. Faktor des OPI „Partnerschaft“.

Der Faktor „Partnerschaft“ zum Zeitpunkt T2 ist identisch mit jenen aus T1 und T3<sup>416</sup>. Seine Items sind eindeutig interpretierbar und zu allen Messzeitpunkten konstant zusammengehörig<sup>417</sup>. Es finden sich zu keinem Zeitpunkt unter den cutoff fallende Items, die vom mathematischen Modell diesem Faktor zugeordnet werden. Seine Konsistenz wird auch durch den hohen Reliabilitätskoeffizienten von  $\alpha=.870$  ersichtlich. Die meisten Faktoren des OPIs machen im Verlauf der Erhebungszeitpunkte eine Entwicklung durch<sup>418</sup>, die bei der Skala „Partnerschaft“ nicht zu finden ist.

**g. Faktor T2 „soziale Kompetenz“**

OPI Gesamtstichprobe T2, 7. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F42_T2	Für mich ist es schwierig, mit jemand Fremden ein Gespräch zu beginnen.	-0,702
F65_T2	In einer vergnügten Gesellschaft kann ich mich meistens ungezwungen und unbeschwert beteiligen.	0,600

**Tabelle 20:** 7. Faktor des OPI „soziale Kompetenz“.

<sup>416</sup> Siehe Abschnitt „Faktorenanalyse zu T1 der Gesamtstichprobe“ und Abschnitt „Faktorenanalyse zu T1 der Gesamtstichprobe“ in diesem Kapitel.

<sup>417</sup> Vgl. Tabelle 19

<sup>418</sup> Siehe Kapitel 5.3.3.

Der siebte Faktor zum Zeitpunkt T2 wurde mit „soziale Kompetenz“ bezeichnet, weil sich seine Items auf den Kontakt mit anderen Menschen beziehen<sup>419</sup>. Mit einem Wert von  $\alpha=.654$  weist diese Skala eine akzeptable Konsistenz auf. Es sind keine weiteren Items unterhalb des cutoffs auffindbar, die zur Interpretation dieses Faktors hinzugezogen werden können. Dieser Faktor findet sich nur zum Zeitpunkt T2 und taucht in keiner anderen Faktorenanalyse auf.

### Markeritems zu T2 der Gesamtstichprobe „Disidentifikation“ und „Re-generationskompetenz“

OPI Gesamtstichprobe T2, Markeritem/ quasi-Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F15_T2	Manchmal kann ich distanziert beobachten, wie über einen längeren Zeitraum in mir die Lösung einer Schwierigkeit entsteht.	0,502
F4_T2	Ich kann darüber lächeln, wenn ich sehe, wie ich mir manchmal das Leben schwer mache.	0,463
F17_T2	Ich fühle mich selten einsam und traurig.	0,457
F75_T2	Es kommt vor, dass ich körperlich oder emotional Eindrücke wahrnehme, die nicht von mir stammen.	0,445

**Tabelle 21:** Markeritem mit Itemvorhof des OPI „Disidentifikation“.

Zum Zeitpunkt T2 gibt es keine weiteren Komponenten, die mehr als ein Item enthalten. Jedoch findet sich ein Markeritem<sup>420</sup>, das zusammen mit weiteren Fragen unterhalb des cutoffs den genannten *quasi-Faktor* bildet:

Dieser knapp unter der .5-Grenze liegende Faktor wurde mit „Disidentifikation“ bezeichnet, weil die Items F15 und F4<sup>421</sup> Qualitäten abbilden, die zum Phänomen Disidentifikation gehören und die anderen beiden Items damit assoziierbar sind. F17 wird in diesem Zusammenhang unter folgender Perspektive betrachtet: Gefühle wie Einsamkeit und Traurigkeit werden durch die Kompetenz der Disidentifikation als weniger belastend erlebt. F75 beschreibt ein Phänomen, mit dem nur wenige

<sup>419</sup> Vgl. Tabelle 20.

<sup>420</sup> F15.

<sup>421</sup> Siehe Tabelle 21.

Versuchspersonen Erfahrungen gemacht haben. Dies kann aufgrund von entsprechenden Kommentaren auf den Fragebögen, häufiger Wahl des Feldes „keine Angabe möglich“<sup>422</sup> und persönlichen Gesprächen postuliert werden, die zu diesem Item und seiner Bedeutung geführt wurden. Die Zugehörigkeit von F75 zu diesem Faktor wird mit der Notwendigkeit einer hohen Disidentifikationskompetenz begründet, um die erfragten Wahrnehmungen differenziert einordnen zu können. Vor dem Hintergrund der geringen Reliabilität von  $\alpha=.139$  muss die Skala jedoch verworfen werden.

Aufgrund der besonderen Bedeutung im Kontext der achtsamkeitsorientierten Psychotherapie wurden mit der gebildeten Skala „Disidentifikation“ Veränderungsmessungen durchgeführt, die in Kapitel 5.3.7 vorgestellt werden.

<b>OPI Gesamtstichprobe T2, Markeritem</b>		
<b>Itemnummer</b>	<b>Text</b>	<b>Ladung</b>
F64_T2	Mit Stress und Belastung komme ich gut zurecht.	0,379
F54_T2	Ich gestehe es mir selten zu, aus der Fassung zu geraten oder frustriert zu sein.	-0,311

**Tabelle 22:** Markeritem des OPI „*Regenerationskompetenz*“.

Das Markeritem F64 und die zugeordnete Frage F54<sup>423</sup> liegen beide unterhalb der festgelegten cutoff-Grenze und werden daher nur unter dieser Voraussetzung betrachtet. Die Bezeichnung „Regenerationskompetenz“ wurde für diesen quasi-Faktor gewählt, weil F64 für das Produkt einer gelungenen Regenerationskompetenz und F54 für eine Form der Selbstkontrolle steht, die zu Angespanntheit und schlechter Regulation führt und hier entsprechend mit negativem Vorzeichen zugeordnet wird.

Das Item F54 wird zum Zeitpunkt T3 aufgrund zu geringer Differenziertheit zwischen den Komponenten eliminiert und Item F64 findet sich in derselben Faktorenanalyse im Faktor „Lebensbejahung/ Identität“ wieder. Darüber hinaus konnte aus diesem

<sup>422</sup> Siehe Anhang S. 411-414.

<sup>423</sup> Siehe Tabelle 22.

Markeritem kein weiterer Informationsgewinn generiert werden, weshalb die gebildete Skala nicht weiter berücksichtigt wird.

### **Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe**

Es liegt nahe, dass die befragten Personen zum Zeitpunkt T3, also dem dritten und letzten Mal, an dem sie das OPI beantwortet haben, am besten vertraut mit den gestellten Fragen waren und mehr Verständnis für das Instrument entwickeln konnten. Sie haben zwischen den Zeitpunkten T1 und T3 eine Entwicklung durchlaufen und dadurch kognitive und emotionale Strukturen ausgebildet, die ihr Antwortverhalten dahingehend verändert hat, dass hier der höchste KMO-Wert und die beste Interpretierbarkeit der gebildeten Skalen zu finden sind. Folgerichtig liegen auch die Werte der Reliabilitätskoeffizienten der Faktoren zum Zeitpunkt T3 am höchsten.

Es waren sieben Rechendurchgänge nötig, um alle Items zu identifizieren, die in hohem Maße auf mehrere Faktoren laden. Tabelle 23 zeigt die eliminierten Items der einzelnen Rechendurchgänge. Bei der vorgestellten Lösung liegt der KMO-Wert mit .829 im sehr guten Bereich. Es bleiben 69 von 89 Items erhalten, von denen 46 über dem cutoff von .5 liegen. Die 69 erhaltenen Items verteilen sich auf sieben Faktoren<sup>424</sup>, die aufgrund ihrer Interpretierbarkeit, ihrem Eigenwert  $>2$  und ihren akzeptablen Reliabilitätskoeffizienten gewählt wurden, nachdem das Kriterium der Eigenwerte  $>1$  eine faktorielle Struktur mit 20 Komponenten ergeben hatte, die weder reliabel war noch eine semantisch sinnvolle Interpretation zuließ.

Der Generalfaktor zum Zeitpunkt T3 enthält 21 Items über dem cutoff, die einer weiteren internen Faktorenanalyse unterzogen wurden, um den Informationsgehalt des Generalfaktors auszuschöpfen. Daraus ergeben sich drei Komponenten, die nachstehend als eigenständige Faktoren behandelt werden.

---

<sup>424</sup> Siehe Tabelle 24.

Die Bezeichnung der Faktoren erfolgt im Folgenden *zweiseitig*: Sie enthält wie bei T1 und T2 eine allgemeinspsychologische und nun auch eine PS-spezifische Beschreibung. Die Faktorenanalyse zum Zeitpunkt T3 ist besonders bedeutsam, weil die hier gebildeten Skalen für die Varianzanalysen herangezogen wurden, die ab Kapitel 5.3.7 vorgestellt werden.

Durchlauf	Selegierte Items	N
1	74, 18, 77, 85, 48, 20, 15, 66	8
2	79, 88, 53	3
3	26, 65, 35	3
4	22	1
5	4	1
6	78, 8, 6	3
7	41	1
		$\Sigma$ 20

**Tabelle 23:** Rechendurchgänge der Faktorenanalyse des OPI zu T3 mit den eliminierten Items.

	Faktor						
	1	2	3	4	5	6	7
<b>Anzahl der Items</b>	23	5	5	4	4	2	2

**Tabelle 24:** Itemverteilung auf die Faktoren T3.

Der Verlauf der Eigenwertkurve im Screeplot<sup>425</sup> zeigt die hohe Wertigkeit des Generalfaktors (Eigenwert=14,94). Die Kurve fällt zum zweiten Faktor steil ab (Eigenwert=3,54). Die Bedeutung des Generalfaktors wird durch einen 4,2mal höheren Wert gegenüber dem nächsten Faktor deutlich.

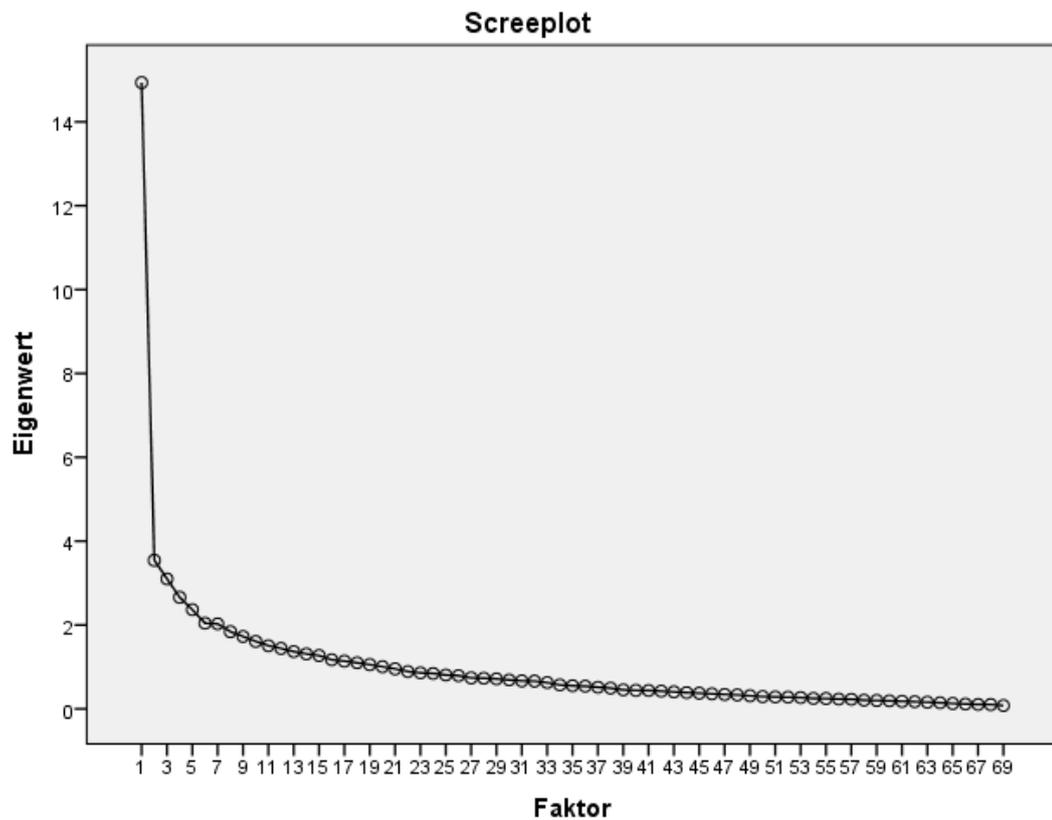


Abbildung 27: Screeplot zur Faktorenanalyse zu T3 des OPI.

<sup>425</sup> Siehe Abbildung 27.

a. **Faktor T3 „Selbst“ mit den drei Komponenten „Lebensbejahung/ Identität“, „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ und „emotionale Stabilität“**

<b>OPI Gesamtstichprobe T3, 1. Faktor</b>		
<b>Itemnummer</b>	<b>Text</b>	<b>Ladung</b>
F68_T3	Ich genieße das Leben in vollen Zügen.	0,809
F67_T3	Ich kann ganz auf mich selbst vertrauen.	0,757
F89_T3	Ich fühle mich wohl.	0,742
F76_T3	Ich habe ein erfülltes Leben.	0,739
F57_T3	Ich stecke in einer Sinnkrise.	-0,738
F23_T3	Ich habe so viele Fehler, dass ich mich selbst nicht mag.	-0,720
F5_T3	Ich habe oft ein Gefühl großer Vitalität.	0,719
F45_T3	Ich bin mir meistens sicher, dass alles gut laufen wird, sogar in Situationen, die andere beunruhigend finden.	0,692
F64_T3	Mit Stress und Belastung komme ich gut zurecht.	0,684
F87_T3	Ich bin mir sicher in dem, was ich will.	0,682
F63_T3	Ich fühle mich unabhängig von anderen.	0,679
F9_T3	Manchmal bin ich mir unsicher, wer ich wirklich bin.	-0,659
F71_T3	Ich liebe mich selbst.	0,657
F38_T3	Ich fühle mich anderen oft unterlegen.	-0,656
F80_T3	Ich kann gut mit mir umgehen.	0,651
F47_T3	Ich fühle mich selten frei genug, um das zu wählen, was ich tun will.	-0,634
F60_T3	Ich bin leicht aus der Ruhe zu bringen.	-0,622
F31_T3	Regelmäßig gönne ich mir etwas Besonderes.	0,582
F52_T3	Andere Menschen haben zu viel Kontrolle über mich.	-0,569
F13_T3	Ich habe guten Zugang zu meinen Gefühlen.	0,567
F62_T3	Meine Stimmungen schwanken sehr.	-0,549
F16_T3	Zur Ruhe kommen und mich zu entspannen, fällt mir schwer.	-0,544
F43_T3	Ich schlucke meinen Ärger oft runter.	-0,535

**Tabelle 25:** Gesamter Generalfaktor „Selbst“ des OPI zu T3.

Die Items des gesamten Generalfaktors werden in Tabelle 25 gezeigt, damit er mit seinen Entsprechungen zu den Zeitpunkten T1 und T2 verglichen werden kann. Die Konsistenz dieses Faktors ist mit einem Wert von  $\alpha=,947$  sehr hoch. Die Gemeinsamkeit der 21 Items besteht in einer mit Liebe verknüpften Ichhaftigkeit, die sich mit dem PS-spezifischen Ich-Begriff deckt<sup>426</sup>. Die Bezeichnung „Selbst“ umschließt die enthaltenen Elemente von Selbstliebe, Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit ebenso wie die emotionalen und handlungsorientierten Aspekte

<sup>426</sup> Vgl. Kapitel 3.4.

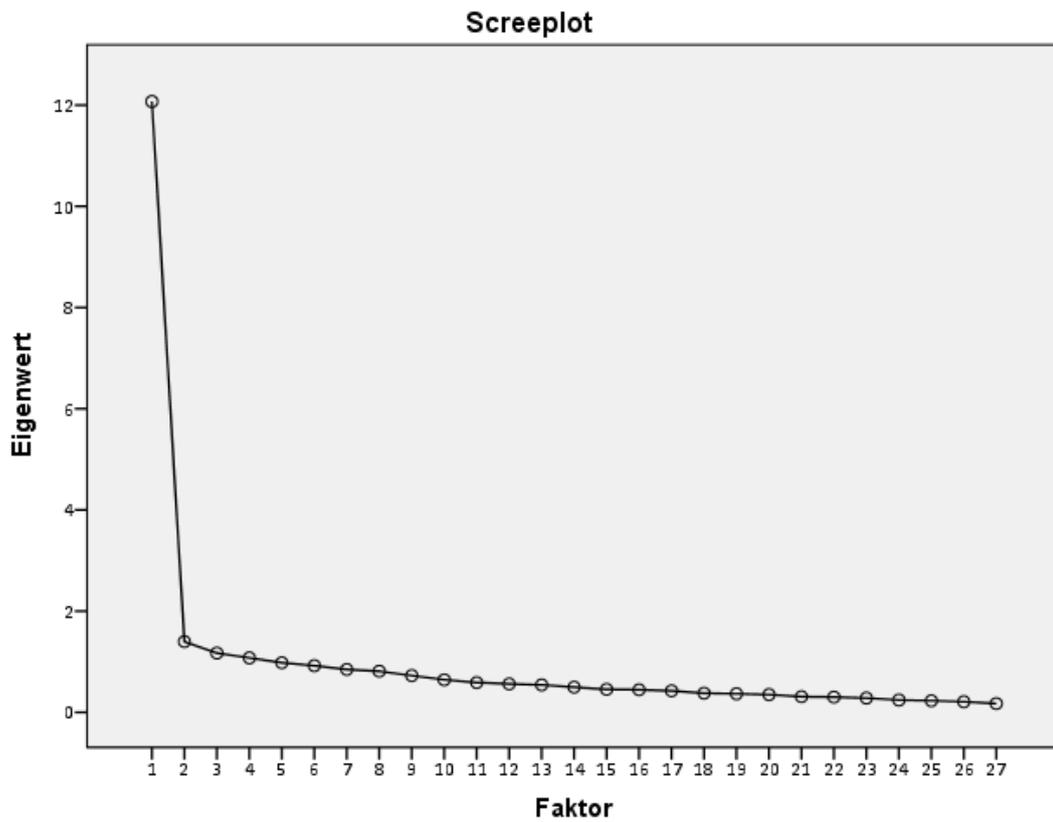
dieser Skala. Ferner spiegelt sie die Einstellung von Zufriedenheit und Zuversicht wider.

In einem zweiten Analyseschritt wurde der Generalfaktor intern einer Faktorenanalyse unterzogen. Diese Vorgehensweise lässt sich damit begründen, eine Differenzierung über seine interne Struktur zu erhalten. Die Gesamtheit der 21 Items lässt vermuten, dass sich unterscheidbare Konstrukte auffinden lassen. Die durchgeführte Operation erbrachte die folgenden Kennwerte: Der KMO-Wert liegt mit .946 sehr hoch und der Bartlett-Test wurde erneut signifikant. Nach einem Rechendurchgang konnte ein Item<sup>427</sup> eliminiert werden, das unter der gewünschten Differenz von  $\Delta \geq 1.0$  zwischen den Subfaktoren liegt. Das Kriterium der Interpretierbarkeit ergab eine dreifaktorielle Struktur, in der sich die vermuteten Konstrukte zeigen lassen. Die Itemverteilung auf die drei Subfaktoren wird in Tabelle 26 gezeigt. Der Verlauf der Eigenwertkurve im Screeplot konnte nicht als Kriterium für die Anzahl der Subfaktoren herangezogen werden, weil sich dort nur ein in der Wertigkeit deutlich unterscheidbarer Faktor finden lässt<sup>428</sup>. Anhand der Eigenwertkurve wird davon ausgegangen, dass der erste Subfaktor des Generalfaktors die Inhalte repräsentiert, die im Hinblick auf das gesamte OPI zum Auftreten eines Generalfaktors in der gezeigten Wertigkeit geführt haben und somit als *Extrakt des Instruments* angesehen werden können.

---

<sup>427</sup> F69\_T3 Auch wenn ich viel getan habe, bin ich unzufrieden, weil es Wichtigeres gegeben hätte.

<sup>428</sup> Vgl. Abbildung 28.



**Abbildung 28:** Screepplot zur Faktorenanalyse des Generalfaktors zu T3 des OPI.

	Faktor		
	1	2	3
<b>Anzahl der Items</b>	14	6	4

**Tabelle 26:** Itemverteilung auf die Komponenten des Generalfaktors.

<b>OPI Gesamtstichprobe T3, 1. Komponente Generalfaktor</b>		
<b>Itemnummer</b>	<b>Text</b>	<b>Ladung</b>
F68_T3	Ich genieße das Leben in vollen Zügen.	0,743
F5_T3	Ich habe oft ein Gefühl großer Vitalität.	0,732
F76_T3	Ich habe ein erfülltes Leben.	0,725
F89_T3	Ich fühle mich wohl.	0,700
F71_T3	Ich liebe mich selbst.	0,687
F57_T3	Ich stecke in einer Sinnkrise.	-0,662
F13_T3	Ich habe guten Zugang zu meinen Gefühlen.	0,652
F87_T3	Ich bin mir sicher in dem, was ich will.	0,628
F31_T3	Regelmäßig gönne ich mir etwas Besonderes.	0,594
F45_T3	Ich bin mir meistens sicher, dass alles gut laufen wird, sogar in Situationen, die andere beunruhigend finden.	0,589
F67_T3	Ich kann ganz auf mich selbst vertrauen.	0,585
F80_T3	Ich kann gut mit mir umgehen.	0,583
F9_T3	Manchmal bin ich mir unsicher, wer ich wirklich bin.	-0,562
F64_T3	Mit Stress und Belastung komme ich gut zurecht.	0,560

**Tabelle 27:** 1a. Faktor des OPI „Lebensbejahung/ Identität“.

Die erste Komponente des Generalfaktors wurde mit „Lebensbejahung/ Identität“ bezeichnet. Weitere Assoziationen waren Resilienz und Selbstwirksamkeit. Auch der Begriff Selbstliebe kann zugeordnet werden. In Termini der PS wird dieser Subfaktor mit „Identität“ bezeichnet. Er enthält die Fülle eines gelingenden Lebens und spiegelt das positive Lebensgefühl eines Menschen wider, der sich und sein Leben wertschätzt. Zudem kann mit F64 auch der Aspekt der Belastbarkeit und mit F13 ein Item, das für emotionale Kompetenz steht, diesem Subfaktor zugeordnet werden. Der Reliabilitätskoeffizient von  $\alpha=0.927$  belegt die Konsistenz dieser Skala. Vor dem Hintergrund der oben geführten Argumentation bezüglich der Bedeutung dieser Subskala sind die Konstrukte Lebensbejahung und Identität die wichtigsten Inhalte des OPIs.

OPI Gesamtstichprobe T3, 2. Komponente Generalfaktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F23_T3	Ich habe so viele Fehler, dass ich mich selbst nicht mag.	0,753
F49_T3	Ich habe viele schlechte Gewohnheiten, die ich gern ablegen würde.	0,735
F47_T3	Ich fühle mich selten frei genug, um das zu wählen, was ich tun will.	0,699
F38_T3	Ich fühle mich anderen oft unterlegen.	0,669
F25_T3	Die Umstände zwingen mich oft dazu, Dinge gegen meinen eigenen Willen zu tun.	0,642
F52_T3	Andere Menschen haben zu viel Kontrolle über mich.	0,630

**Tabelle 28:** 1b. Faktor des OPI „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“.

Der zweite Subfaktor wurde mit „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ bezeichnet. Durch einen Wert von  $\alpha=.840$  wird die Reliabilität dieser Skala belegt. Sie enthält neben den Markeritems zur Fremdbestimmung<sup>429</sup> auch Elemente des „sich selbst Verurteilens“, was für eine Besetzung des psychischen Systems durch introjezierte Bewertungskriterien spricht, die die Handlungskontrolle lenken. In der Sprache der PS wird dieser Zustand „Identifikation mit Introjekten“ genannt<sup>430</sup>. Dem Konzept der Introjektion liegt die Annahme zugrunde, dass die eigene innere Be- und Verurteilung durch verinnerlichte Außenautoritäten bzw. deren Urteile zustande kommt. Ohne diese von außen introjezierte Orientierung ist mehr Akzeptanz für die eigene Person zu erwarten. Diese Subskala impliziert die Ablehnung bzw. Unfähigkeit zu dieser Art von Selbstakzeptanz aufgrund eines (introjezierten) Wertesystems, das schwierige Persönlichkeitsanteile ablehnt.

OPI Gesamtstichprobe T3, 3. Komponente Generalfaktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F60_T3	Ich bin leicht aus der Ruhe zu bringen.	0,804
F16_T3	Zur Ruhe kommen und mich zu entspannen, fällt mir schwer.	0,755
F62_T3	Meine Stimmungen schwanken sehr.	0,689
F43_T3	Ich schlucke meinen Ärger oft runter.	0,521

**Tabelle 29:** 1c. Faktor des OPI „emotionale Instabilität“.

<sup>429</sup> F47, F25, F52.

<sup>430</sup> Vgl. Kapitel 3.1.3.

Die dritte Komponente des Generalfaktors wurde mit „emotionale Instabilität“ benannt. Die Bezeichnung speist sich aus den Aspekten „fehlende Regeneration (F16)“ und dem namensgebenden Bestandteil. Hier ist auch fehlende Disidentifikationskompetenz und die Tendenz zum Unterdrücken von Emotionen enthalten. Die Bezeichnung „emotionale Instabilität“ deckt gleichermaßen allgemeinspsychologische und PS-spezifische Perspektiven ab, sodass hier von einer zweifachen Benennung abgesehen wurde. Der Reliabilitätskoeffizient von  $\alpha=.745$  liegt im Vergleich zu den anderen Subfaktoren des Generalfaktors am niedrigsten, bleibt jedoch im akzeptablen Bereich von  $>.7$ .

Abbildung 29 zeigt die Beziehungen des Generalfaktors zu seinen Subfaktoren bzw. den enthaltenen Elementen. Aufgrund der Aufschlüsselung des Konstruktes „mit Liebe verknüpfte Ichhaftigkeit“, die mit „Selbst“ und den zugehörigen Qualitäten assoziiert wird, kann eine semantische Korrelation hergestellt werden, die in Kapitel 5.3.6 auch mathematisch gezeigt wird. Die anderen unbeschrifteten Kreise der Abbildung 29 symbolisieren die weiteren assoziierten Inhalte des Generalfaktors auf Itemebene, die den Tabellen 27 und 29 entnommen werden können.



**Abbildung 29:** Generalfaktor mit seinen Subfaktoren.

**b. Faktor T3 „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“**

OPI Gesamtstichprobe T3, 2. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F83_T3	Ich fühle mich vom Leben benachteiligt, weil es mir die Erfüllung meiner Wünsche vorenthalten hat.	0,798
F84_T3	Es fällt mir schwer, meine Gefühle zu beschreiben.	0,786
F50_T3	Ich bevorzuge es, zu Hause zu bleiben statt zu verreisen oder neue Dinge zu erforschen.	0,758
F82_T3	Wenn es mir schlecht geht, berichte ich lieber nicht davon, denn ich könnte andere belästigen.	0,697
F72_T3	Kreativität und Phantasie spielen in meinem Leben keine große Rolle.	0,695
F17_T3	Ich fühle mich selten einsam und traurig.	-0,507

**Tabelle 30:** 2. Faktor des OPI „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“.

Der zweite Faktor des OPIs steht für die Zurückhaltung des eigenen Potentials und wurde mit „Ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“ bezeichnet. Das mathematische Modell und die Einhaltung des cutoffs haben dieser Skala sechs Items zugeordnet, die mit einem Wert von  $\alpha=.821$  eine konsistente Skala bilden.

Besonders fällt in diesem Faktor Item F84 auf, weil es abbildet, dass Emotionen wahrgenommen, jedoch nicht expliziert werden können. Ähnlich wie Item F82 beschreibt es Menschen, denen ihr Selbstwert zu gering erscheint, um ihre Befindlichkeiten anderen zuzumuten. Auffällig ist hier auch die Zuordnung von Kreativität und Phantasie im negativen Sinne, weil es sich um einen insgesamt negativ konnotierten Faktor handelt. Menschen mit hoher Ausprägung auf dieser Skala fehlt buchstäblich die „Buntheit“ in ihrem Leben. „Ungelebtes Leben“ bzw. „fehlender Ausdruck“ beschreiben ein depressives Lebensgefühl. Kapitel 5.3.6 wird zeigen, dass dieser Faktor entsprechend die höchste Korrelation mit der Skala „Depressivität“ aus der SCL-90-R aufweist. Nach Reinhardt gibt es eine Polarität mit den Polbezeichnungen „Eindruck“ und „Ausdruck“. Die große Menge an Eindrücken, der ein moderner Mensch ausgesetzt ist, führt zur Notwendigkeit eines entsprechenden Maßes an Ausdruck<sup>431</sup>. Diese Kompetenz lässt sich mit der behandelten Skala abbilden. Reinhardt postuliert weiter, dass ein Zusammenhang zwischen „fehlendem

<sup>431</sup> Vgl. Kapitel 3.11.3.

Ausdruck“ und unterdrückter Aggression besteht. Diese These lässt sich durch die OPI-internen Korrelationen zwischen den Faktoren „Ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“ und „Gespanntheit/ angestaute Aggression“ belegen<sup>432</sup>.

**c. Faktor T3 „Gespanntheit/ angestaute Aggression“**

OPI Gesamtstichprobe T3, 3. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F37_T3	Ich bekomme häufiger Streit mit meiner Familie oder meinen Kollegen.	0,512
F56_T3	Ich fühle mich wie ein Pulverfass kurz vor der Explosion.	0,651
F40_T3	Ich ärgere mich oft darüber, wie andere mich behandeln.	0,663

**Tabelle 31:** 3. Faktor des OPI „*Gespanntheit/ angestaute Aggression*“.

Die Items des dritten Faktors stehen für unterdrückte bzw. unkanalisierte Aggressionen, die zu innerer Anspannung führen und sich in Streitigkeiten entladen. Unkanalisiert meint hier, dass eine Aggression gegenüber einer Person oder einem Umstand wahrgenommen, jedoch nicht angemessen ausgedrückt oder kommuniziert wird. Der Faktor wurde mit „Gespanntheit“ bezeichnet, weil dieser Begriff eine Handlungstendenz impliziert, die sich im Item F37 widerspiegelt. Aus der PS-Perspektive wurde die Begrifflichkeit „angestaute Aggression“ gewählt, die das gleiche Phänomen beschreibt. Die Konsistenz dieser Skala wird durch einen Wert von  $\alpha=.747$  belegt. Das Item F40 verknüpft diesen Faktor durch seinen Charakter der außen wahrgenommenen Aggressivität mit dem Phänomen der schattenhaften Projektion<sup>433</sup>. Dieses Konzept postuliert eine Tendenz zur verstärkten Außenwahrnehmung von Qualitäten, die im eigenen System abgelehnt oder unterdrückt werden. Die PS-Bezeichnung „angestaute Aggression“ fokussiert die Möglichkeit zur Bewältigung dieses Merkmals bzw. angemessenem Ausdruck. In Kapitel 5.3.6 wird dieser Skala unter anderem ein starker Zusammenhang zum Faktor „Aggressivität“ aus der SCL-90-R nachgewiesen.

<sup>432</sup> Vgl. Kapitel 5.3.6.

<sup>433</sup> Vgl. Kapitel 3.1.1 und 3.1.2.

**d. Faktor T3 „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“**

OPI Gesamtstichprobe T3, 4. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F73_T3	Ich arbeite ständig daran, mich zu verändern und zu entwickeln.	0,742
F86_T3	Leben bedeutet für mich ständige Weiterentwicklung.	0,701
F33_T3	Es ist mir wichtig, mich und mein Verhalten zu ergründen.	0,691

**Tabelle 32:** 4. Faktor des OPI „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“.

Der vierte Faktor wurde mit „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“ bezeichnet und weist einen Reliabilitätskoeffizienten von  $\alpha=.748$  auf. Er setzt sich aus Items zusammen, die in der akademischen Psychologie mit den Begriffen „Persönlichkeitsentwicklung“ oder „Selbsterfahrung“ assoziiert werden. Sie verweisen auf den Wunsch nach Entwicklung und Selbstreflexion. Die PS nach dem Kölner Modell benennt dieses Phänomen mit „fortschreitendem Erwachen“ und beschreibt es analog zu Assagioli als natürliches Bedürfnis des Menschen<sup>434</sup>. Die drei Items decken dabei sowohl die kognitive<sup>435</sup> als auch die aktive, handlungsorientierte Herangehensweise<sup>436</sup> ab. F86 spiegelt die Einstellung wider, die diesen Aspekten zugrunde liegt.

**e. Faktor T3 „transpersonales Vertrauen/ inneres Wissen“**

OPI Gesamtstichprobe T3, 5. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F58_T3	Es gibt Dinge, die ich als heilig bezeichnen würde.	0,676
F19_T3	Religiöse Praktiken (z.B. Beten, Mantras Singen, geistige Lieder singen, Meditieren) helfen mir in schwierigen Situationen.	0,644
F34_T3	Ich bezeichne mich als religiös, auch wenn ich keiner Glaubensgemeinschaft angehöre.	0,608
F61_T3	Manchmal habe ich den Eindruck, dass ich in meinem Leben aus einer höheren Einsicht heraus geführt werde.	0,593

**Tabelle 33:** 5. Faktor des OPI „transpersonales Vertrauen/ inneres Wissen“.

<sup>434</sup> Vgl. Kapitel 3.3 und Reinhardt 2010a.

<sup>435</sup> F33.

<sup>436</sup> F73.

Alle Items des fünften Faktors des OPIs stammen wiederum aus dem Fragebogen von Belschner<sup>437</sup>, der namensgebend für diesen Faktor „transpersonales Vertrauen“ war. Seine PS-geleitete Bezeichnung lautet „inneres Wissen“. Kurz unter der cutoff-Grenze von .5 liegt das Item F70<sup>438</sup>, das für die Bedeutung dieses Faktors wichtig ist. Mit einem Wert von  $\alpha=.774$  weist die Skala eine Reliabilität im akzeptablen Bereich auf.

Transpersonales Vertrauen kann auch als spirituelles Urvertrauen beschrieben werden, das mit den Items F58 und F61 abgebildet wird. Menschen, die eine Erfahrung von dieser Art des eingebunden Seins gemacht haben oder ein Bedürfnis danach verspüren, entwickeln Verhaltensweisen, um diese Qualität in ihrem Leben weiter zu festigen, wie beispielsweise eine Achtsamkeitspraxis. Diese Annahme wird durch die Zugehörigkeit des Items F19 gestützt.

**f. Faktor T3 „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“**

OPI Gesamtstichprobe T3, 6. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F7_T3	Wenn man Entscheidungen trifft, sollten Gefühle dabei keine Rolle spielen.	0,582
F10_T3	In einer guten Beziehung ist alles besprochen und klar geregelt.	0,509

**Tabelle 34:** 6. Faktor des OPI „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“.

Der sechste Faktor steht erneut für die Überbewertung von Rationalität und die daraus resultierende (emotionale) „Nüchternheit“, die aus einer PS-Perspektive als „Selbstdistanziertheit“ bezeichnet wurde. Mit einem Wert von  $\alpha=.445$  wird diese Skala als inkonsistent eingestuft und muss im Hinblick auf die Validierung des OPIs an der vorliegenden Stichprobe verworfen werden. Aufgrund seines Informationsgehalts für die behandelten Fragestellungen wird der Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“ dennoch weiterhin berücksichtigt. Alle weiteren Rechenoperationen und Aussagen im Zusammenhang mit diesem Faktor müssen vor diesem Hintergrund betrachtet werden.

<sup>437</sup> Skala „transpersonales Vertrauen“, Belschner 2002.

<sup>438</sup> „Ich fühle mich der Natur sehr verbunden“ (0,442).

Die bewusste Abkehr bzw. Unterdrückung von Emotionalität und den sogenannten „Bauchentscheidungen“ zugunsten rationaler Abwägungen wird als Einstellung oder Meinung eingestuft, weil die zwei bildenden Items im Gegensatz zu der Mehrzahl aller anderen keinen Ich-Bezug aufweisen. Personen, die sich bewusst dazu entschlossen haben, in Entscheidungen und Beziehungsangelegenheiten nach rationalen Gesichtspunkten zu handeln, erzielen auf dieser Skala hohe Werte. Neben einer bewussten Entscheidung zur rationalen Herangehensweise kann diese auch unbewusst entstehen, wenn z.B. emotionale Distanziertheit zu den frühen Bewältigungsstrategien einer Person gehört. Die Korrelation mit dem Faktor „Fremdbestimmung/Introjektidentifiziert“<sup>439</sup> legt die Vermutung nahe, dass eine Neigung zur Nüchternheit auch introjektiv bedingt sein kann. Die PS-Bezeichnung „Selbstdistanziertheit“ unterstreicht die Verknüpfung zur Fremdbestimmtheit bzw. der Identifikation mit Introjekten.

**g. Faktor T3 „Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum“**

OPI Gesamtstichprobe T3, 7. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F29_T3	Meine Partnerschaft/ Ehe ist gut.	0,742
F3_T3	Meine PartnerIn und ich entwickeln uns und wachsen miteinander.	0,712

**Tabelle 35:** 7. Faktor des OPI „Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum“.

Der siebte und letzte Faktor des OPIs wurde mit „Partnerschaft“ bezeichnet, weil er jene zwei Items versammelt, die sich auf den partnerschaftlichen Lebensaspekt beziehen. Wie oben erwähnt, bleibt er konstant über alle drei Messzeitpunkte in identischer Form erhalten<sup>440</sup>. Seine Konsistenz und Reliabilität kann durch einen Wert von  $\alpha=.870$  belegt werden.

Eine gelingende Partnerschaft ist nach Reinhardt ein wichtiger Indikator für psychische Gesundheit<sup>441</sup>. Übereinstimmend wird Partnerschaft als wesentlicher

<sup>439</sup> Siehe Kapitel 5.3.6.

<sup>440</sup> Siehe Abschnitt „Faktorenanalyse zu T1 der Gesamtstichprobe“ und Abschnitt „Faktorenanalyse zu T2 der Gesamtstichprobe“ in diesem Kapitel.

<sup>441</sup> Vgl. Kapitel 3.11.3.

Aspekt eines unterstützenden sozialen Netzwerks in zahlreichen Werken als Resilienzfaktor gegenüber psychischen Erkrankungen genannt<sup>442</sup>. Die PS-Bezeichnung „evolutionäres Wachstum“ fokussiert in einer Partnerschaft die Dimension des *aneinander Wachsens* und im weiteren Sinne das Wirken der Liebe als evolutionäre Kraft im Sinne zunehmender Komplexität<sup>443</sup>.

### 5.3.3 Querschnittliche Entwicklung der Faktoren des OPI

In diesem Abschnitt wird auf die oben bereits erwähnte emotionale und kognitive Entwicklung/ Entwicklung des Bewusstseins der an der Studie beteiligten Menschen eingegangen, die anhand der faktoriellen Struktur der verschiedenen Messzeitpunkte belegt werden kann.

Zu jedem der drei Erhebungszeitpunkte (T1-T3) wurde den Probanden ein Angebot von Erhebungsinstrumenten - unter anderem bestehend aus dem OPI mit 89 Items - vorgelegt. Durch die quer- und längsschnittliche Perspektive auf die erhobenen Daten können sowohl die zum jeweiligen Messzeitpunkt abbildbaren emotional-kognitiven Strukturen als auch die Ausprägungsveränderungen der verschiedenen Merkmale gezeigt werden. Das heißt: Im Querschnitt lässt sich der aktuelle Entwicklungsstand der befragten Personen bezüglich der erfragten Inhalte zum jeweiligen Messzeitpunkt (T1, T2 oder T3) zeigen und im Längsschnitt wird einer dieser Inhalte (in Form eines Faktors, wie z.B. Faktor 1a „Lebensbejahung/ Identität“) herausgegriffen und seine Entwicklung über die Zeit (T1 – T3) analysiert.

Die Abfolge der vorgestellten Faktoren entspricht ihrer ermittelten Ordnungsstruktur zum Zeitpunkt T3.

---

<sup>442</sup> Vgl. z.B. Bodenmann 2013 oder Borst 2013.

<sup>443</sup> Reinhardt, während der Seminare.

## Der Generalfaktor

Zu Beginn dieses Kapitels werden die Veränderungen des Generalfaktors erläutert. Sie beinhalten die wichtigste Erkenntnis dieser Studie und bieten *eine* der möglichen Antworten auf die Frage nach der *differentia specifica* der PS.

In diesem Faktor sind zu allen drei Erhebungen sieben gleiche Items enthalten, wenn die cutoff-Grenze auf .4 gesetzt wird. Ihre Vorzeichen (+/-) und Ladungen zu den verschiedenen Zeitpunkten (T1-T3) stehen für die Entwicklung der befragten Personen, die sich während und durch die Seminare ereignet hat<sup>444</sup>.

Item-nummer	Item	Ladung T1	Ladung T2	Ladung T3
F57	Ich stecke in einer Sinnkrise.	.638	.578	-.738
F23	Ich habe so viele Fehler, dass ich mich selbst nicht mag.	.706	.567	-.720
F9	Manchmal bin ich mir unsicher, wer ich wirklich bin.	.602	.560	-.659
F47	Ich fühle mich selten frei genug, um das zu wählen, was ich tun will.	.565	.530	-.634
F76	Ich habe ein erfülltes Leben.	-.613	-.400	.739
F67	Ich kann ganz auf mich selbst vertrauen.	-.657	-.422	.757
F89	Ich fühle mich wohl.	-.760	-.413	.742

**Tabelle 36:** Gemeinsame Items des Generalfaktors des OPIs T1-T3.

Zum Zeitpunkt T1 bildet der Generalfaktor ein negatives Selbst- bzw. Weltbild und Fremdbestimmung ab<sup>445</sup>. Die hohe Wertigkeit gegenüber den anderen Faktoren<sup>446</sup> des OPIs macht deutlich, dass zur gegenwärtigen Lebenssituation der Teilnehmer zum Zeitpunkt T1 genau jene Aspekte des OPIs als zentral eingestuft wurden, die auf eine negative Wirklichkeitskonstruktion hinweisen. Die „Normalität“ der befragten Personen – so lässt sich der erste Faktor interpretieren – wird mit Annahmen konstruiert, die eine negative, belastende Konnotation aufweisen. Das Faktum, dass diese Aussagen als erster (General-) Faktor ausgewiesen wurden, lässt den Schluss zu, dass diese Inhalte und Bedeutungen emotional und kognitiv bei der

<sup>444</sup> Siehe Tabelle 36.

<sup>445</sup> Siehe Tabelle 5.

<sup>446</sup> 19,3 % gegenüber 5,2% der Gesamtvarianz.

Wirklichkeitskonstruktion der befragten Personen im Vordergrund stehen. Weitere Implikationen dieser Feststellung werden in der Diskussion dargestellt<sup>447</sup>. Einige Items, die positiv formuliert worden waren, wie etwa F89: „Ich fühle mich wohl“ finden sich im Generalfaktor zum Zeitpunkt T1 mit negativem Vorzeichen wieder. Dies ist auch zu T2, also direkt nach den Seminaren noch der Fall. Die auffindbaren Veränderungen des Generalfaktors von T1 zu T2 zeigen zunächst einen Faktor, der primär eine „negative Selbstperspektive“ spiegelt. Zum Zeitpunkt T2 verlagert sich der zentrale Aspekt auf „Fremdbestimmung“<sup>448</sup>, also nach außen. Alle Items, die zu T1 eine Wertigkeit  $>.6$  haben, beziehen sich auf das negative Selbstkonzept, das heißt: Die Ursachen für die negative Wirklichkeitskonstruktion liegen innerhalb der Person. Es wird eine interne Attribuierung vorgenommen. Zu T2 beziehen sich alle Items  $>.6$ , bis auf eines, auf äußere Einflüsse, die mit Fremdbestimmung bzw. den daraus resultierenden Gefühlen assoziiert werden<sup>449</sup>. Hier werden vor allem die Umstände als Ursache für die belastende Wirklichkeit herangezogen – es wird eine externe Attribuierung vorgenommen. Diese Entwicklung wird als Zwischenschritt zu den querschnittlichen Ergebnissen der Faktorenanalyse zum Zeitpunkt T3 interpretiert, die den Generalfaktor als lebensbejahende Komponente ausweisen. Die hohe Wertigkeit im Vergleich zu den folgenden Faktoren steigt dabei weiter an<sup>450</sup>: Zu T3 kann der Generalfaktor 21,7% der Gesamtvarianz aufklären gegenüber dem nächsten Faktor mit 5,1%. Sämtliche Ressourcenitems finden sich jetzt mit positivem Vorzeichen wieder<sup>451</sup>. Das Item F68\_T3: „Ich genieße das Leben in vollen Zügen“ erreicht dabei die höchste Wertigkeit. Alle Items, die in diesem Faktor einen Wert  $>.7$  haben, beziehen sich auf ein „positives Selbstkonzept“<sup>452</sup>. Gleichzeitig werden sechs Items zugeordnet, die eine „gelingende Emotionsregulation“ abbilden<sup>453</sup> und weitere Items, wie z.B. F52\_T3 und

---

<sup>447</sup> Siehe Kapitel 6

<sup>448</sup> Siehe Tabelle 14.

<sup>449</sup> Z.B. F56\_T2 Ich fühle mich wie ein Pulverfass kurz vor der Explosion.

<sup>450</sup> Siehe Abbildung 27.

<sup>451</sup> Vgl. Tabelle 25.

<sup>452</sup> Siehe ebd..

<sup>453</sup> F43\_T3 „Ich schlucke meinen Ärger oft runter“ (-0,535), F16\_T3 „Zur Ruhe kommen und mich zu entspannen, fällt mir schwer“ (-0,544), F62\_T3 „Meine Stimmungen schwanken sehr“ (-0,549),

F63\_T3<sup>454</sup>, die den Aspekt der „Selbstbestimmtheit“ als Bestandteil des Generalfaktors zu T3 ausweisen und somit die veränderte Lebenssituation der Probanden widerspiegeln. Anhand der drei vorgestellten Aspekte: „positives Selbstkonzept“, „gelingende Emotionsregulation“ und „Selbstbestimmtheit“ wird gezeigt, dass die emotional-kognitive Struktur der befragten Personen zum Zeitpunkt T3 Inhalte und Bedeutungen als Generalfaktor einstufen, die eine konstruktiv-positive Wirklichkeitskonstruktion ermöglichen.

Diese Fakten lassen den Schluss zu, dass die PS-Seminare den Probanden eine Bewusstseinsentwicklung ermöglichen, die von einer wenig förderlichen negativen Perspektive zu einer hilfreichen, positiven Wahrnehmung der Wirklichkeit führt. Die Entwicklung des Generalfaktors wird für die Beantwortung der Forschungsfragen von Bedeutung sein<sup>455</sup>.

### **Faktor „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“**

Der zweite Faktor des OPIs wurde mit „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“ bezeichnet. Er taucht zu allen Messzeitpunkten annähernd unverändert auf. Vier Items<sup>456</sup> von maximal sechs sind zu jedem Zeitpunkt konstant, sodass hier ein semantisch konsistenter Faktor vorliegt, der sich nicht wesentlich über die Zeit verändert. Daraus lässt sich der Schluss ziehen, dass die Skala „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“ zu allen Messzeitpunkten der Untersuchung ein relevantes Konstrukt für die Probanden darstellt. Es bleibt in der Dimensionalität des OPIs ebenfalls enthalten, wenn der Datensatz mit den PS-erfahreneren Personen zugrunde

---

F13\_T3 „Ich habe guten Zugang zu meinen Gefühlen“ (0,567), F60\_T3 „Ich bin leicht aus der Ruhe zu bringen“ (-0,622), F64\_T3 „Mit Stress und Belastung komme ich gut zurecht“ (0,648).

<sup>454</sup> „Andere Menschen haben zu viel Kontrolle über mich“ mit negativem Vorzeichen und „Ich fühle mich unabhängig von anderen.“

<sup>455</sup> Siehe Kapitel 5.2.1 und 6.

<sup>456</sup> F50, F72, F83, F84.

gelegt wird<sup>457</sup>. Daraus wird der Schluss gezogen, dass unabhängig vom Entwicklungsstand der befragten Personen weiterhin Entwicklungspotential besteht und auch wahrgenommen wird. Diese Analyse wird als empirischer Beleg für eine der Kernannahmen der PS angeführt: dem „fortschreitenden Erwachen“<sup>458</sup>.

<b>OPI Stichprobe der erfahrenen Teilnehmer T3, 2. Faktor</b>		
<b>Itemnummer</b>	<b>Text</b>	<b>Ladung</b>
F82_T3	Wenn es mir schlecht geht, berichte ich lieber nicht davon, denn ich könnte andere belästigen.	0,827
F84_T3	Es fällt mir schwer, meine Gefühle zu beschreiben.	0,717
F83_T3	Ich fühle mich vom Leben benachteiligt, weil es mir die Erfüllung meiner Wünsche vorenthalten hat.	0,692
F72_T3	Kreativität und Phantasie spielen in meinem Leben keine große Rolle.	0,668
F50_T3	Ich bevorzuge es, zu Hause zu bleiben statt zu verreisen oder neue Dinge zu erforschen.	0,633
F35_T3	Bei Vielem verstehe ich nicht, warum ausgerechnet ich es tun soll.	0,499

**Tabelle 37:** Faktor „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“ der erfahrenen Teilnehmer T3.

### **Faktor „Gespanntheit/ gestaute Aggression“**

Der Faktor „Gespanntheit/ gestaute Aggression“ lässt sich nur zum Zeitpunkt T3 als eigenständige Komponente ausweisen. Von den drei bildenden Items findet sich zu T1 nur eines<sup>459</sup> als Bestandteil des Generalfaktors wieder, der dort mit „negatives Selbstkonzept“ bezeichnet wurde<sup>460</sup>. Zum Zeitpunkt T2 gehören alle drei Items zum Generalfaktor und tragen inhaltlich zu seiner Bezeichnung „Gespanntheit/ Fremdbestimmung“ bei<sup>461</sup>. Diese Entwicklung zeigt die wachsende Bedeutung des behandelten Konstrukts für die Probanden im Verlauf der Untersuchung bzw. zum Zeitpunkt T2. Demnach ist die „Gespanntheit/ gestaute Aggression“ zunächst ein wenig differenzierter Bestandteil einer allgemeinen Unzufriedenheit. Diese wird dann

<sup>457</sup> Siehe Tabelle 37.

<sup>458</sup> Vgl. Kapitel 3.3 und Tabelle 209 im Anhang .

<sup>459</sup> F40\_T1 Ich ärgere mich oft darüber, wie andere mich behandeln.

<sup>460</sup> Siehe Tabelle 5.

<sup>461</sup> Siehe Tabelle 14.

klarer als Schwierigkeit wahrgenommen, bis sie schließlich als ein eigenständiges Merkmal der kognitiven Struktur der untersuchten Personen auffindbar wird.

### **Faktor „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“**

Dieser Faktor taucht ebenfalls zu allen drei Messzeitpunkten auf, wobei zwei von drei bildenden Items<sup>462</sup> konstant bleiben und sich keiner weiteren Items zuordnen lassen. Weder inhaltlich noch bezüglich der Wertigkeit lassen sich hier Veränderungen finden, die Aussagen über Annahmen der Teilnehmer zulassen.

Die zeitliche Konsistenz dieses Faktors zeigt die stabile Bedeutung des Merkmals „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“.

### **Faktor „transpersonales Vertrauen/ inneres Wissen“**

Das Merkmal „transpersonales Vertrauen“ ist zum Zeitpunkt T1 nicht auffindbar. Der zu diesem Messzeitpunkt so bezeichnete Faktor setzt sich aus zwei Items zusammen, von denen eines ab dem Zeitpunkt T2 mit (verändert) positivem Vorzeichen zum Faktor „TPV“ gehört und einem weiteren, das inhaltlich für eine ablehnende Haltung gegenüber diesem Konstrukt steht<sup>463</sup>.

Die Zeitpunkte T2 und T3 weisen einen nahezu identischen Faktor „transpersonales Vertrauen/ inneres Wissen“ auf, der sich nur durch ein Item unterscheidet, das inhaltlich keinen wesentlichen Unterschied macht<sup>464</sup>.

---

<sup>462</sup> F33 „Es ist mir wichtig, mich und mein Verhalten zu ergründen.“ und F73 „Ich arbeite ständig daran, mich zu verändern und zu entwickeln.“

<sup>463</sup> F34 „Ich bezeichne mich als religiös, auch wenn ich keiner Glaubensgemeinschaft angehöre (-0,51)“, F48 „Es macht mir Spaß, meine Feinde leiden zu sehen (0,612)“.

<sup>464</sup> Siehe Tabelle 17 und Tabelle 33.

Die Entwicklung dieses Faktors lässt den Schluss zu, dass die bildenden Inhalte zum Zeitpunkt T1 nicht zur Wirklichkeitskonstruktion der Seminarteilnehmer beitragen und sie stattdessen eine eher ablehnende Haltung diesem Konstrukt gegenüber einnehmen. Ab dem Zeitpunkt T2 jedoch wird der Faktor analog zur veränderten kognitiven Struktur der Probanden auffindbar. Dieses Faktum kann zur Klärung der Frage nach der differentia specifica der PS herangezogen werden<sup>465</sup>. Es belegt die zunehmende Wertigkeit transpersonaler Aspekte.

### **Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“**

Die zwei bildenden Items dieses Faktors<sup>466</sup> finden sich zu T1 und zu T3 in identischer Kombination wieder und tauchen zu T2 nicht auf. Zum Zeitpunkt T2 gehört das Merkmal „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“ zunächst ebenfalls in identischer Zusammensetzung zur faktoriellen Struktur, bis im vierten Rechendurchgang das Item F7 aufgrund undifferenzierter Mehrfachladung eliminiert wurde. Das heißt, dass die inhaltliche Struktur der Skala über alle Befragungen erhalten bleibt und keine Aussagen zu einer kognitiv-emotionalen Umstrukturierung getroffen werden können. Gleichwohl stellt der Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“ ein in der Versuchspersonengruppe konstant abbildbares Konstrukt dar.

### **Faktor „Partnerschaft/ Evolutionäres Wachstum“**

Der Faktor „Partnerschaft/ Evolutionäres Wachstum“ ist zu allen drei Messzeitpunkten in identischer Form auffindbar, sodass sich keine Entwicklung ableiten lässt. Daraus wird ersichtlich, dass dieses Merkmal einen stabilen Bestandteil der Wirklichkeitskonstruktion der Probanden darstellt.

---

<sup>465</sup> Siehe Kapitel 6.

<sup>466</sup> F7\_T3 Wenn man Entscheidungen trifft, sollten Gefühle dabei keine Rolle spielen, F10\_T3 In einer guten Beziehung ist alles besprochen und klar geregelt.

### **5.3.4 Itemanalyse des Tagesbogens TaBo**

Das andere, eigens für diese Studie konstruierte Instrument wurde „Tagesbogen/TaBo“ benannt. Seine inhaltliche Analyse ist Gegenstand des folgenden Kapitels.

Die Mehrzahl der Items des TaBos wurden aus dem Stundenbogen von Klaus Grawe et. al. entnommen und geringfügig den gegebenen Anforderungen angepasst<sup>467</sup>. Dieses Instrument wurde hinzugezogen, um den prozesshaften Verlauf während der Seminare abzubilden. Es wurde während der Siebentageskurse viermal und während der Fünftageskursen an drei Tagen jeweils nach Ende der Interventionen am Abend vorgelegt.

Die querschnittliche Analyse des TaBos im Hinblick auf die Veränderungen zwischen den Zeitpunkten (T1-T3/T4) wird nicht gezeigt, weil die faktorielle Struktur des Instruments wesentlich über alle Erhebungszeitpunkte erhalten bleibt. Es lässt sich dementsprechend keine relevante Bewusstseinsentwicklung der befragten Personen auffinden. Analog zum OPI wird die Faktorenanalyse zum Zeitpunkt T3 ausführlich vorgestellt, um die Skalen des TaBos zu erläutern, die für die weiter unten vorgestellten Veränderungsmessungen herangezogen wurden<sup>468</sup>.

#### **Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe**

Um die Skalen des Tagesbogens vorzustellen, wird die Lösung zu T3 gegenüber den anderen zwei Messzeitpunkten bevorzugt, weil die Stichprobeneignung hier mit  $KMO=.885$  sehr gut, die faktorielle Struktur interpretierbar ist und die meisten Items erhalten bleiben. Der Bartlett-Test wurde hier ebenfalls signifikant und der cutoff wurde auf  $.5$  zugunsten der Interpretierbarkeit festgelegt. Ein zusätzlicher Rechendurchgang war nötig, um alle Items, die undifferenziert auf mehrere Faktoren

---

<sup>467</sup> Vgl. Kapitel 5.2.4.

<sup>468</sup> Siehe Kapitel 5.3.9.

laden ( $\Delta < 1$ ), eliminieren zu können, sodass 23 von 30 Items erhalten bleiben, die die folgenden Faktoren bilden<sup>469</sup>.

Tabelle 39 zeigt die Verteilung der Items auf die sechs Faktoren, deren Eigenwerte  $> 1$  liegen<sup>470</sup>. Der Verlauf der Eigenwertkurve im Screeplot zeigt, dass auch der TaBo einen Generalfaktor aufweist, der mit einem Wert von 7,83 4,2 mal höher liegt als die zweite Komponente mit einem Wert von 1,86<sup>471</sup>.

Durchlauf	Selegierte Items	N
1	5, 26, 27, 9	4
		$\Sigma$ 4

**Tabelle 38:** Rechendurchgänge der Faktorenanalyse des TaBo zu T3 mit den eliminierten Items.

	Faktoren					
	1	2	3	4	5	6
Anzahl der Items	9	3	3	3	3	2

**Tabelle 39:** Itemverteilung auf die Faktoren T3.

---

<sup>469</sup> Siehe Tabelle 38.

<sup>470</sup> Vgl. Abbildung 30

<sup>471</sup> Siehe ebd..

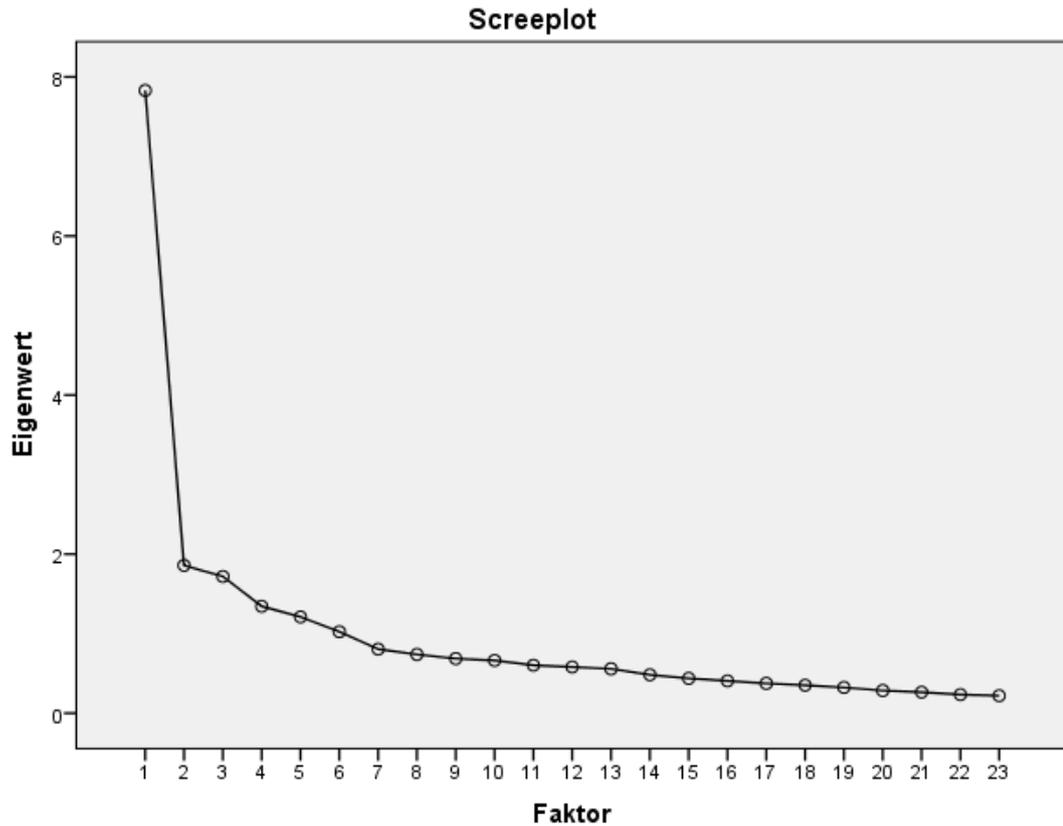


Abbildung 30: Screplot zur Faktorenanalyse zu T3 des TaBo.

a. **Faktor T3 „Potential/ Leibpräsenz“**

TaBo Gesamtstichprobe T3, 1. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F14_T3	... sind wir dem Kern der Aufgaben in meinem Leben näher gekommen.	0,759
F2_T3	... lernte ich meiner inneren Stimme mehr zu folgen.	0,756
F1_T3	... habe ich das Gefühl, dass ich mich selbst besser verstehe.	0,750
F19_T3	... ist mir klarer geworden, was ich wirklich will.	0,726
F12_T3	... sind mir neue Qualitäten in meiner Wahrnehmung aufgefallen.	0,721
F4_T3	... fiel es mir leichter, die Botschaften meines Körpers wahrzunehmen.	0,713
F11_T3	... unterstützte der Kurs die Entwicklung meines Potentials.	0,611
F18_T3	... spüre ich mich weiter.	0,565
F6_T3	... fühlte ich mich am Ende des Tagesprogramms erfrischt und voller Energie.	0,538

Tabelle 40: 1. Faktor des TaBo „Potential/ Leibpräsenz“.

Der erste Faktor des TaBos wurde mit „Potential/ Leibpräsenz“ zweifach bezeichnet, weil sich hier zwei Aspekte vereinigen, die vom mathematischen Modell als zusammengehörig ausgewiesen wurden<sup>472</sup>. Es handelt sich einerseits um eine Körperorientierung, die vor allem energetische Signale auffasst<sup>473</sup>, und andererseits um Zielorientierung im Sinne der individuellen Potentialentfaltung<sup>474</sup>. Das Zusammenfinden dieser Teilaspekte in einen Faktor zeigt deren Zusammengehörigkeit und unterstützt die Identitäts-Vitalitäts-Hypothese nach Reinhardt<sup>475</sup>.

#### b. Faktor T3 „Widerstand“

TaBo Gesamtstichprobe T3, 2. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F7_T3	... ist mir deutlich geworden, dass es mich enorm belastet, in dieser Form von Kurs mitzuarbeiten.	0,785
F15_T3	... störte mich, dass ich nicht weiß, was im Kurs mit mir gemacht wird.	0,690
F21_T3	... glaube ich, dass andere Methoden der Förderung meiner Entwicklung für mich besser passen würden.	0,612

**Tabelle 41:** 2. Faktor des TaBo „Widerstand“.

Die Bezeichnung „Widerstand“ wurde für den zweiten Faktor des TaBos gewählt, weil mit seinen bildenden Items das Phänomen des „Therapiewiderstandes“ abgebildet wird<sup>476</sup>. Alle drei Items spiegeln den inneren Widerstand gegenüber dem stattfindenden Seminar wider. In Kapitel 5.3.6 finden sich mehrere aufschlussreiche Korrelationen dieser Skala mit anderen Faktoren. Die Zusammenhänge zu „Fremdbestimmtheit/

<sup>472</sup> Vgl. Tabelle 40. Auf die allgemeinpsychologisch-PS-spezifische Zweifachbezeichnung des OPIs wird beim TaBo verzichtet, weil die theoriegeleitete Konstruktion des Instruments auf allgemeinen Prozessvariablen der Psychotherapie beruht und nicht PS-spezifisch hergeleitet wurde.

<sup>473</sup> F2\_T3 lernte ich meiner inneren Stimme mehr zu folgen, F18\_T3 spüre ich mich weiter, F12\_T3 sind mir neue Qualitäten in meiner Wahrnehmung aufgefallen, F4\_T3 fiel es mir leichter, die Botschaften meines Körpers wahrzunehmen, F6\_T3 fühlte ich mich am Ende des Tagesprogramms erfrischt und voller Energie.

<sup>474</sup> F14\_T3 sind wir dem Kern der Aufgaben in meinem Leben näher gekommen, F1\_T3 habe ich das Gefühl, dass ich mich selbst besser verstehe, F19\_T3 ist mir klarer geworden, was ich wirklich will, F11\_T3 unterstützte der Kurs die Entwicklung meines Potentials.

<sup>475</sup> Vgl. Kapitel 3.11.1.

<sup>476</sup> Siehe Tabelle 41.

Introjektidentifiziert“ und „emotionale Instabilität“ lassen beispielsweise den Schluss zu, dass diese Art von Widerstand nicht nur eine Skepsis zur therapeutischen Vorgehensweise, sondern auch den inneren Widerstand gegen die Infragestellung des eigenen psychischen Systems umfasst.

**c. Faktor T3 „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“**

TaBo Gesamtstichprobe T3, 3. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F13_T3	...bemerkte ich: Mit der Teilnahme an diesem Kurs will ich an meiner persönlichen Weiterentwicklung arbeiten.	0,778
F22_T3	...ist mir klarer geworden: Mit der Teilnahme an diesem Kurs zeige ich, dass ich lernen möchte, mehr die regulierenden Impulse meiner Innenwelt zu entdecken und zu akzeptieren.	0,725
F17_T3	...dachte ich: Diesen Kurs zu besuchen ist ein Zeichen dafür, dass ich bereit bin, mit meinem Leben besser fertig zu werden.	0,703

**Tabelle 42:** 3. Faktor des TaBo „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“.

Mit „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“ wurde für den dritten Faktor eine Bezeichnung gewählt, die die Gemeinsamkeit der aktiven Entwicklungsorientierung der Items transportiert<sup>477</sup>. Sie bilden die Therapiebereitschaft und den Entschluss der Probanden ab, aktiv an den PS-Seminaren teilzunehmen. Mit Item F22<sup>478</sup> ist auch die transpersonale Ebene in dieser Skala enthalten. Das Item betont die Selbstregulation und die Akzeptanz für Gegebenheiten<sup>479</sup>.

<sup>477</sup> Siehe Tabelle 42.

<sup>478</sup> „... Ist mir klarer geworden: Mit der Teilnahme an diesem Kurs zeige ich, dass ich lernen möchte, mehr die regulierenden Impulse meiner Innenwelt zu entdecken und zu akzeptieren.“

<sup>479</sup> Vgl. Kapitel 3.11.1.

### Faktor T3 „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“

TaBo Gesamtstichprobe T3, 4. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F3_T3	... machte ich während der Imaginationsübungen die Erfahrung von inneren Bildern.	0,753
F20_T3	... nahm ich manchmal ein Staunen über das tiefe Wissen in meiner Seele wahr.	0,639
F23_T3	... konnte ich mich beim Tanzen gut fallen lassen.	0,616

**Tabelle 43:** 4. Faktor des TaBo „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“.

Der vierte Faktor des TaBos wurde mit „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“ bezeichnet und wird durch die in Tabelle 43 enthaltenen Items gebildet. Das Item F3 spiegelt das Gelingen der Methode der Imagination. Es ist durch die Annahme Reinhardts: „Die Seele spricht in Bildern“<sup>480</sup> mit transpersonalem Erleben verknüpft. Die anderen zwei Items dieser Skala<sup>481</sup> stehen für die Unmittelbarkeit des Erlebens. F20 erfasst die Intensität des Kontakts mit der eigenen Seele und F23 bildet die unmittelbare Achtsamkeit ab, die sich durch die Art des praktizierten Tanzens einstellt<sup>482</sup>.

#### d. Faktor T3 „Verantwortungsübernahme“

TaBo Gesamtstichprobe T3, 5. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F25_T3	... hat mir ein Traum und seine Besprechung geholfen.	0,701
F24_T3	... habe ich praktische Hinweise erhalten, um meine Selbstentwicklung selbständig voran zu bringen.	0,680
F16_T3	... fiel es mir schwer, mich in der Gruppe offen zu zeigen (z.B. durch Träume, Bilder...).	-0,636

**Tabelle 44:** 5. Faktor des TaBo „Verantwortungsübernahme“.

<sup>480</sup> Vgl. Kapitel 3.11.1 und 3.11.2.

<sup>481</sup> F20\_T3 nahm ich manchmal ein Staunen über das tiefe Wissen in meiner Seele wahr, F23\_T3 konnte ich mich beim Tanzen gut fallen lassen.

<sup>482</sup> Vgl. Kapitel 4.1.2 Abschnitt „Disidentifikationsübungen“.

Der fünfte Faktor des TaBos wurde „Verantwortungsübernahme“ genannt. Seine bildenden Items haben den Aspekt der aktiven Entwicklung der Teilnehmer gemeinsam, der hier mit dem Terminus „Verantwortungsübernahme“ beschrieben wird. Dabei spielen mehrere Items eine Rolle, die den Prozess der Entwicklung verdeutlichen, wie z.B. Traumbehandlung, Öffnung nach Außen und praktische Hinweise zur Selbstentwicklung<sup>483</sup>.

**e. Faktor T3 „Commitment“**

TaBo Gesamtstichprobe T3, 6. Faktor		
Itemnummer	Text	Ladung
F8_T3	... haben der Kursleiter und ich einander verstanden.	0,741
F10_T3	... nahm ich am Kurs teil, weil ich mutig genug bin, mich meinen Konflikten zu stellen.	0,534

**Tabelle 45:** 6. Faktor des TaBo „Commitment“.

Der letzte Faktor des Tagesbogens trägt die Bezeichnung „Commitment“. Dieser Anglizismus hat sich im psychologischen Fachvokabular etabliert, weil er eine Qualität zwischen Überzeugung und Hingabe beschreibt, die mit Wertschätzung gegenüber der gewählten (therapeutischen) Methode einhergeht<sup>484</sup>.

Die zugrunde liegenden Items dieser Skala bilden zum einen die Beziehung zur Kursleitung ab<sup>485</sup>, die als Repräsentanz der angewendeten Methode überpersönliche Bedeutung hat, und zum anderen die motivationale Lage der Teilnehmer<sup>486</sup>. Die Beziehung zum Kursleiter ist im vorliegenden Setting vorwiegend einseitig, da vergleichsweise wenig Dialog stattfindet. Das Verstehen der und das Einverstanden Sein mit den Mitteilungen und der Vorgehensweise der Kursleitung steht bei den behandelten Seminaren im Vordergrund. Die im Item F10 enthaltene Begründung

<sup>483</sup> Vgl. Tabelle 44, F25\_T3 hat mir ein Traum und seine Besprechung geholfen. F16\_T3 fiel es mir schwer, mich in der Gruppe offen zu zeigen (z.B. durch Träume, Bilder...). F24\_T3 habe ich praktische Hinweise erhalten, um meine Selbstentwicklung selbständig voran zu bringen.

<sup>484</sup> Vgl. Berking & Kowalsky 2012, S. 19.

<sup>485</sup> F8\_T3 ... haben der Kursleiter und ich einander verstanden. Vgl. Kapitel 4.1.2 Abschnitt „Gruppenpsychotherapie“.

<sup>486</sup> F10\_T3 ... nahm ich am Kurs teil, weil ich mutig genug bin, mich meinen Konflikten zu stellen.

„weil ich mutig genug bin, mich meinen Konflikten zu stellen“ impliziert die Überzeugung, dass dieser Kurs methodisch geeignet ist, um sich Konflikten zu stellen und den Mut der betreffenden Person, dies mittels des Seminars umzusetzen.

### **Zusatzfaktor des Tagesbogens „Einzelsitzungen“**

<b>TaBo Gesamtstichprobe T3, Zusatzfaktor</b>	
<b>Itemnummer</b>	<b>Text</b>
F28_T3	... war in der/ den Einzelsitzung/ en meine Therapeutin/ mein Therapeut mit ihrer/ seiner ganzen Aufmerksamkeit für mich da.
F29_T3	... hatte ich manchmal das Gefühl, dass die Äußerungen meiner Therapeutin/ meines Therapeuten mir gegenüber ganz anders waren, als sie/ er innerlich fühlte und dachte.

**Tabelle 46:** Faktor des TaBo „Einzelsitzungen“.

Der Tagesbogen enthält zwei weitere Items<sup>487</sup>, die einen Zusatzfaktor bilden. Beide sind nicht in die oben vorgestellte Faktorenanalyse einbezogen worden, weil sie einen gesonderten Themenbereich abdecken. Dieser Zusatzfaktor wurde mit „Einzelsitzungen“ bezeichnet, da beide Fragen sich explizit auf die Einzelsitzungen beziehen, die durch die bis zu fünf Co-Therapeuten während der Siebentagesseminare angeboten und bei Bedarf von einigen Teilnehmern in Anspruch genommen wurden<sup>488</sup>. Im TaBo waren diese Items durch einen gekennzeichneten Bereich<sup>489</sup> sowohl semantisch als auch grafisch vom Gesamtfragenset abgegrenzt worden. In den späteren Veränderungsmessungen wird dieser Faktor einbezogen.

---

<sup>487</sup> Siehe Tabelle 46.

<sup>488</sup> Vgl. Kapitel 4.1.1.

<sup>489</sup> Siehe Abbildung 92 im Anhang.

### 5.3.5 Gesamtitemanalyse

Nachdem die neu entstandenen Instrumente vorgestellt wurden, wird im Folgenden die sogenannte „Gesamtitemanalyse“ gezeigt. Die Faktorenanalyse über die gesamten Items aller drei verwendeten Instrumente wurde herangezogen, um Aufschluss über die folgende Frage zu geben:

Gibt es Zusammenhänge zwischen den Instrumenten und ihren verschiedenen Dimensionen?

Die Ergebnisse der Faktorenanalyse konnten zur Beantwortung dieser Fragestellung nur bedingt beitragen, weil die eingegangenen Items zu Faktoren geordnet wurden, die ihrer Herkunft entsprechen, sodass die erwünschten Interaktionen unter den Instrumenten ausblieben. Es werden daher nur beispielhafte Ergebnisse dieser Analyse dargestellt.

Der im Folgenden vorgestellten Faktorenanalyse liegen alle Items der drei Instrumente zugrunde, bis auf die zwei Items des oben genannten Zusatzfaktors „Einzelsitzungen“ des TaBos, da diese aufgrund ihrer Sonderstellung wesentlich seltener beantwortet wurden und dadurch weniger repräsentativ für die gewählte Stichprobe sind<sup>490</sup>. Beim OPI und dem TaBo wurden jeweils der Zeitpunkt T3<sup>491</sup> und bei der SCL-90-R der Zeitpunkt T1 für diese Rechnung gewählt. Die Begründung für diese Auswahl besteht in der maximalen Ausprägung der gemessenen Merkmale: Beim TaBo und dem OPI werden hauptsächlich ressourcenorientierte Merkmale erhoben, die zu T3 nach den potentiell zum Werteanstieg beitragenden Interventionen die größte Ausprägung haben. Die SCL-90-R hingegen misst psychopathologische Merkmale, die vor Beginn der Seminare ihre höchsten Werte aufweisen.

Der Bartlett-Test für die verwendete Kohorte wurde signifikant und das Maß der Stichprobeneignung lag am Ende von elf Rechendurchgängen, die nötig waren, um

---

<sup>490</sup> Nur von Teilnehmern, die während der Seminare Einzelsitzungen an den Tagen hatten, an denen der Tagesbogen ausgegeben wurde (n=37 versus n=255 bei allen anderen Items des TaBos). Siehe auch Kapitel 5.3.4.

<sup>491</sup> Analog zu den maßgebenden Faktorenanalysen intern der Instrumente. Siehe Kapitel 5.3.2 und 5.3.4.

alle 67 Items, die mit einer Differenz von  $\Delta < 1$  auf verschiedene Faktoren laden zu eliminieren, bei  $KMO = .591$ , was einer schlechten Eignung entspricht. Ein Wert von  $KMO < .5$  wäre nach Brosius inakzeptabel, sodass hier eine minimale Eignung vorliegt<sup>492</sup>. Diese Kennwerte sind für die im Folgenden beschriebene Analyse und ihre Ergebnisse jedoch vergleichsweise irrelevant, da einerseits alle Instrumente isoliert voneinander akzeptable KMO-Werte mit der verwendeten Stichprobe erzielen konnten und andererseits, da die gesamte Analyse nicht zur Bildung gemeinsamer Faktoren als Grundlage einer folgenden Varianzanalyse durchgeführt wurde, sondern zum Aufdecken inhaltlicher interinstrumenteller Zusammenhänge<sup>493</sup>. Im Hinblick auf diese Begründung werden im folgenden Abschnitt zum Teil auch Zwischenergebnisse berücksichtigt, um einen größeren Itempool zur Beantwortung der gegebenen Fragestellung heranziehen zu können.

Durchlauf	Selektierte Items, sortiert nach Herkunft	N
1	OPI_F69_T3, SCL_F89_T1, SCL_F28_T1	3
2	OPI_F19_T3, OPI_F11_T3, OPI_F48_T3, OPI_F43_T3, OPI_F25_T3, T_FB_F10_T3, SCL_F14_T1, SCL_F73_T1, SCL_F56_T1, SCL_F18_T1, SCL_F22_T1, SCL_F74_T1, SCL_F35_T1, SCL_25_T1, SCL_F60_T1	12
3	OPI_F59_T3, SCL_F24_T1, SCL_F51_T1, SCL_F76_T1, SCL_F68_T1, SCL_F36_T1, SCL_F40_t1, SCL_F10, SCL_F67_T1, SCL_F1_T1	10
4	SCL_F19_T1, SCL_F26_T1, SCL_F45_T1, SCL_F52_T1, SCL_F44_T1, T_FB_F13_T3	6
5	OPI_F84_T3, OPI_F53_T3, SCL_F11_T1, SCL_F55_T1	4
6	OPI_F21_T3, OPI_F78_T3, SCL_F41_T1, SCL_F15_T1, SCL_F42_T1, SCL_F83_T1, SCL_F58_T1	7
7	OPI_F65_T3, OPI_F56_T3, SCL_F86_T1, SCL_F7_T1, T_FB_F8_T3	5
8	OPI_F28_T3, OPI_F30_T3, OPI_F85_T3, OPI_F54_T3, OPI_F1_T3, OPI_F35_T3, OPI_F40_T3, OPI_F61_T3, SCL_F21_T1, SCL_F27_T1, SCL_F84_T1	11
9	OPI_F20_T3, SCL_F12_T1, SCL_F78_T1, SCL_F57_T1	4
10	OPI_F32_T3, OPI_F41_T3	2
11	SCL_F87_T1, SCL_F75_T1, SCL_F64_T1	3
		$\Sigma$ 67

**Tabelle 47:** Rechendurchgänge der interinstrumentalen Faktorenanalyse mit den eliminierten Items.

<sup>492</sup> Vgl. Brosius 2011, S. 796.

<sup>493</sup> Siehe Kapitel 5.3.2, 5.3.4 und 5.3.7.

Tabelle 47 zeigt die selektierten Items der einzelnen Rechendurchgänge mit ihrer Herkunft aus den drei Instrumenten. Durch die Festlegung des cutoffs auf .5 und die daraus resultierende Eliminierung weiterer 57 Items konnte ein Itempool von n=83 generiert werden. Mit dem Kriterium des Eigenwerts  $>2,8$ , das aufgrund eines Werteabfalls von 0,6 zwischen Komponente fünf und sechs im Verlauf der Eigenwertkurve gewählt wurde<sup>494</sup>, ergeben sich fünf interpretierbare Faktoren. Die ersten drei entsprechen inhaltlich den zwei bereits vorgestellten Generalfaktoren der Instrumente OPI und TaBo<sup>495</sup> und der dritte wird aus Items der SCL-90-R gebildet. Er entspricht keinem der validierten a priori Faktoren dieses Instruments, sondern enthält Items aus acht verschiedenen SCL-Faktoren<sup>496</sup>, wobei „Depressivität“ mit acht von 19 Items am stärksten vertreten ist.

Die zwei anderen gebildeten Faktoren mit niedrigeren Werten<sup>497</sup> entsprechen dem OPI-Faktor „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“ und einem weiteren inkonsistenten Faktor der SCL-90-R, der in den a priori Skalen dieses Instruments ebenfalls nicht enthalten ist.

Aufgrund der ausbleibenden Interaktion zwischen den Instrumenten wird im Folgenden lediglich der erste Generalfaktor dieser Rechenoperation beispielhaft vorgestellt.

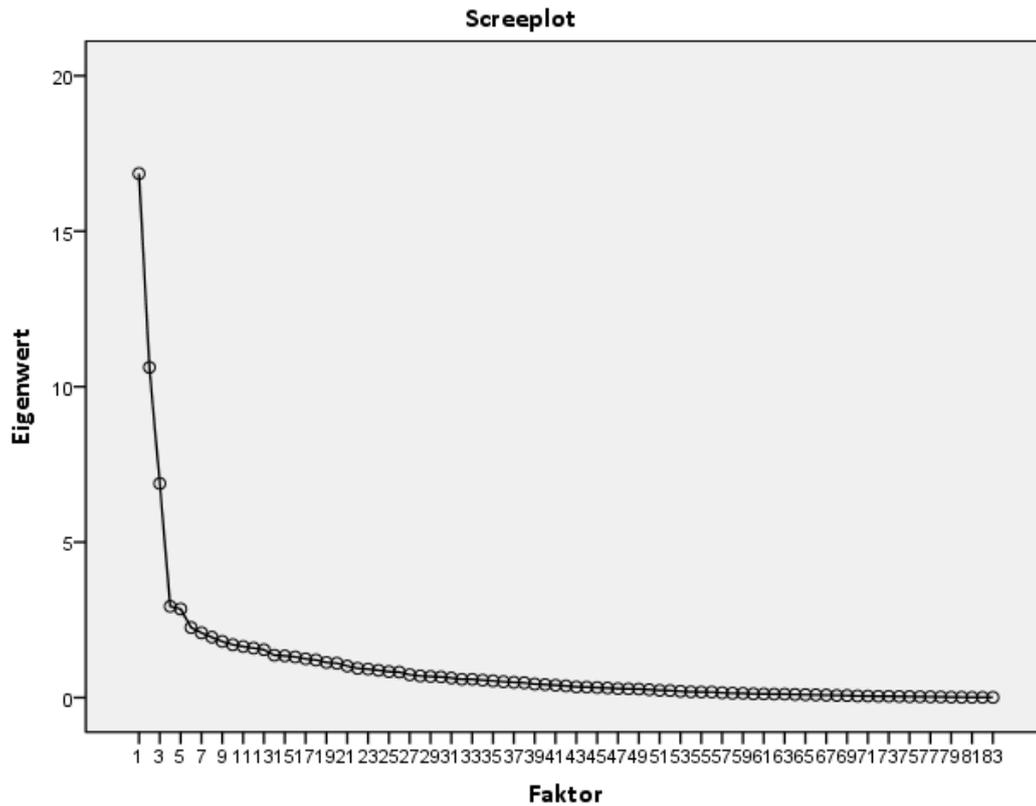
---

<sup>494</sup> Siehe Abbildung 31.

<sup>495</sup> Vgl. Kapitel 5.3.2 und 5.3.4.

<sup>496</sup> Siehe Kapitel 5.3.8.

<sup>497</sup> Vgl. Abbildung 31.



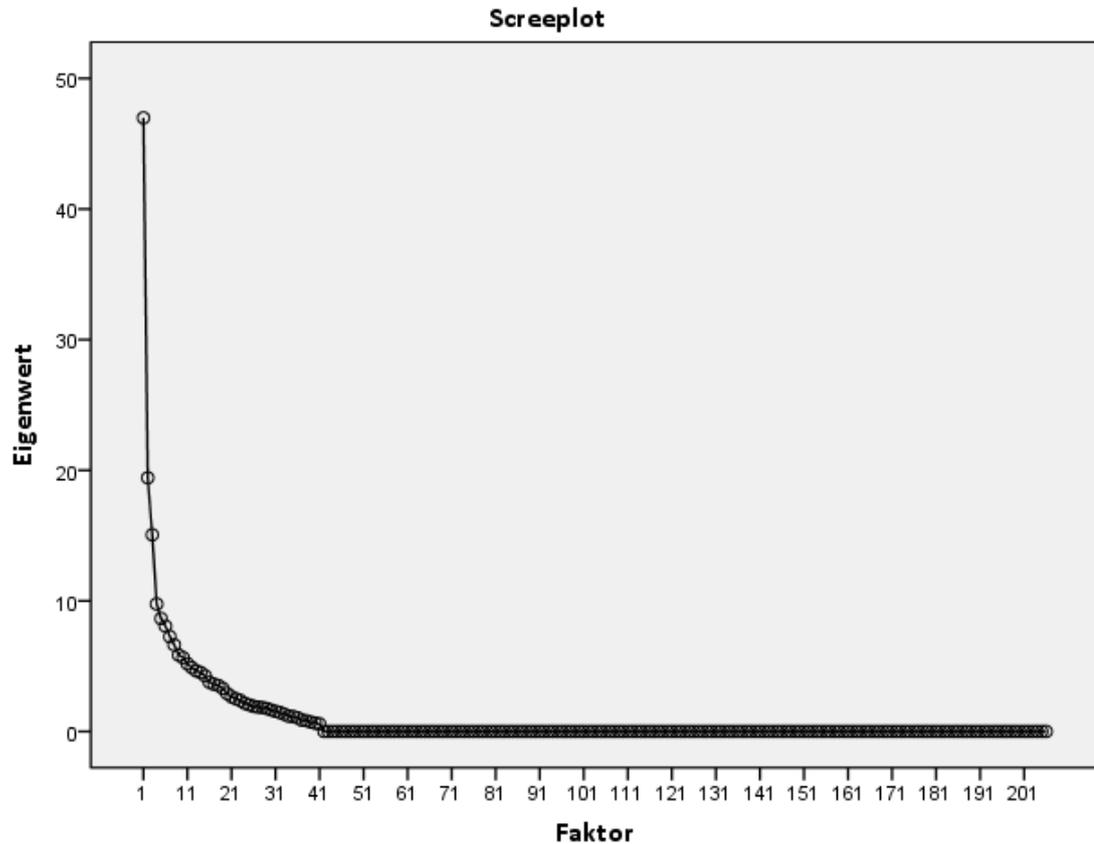
**Abbildung 31:** Screplot nach 11 Rechendurchgängen der Faktorenanalyse mit allen Items.

### **Generalfaktor der Gesamtitemanalyse**

Zunächst wird der Screplot der ersten Rechnung mit allen 207 Items gezeigt, um die Wertigkeiten der ermittelten Faktoren zu präsentieren<sup>498</sup>:

---

<sup>498</sup> Siehe Abbildung 32.



**Abbildung 32:** Screeplot 1. Rechendurchgang der Faktorenanalyse mit allen Items.

Der Verlauf der Eigenwertkurve im Screeplot verhält sich analog zu den oben gezeigten isolierten Faktorenanalysen<sup>499</sup> - es gibt einen Generalfaktor mit vergleichbar hoher Wertigkeit. Inhaltlich entspricht er dem Generalfaktor der Faktorenanalyse des OPIs zu T1 „negatives Selbstkonzept“<sup>500</sup>. Ein Item von insgesamt 43, die diesem Generalfaktor zugeordnet wurden, stammt dabei nicht aus dem OPI: F14 der SCL-90-R<sup>501</sup>. Semantisch passt dieses Item zu den Markeritems<sup>502</sup> wie z.B. das mit negativem Vorzeichen zugeordnete Item F5 des OPIs: „Ich habe oft ein Gefühl großer Vitalität.“

<sup>499</sup> Siehe Kapitel 5.3.2 und 5.3.4.

<sup>500</sup> Vgl. Kapitel 5.3.2 Abschnitt „Faktorenanalyse zu T1 der Gesamtstichprobe“.

<sup>501</sup> „Energielosigkeit oder Verlangsamung in den Bewegungen oder im Denken.“

<sup>502</sup> Markeritem heißt in diesem Zusammenhang, dass es sich um ein Item handelt, das innerhalb des Faktors sehr hoch lädt.

Nach 11 Rechendurchgängen und einem wesentlich verkleinerten Itempool<sup>503</sup> wechselt der Generalfaktor sein Vorzeichen und wird durch positive Items gebildet, die inhaltlich dem Generalfaktor des OPI zu T3 entsprechen<sup>504</sup>. Sein Wert in der Eigenwertkurve im Screeplot wird etwas moderater, bleibt jedoch überwertig im Vergleich zu den folgenden Faktoren<sup>505</sup>.

Der Generalfaktor beinhaltet ausschließlich Fragen des OPI, sodass hier keine Interaktionen unter den Instrumenten erkennbar sind. Gleichwohl lässt dieses Faktum den Schluss zu, dass das OPI aus Sicht der befragten Personen die wichtigsten Dimensionen des angebotenen Instrumentariums enthält.

Abschließend zu diesem Kapitel bleibt die Erkenntnis, dass die Suche nach den Zusammenhängen zwischen den Instrumenten mit der gewählten Vorgehensweise nicht zufriedenstellend abgeschlossen werden konnte. Das nächste Kapitel wird durch die Nutzung weiterer methodischer Schritte zur Klärung der eingangs gestellten Frage beitragen.

### **5.3.6 Interkorrelation aller Skalen**

Zur Beantwortung der Frage nach den Zusammenhängen zwischen den verschiedenen Instrumenten bzw. ihren Skalen wurde im nächsten Schritt eine Interkorrelation aller gebildeten Faktoren durchgeführt. Sie prüft die Korrelationen zwischen den Instrumenten auf Skalenniveau mittels des Korrelationskoeffizienten nach Pearson, welcher lineare Korrelationen zwischen den eingegangenen Skalen mit Werten zwischen 1 und -1 angibt<sup>506</sup>. Werte zwischen .3 und .5 werden als klein angesehen, >.5

---

<sup>503</sup> Siehe oben und Tabelle 47.

<sup>504</sup> Siehe Kapitel 5.3.2 Abschnitt „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe“.

<sup>505</sup> Siehe Abbildung 31.

<sup>506</sup> Bortz, 2005, S. 203- 220.

als gut und ab .7 spricht man von einem hohen bzw. sehr hohen Zusammenhang<sup>507</sup>. Eine Korrelation beschreibt das gemeinsame Auftreten beider Variablen bzw. der damit abgebildeten Phänomene im Sinne einer linearen Korrelation, jedoch keinen kausalen Zusammenhang<sup>508</sup>.

Durch diese Vorgehensweise werden zahlreiche Korrelationen zwischen den drei verwendeten Instrumenten ausweisbar. Die meisten Zusammenhänge zeigen sich, wenn für alle Faktoren der Erhebungszeitpunkt T3 gewählt wird. Im Anhang auf den Seiten 397-407 sind alle paarweisen Interkorrelationstabellen aufgeführt, die signifikante Zusammenhänge zeigen. Da es nicht möglich war, eine Gesamttabelle im vorliegenden Format zu erstellen, war die Aufteilung in mehrere kleinere Tabellen notwendig.

Nahezu alle Korrelationen, die hier berücksichtigt wurden, nehmen den maximalen Wert der zweiseitigen Signifikanz von .0 mit einem Signifikanzniveau von .001 an. Vereinzelt werden auch Zusammenhänge des niedrigeren Signifikanzniveaus von .005 gezeigt, wenn sie zielführend im Hinblick auf die gegebene Fragestellung<sup>509</sup> sind.

Die gewählte Vorgehensweise für den folgenden Abschnitt stellt die Korrelationen jeweils einmal vor, sodass beispielsweise der Zusammenhang zwischen den Faktoren „Lebensbejahung/ Identität“ des OPIs und „Potential/ Leibpräsenz“ aus dem TaBo im Abschnitt zur erstgenannten Skala gezeigt wird, weil sie in der Abfolge früher vorkommt und im Unterkapitel zum zweitgenannten Faktor nicht noch einmal erwähnt wird.

---

<sup>507</sup> Vgl. [http://www.medistat.de/statistikberatung-glossar-artikel.php?id=Korrelationskoeffizient\\_nach\\_Pearson](http://www.medistat.de/statistikberatung-glossar-artikel.php?id=Korrelationskoeffizient_nach_Pearson)

<sup>508</sup> Vgl. Bortz, 2005, S. 245.

<sup>509</sup> Siehe Kapitel 5.3.5.

## OPI Faktor „Lebensbejahung/ Identität“

Die Darstellung der Korrelationen beginnt aus der Perspektive des OPIs, das heißt, alle Zusammenhänge der Faktoren des OPIs werden analog zu ihrer Ordnungsstruktur zum Zeitpunkt T3 vorgestellt.

Korrelationen zum Faktor des OPI "Lebensbejahung/ Identität"			
Korrelierender Faktor/ mit Herkunft	Korrelationskoeffizient $\gamma$	2-seitige Signifikanz	N
Fremdbestimmung/ OPI	-.722	.000	208
emotionale Instabilität/ OPI	-.637	.000	214
Ungelebtes Leben/ OPI	-.267	.000	207
Gespanntheit/ OPI	-.390	.000	209
Selbstaktualisierung/ OPI	.384	.000	213
TPV/ OPI	.286	.000	195
Partnerschaft/ OPI	.401	.000	136
Potential/ Leibpräsenz/ TaBo	.319	.000	178
Widerstand/ TaBo	-.303	.000	183
Unmittelbarkeit/ transpersonales Vertrauen/ TaBo	.322	.000	180
Verantwortungsübernahme/ TaBo	.335	.000	174
Somatisierung/ SCL-90-R	-.304	.000	192
Zwanghaftigkeit/ SCL-90-R	-.536	.000	192
Unsicherheit im Sozialkontakt/ SCL-90-R	-.501	.000	193
Depressivität/ SCL-90-R	-.608	.000	190
Ängstlichkeit/ SCL-90-R	-.340	.000	191
Aggressivität/ SCL-90-R	-.382	.000	198
Phobische Angst/ SCL-90-R	-.218	.000	196
Paranoides Denken/ SCL-90-R	-.351	.000	197
Psychotizismus/ SCL-90-R	-.443	.000	194
Psychische Belastung/ SCL-90-R	-.443	.000	196

**Tabelle 48:** Korrelationen zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“ des OPI.

Zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“ können zunächst die gleichen Zusammenhänge ausgewiesen werden, die die Gesamtitemanalyse ergeben hatte: die Instrument-internen Interaktionen. Sieben OPI-Faktoren korrelieren mit der ersten Komponente seines Generalfaktors<sup>510</sup>. Die zweite Komponente des Generalfaktors

<sup>510</sup> Siehe Tabelle 48.

„Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ weist den stärksten Zusammenhang mit dem Faktor „Lebensbejahung/ Identität“ auf. Diese Werte gehen zum Teil auf die ursprünglich demselben Faktor zugeordneten Items zurück, die diese Komponenten bilden. Der zunächst aus 21 Items gebildete Generalfaktor war in drei Komponenten unterteilt worden, deren Korrelationen dementsprechend hoch sind<sup>511</sup>. Das Vorzeichen des Koeffizienten beschreibt dabei die Art des Zusammenhangs. Diese Fakten lassen den Schluss zu, dass eine hohe Ausprägung des Merkmals „Lebensbejahung/ Identität“ mit einer schwachen Ausprägung des Merkmals „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ einhergeht.

Alle weiteren Korrelationen mit den OPI-Faktoren sind erwartungsgemäß und konsistent im Sinne der inhaltlichen Beschreibung der Faktoren<sup>512</sup>. Hier liegt z.B. ein negativer Zusammenhang zwischen „Lebensbejahung/ Identität“ und „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“ semantisch auf der Hand.

Zur Interaktion unter den verschiedenen Instrumenten können vier Korrelationen zum TaBo und zehn mit der SCL-90-R belegt werden<sup>513</sup>. Die Merkmale „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“, „Verantwortungsübernahme“ und auch der Generalfaktor des TaBos „Potential/ Leibpräsenz“ korrelieren in vergleichsweise schwacher Ausprägung positiv mit „Lebensbejahung/ Identität“. Die Skala „Widerstand“ steht hiermit in einem ähnlich schwachen, aber negativen Zusammenhang.

Die zehn Faktoren der SCL-90-R korrelieren mit der behandelten Skala alle negativ. Der höchste Wert findet sich dabei zum Merkmal „Depressivität“. „Phobische Angst“ hingegen weist den schwächsten Zusammenhang zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“ auf. Alle der in Tabelle 48 aufgeführten Zusammenhänge sind interpretativ schlüssig im Sinne der inhaltlichen Struktur der Faktoren.

Bezüglich der zugrunde liegenden Fragestellung lassen sich zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“ einige Aussagen treffen: Depressivität und emotionale

---

<sup>511</sup> Siehe Kapitel 5.3.2 Abschnitt „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe“.

<sup>512</sup> Vgl. ebd..

<sup>513</sup> Vgl. Tabelle 48.

Instabilität sind bei Menschen mit hoher Ausprägung beim Merkmal Lebensbejahung unwahrscheinlich. In Kapitel 5.3.3 konnte die Entwicklung von einer negativen Weltsicht zur Lebensbejahung gezeigt werden. Die in Tabelle 48 gezeigten Zusammenhänge enthalten viele Implikationen dieses Prozesses.

**OPI Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“**

<b>Korrelationen OPI Faktor "Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert"</b>			
<b>Korrelierender Faktor/ mit Herkunft</b>	<b>Korrelationskoeffizient <math>\gamma</math></b>	<b>2- seitige Signifikanz</b>	<b>N</b>
emotionale Instabilität/ OPI	.744	.000	219
Ungelebtes Leben/ OPI	.313	.000	211
Gespanntheit/ OPI	.640	.000	215
Selbstaktualisierung/ OPI	-.281	.000	218
TPV/ OPI	-.185	.000	199
Nüchternheit/ OPI	.203	.000	208
Partnerschaft/ OPI	-.364	.000	144
Potential/ Leibpräsenz/ TaBo	-.294	.000	184
Widerstand/ TaBo	.356	.000	189
Unmittelbarkeit/ transpersonales Vertrauen/ TaBo	-.282	.000	190
Verantwortungsübernahme/ TaBo	-.274	.000	180
Somatisierung/ SCL-90-R	.431	.000	197
Zwanghaftigkeit/ SCL-90-R	.609	.000	196
Unsicherheit im Sozialkontakt/ SCL-90-R	.619	.000	198
Depressivität/ SCL-90-R	.634	.000	195
Ängstlichkeit/ SCL-90-R	.410	.000	196
Aggressivität/ SCL-90-R	.544	.000	203
Phobische Angst/ SCL-90-R	.278	.000	201
Paranoides Denken/ SCL-90-R	.530	.000	202
Psychotizismus/ SCL-90-R	.551	.000	199
Psychische Belastung/ SCL-90-R	.509	.000	201

**Tabelle 49:** Korrelationen zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ des OPI.

Der Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ korreliert ebenfalls mit vielen Skalen aus den anderen Instrumenten. Zunächst sind in der Tabelle 49 alle Faktoren

des OPIs enthalten und korrelieren in erwartungskonformer Weise ihrer inhaltlichen Bedeutung entsprechend mit dem Merkmal „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“. Der höchste Wert kann zwischen „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ und „emotionale Instabilität“ ausgewiesen werden und der kleinste Wert findet sich beim Zusammenhang mit der Skala „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“.

Die vier Faktoren des TaBos korrelieren vergleichsweise schwach, jedoch inhaltlich in erwarteter Form mit der behandelten Skala<sup>514</sup>. Besondere Bedeutung kommt dem Zusammenhang zwischen „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ und dem Faktor „Widerstand“ zu. Diese Verbindung weist den höchsten Wert unter den Komponenten des TaBos auf und lässt den Schluss, dass Personen, die intrapsychisch fremdbestimmt agieren, dazu neigen, Widerstand gegen die angewendete Seminar- bzw. Therapieform zu entwickeln.

Die Korrelationen mit der SCL-90-R sind ebenfalls zahlreich und betreffen alle Faktoren dieses Instruments<sup>515</sup>. Daraus lässt sich ableiten, dass das Merkmal „Fremdbestimmung / Introjektidentifiziert“ psychische Störungen, wie sie in der SCL-90-R erfasst werden, begünstigt. Der größte Zusammenhang kann zu den Merkmalen „Depressivität“ und „Unsicherheit im Sozialkontakt“ nachgewiesen werden. Der kleinste Zusammenhang besteht auch für den Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ zur Skala „Phobische Angst“.

---

<sup>514</sup> Vgl. Tabelle 49.

<sup>515</sup> Siehe ebd..

## OPI Faktor „Emotionale Instabilität“

Korrelationen OPI Faktor "Emotionale Instabilität"			
Korrelierender Faktor/ mit Herkunft	Korrelationskoeffizient $\gamma$	2-seitige Signifikanz	N
Ungelebtes Leben/ OPI	.247	.000	219
Gespanntheit/ OPI	.647	.000	223
Selbstaktualisierung/ OPI	-.185	.000	206
Partnerschaft/ OPI	-.339	.000	146
Potential/ Leibpräsenz/ TaBo	-.302	.000	189
Widerstand/ TaBo	.362	.000	195
Unmittelbarkeit/ transpersonales Vertrauen/ TaBo	-.276	.000	196
Verantwortungsübernahme/ TaBo	-.239	.000	186
Somatisierung/ SCL-90-R	.479	.000	204
Zwanghaftigkeit/ SCL-90-R	.557	.000	204
Unsicherheit im Sozialkontakt/ SCL-90-R	.570	.000	206
Depressivität/ SCL-90-R	.583	.000	202
Ängstlichkeit/ SCL-90-R	.500	.000	204
Aggressivität/ SCL-90-R	.559	.000	211
Phobische Angst/ SCL-90-R	.380	.000	209
Paranoides Denken/ SCL-90-R	.510	.000	210
Psychotizismus/ SCL-90-R	.483	.000	207
Psychische Belastung/ SCL-90-R	.530	.000	208

**Tabelle 50:** Korrelationen zum Faktor „emotionale Instabilität“ des OPI.

Im Vergleich zu den vorher beschriebenen Skalen sinkt die Anzahl der auffindbaren Korrelationen mit dem Faktor „emotionale Instabilität“<sup>516</sup>. Innerhalb des OPIs gibt es keine Korrelationen zu den Faktoren „TPV/ inneres Wissen“ und „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“. Nach den bereits oben genannten Korrelationen zu „Lebensbejahung/ Identität“ (-.637) und „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ (.744) besteht der Zusammenhang mit den höchsten Werten zum Faktor „Gespanntheit/ gestaute Aggression“ (.647). Alle ausgewiesenen Zusammenhänge sind interpretativ schlüssig.

Die Korrelationen mit dem TaBo sind der Anzahl nach identisch mit den zwei vorher erläuterten Faktoren<sup>517</sup>. Auch die Höhe der Werte ist ähnlich, was sich auf den

<sup>516</sup> Siehe Tabelle 50.

<sup>517</sup> Siehe ebd..

ursprünglich zusammenhängenden Generalfaktor zurückführen lässt, dessen dritte Komponente die behandelte Skala darstellt. Inhaltlich entsprechen die Korrelationen zum TaBo der Skala „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ und sind komplementär zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“, was interpretativ konsistent ist. Mit der SCL-90-R gibt es wiederum semantisch erwartungskonforme Korrelationen zu allen zehn Skalen. Die Werte liegen dabei nur knapp unter den zuvor gezeigten. Den größten Zusammenhang gibt es erneut zum Faktor „Depressivität“<sup>518</sup>.

Die Ähnlichkeiten der bisher vorgestellten Korrelationen der Faktoren des OPIs gehen auf den zuvor zusammenhängenden Generalfaktor dieses Instruments zurück, der aufgrund mehrerer in ihm enthaltener Konstrukte in drei Komponenten unterteilt worden war<sup>519</sup>. Die drei enthaltenen Aspekte<sup>520</sup> wurden als zusammengehörend ausgewiesen und korrelieren folgerichtig in ähnlicher Weise mit den anderen Instrumenten bzw. deren Skalen.

#### **OPI Faktor „Ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“**

<b>Korrelationen OPI Faktor "Ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck"</b>			
<b>Korrelierender Faktor/ mit Herkunft</b>	<b>Korrelationskoeffizient <math>\gamma</math></b>	<b>2-seitige Signifikanz</b>	<b>N</b>
Gespanntheit/ OPI	.259	.000	215
Selbstaktualisierung/ OPI	-.177	.000	219
Unmittelbarkeit/transpersonales Erleben/ TaBo	-.208	.000	190
Somatisierung/ SCL-90-R	.218	.000	196
Zwanghaftigkeit/ SCL-90-R	.285	.000	196
Unsicherheit im Sozialkontakt/ SCL-90-R	.304	.000	198
Depressivität/ SCL-90-R	.271	.000	194
Ängstlichkeit/ SCL-90-R	.220	.000	197
Paranoides Denken/ SCL-90-R	.220	.000	202
Psychotizismus/ SCL-90-R	.222	.000	199
Psychische Belastung/ SCL-90-R	.188	.000	200

**Tabelle 51:** Korrelationen zum Faktor „*Ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck*“ des OPI.

<sup>518</sup> Siehe ebd..

<sup>519</sup> Vgl. Kapitel 5.3.2 Abschnitt „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe“.

<sup>520</sup> „Lebensbejahung/ Identität“, „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ und „emotionale Instabilität.“

Die Korrelationen mit dem Faktor „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“ fallen insgesamt weniger zahlreich und in ihren Werten niedriger aus<sup>521</sup>. Innerhalb des OPIs ist mit den Skalen „TPV/ inneres Wissen“ und „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“ kein relevanter Zusammenhang auffindbar.

Mit dem TaBo ist eine Korrelation unter den gewählten Bedingungen ausweisbar. Sie besteht zum Faktor „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“ und weist ein negatives Vorzeichen auf, was semantisch konsistent ist<sup>522</sup>.

Mit der SCL-90-R korreliert der Faktor „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“ mit acht der zehn Skalen<sup>523</sup>. Die Faktoren „Aggressivität“ und „phobische Angst“ sind nicht enthalten. Der größte Zusammenhang besteht zum Faktor „Unsicherheit im Sozialkontakt“. Insgesamt sind die acht vorhandenen Korrelationskoeffizienten etwa halb so hoch wie jene, die zu den Komponenten des Generalfaktors des OPIs gezeigt werden konnten<sup>524</sup>.

Bezüglich der motivierenden Fragestellung lassen sich im Hinblick auf die gezeigten Zusammenhänge folgende Aussagen treffen: Zunächst belegen die vergleichsweise niedrigeren Werte der Korrelationskoeffizienten die geringere Relevanz der behandelten Skala gegenüber den zuvor erläuterten Komponenten des Generalfaktors des OPIs. Der fehlende Ausdruck ist negativ mit dem unmittelbaren transpersonalen Erleben während der Seminare verbunden, das heißt, das vergleichsweise stabile Merkmal „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“<sup>525</sup> macht das Zustandekommen transpersonaler Erfahrungen unwahrscheinlich. Unsicherheit und Zwänge sowie Fremdbestimmtheit hingegen begünstigen „ungelebtes Leben“.

---

<sup>521</sup> Siehe Tabelle 51.

<sup>522</sup> Siehe ebd..

<sup>523</sup> Siehe ebd..

<sup>524</sup> Siehe ebd. und die Tabellen 48, 49 und 50.

<sup>525</sup> Vgl. Kapitel 5.3.7 Abschnitt „OPI Faktor ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“.

## OPI Faktor „Gespanntheit/ gestaute Aggression“

Korrelationen OPI Faktor "Gespanntheit/ gestaute Aggression"			
Korrelierender Faktor/ mit Herkunft	Korrelationskoeffizient $\gamma$	2-seitige Signifikanz	N
Selbstaktualisierung/ OPI	-.255	.000	222
Partnerschaft/ OPI	-.254	.000	143
Potential/ Leibpräsenz/ TaBo	-.242	.000	185
Widerstand/ TaBo	.318	.000	191
Unmittelbarkeit/ transpersonales Vertrauen/ TaBo	-.186	.000	192
Verantwortungsübernahme/ TaBo	-.198	.000	182
Somatisierung/ SCL-90-R	.442	.000	201
Zwanghaftigkeit/ SCL-90-R	.480	.000	201
Unsicherheit im Sozialkontakt/ SCL-90-R	.558	.000	203
Depressivität/ SCL-90-R	.479	.000	199
Ängstlichkeit/ SCL-90-R	.461	.000	201
Aggressivität/ SCL-90-R	.627	.000	208
Phobische Angst/ SCL-90-R	.291	.000	206
Paranoides Denken/ SCL-90-R	.526	.000	207
Psychotizismus/ SCL-90-R	.366	.000	204
Psychische Belastung/ SCL-90-R	.377	.000	205

**Tabelle 52:** Korrelationen zum Faktor „Gespanntheit/ gestaute Aggression“ des OPI.

Zum Faktor „Gespanntheit/ gestaute Aggression“ finden sich Korrelationen mit fast allen Skalen des OPIs<sup>526</sup>. Die Ausnahmen bilden die Faktoren „TPV/ inneres Wissen“ und „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“. Die stärksten Zusammenhänge bestehen dabei zu den Skalen „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ und „emotionale Instabilität“<sup>527</sup>.

Mit den Skalen des TaBos gibt es vier relevante Zusammenhänge. Der größte besteht dabei zum Faktor „Widerstand“, dessen Wert mit .318 jedoch vergleichsweise niedrig liegt.

Die Korrelationen mit den Komponenten der SCL-90-R bestehen zu allen zehn Faktoren. Ähnlich wie das Merkmal „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ steht

<sup>526</sup> Vgl. Tabelle 52.

<sup>527</sup> Siehe Tabelle 49 und 50.

auch „Gespanntheit/ angestaute Aggression“ in einem begünstigenden Zusammenhang mit vielen psychischen Erkrankungen. Der größte Wert findet sich dabei zum Faktor „Aggressivität<sup>528</sup>“, der inhaltliche Überschneidungen mit dem behandelten Merkmal aufweist<sup>529</sup>. Ähnlich hohe Werte sind zu den Skalen „paranoides Denken“ und „Unsicherheit im Sozialkontakt“ auffindbar.

Es lässt sich interpretieren, dass eine angespannt-unterdrückte, aggressive Gemütslage mit Fremdbestimmtheit und emotionaler Labilität einhergeht und dysfunktionale Gedanken sowie das Gefühl der Unsicherheit begünstigen.

### OPI Faktor „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“

Korrelationen OPI Faktor "Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft"			
Korrelierender Faktor/ mit Herkunft	Korrelationskoeffizient $\gamma$	2-seitige Signifikanz	N
TPV/ OPI	.207	.000	206
Widerstand/ TaBo	-.281	.000	194
Unmittelbarkeit/ transpersonales Vertrauen/ TaBo	.184	.000	195
Verantwortungsübernahme/ TaBo	.200	.000	185
Commitment/ TaBo	.265	.000	194

**Tabelle 53:** Korrelationen zum Faktor „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“ des OPI.

Der Faktor „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“ korreliert insgesamt mit wenig anderen Faktoren<sup>530</sup>. Innerhalb des OPIs besteht die stärkste Korrelation zur Skala „Lebensbejahung/ Identität“<sup>531</sup>. Keine Verbindung besteht hier zu den Skalen „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“ und „Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum“.

<sup>528</sup> Siehe Tabelle 52.

<sup>529</sup> Vgl. Kapitel 5.3.2 Abschnitt „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe“ und 5.3.8 Abschnitt „SCL Faktor Ängstlichkeit“.

<sup>530</sup> Siehe Tabelle 53.

<sup>531</sup> Siehe ebd.:  $\gamma = .384$ .

Bezüglich des TaBo sind vier relevante Korrelationen ausweisbar, unter denen das erste Mal auch der Faktor „Commitment“ auftaucht. Den höchsten Wert erreicht dabei der negative Zusammenhang zur Skala „Widerstand“. Die fehlenden Korrelationen zur SCL-90-R entsprechen nicht der Erwartung, dass das Merkmal „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“ einen positiven Einfluss auf die psychische Verfassung der befragten Personen hat und somit negative Korrelationskoeffizienten zu den Skalen der SCL-90-R generieren müsste. Aus den Daten kann aus Sicht des Autors keine Erklärung hierfür abgeleitet werden.

Bis auf die Korrelation zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“, die sich interpretativ schlüssig einfügt, übersteigt kein auffindbarer Wert die Grenze von  $\gamma > .3$ . Alle genannten Zusammenhänge müssen daher als „schwach“<sup>532</sup> eingestuft werden. Selbstaktualisierung wird nach Rogers<sup>533</sup> übereinstimmend mit Reinhardt als Grundbedürfnis des Menschen eingeschätzt, sodass die Verknüpfung mit der Skala „Lebensbejahung/ Identität“ als Repräsentantin für ein „erfülltes Leben“<sup>534</sup> diese Thesen stützt.

#### **OPI Faktor „transpersonales Vertrauen/ inneres Wissen“**

<b>Korrelationen OPI Faktor "TPV/ inneres Wissen"</b>			
<b>Korrelierender Faktor/ mit Herkunft</b>	<b>Korrelationskoeffizient <math>\gamma</math></b>	<b>2-seitige Signifikanz</b>	<b>N</b>
Potential/ Leibpräsenz/ TaBo	.229	.000	171
Unmittelbarkeit/ transpersonales Vertrauen/ TaBo	.248	.000	178
Zwanghaftigkeit/ SCL-90-R	-.232	.000	186
Unsicherheit im Sozialkontakt/ SCL-90-R	-.211	.000	187
Depressivität/ SCL-90-R	-.236	.000	183
Ängstlichkeit/ SCL-90-R	-.223	.000	185

**Tabelle 54:** Korrelationen zum Faktor „TPV/ inneres Wissen“ des OPI.

<sup>532</sup> [http://web.neuestatistik.de/inhalte\\_web/content/mod\\_23196/html/comp\\_23414.html](http://web.neuestatistik.de/inhalte_web/content/mod_23196/html/comp_23414.html)

<sup>533</sup> Vgl. z.B. <http://www.psychomentalis.de/glossar/definition/?id=Selbstaktualisierungstendenz+%28Carl+Roger%29> und Kapitel 5.3.4.

<sup>534</sup> Vgl. Markeritem des Faktors „Lebensbejahung/ Identität“, siehe Kapitel 5.3.2.

Die Skala „TPV“ korreliert mit vergleichsweise wenig anderen Faktoren<sup>535</sup>. Innerhalb des OPIs finden sich nur zu den zwei komplementären Komponenten des Generalfaktors „Lebensbejahung/ Identität“ und „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ Zusammenhänge, die mit Werten von  $\gamma=.286$  bzw.  $\gamma=-.185$  niedrig ausfallen.

Hinzu kommen erwartungsgemäß positive Korrelationen zu den ebenfalls transpersonalen Faktoren des TaBos „Potential/ Leibpräsenz“ (implizit transpersonal) und „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“ (explizit transpersonal).

Negative Zusammenhänge lassen sich zu vier Skalen der SCL-90-R ausweisen, deren Werte alle niedrig liegen<sup>536</sup>. Interpretativ erscheint es stimmig, dass psychopathologische Merkmale negativ mit TPV korrelieren. Insbesondere die hier gefundenen Bereiche „Zwanghaftigkeit“, „Unsicherheit im Sozialkontakt“, „Depressivität“ und „Ängstlichkeit“, die alle mit fehlender Distanz assoziiert werden, fallen erwartungsgemäß aus. Distanz ist hier im Sinne einer Disidentifikationskompetenz von bestimmten Stimmungen und Schwierigkeiten gemeint, die zum Erlebensspektrum transpersonalen Vertrauens gehört.

Anhand der gezeigten Korrelationen lässt sich aussagen, dass „TPV/ inneres Wissen“ weniger starke Interaktionen mit anderen Skalen aufweist, als anzunehmen war: Alle Werte liegen unter  $\gamma=.3$ . Dieses Faktum wird in der Diskussion aufgegriffen<sup>537</sup>.

Die Interaktionen der prozessorientierten Skalen des TaBos und der outcomeorientierten Skala des OPIs (mit vergleichbaren Inhalten) lassen den Schluss zu, dass „TPV/ inneres Wissen“ die Auftrittswahrscheinlichkeit transpersonaler Phänomene während der Seminare erhöht.

---

<sup>535</sup> Siehe Tabelle 54.

<sup>536</sup> Siehe ebd..

<sup>537</sup> Siehe Kapitel 6.

## OPI Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“

Korrelationen OPI Faktor "Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit "			
Korrelierender Faktor/ mit Herkunft	Korrelationskoeffizient $\gamma$	2-seitige Signifikanz	N
Widerstand/ TaBo	.237	.000	189
Unmittelbarkeit/ transpersonales Vertrauen/ TaBo	-.210	.000	188

**Tabelle 55:** Korrelationen zum Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“ des OPI.

Der Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“ hat die wenigsten Interkorrelationen von allen Skalen<sup>538</sup>. Innerhalb des OPIs gibt es mit dem Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ einen ausweisbaren Zusammenhang, der aufgrund der inhaltlichen Struktur beider Skalen den Erwartungen entspricht. Die Gemeinsamkeit der Selbstdistanziertheit, die beim Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ durch Introjektion begründet ist und beim behandelten Faktor als eigenständiger Inhalt erhoben wird, führt zu dieser Korrelation, die mit  $\gamma=.208$  vergleichsweise niedrig liegt<sup>539</sup>.

Zu den Faktoren des TaBos sind zwei Korrelationen auffindbar. Beide fallen im Hinblick auf die Bedeutung der betreffenden Skalen semantisch konsistent aus und liegen aufgrund niedriger Werte im schwachen Bereich<sup>540</sup>.

Mit der SCL-90-R kommt keine relevante Korrelation zustande.

Aufgrund der dargestellten Fakten und unter Berücksichtigung der niedrigen Kennwerte dieses Faktors<sup>541</sup> kann er zur Beantwortung der gegebenen Fragestellung nicht herangezogen werden.

---

<sup>538</sup> Siehe Tabelle 55.

<sup>539</sup> Siehe Tabelle 49.

<sup>540</sup> Vgl. Tabelle 55.

<sup>541</sup> Vgl. 5.3.2 Abschnitt „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe.“

## OPI Faktor „Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum“

Korrelationen OPI Faktor "Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum"			
Korrelierender Faktor/ mit Herkunft	Korrelationskoeffizient $\gamma$	2-seitige Signifikanz	N
Widerstand/ TaBo	-.274	.000	133
Somatisierung/ SCL-90-R	-.262	.000	134
Zwanghaftigkeit/ SCL-90-R	-.306	.000	137
Unsicherheit im Sozialkontakt/ SCL-90-R	-.322	.000	136
Depressivität/ SCL-90-R	-.356	.000	138
Ängstlichkeit/ SCL-90-R	-.242	.000	134
Aggressivität/ SCL-90-R	-.396	.000	142
Paranoides Denken/ SCL-90-R	-.348	.000	141
Psychotizismus/ SCL-90-R	-.232	.000	138
Psychische Belastung/ SCL-90-R	-.337	.000	140

**Tabelle 56:** Korrelationen zum Faktor „Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum“ des OPI.

Zum Faktor „Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum“ wurden bereits drei Korrelationen innerhalb des OPIs vorgestellt<sup>542</sup>.

Es gibt einen negativen Zusammenhang zur Skala „Widerstand“ aus dem TaBo. Außerdem wurde eine Korrelation unterhalb der angenommenen Signifikanzgrenze von 0,01 mit dem Generalfaktor des TaBos „Potential/ Leibpräsenz“ ausgewiesen<sup>543</sup>.

Zur SCL-90-R gibt es Korrelationen mit allen Skalen außer „phobische Angst“<sup>544</sup>. Den höchsten Wert mit  $\gamma=-.396$  bildet dabei der negative Zusammenhang zum Faktor „Aggressivität“ und der niedrigste wird mit  $\gamma=-.232$  für die Korrelation zur Skala „Psychotizismus“ ausgegeben.

„Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum“ kann anhand der gezeigten Zusammenhänge als Resilienzfaktor gegenüber nahezu allen psychopathologischen Kategorien bezeichnet werden. Die OPI-internen- und die Korrelationen mit dem TaBo lassen den

<sup>542</sup> Siehe Abschnitte „OPI Faktor „Lebensbejahung/ Identität““, „OPI Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert““ und „OPI Faktor „emotionale Instabilität““ in diesem Kapitel.

<sup>543</sup> Niveau der Signifikanz 0.05,  $\gamma=0.176$ .

<sup>544</sup> Siehe Tabelle 56.

Schluss zu, dass dieses Merkmal begünstigend mit einem „erfüllten Leben“<sup>545</sup> und der Entfaltung des eigenen Potentials auffindbar ist.

### TaBo Faktor „Potential/ Leibpräsenz“

Korrelationen TaBo Faktor "Potential/ Leibpräsenz"			
Korrelierender Faktor/ mit Herkunft	Korrelationskoeffizient $\gamma$	2- seitige Signifikanz	N
Widerstand/ TaBo	-.490	.000	242
Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft/ TaBo	.419	.000	243
Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben/ TaBo	.589	.000	244
Verantwortungsübernahme/ TaBo	.388	.000	232
Commitment/ TaBo	.431	.000	243
Somatisierung/ SCL-90-R	-.270	.000	175
Zwanghaftigkeit/ SCL-90-R	-.379	.000	177
Unsicherheit im Sozialkontakt/ SCL-90-R	-.223	.000	178
Depressivität/ SCL-90-R	-.320	.000	177
Ängstlichkeit/ SCL-90-R	-.261	.000	177
Aggressivität/ SCL-90-R	-.208	.000	183
Paranoides Denken/ SCL-90-R	-.250	.000	183
Psychotizismus/ SCL-90-R	-.223	.000	180
Psychische Belastung/ SCL-90-R	-.224	.000	180

**Tabelle 57:** Korrelationen zum Faktor „Potential/ Leibpräsenz“ des TaBo.

Neben den oben einzusehenden Zusammenhängen zum OPI gibt es zu diesem Faktor Korrelationen mit allen Skalen des TaBos<sup>546</sup>. Der größte Wert mit  $\gamma=.589$  findet sich dabei zum Faktor „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“, was die Hypothese stützt, die den Generalfaktor des TaBos als implizit transpersonalen Faktor bezeichnet<sup>547</sup>. Dieser Zusammenhang belegt die Zusammengehörigkeit der beiden

<sup>545</sup> Vgl. Bedeutung des Faktors „Lebensbejahung/ Identität“, siehe Kapitel 5.3.2 Abschnitt „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe“.

<sup>546</sup> Siehe Tabelle 57.

<sup>547</sup> Siehe Abschnitt „OPI Faktor „transpersonales Vertrauen/ inneres Wissen“ in diesem Kapitel.

Aspekte transpersonalen Erlebens: Körper und Seele oder Leib und Selbst. Inhaltlich konsistent gibt es eine negative Korrelation mit der Skala „Widerstand“ und positive Zusammenhänge zu allen anderen Skalen des TaBo, die übereinstimmend eine positive Konnotation aufweisen. Die Korrelationen mit den Skalen der SCL-90-R sind ebenfalls zahlreich und umschließen alle Faktoren bis auf „phobische Angst“. Die Werte liegen dabei vergleichsweise niedrig und dicht beieinander, sodass kein spezifischer Schwerpunkt auffindbar ist<sup>548</sup>.

Die vorgestellten Korrelationen weisen den behandelten Faktor analog zum vorherigen als Resilienzfaktor gegenüber psychischen Störungen aus. Der bereits erläuterte Zusammenhang der verschiedenen Ebenen transpersonaler Phänomene und die zweifache inhaltliche Struktur des Merkmals „Potential/ Leibpräsenz“ lassen die Schlussfolgerung zu, dass eine transpersonale Orientierung in einem begünstigenden Zusammenhang mit dem Erschließen individueller Potentiale steht.

#### **TaBo Faktor „Widerstand“**

<b>Korrelationen TaBo Faktor "Widerstand"</b>			
<b>Korrelierender Faktor/ mit Herkunft</b>	<b>Korrelationskoeffizient <sup>γ</sup></b>	<b>2- seitige Signifikanz</b>	<b>N</b>
Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft/ TaBo	-.232	.000	250
Unmittelbarkeit/ transpersonales Vertrauen/ TaBo	-.488	.000	249
Verantwortungsübernahme/ TaBo	-.344	.000	236
Commitment/ TaBo	-.268	.000	249
Somatisierung/ SCL-90-R	.236	.000	180
Zwanghaftigkeit/ SCL-90-R	.231	.000	182
Unsicherheit im Sozialkontakt/ SCL- 90-R	.262	.000	183
Depressivität/ SCL-90-R	.205	.000	182
Phobische Angst/ SCL-90-R	.232	.000	188
Paranoides Denken/ SCL-90-R	.302	.000	188
Psychotizismus/ SCL-90-R	.191	.000	185

**Tabelle 58:** Korrelationen zum Faktor „*Widerstand*“ des TaBo.

<sup>548</sup> Siehe Tabelle 57.

Neben den bereits erläuterten Zusammenhängen zum OPI<sup>549</sup> gibt es aus der Perspektive des zweiten Faktors des TaBos Korrelationen zu allen TaBo-Faktoren und sieben SCL-Faktoren<sup>550</sup>. Die zwei höchsten Werte innerhalb des TaBos liegen dicht beieinander: Es handelt sich um den Generalfaktor „Potential/ Leibpräsenz“ mit  $\gamma = -.490$  und den Faktor „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“ mit  $\gamma = -.488$ . Diese Ähnlichkeit belegt wiederum die inhaltliche Verknüpfung dieser zwei Skalen. Alle Korrelationskoeffizienten zu den ressourcenorientierten Skalen des OPIs und zum TaBo sind negativ. Die auffindbaren Interaktionen mit der SCL-90-R hingegen weisen positive, jedoch vergleichsweise niedrige Werte auf.

Die Korrelationen der Skala „Widerstand“ legen den Schluss nahe, dass der Widerstand gegen die in den Seminaren durchgeführten Interventionen das Auffinden psychopathologischer Symptome, wie z.B. Depressivität, begünstigt und dass transpersonale Phänomene einschließlich der im vorherigen Kapitel gezeigten Verknüpfungen zu Leib- und Potentialaspekten hiermit negativ zusammenhängen und dementsprechend durch *Widerstand* unwahrscheinlicher zu finden sind.

### TaBo Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“

Korrelationen TaBo Faktor "Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft"			
Korrelierender Faktor/ mit Herkunft	Korrelationskoeffizient $\gamma$	2- seitige Signifikanz	N
Unmittelbarkeit/ transpersonales Vertrauen/ TaBo	.338	.000	251
Verantwortungsübernahme/ TaBo	.319	.000	239
Commitment/ TaBo	.455	.000	251

**Tabelle 59:** Korrelationen zum Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“ des TaBo.

Der Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“ korreliert mit allen Skalen des TaBos, jedoch mit keiner der anderen Instrumente<sup>551</sup>. Den höchsten Wert erzielt der

<sup>549</sup> Siehe oben.

<sup>550</sup> Siehe Tabelle 58.

<sup>551</sup> Siehe oben und Tabelle 59.

Zusammenhang mit der Skala „Commitment“ und den niedrigsten mit dem Faktor „Widerstand“. Die positive Korrelation mit der Skala „Commitment“ kommt durch die inhaltlichen Überschneidungen beider Komponenten zustande, die in der Ähnlichkeit der Items liegt<sup>552</sup>. Diese beziehen sich alle auf den Kurs selbst, indem in jeder Frage die Formulierungen „Kurs“, „Kursleitung“ oder „Teilnahme am Kurs“ vorkommen. Der Wert des Zusammenhangs zum Generalfaktor des TaBos ist mit  $\gamma=.419$  ähnlich hoch, wie jener zum Faktor „Commitment“. Alle anderen Werte fallen niedriger aus.

Die Verknüpfung mit den Skalen „Potential/ Leibpräsenz“ und „Commitment“ legen die Annahme nahe, dass die in der Skala „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“ abgebildeten Inhalte das Commitment für die PS und das Erleben bzw. Gelingen der im Generalfaktor des TaBos enthaltenen Konstrukte begünstigen.

#### **TaBo Faktor „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“**

<b>Korrelationen TaBo Faktor "Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben"</b>			
<b>Korrelierender Faktor/ mit Herkunft</b>	<b>Korrelationskoeffizient <math>\gamma</math></b>	<b>2- seitige Signifikanz</b>	<b>N</b>
Verantwortungsübernahme/ TaBo	.454	.000	238
Commitment/ TaBo	.304	.000	251
Zwanghaftigkeit/ SCL-90-R	-.223	.000	182
Unsicherheit im Sozialkontakt/ SCL-90-R	-.235	.000	183
Depressivität/ SCL-90-R	-.195	.000	182
Paranoides Denken/ SCL-90-R	-.227	.000	188

**Tabelle 60:** Korrelationen zum Faktor „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“ des TaBo.

Der (explizit) transpersonale Faktor des TaBos weist viele Interaktionen zu allen verwendeten Instrumenten auf<sup>553</sup>. Einige davon bleiben jedoch über der Signifikanzgrenze von  $\alpha=0.01$  und wurden deshalb nicht berücksichtigt. Wie oben gezeigt wurde, korreliert dieser Faktor mit allen Skalen des OPIs außer „Partnerschaft/

<sup>552</sup> Siehe Kapitel 5.3.4.

<sup>553</sup> Siehe oben und Tabelle 60.

evolutionäres Wachstum“. Alle bestehenden Zusammenhänge zum OPI fallen mit  $\gamma < .3$  vergleichsweise niedrig aus.

Innerhalb des TaBoS ist der Zusammenhang zum implizit transpersonalen Faktor „Potential/ Leibpräsenz“ mit  $\gamma = .589$  der stärkste und zur Skala „Commitment“ mit  $\gamma = .304$  der schwächste.

Des Weiteren finden sich vier Korrelationen zur SCL-90-R auf dem maximalen Signifikanzniveau und weitere drei auf dem schwächeren Niveau von  $\alpha = 0,05$ . Die Werte hierzu liegen alle vergleichsweise niedrig und weisen erwartungsgemäß ein negatives Vorzeichen auf<sup>554</sup>.

Aus den vorgestellten Interaktionen des Faktors „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“ kann zunächst der bereits im Abschnitt „TaBo Faktor „Potential/ Leibpräsenz““ erläuterte Zusammenhang zum Generalfaktor des TaBoS abgeleitet werden und dass die Übernahme von Verantwortung<sup>555</sup> für das Erleben transpersonaler Phänomene günstig ist. Die vergleichsweise niedrigen Korrelationen zu den anderen Instrumenten lassen keine weiterführenden Aussagen zu.

### TaBo Faktor „Verantwortungsübernahme“

Korrelationen TaBo Faktor "Verantwortungsübernahme"			
Korrelierender Faktor/ mit Herkunft	Korrelationskoeffizient $\gamma$	2- seitige Signifikanz	N
Commitment/ TaBo	.322	.000	237
Zwanghaftigkeit/ SCL-90-R	-.230	.000	174
Unsicherheit im Sozialkontakt/ SCL-90-R	-.211	.000	174
Phobische Angst/ SCL-90-R	-.192	.000	179
Paranoides Denken/ SCL-90-R	-.245	.000	179
Psychotizismus/ SCL-90-R	-.230	.000	176

**Tabelle 61:** Korrelationen zum Faktor „Verantwortungsübernahme“ des TaBo.

<sup>554</sup> Siehe Tabelle 60.

<sup>555</sup> Repräsentiert durch den gleichnamigen Faktor und dessen Inhalte, siehe Kapitel 5.3.4.

Der Faktor „Verantwortungsübernahme“ weist ebenfalls viele Verbindungen zu den anderen Instrumenten auf<sup>556</sup>.

Mit den OPI-Faktoren lässt sich die größte Korrelation mit  $\gamma=.335$  zur ersten Komponente seines Generalfaktors „Lebensbejahung/ Identität“ ausweisen. Alle weiteren liegen mit  $\gamma<.3$  niedriger.

Der stärkste Zusammenhang innerhalb des TaBos findet sich zum bereits vorgestellten transpersonalen Faktor „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“, die schwächste Korrelation besteht zur Skala „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“. Die Werte liegen dabei im weniger relevanten Bereich um  $\gamma\sim.3$ .

Die Ausprägungen der Werte bezüglich der Korrelationen mit der SCL-90-R liegen ähnlich niedrig und sind homogen. Es lassen sich hier fünf Zusammenhänge<sup>557</sup> und weitere vier auf dem niedrigeren Signifikanzniveau von  $\alpha=0,05$  zeigen. Diese sind erwartungskonform alle negativ.

Die vorgestellten Zusammenhänge mit dem Faktor „Verantwortungsübernahme“ lassen eine Schlussfolgerung bezüglich der Verbindung zur Skala „Lebensbejahung/ Identität“ zu: Die Verantwortungsübernahme für die eigene Individuation wirkt sich positiv auf ein „erfülltes“ Leben aus.

### **TaBo Faktor „Commitment“**

Alle relevanten Korrelationen der Skala „Commitment“ wurden bereits in den vorherigen Abschnitten dargestellt<sup>558</sup>. Aufgrund fehlender Interaktionen mit der SCL-90-R wird hier keine Tabelle mit weiteren Korrelationskoeffizienten gezeigt.

---

<sup>556</sup> Siehe oben und Tabelle 61.

<sup>557</sup> Siehe Tabelle 61.

<sup>558</sup> Siehe oben.

Die Verbindung zum OPI durch die Korrelation mit seinem Faktor „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“ liegt mit  $\gamma=.265$  vergleichsweise niedrig.

Innerhalb des TaBos bestehen die zwei stärksten Zusammenhänge mit  $\gamma=.455$  zur Skala „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“ und mit  $\gamma=.431$  zum Faktor „Potential/ Leibpräsenz“.

Aufgrund des niedrigen Wertes des einzigen instrumentenübergreifenden Korrelationskoeffizienten lässt sich zum behandelten Faktor lediglich eine TaBo-interne Aussage treffen: Commitment gegenüber der angewendeten Methode bzw. den Seminaren begünstigt die Entfaltung individueller Potentiale und das Erleben von Leibpräsenz während der Interventionen.

### **Korrelationen der SCL-90-R**

Die Korrelationen der SCL-90-R-Skalen mit den anderen Instrumenten wurden bereits vorgestellt<sup>559</sup>. Innerhalb der SCL-90-R korrelieren alle Faktoren untereinander innerhalb eines Wertespektrums von  $\gamma=.510$  und  $\gamma=.773$ . Sie können im Anhang in der Interkorrelationstabelle auf Seite 407 eingesehen werden. Die SCL-internen Korrelationen sind Gegenstand der Psychopathologie und können an entsprechender Stelle nachgelesen werden<sup>560</sup>. Im Sinne der eingangs gestellten Fragestellung sind sie nicht zielführend und werden daher an dieser Stelle nicht berücksichtigt.

Nachdem die inhaltlichen und Analysen bezüglich der Interkorrelationen der verwendeten Instrumente vorgestellt wurden, befassen sich die letzten drei Kapitel der vorliegenden Arbeit mit den Veränderungsmessungen, also mit der Entwicklung einzelner Merkmale über die Zeit (T1-T3/T4).

---

<sup>559</sup> Siehe oben.

<sup>560</sup> Z.B. Wittchen & Hoyer 2012.

### 5.3.7 Längsschnittliche Entwicklung der Faktoren des OPI

Die bereits vorgestellten Faktoren der konstruierten Instrumente sowie die validen Skalen der SCL-90-R werden im folgenden Abschnitt längsschnittlich untersucht. Im Hinblick auf die motivierenden Fragestellungen und Hypothesen dieser Untersuchung<sup>561</sup> sind die Veränderungsmessungen relevant: Sie werden zeigen, ob und wie stark die erhobenen Merkmale durch die PS-Seminare veränderbar sind. Die hierfür herangezogene Varianzanalyse mit Messwiederholung wurde als mathematische Vorgehensweise ausgewählt, weil sie mehrere Variablen gleichzeitig berücksichtigt und als „Mittel der Wahl“ für die Prüfung der Signifikanz experimentell getesteter Variablen gilt<sup>562</sup>. Dabei werden die Mittelwerte eines Merkmals über die verschiedenen Messzeitpunkte hinweg miteinander verglichen, um die erzielten Effekte belegen zu können<sup>563</sup>. Die mathematischen Voraussetzungen dafür sind die Gauß'sche Normalverteilung und Homogenität der Varianzen der erhobenen Daten. Die Normalverteilung wurde für das OPI und den TaBo bereits nachgewiesen<sup>564</sup>. Für die SCL-90-R wird dieser Nachweis und das Maß der Stichprobeneignung zu Beginn des Kapitels 5.3.8 gezeigt. Die Varianzhomogenität ist für alle Faktoren gegeben und wird in der folgenden Darstellung nicht erneut berücksichtigt.

Die Vorstellung der Ergebnisse erfolgt zu jedem Faktor durch eine Tabelle mit den deskriptiven Kennwerten<sup>565</sup> und durch die F-, Signifikanz- und Etawerte in einer weiteren zusammenfassenden Tabelle. Bei den Etawerten handelt es sich jeweils um das partielle Eta-Quadrat. Zur optischen Illustration wurden Verlaufsgraphen gewählt, die die Mittelwerte in Relation zu den Erhebungszeitpunkten zeigen. Alle Graphen verwenden dazu das „geschätzte Randmittel“, das heißt, in den Grafiken sind nicht die exakten Werte abgetragen, die in den Tabellen zu finden sind, sondern das verwendete Computerprogramm SPSS 19 bezieht weitere Kennwerte mit ein, die die Effekte

---

<sup>561</sup> Siehe Kapitel 5.2.1.

<sup>562</sup> Vgl. z.B. <http://www.methodenberatung.uzh.ch/datenanalyse/unterschiede/zentral/evarianzmessw.html>

<sup>563</sup> Vgl. Bortz 2005, S. 336ff.

<sup>564</sup> Siehe Kapitel 5.3.2 und 5.3.4.

<sup>565</sup> Mittelwerte, Standardabweichung und Anzahl vollständig enthaltener Fälle.

bezüglich der jeweiligen Variable verdeutlichen sollen<sup>566</sup>. Dies führt mitunter dazu, dass in der Grafik höhere oder niedrigere Werte zu sehen sind als in der zugehörigen Tabelle. Die angegebene Anzahl der verarbeiteten Fälle in den Tabellen (N) unterscheidet sich bezüglich der Gesamtzahl der befragten Teilnehmer und der verschiedenen Faktoren, weil die zugrunde liegenden Datensätze unverändert genutzt wurden und keine ersetzten Werte für ausgelassene Antworten der Probanden enthalten. Das Ersetzen fehlender Werte war aufgrund der vorliegenden Stichprobengröße nicht notwendig und führt tendenziell zur Minimierung der Wertestreuung<sup>567</sup>.

Alle hier beschriebenen Faktoren waren als Ergebnis der Faktorenanalyse zum Zeitpunkt T3 gebildet worden. Die Veränderungsmessungen sollten vor dem Hintergrund der oben beschriebenen Faktorenanalysen der eigens konstruierten Instrumente betrachtet werden<sup>568</sup>. Diese erzielten jeweils zum Zeitpunkt T3 die besten Ergebnisse hinsichtlich der Anzahl der einbezogenen Items und der Interpretierbarkeit der gebildeten Faktoren. Die Unterkapitel „Gruppenunterschiede...“ enthalten aus Gründen der Übersichtlichkeit keine Tabellen zur deskriptiven Statistik. Diese finden sich im Anhang auf den Seiten 371-396. Wenn kein solches Unterkapitel vorliegt, sind keine relevanten Gruppenunterschiede für die jeweilige Skala ausweisbar. Die zugrunde liegenden Gruppen wurden mittels folgender Kriterien gebildet, die zum Teil direkt mit den Instrumenten erfragt worden waren, und zum anderen Teil aus den Daten abgeleitet werden konnten. Tabelle 62 zeigt die Gruppenunterscheidungsmerkmale mit ihrer Herkunft und den möglichen Ausprägungen.

---

<sup>566</sup> Vgl. Brosius 2011, S. 635 und 643.

<sup>567</sup> Vgl. ebd. S. 282f.

<sup>568</sup> Vgl. Kapitel 5.3.2 und 5.3.4.

Unterscheidungskriterium	Herkunft	Ausprägungen
Geschlecht	OPI/ SCL	Männlich/ weiblich
Alter	OPI/ SCL	15-25/ 25-35/ 35-45/ 45-55/ 55-65 Jahre/ älter als 65
Schulbildung	OPI	Hauptschule/ Realschule/ Gymnasium/ Hochschulabschluss
Therapieererfahrung/ Art der Therapieererfahrung	OPI	Keine/ Verhaltenstherapie/ Gesprächstherapie/ Gestalttherapie/ Psychoanalyse/ Tiefenpsychologische Therapie/ Psychosynthese/ sonstige Therapieformen/ mehrere Therapieformen
Dauer der Therapieererfahrung	OPI	Einige Monate/ mindestens 1 Jahr/ mehr als 2 Jahre/ mehr als 5 Jahre
Vorerfahrung in PS-Seminaren	Datensatz	Ja/ nein
Art des PS- Seminars	Datensatz	Kind I/ Kind II/ Kind III/ Schattenkurs/ der heilige Gral/ Glück der Selbstbestimmung (alle 7 Tage)/ Regisseur werden im eigenen Leben (PS- Einführung)/ die Teile und das Ganze/ Lieben & Wollen (alle 5 Tage)
Länge des Seminars	Datensatz	5 Tage/ 7 Tage

**Tabelle 62:** Gruppenunterscheidungskriterien, Herkunft und Ausprägung des Gruppenmerkmals.

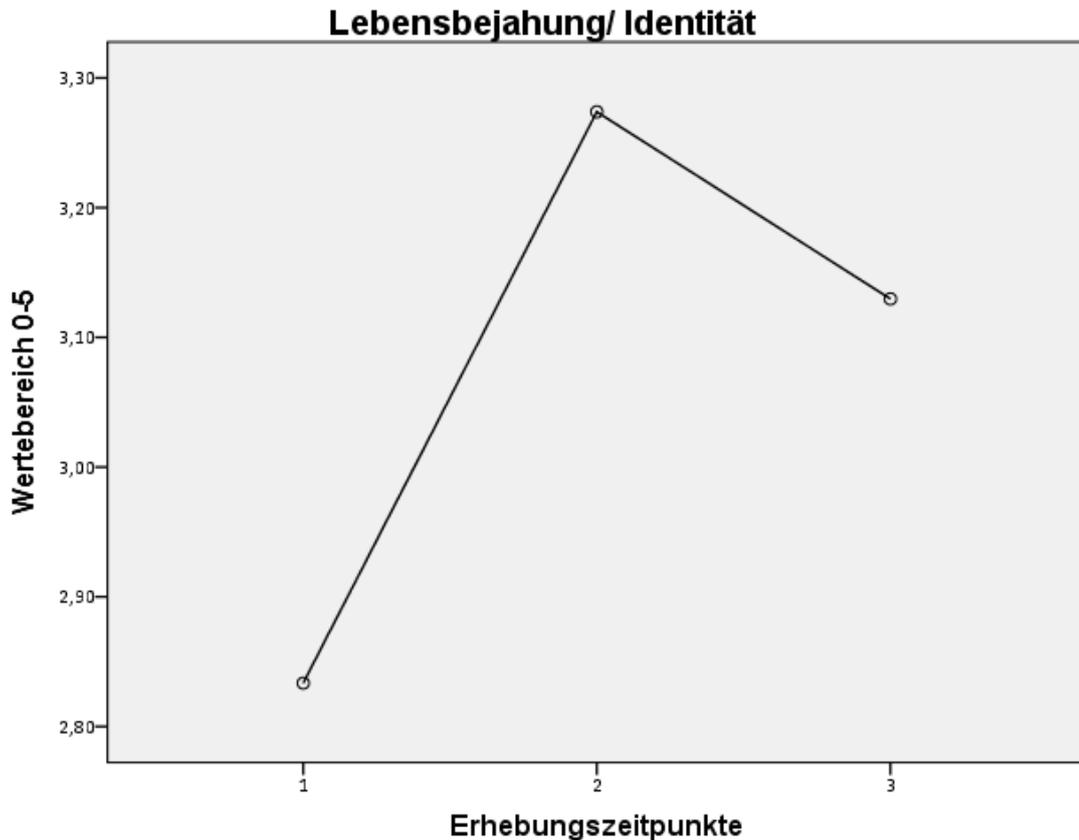
### OPI Faktor „Lebensbejahung/ Identität“

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Lebensbejahung_T1	2,8335	,66010	157
Lebensbejahung_T2	3,2739	,47324	157
Lebensbejahung_T3	3,1297	,52194	157

**Tabelle 63:** Deskriptive Statistik zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,573	44,433	,000	,364

**Tabelle 64:** Multivariate Statistik zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“.



**Abbildung 33:** Verlaufsgraph zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“.

Die erste Komponente des Generalfaktors des OPIs verändert sich hochsignifikant positiv im Sinne steigender Werte des Merkmals „Lebensbejahung/ Identität“<sup>569</sup>. Der vergleichsweise hohe Eta-Wert weist einen starken Effekt für diese Skala aus. Tabelle 63 zeigt die deskriptiven Kennwerte dieses Faktors.

Der Verlaufsgraph in Abbildung 33 zeigt einen deutlichen Anstieg der Werte von T1 zu T2 und einen leichten Abstieg zu T3, dessen Endpunkt jedoch über dem Eingangsniveau liegt.

Dieser Faktor ist im Hinblick auf die Gesamtheit der Ergebnisse besonders wichtig. Er kommt erst durch die Überwindung der negativen Wirklichkeitskonstruktion zustande und repräsentiert damit die durch den Besuch der PS-Seminare vollzogenen Perspektivwechsel in Richtung einer ressourcenorientierten Sichtweise. Die

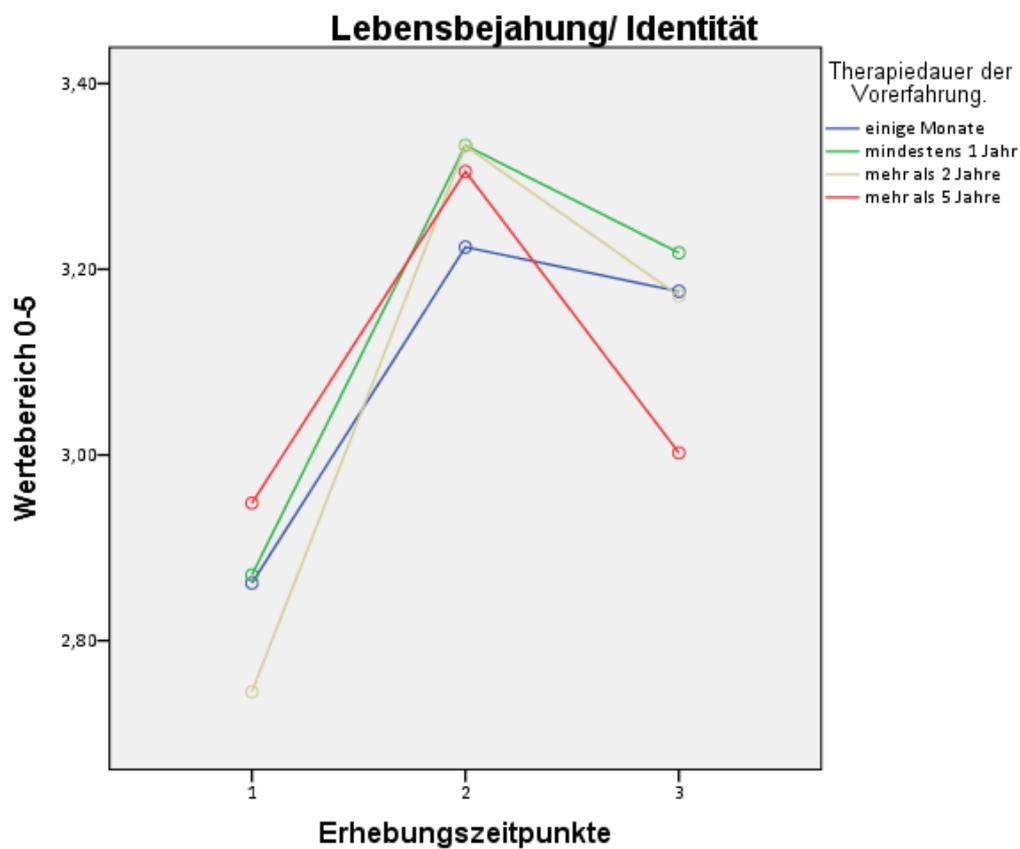
<sup>569</sup> Vgl. Tabelle 64.

vergleichsweise niedrigen Werteveränderungen sollten im Verhältnis zu den Erkenntnissen der Faktorenanalysen und der gezeigten Umkehr des Generalfaktors vom Negativen ins Positive betrachtet werden<sup>570</sup>.

### Gruppenunterschiede zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,136	2,217702	,043	,064

**Tabelle 65:** Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „Lebensbejahung/Identität“.



**Abbildung 34:** Verlaufsgraph zum Gruppenunterschied bei der Therapieerfahrung zum Faktor „Lebensbejahung/Identität“.

<sup>570</sup> Vgl. Kapitel 5.3.3 Abschnitt „der Generalfaktor“.

Die Prüfung der Unterschiede zwischen den Gruppen zeigt, dass der Faktor „Lebensbejahung/ Identität“ tendenziell bedeutsame Unterschiede aufweist, wenn die Dauer der Therapievorerfahrung der Versuchspersonen als Unterscheidungsmerkmal angelegt wird. Tabelle 65 zeigt mit einem Signifikanzwert von .043 lediglich eine schwache Tendenz, nicht aber einen statistisch bedeutsamen Zusammenhang. Der zugehörige Verlaufsgraph zeigt den größten Unterschied zwischen den Kurven der Personen mit zwei und fünf Jahren Therapieerfahrung<sup>571</sup>. Daraus lässt sich ableiten, dass die Therapievorerfahrung im Verhältnis zu ihrer Länge zu entsprechend hohen Eingangswerten führt. Ab einem Wert von 3,0<sup>572</sup> stellt sich hier der „ceiling-Effekt“<sup>573</sup> ein. Dieser beschreibt das Phänomen der stagnierenden Werte obwohl das betreffende Merkmal weiterhin durch Interventionen verändert wird. Demnach vermitteln die befragten Personen mit Antworten >3,0, dass „Lebensbejahung/ Identität“ integriert wurde.

Der hier und ebenfalls bei weiteren Skalen auffindbare ceiling-Effekt<sup>574</sup> stellt sich in folgender Weise ein: Die zur Verfügung stehende Werteskala wird von den befragten Personen nicht in ihrem vollen Spektrum genutzt, um ihre Entwicklungen bezüglich der verschiedenen Merkmale abzubilden. Stattdessen kann bei mehreren Faktoren ein Wertenniveau benannt werden, ab dem keine weitere Zu- bzw. Abnahme der Werte mehr auffindbar ist. Dieses Wertenniveau spiegelt jeweils eine klare Stellung der Befragten zum jeweiligen Merkmal wider. Am Beispiel des behandelten Faktors heißt das: „„eher ja“, „Lebensbejahung/Identität“ gehört zu meiner Wirklichkeitskonstruktion.“ Die Begründung für diese Art des Antwortverhaltens kann mit den vorliegenden Daten nicht gegeben werden. Mögliche Erklärungen sind z.B. die Annahme der Teilnehmer, dass die erfragten Merkmale bei bestimmten Personen, wie etwa sehr therapieerfahrenen Personen in stärkerer Ausprägung vorliegen müsste und für sich selbst deshalb nicht der maximale Wert gewählt wurde, oder dass die soziale Erwünschtheit dagegen spricht, sich selbst in maximal günstiger Ausprägung auf den

---

<sup>571</sup> Siehe Abbildung 34.

<sup>572</sup> 3,0 = Antwortoption „eher ja“ im OPI, siehe Anhang S. 411-414.

<sup>573</sup> Vgl. z.B. <https://books.google.de/books?isbn=3817478119>.

<sup>574</sup> Siehe z.B. Abschnitt „OPI Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ in diesem Kapitel.

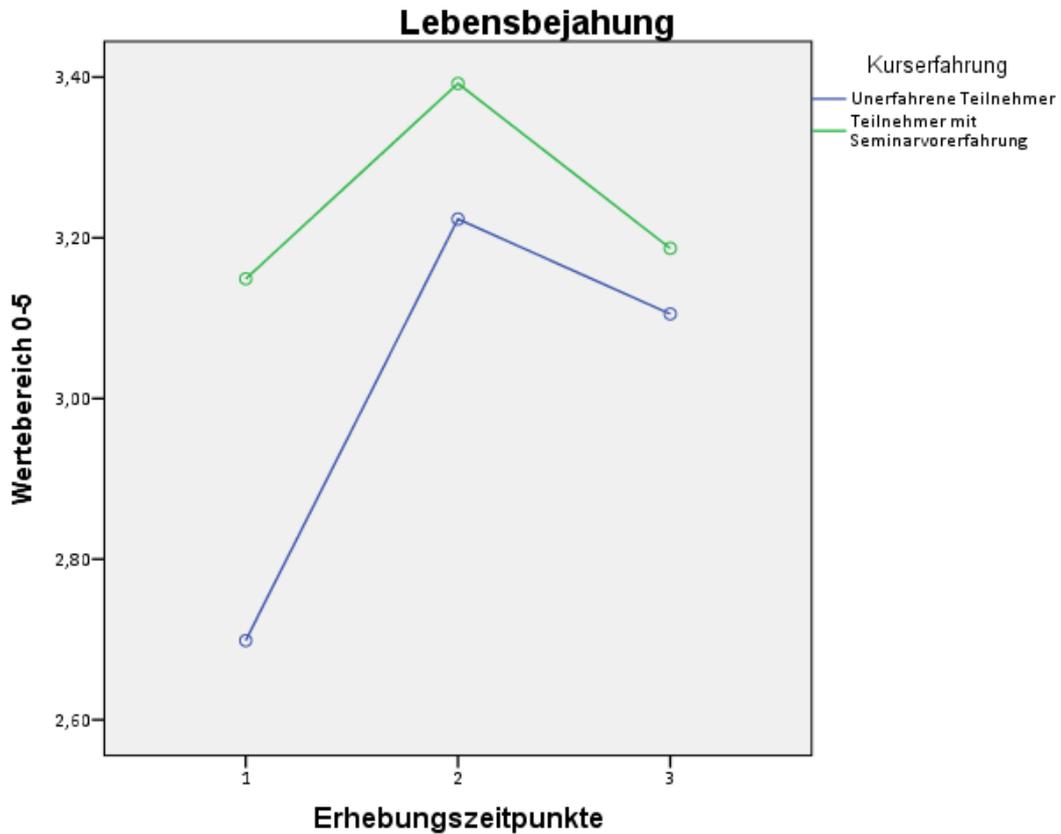
verschiedenen Skalen zu verorten. Während der Seminare wurde durch die Leitung häufig Abstand zu Perfektionsansprüchen hergestellt, indem Formulierungen, wie „nicht perfekt, aber ausreichend gut“<sup>575</sup> gewählt wurden, die zur Antworttendenz der Teilnehmer beigetragen haben können. Eine weitere Begründung könnte in der „Abnutzung des Therapieeffektes“ liegen, der sich nach mehreren Jahren einstellt. Letzlich muss die Erklärung für die häufig auffindbare Stagnation der Werte auf hohen Niveaus offen bleiben. Weitere Forschungsarbeit zur Klärung dieser Fragestellung wäre hier angezeigt.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,138	10,609	,000	,121

**Tabelle 66:** Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Lebensbejahung/Identität“.

---

<sup>575</sup> Reinhardt, während der Seminare.



**Abbildung 35:** Verlaufsgraph zum Gruppenunterschied bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Lebensbejahung/Identität“.

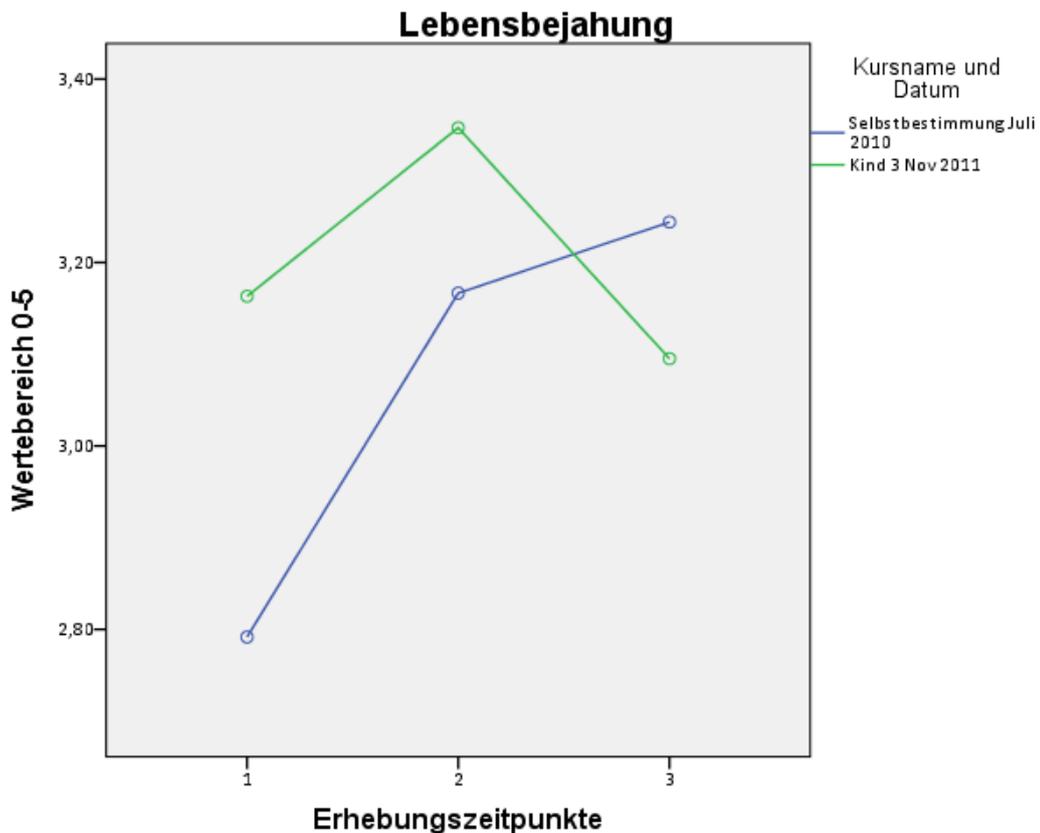
Einen hochsignifikanten Unterschied zeigt die Gruppendifferenzierung zwischen den erfahrenen und den unerfahrenen Probanden bezüglich ihrer Seminarvorerfahrung<sup>576</sup>. Der Verlaufsgraph zeigt hier nahezu identische Werte zu T1 und T3 bei den erfahrenen Teilnehmern mit einem dazwischenliegenden Peak zum Zeitpunkt T2. Die unerfahrenen Personen hingegen machen einen großen Schritt in Richtung ansteigender Werte von T1 zu T2 und darauf folgend einen leichten Abfall hin zum Nachtreffen (T3), wo die Werte nah am Ausgangsniveau der erfahrenen Gruppe liegen<sup>577</sup>. Der gezeigte Verlauf wird wiederum mit dem ceiling-Effekt ab Werten von >3,1 begründet.

<sup>576</sup> Siehe Tabelle 66.

<sup>577</sup> Siehe Abbildung 35.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,392	2,12491501	,002	,164

**Tabelle 67:** Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „Lebensbejahung/Identität“.



**Abbildung 36:** Verlaufgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“.

Ein ebenfalls signifikanter Unterschied bezüglich dieses Faktors besteht zwischen den verschiedenen Seminaren<sup>578</sup>. Für den Verlaufgraphen wurden zugunsten der Übersichtlichkeit zwei Seminare ausgewählt, die die Extrema dieses Vergleichs repräsentieren<sup>579</sup>. Es handelt sich dabei um die Seminare *Kind III*, November 2011 und

<sup>578</sup> Siehe Tabelle 67.

<sup>579</sup> Vgl. Abbildung 36.

„Vom Glück der Selbstbestimmung“, Juni 2010<sup>580</sup>. Die unterschiedlichen Einstiegswerte dieser beiden Gruppen, die sich dann abweichend entwickeln und auf einem ähnlichen Niveau zum Zeitpunkt T3 enden, sprechen erneut für den ceiling-Effekt, der sich bei diesem Faktor bei Werten ab 3,0 einstellt<sup>581</sup>.

Zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“ lässt sich aus den gezeigten Ergebnissen die Schlussfolgerung ziehen, dass die PS-Seminare geeignet sind, um hochsignifikante Veränderungen in einer für die teilnehmenden Personen günstigen Orientierung zu bewirken.

Der in Kapitel 5.3.3 vorgestellte Perspektivwechsel spiegelt sich in den längsschnittlichen Ergebnissen dieses Faktors wider, indem ab Werten >3,0 der ceiling-Effekt für die nicht weiter ansteigenden Werte sorgt und gleichermaßen den vollzogenen Perspektivwechsel anzeigt. Werte >3,0 bejahen das Vorhandensein dieser Skala, nachdem die bildenden Items von den befragten Personen zuvor negativ interpretiert worden waren.

#### **OPI Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“**

<b>Deskriptive Statistik</b>	<b>Mittelwert</b>	<b>Standardabweichung</b>	<b>N</b>
Fremdbestimmung_T1	2,2184	,85068	178
Fremdbestimmung_T2	1,8279	,74218	178
Fremdbestimmung_T3	1,8469	,75510	178

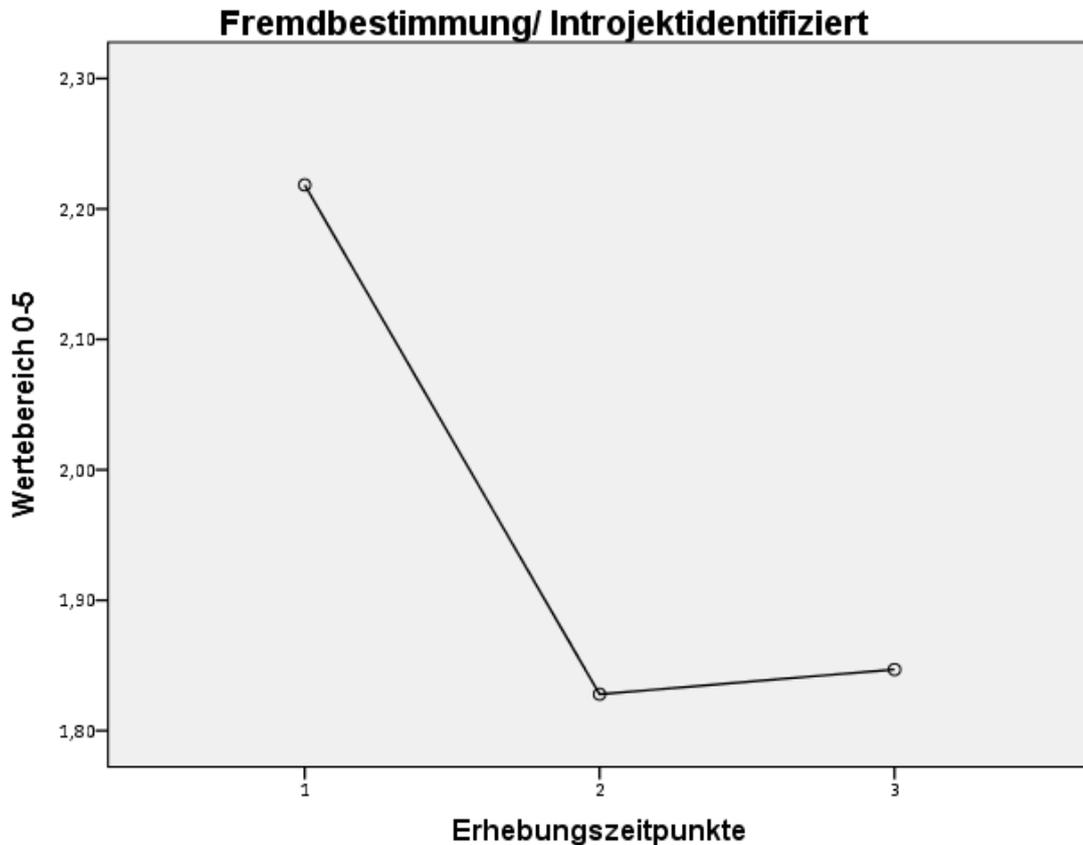
**Tabelle 68:** Deskriptive Statistik zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“.

<b>Multivariate Tests</b>				
<b>Effekt</b>	<b>Wert</b>	<b>F</b>	<b>Signifikanz</b>	<b>Eta</b>
Hotelling-Spur	,355	31,259	,000	,262

**Tabelle 69:** Multivariate Statistik zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“.

<sup>580</sup> Siehe Kapitel 4.1.1.

<sup>581</sup> Siehe Abbildung 36.



**Abbildung 37:** Verlaufsgraph zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“.

Das Merkmal „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ verändert sich ebenfalls hochsignifikant positiv im Sinne abnehmender Werte, die bei diesem Faktor mit negativer Konnotation für die befragten Personen einen günstigen Verlauf anzeigen<sup>582</sup>. Der Verlaufsgraph zu diesem Faktor zeigt eine stark abfallende Kurve von T1 zu T2 und eine Stabilisierung bzw. einen geringen Wiederanstieg der Werte zum Nachtreffen (T3)<sup>583</sup>.

---

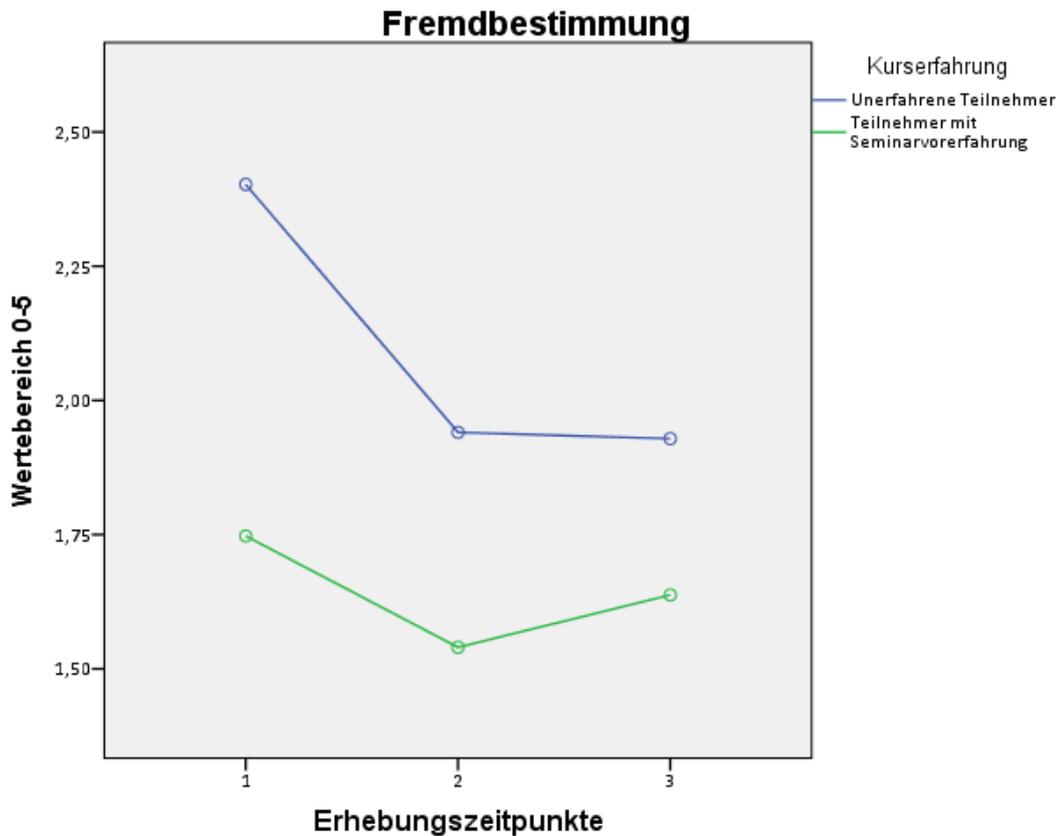
<sup>582</sup> Siehe Tabelle 68 und 69.

<sup>583</sup> Siehe Abbildung 37.

## Gruppenunterschiede zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,053	4,611	,011	,050

**Tabelle 70:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“.



**Abbildung 38:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“.

Eine statistisch relevante Tendenz lässt sich beim Unterscheidungsmerkmal *Seminarerfahrung* ausweisen<sup>584</sup>. Der zugehörige Graph zeigt unterschiedliche Verläufe der zwei gebildeten Gruppen: Die Grundrate (T1) unterscheidet sich zwischen den Gruppen so, dass die erfahrenen Personen geringere Werte angeben und diese im

<sup>584</sup> Siehe Tabelle 70.

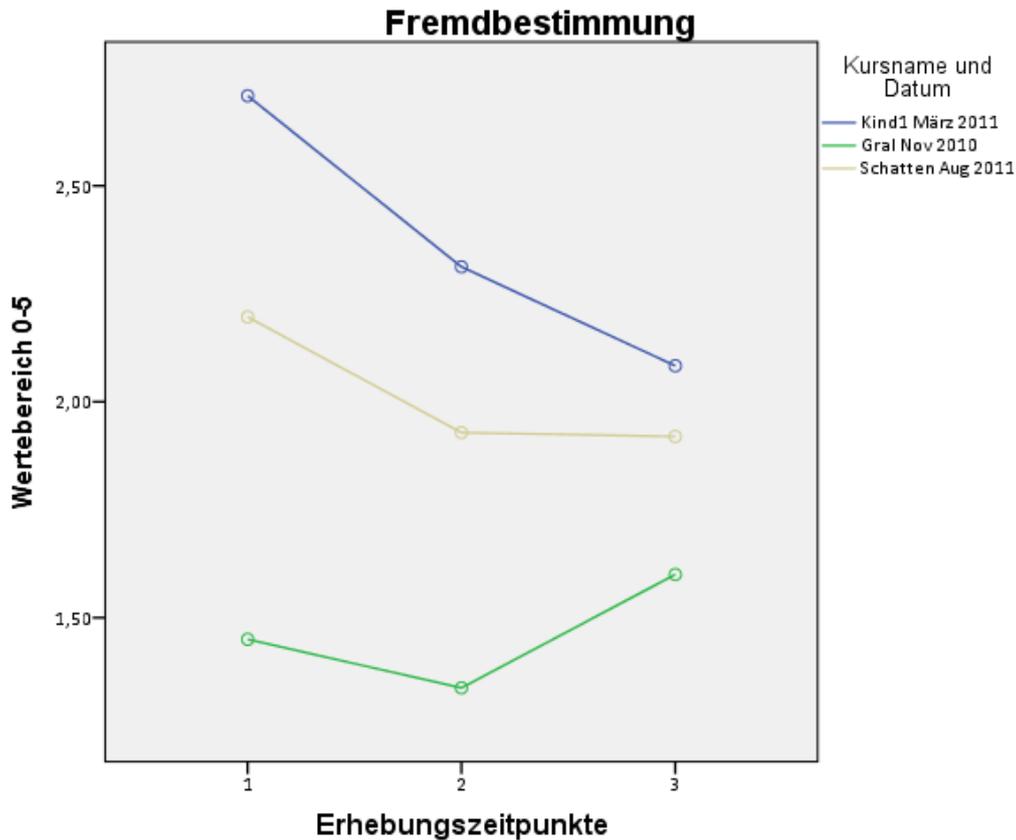
Verlauf der Messungen vergleichsweise stabil bleiben. Die unerfahrenen Teilnehmer weisen eine höhere Grundrate auf und verbessern bzw. verringern ihre Werte in einem deutlichen Schritt zwischen T1 und T2 und einer minimalen Verstärkung des Effekts zum Zeitpunkt T3<sup>585</sup>. Komplementär zur vorher erläuterten Entwicklung des Merkmals „Lebensbejahung/ Identität“ lässt sich auch hier ein Wertenniveau benennen, auf dem „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ mit „*eher nein*“ (Wertebereich  $\leq 2$ ) beantwortet wird und keine weitere Abnahme der Werte mehr auffindbar ist.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,297	1,84798644	,008	,129

**Tabelle 71:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“.

---

<sup>585</sup> Siehe Abbildung 38.



**Abbildung 39:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei den Seminaren zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“.

Wenn die 13 Seminare als Unterscheidungskriterium angelegt werden, ergibt die Varianzanalyse einen Signifikanzwert von .08 und weist somit eine starke Tendenz auf<sup>586</sup>. Der Verlaufsgraph zeigt wiederum eine Teilmenge der analysierten Seminare, um mehr Übersichtlichkeit zu gewährleisten<sup>587</sup>. Enthalten bleiben die Seminare *Kind I*, März 2011, der *Gralkurs*, November 2010 und der *Schattenkurs*, August 2011. Letzterer wurde als Repräsentant für einen „mittleren“ Verlauf hinzugezogen. Der Einsteigerkurs *Kind I* startet mit höheren Werten, die stark abnehmen und dies auch zum Nachtreffen hin mit nahezu anhaltender Intensität tun und der *Gralkurs* mit den erfahrenen Teilnehmern startet auf deutlich niedrigerem Niveau, endet mit nur leicht geringeren Werten, die zum Nachtreffen hin leicht ansteigen und final knapp über dem

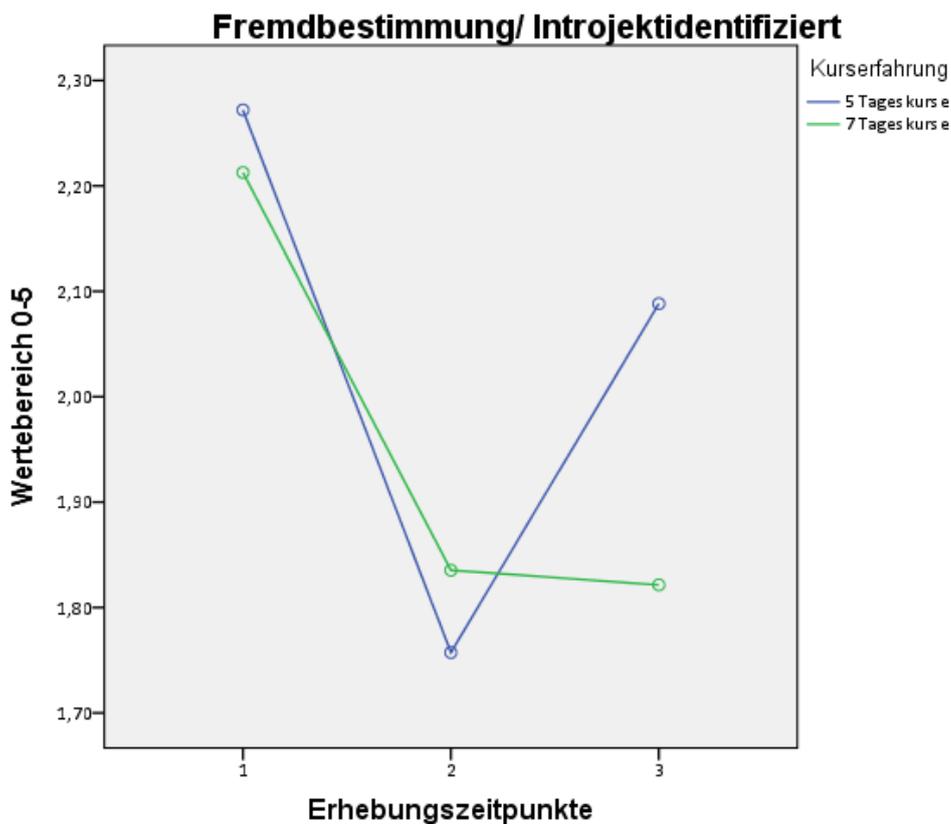
<sup>586</sup> Siehe Tabelle 71.

<sup>587</sup> Siehe Abbildung 39.

Eingangsniveau liegen. Alle drei Verläufe deuten auf einen ceiling-Effekt bei Werten  $\leq 2$  hin.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,030	2,586	,078	,029

**Tabelle 72:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5 und 7 Tageskursen zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“.



**Abbildung 40:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5 und 7 Tageskursen zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“.

Eine schwache Tendenz weisen die Unterschiede zwischen den Teilnehmern der Fünf- und Siebentageskurse auf<sup>588</sup>. Die Graphen für dieses Unterscheidungsmerkmal verlaufen abweichend und spiegeln den typischen Verlauf wider, der auch bei anderen

<sup>588</sup> Siehe Tabelle 72.

Faktoren zu finden ist<sup>589</sup>. Abbildung 40 zeigt einen erwartungskonform günstigeren Verlauf der Siebentageskurse: Die Effekte der längeren Seminare sind bezüglich der Langzeitstabilität im Vorteil. Der Verlauf zwischen T1 und T2 ist nahezu identisch, wobei die Fünftageskurse hier sogar minimal höher liegen. Nach Ende der Seminare gibt es jedoch eine Umkehr dieser Tendenz. Die längeren Seminare entfalten ihre Wirkung weiter und es kommt zum Zeitpunkt T3 zu sinkenden Werten, wohingegen die Teilnehmer der Fünftageskurse einen Wiederanstieg des Phänomens „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ verzeichnen. Der „kritische“ Wert von 2,0 wird dabei wieder überschritten.

Die vorgestellten Veränderungen des Merkmals „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“ werden zusammenfassend als positive Wirkung der PS-Seminare auf die Teilnehmer interpretiert. Ferner kann auch hier mit  $\leq 2,0$  ein Wertebereich identifiziert werden, ab dem das behandelte Merkmal stabil bleibt. Dies wird wiederum als ceiling-Effekt interpretiert, das heißt, ab der Beantwortung der bildenden Items mit „*eher nein*“ findet keine Verringerung der Werte mehr statt, weil die befragten Personen die mit diesem Merkmal abgebildete Realität als akzeptabel bzw. nicht zu ihrer Wirklichkeitskonstruktion gehörend einstufen.

### OPI Faktor „emotionale Instabilität“

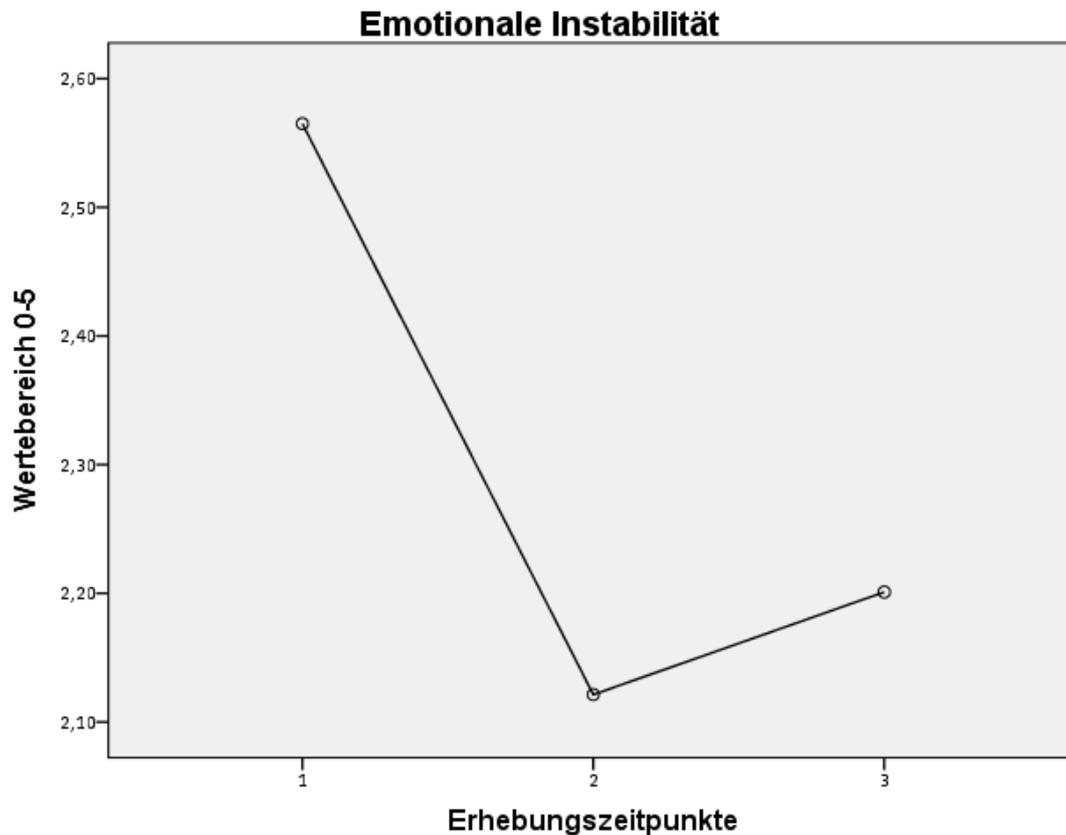
Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Emotionale_Instabilität_T1	2,5650	,90313	204
Emotionale_Instabilität_T2	2,1213	,81075	204
Emotionale_Instabilität_T3	2,2010	,85568	204

**Tabelle 73:** Deskriptive Statistik zum Faktor „*emotionale Instabilität*“.

<sup>589</sup> Siehe z.B. Kapitel 5.3.8 Abschnitt „SCL Faktor „Psychotizismus““.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,432	43,654	,000	,302

**Tabelle 74:** Multivariate Statistik zum Faktor „emotionale Instabilität“.



**Abbildung 41:** Verlaufsgraph zum Faktor „emotionale Instabilität“.

Das Merkmal „emotionale Instabilität“ verändert sich ebenfalls hochsignifikant positiv im Sinne ansteigender emotionaler Stabilität und weist einen vergleichsweise hohen Eta-Wert auf<sup>590</sup>. Der Verlaufsgraph zeigt analog zu vielen anderen Faktoren<sup>591</sup> eine starke Verbesserung von T1 zu T2 und darauf folgend einen geringen Anstieg bzw. eine Abnahme des Effekts hin zum Messzeitpunkt T3<sup>592</sup>.

<sup>590</sup> Siehe Tabelle 73 und 74.

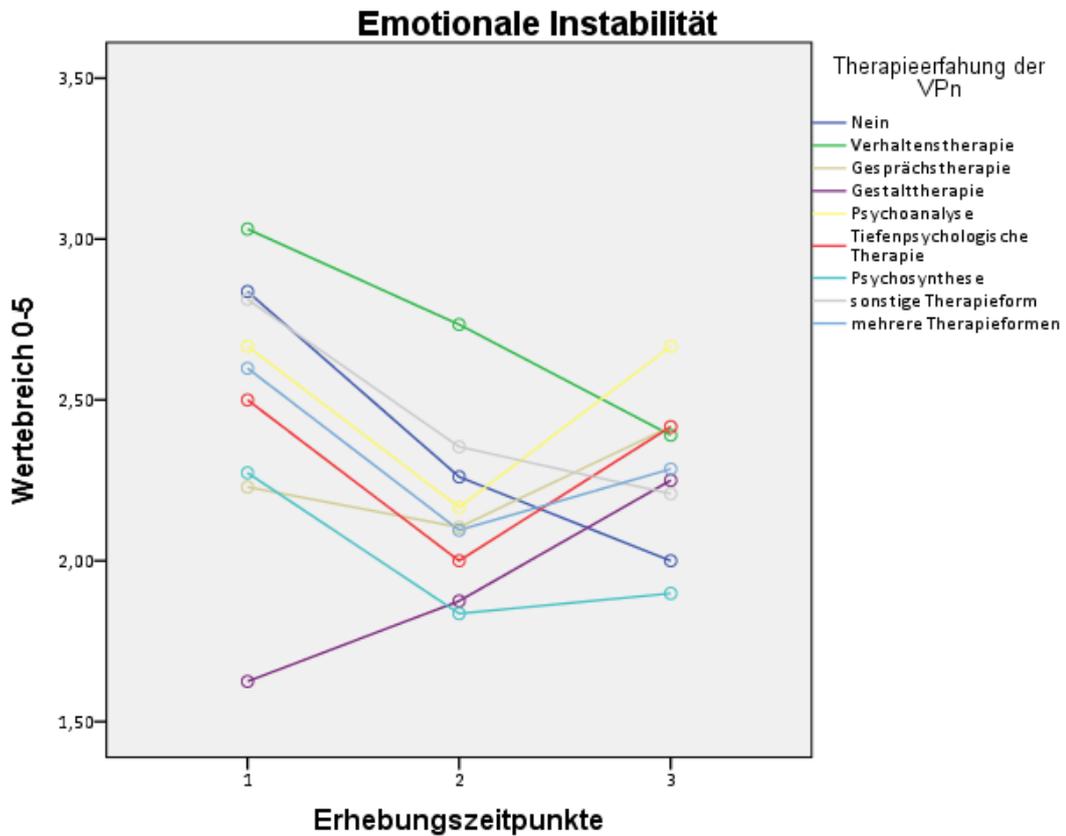
<sup>591</sup> Siehe z.B. Abschnitt „OPI Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert““ in diesem Kapitel oder Kapitel 5.3.8 Abschnitt „SCL Faktor „Somatisierung““.

<sup>592</sup> Siehe Abbildung 41.

## Gruppenunterschiede zum Faktor „emotionale Instabilität“

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,182	1,856	,024	,083

**Tabelle 75:** Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „emotionale Instabilität“.



**Abbildung 42:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „emotionale Instabilität“.

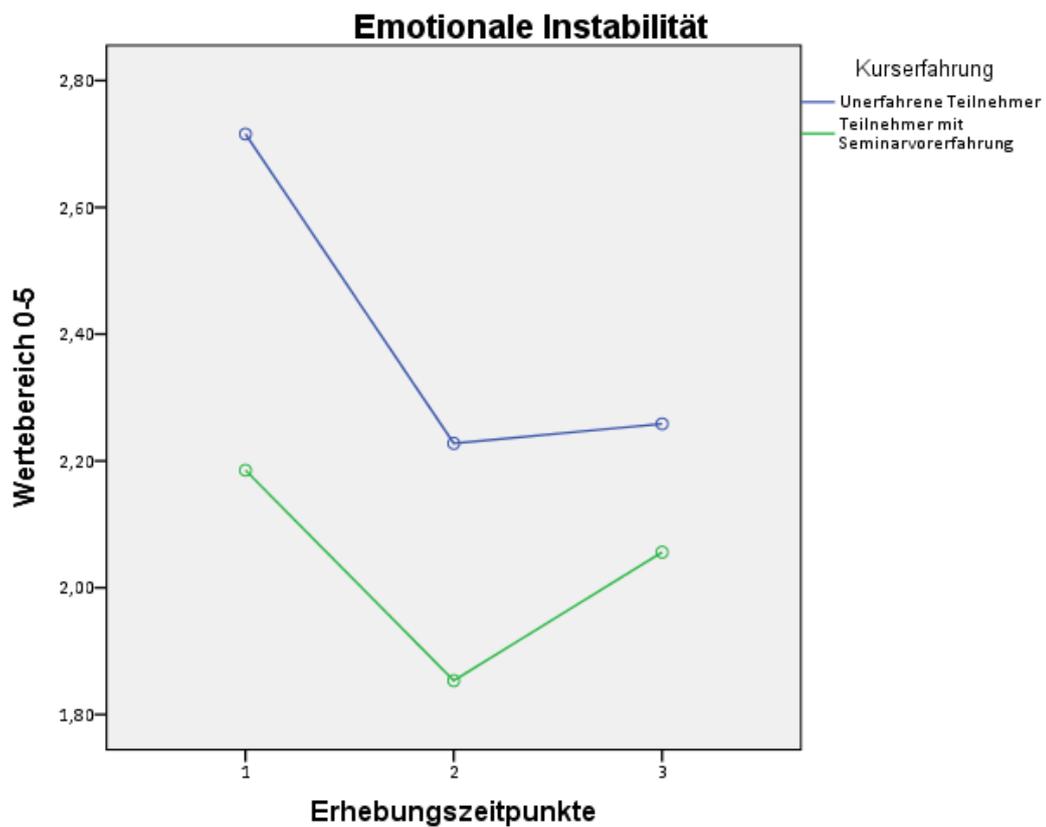
Es zeigen sich tendenzielle Unterschiede in Bezug auf das Merkmal „emotionale Instabilität“<sup>593</sup> zwischen den Gruppen, die mit dem Kriterium spezifischer *Therapieerfahrung* gebildet wurden. Der Verlaufsgraph zeigt den größten Unterschied

<sup>593</sup> Siehe Tabelle 75.

zwischen den Gruppen der Gestalttherapie-Erfahrenen und den Verhaltenstherapie-Erfahrenen<sup>594</sup>.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,037	3,741	,025	,036

**Tabelle 76:** Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „emotionale Instabilität“.



**Abbildung 43:** Verlaufgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „emotionale Instabilität“.

Weitere tendenziell bedeutsame Unterschiede zeigen sich zwischen den seminarerfahrenen und unerfahrenen Teilnehmern. Sie weisen sowohl unterschiedliche Grundraten als auch abweichende Verläufe auf: Die unerfahrenen Personen zeigen

<sup>594</sup> Siehe Abbildung 42.

stark sinkende Werte zum Ende der Seminare und einen minimalen Wiederanstieg zum Nachtreffen. Sie bleiben dennoch über dem Niveau der erfahreneren Teilnehmer, die von T1 zu T2 einen deutlichen Schritt machen und in den Wochen bis zum Nachtreffen einen Wiederanstieg verzeichnen, sodass sie insgesamt eine geringe Veränderung zeigen<sup>595</sup>. Ihr dennoch ausweisbarer „Vorteil“ gegenüber der Vergleichsgruppe weist darauf hin, dass der Effekt der Seminare auf das Merkmal „emotionale Instabilität“ langfristig stabil ist, wodurch die Differenz der Grundrate beider Gruppen erklärbar wird.

Abschließend zur Skala „emotionale Instabilität“ kann im Hinblick auf die vorgestellten Effekte die Aussage getroffen werden, dass die PS-Seminare eine positive Veränderung des behandelten Merkmals bewirken.

Die gezeigten Gruppenunterschiede weisen niedrige Signifikanzen und geringe Varianzaufklärungen auf<sup>596</sup>, sodass von weiterführenden Aussagen abgesehen wird. Spekulativ kann interpretiert werden, dass es auch bei diesem Faktor ein Wertenniveau gibt ( $\leq 2,1$ ), ab dem dieses negativ konnotierte Merkmal von den Probanden akzeptiert wird und keine weitere Abnahme messbar ist.

---

<sup>595</sup> Siehe Tabelle 76 und Abbildung 43.

<sup>596</sup> Vgl. Tabelle 75 und 76.

## OPI Faktor „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Ungelebtes_Leben_T1	2,1547	,86192	181
Ungelebtes_Leben_T2	2,0571	,98686	181
Ungelebtes_Leben_T3	2,0820	1,00441	181

**Tabelle 77:** Deskriptive Statistik zum Faktor „*ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck*“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,021	1,903	,152	,021

**Tabelle 78:** Multivariate Statistik zum Faktor „*ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck*“.

Dieser Faktor zeigt keine signifikante Veränderung. Es gibt eine positive Entwicklung, die jedoch keine Signifikanz und eine geringe Varianzaufklärung (niedriger Eta-Wert) aufweist<sup>597</sup>. Aufgrund des Inhalts dieser Skala und der daraus hervorgehenden Erwartung, sie sollte durch die PS-Seminare veränderbar sein, wurden Varianzanalysen auf Itemebene herangezogen, um klären zu können, warum sich das Merkmal „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“ nicht verändert. Während der Seminare wurden Übungen durchgeführt, die gezielt den Ausdruck fördern und zu einer Steigerung der Ausdruckskompetenz und somit zu steigenden Werten bei diesem Faktor führen sollten<sup>598</sup>.

---

<sup>597</sup> Siehe Tabelle 77 und 78.

<sup>598</sup> Vgl. Kapitel 4.1.1 und 4.1.2.

OPI Faktor ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck			
Item-nummer	Text	Signifikanz des Mittelwertvergleichs	Signifikanz der Änderungssensitivität
F83_T3	Ich fühle mich vom Leben benachteiligt, weil es mir die Erfüllung meiner Wünsche vorenthalten hat.	0,041	0,001
F84_T3	Es fällt mir schwer, meine Gefühle zu beschreiben.	0,009	0,041
F50_T3	Ich bevorzuge es, zu Hause zu bleiben statt zu verreisen oder neue Dinge zu erforschen.	0,806	0,819
F82_T3	Wenn es mir schlecht geht, berichte ich lieber nicht davon, denn ich könnte andere belästigen.	0,154	0,076
F72_T3	Kreativität und Phantasie spielen in meinem Leben keine große Rolle.	0,342	0,052
F17_T3	Ich fühle mich selten einsam und traurig.	0,613	0,707

**Tabelle 79:** Veränderungssignifikanz der Mittelwertvergleiche von T1-T3 zum Faktor „*ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck*“.

Tabelle 79 zeigt, dass sich nur die Mittelwerte des Items F84 in signifikanter Weise verändern und die übrigen Bestandteile dieses Faktors vergleichsweise stabil bleiben. Im nächsten Schritt wurde die Änderungssensitivität der Items durch einen gepaarten T-Test mit den entsprechenden Itempaaren zu den Zeitpunkten T1 und T2 getestet. Die Ergebnisse dieser Analyse werden in der rechten Spalte der Tabelle 79 dargestellt und zeigen, dass lediglich Item F83 in hohem Maße änderungssensitiv ist. Daraus ist zu schließen, dass der behandelte Faktor sich aufgrund der fehlenden Änderungssensitivität seiner Items nicht im erwarteten Maße verändert.

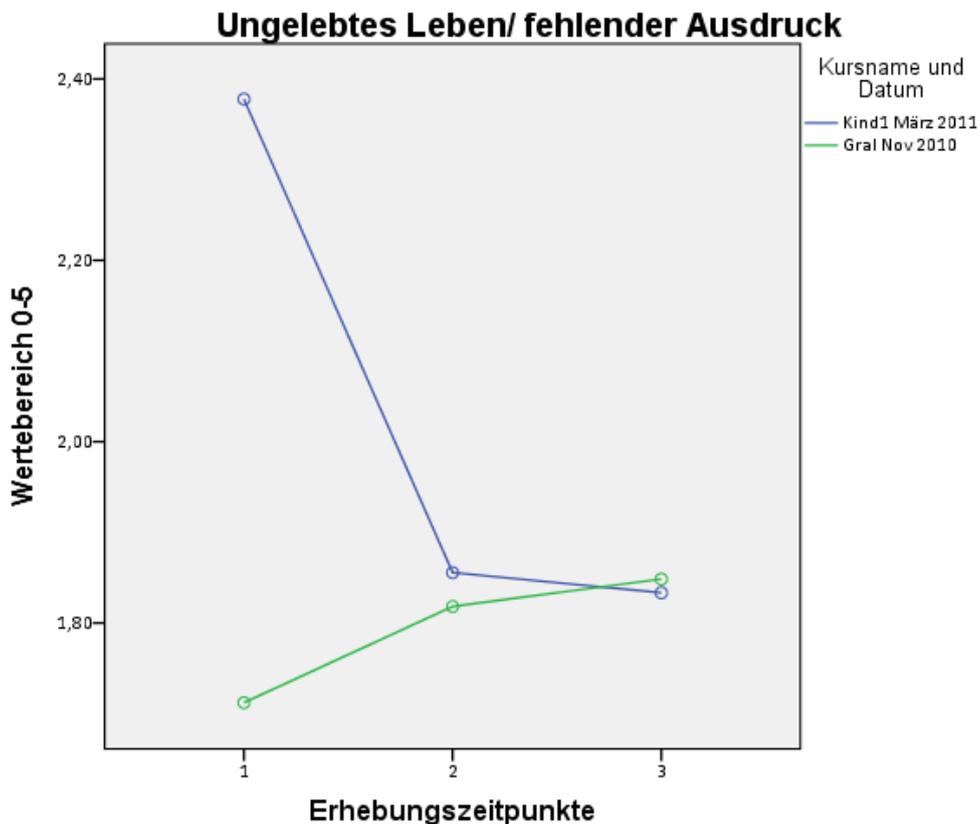
### Gruppenunterschiede zum Faktor „*ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck*“

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,278	1,76576547	,013	,122

**Tabelle 80:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit allen 13 Seminaren beim Faktor „*ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck*“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,532	6,124	,007	,347

**Tabelle 81:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „*ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck*“.



**Abbildung 44:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „*ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck*“.

Ein tendenziell signifikanter Unterschied besteht zwischen den verschiedenen Seminaren bzw. den Effekten, die sie bezüglich dieses Faktors erzielen. Beim Vergleich aller Seminare beträgt der Signifikanzwert  $.013^{599}$ . Aufgrund der Unübersichtlichkeit der Grafik mit allen 13 Kursen wurden die beiden Extrema zugunsten maximaler Differenzierung extrahiert. Alle folgenden Aussagen beziehen

<sup>599</sup> Siehe Tabelle 80.

sich auf den Vergleich zwischen den Seminaren *Kind I*, März 2011 und *Gralskurs*, November 2010. Der zugehörige Verlaufsglyph zeigt beim *Kind I-Kurs*, der die eher unerfahrenen Teilnehmer repräsentiert, den typischen Verlauf mit starkem Werteabfall von T1 zu T2 und einer leichten Verstärkung dieses Effekts zum Zeitpunkt T3. Die Teilnehmer des *Grals-Seminars* hingegen weisen eine niedrige Verschlechterung auf der Skala „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck auf“<sup>600</sup>.

Anhand der dargestellten Fakten kann wiederum ein Wertenniveau mit 2,0 benannt werden, ab dem das Merkmal „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“ stabil bleibt. Der niedrige Eingangsmittelwert von 2,15 und die geringe Änderungssensitivität der bildenden Items dieser Skala erklären den ausbleibenden Effekt bei diesem Merkmal.

Die zahlreichen Korrelationen mit dieser Skala verlaufen inhaltlich erwartungskonform und sprechen für ihren vermuteten Bedeutungsgehalt<sup>601</sup>.

Zusammenfassend werden die vorgestellten Ergebnisse wie folgt interpretiert: Die Teilnehmer der Seminare weisen eine Grundrate dieses Merkmals auf, die es als wenig bedeutsam für ihre Realitätskonzeption ausweist. Aufgrund dessen und durch die fehlende Änderungssensitivität der Items kann keine Aussage darüber getroffen werden, ob die Seminare geeignet sind, dieses Merkmal in signifikantem Maße zu verändern.

### **OPI Faktor „Gespanntheit/ gestaute Aggression“**

<b>Deskriptive Statistik</b>	<b>Mittelwert</b>	<b>Standardabweichung</b>	<b>N</b>
Gespanntheit_T1	2,1411	,97490	189
Gespanntheit_T2	1,9048	,89343	189
Gespanntheit_T3	1,8571	,89399	189

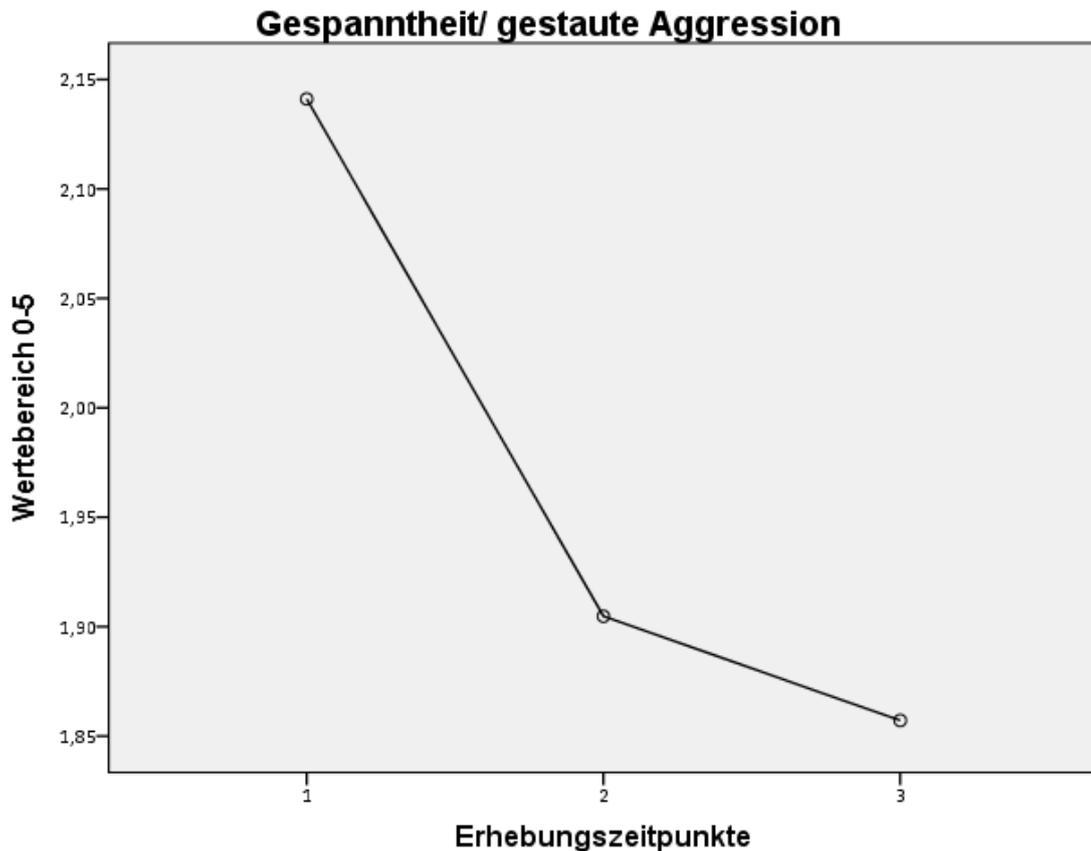
**Tabelle 82:** Deskriptive Statistik zum Faktor „*Gespanntheit/ gestaute Aggression*“.

<sup>600</sup> Siehe Abbildung 44.

<sup>601</sup> Siehe Kapitel 5.3.6.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,134	12,54	,000	,118

**Tabelle 83:** Multivariate Statistik zum Faktor „*Gespanntheit/ gestaute Aggression*“.



**Abbildung 45:** Verlaufsgraph zum Faktor „*Gespanntheit/ gestaute Aggression*“.

Der dritte Faktor des OPIs weist eine hochsignifikante Veränderung auf: Die Werte des Merkmals „*Gespanntheit/ gestaute Aggression*“ nehmen stark ab<sup>602</sup>. Der Verlaufsgraph zeigt einen günstigen Verlauf, bei dem die Werte zum Nachtreffen (T3) hin weiter fallen, was für eine Vertiefung der Seminareffekte spricht<sup>603</sup>.

Der vorgestellte Verlauf dieser Skala lässt den Schluss zu, dass die PS-Seminare geeignet sind, um dieses negativ konnotierte Merkmal in einer für die teilnehmenden Personen günstigen Weise zu verändern. Ferner lässt der Verlaufsgraph die Vermutung

<sup>602</sup> Siehe Tabelle 82 und 83.

<sup>603</sup> Siehe Abbildung 45.

zu, dass der gezeigte Effekt sich mit der Zeit weiter verstärkt. Folgemessungen mit größerem zeitlichem Abstand sind notwendig, um diese Vermutung zu verifizieren.

### OPI Faktor „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Selbstaktualisierung_T1	4,0657	,66784	208
Selbstaktualisierung_T2	4,2420	1,32392	208
Selbstaktualisierung_T3	4,1090	,59870	208

**Tabelle 84:** Deskriptive Statistik zum Faktor „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,021	2,185	,115	,021

**Tabelle 85:** Multivariate Statistik zum Faktor „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“.

Das Merkmal „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“ gehört zu jenen, bei denen keine statistisch relevante Veränderung auffindbar ist. Es gibt eine Tendenz in Richtung steigender Werte, die aber ungenügend ist, um signifikante Effekte zu belegen<sup>604</sup>.

Die hohe Grundrate dieser Skala lässt vermuten, dass die repräsentierten Inhalte bereits vor Seminarbeginn wichtiger Bestandteil der Wirklichkeitskonstruktion der befragten Menschen waren. Es lässt sich interpretieren, dass „Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft“ zur Einstellung von Menschen gehört, die ein Selbsterfahrungsseminar besuchen und diese durch die dort stattfindenden Interventionen nicht verändert wird. Einstellungen wirken z.B. nach Kuhl<sup>605</sup> handlungsmotivierend. Diese Auslegung lässt sich dadurch untermauern, dass die Teilnehmer die Seminare privat bezahlen. Es wurde eine Analyse der Änderungssensitivität der zugrunde liegenden Items dieser Skala zur Klärung

<sup>604</sup> Siehe Tabelle 84 und 85.

<sup>605</sup> 2001, S. 134.

herangezogen, deren Ergebnisse in Tabelle 86 zusammengefasst werden. Die geringe Änderungssensitivität der Items dieses Faktors belegt die Vermutung, dass die Items dieser Skala von den befragten Personen als zum Konstrukt einer stabilen Einstellung gehörend verstanden werden. Der Faktor „Selbstaktualisierung/Veränderungsbereitschaft“ misst demnach die zum Besuch des Seminars motivierende Einstellung.

<b>OPI Faktor Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft</b>		
<b>Itemnummer</b>	<b>Text</b>	<b>Signifikanz der Änderungs-sensitivität</b>
F73_T3	Ich arbeite ständig daran, mich zu verändern und zu entwickeln.	0,022
F86_T3	Es ist mir wichtig, mich und mein Verhalten zu ergründen.	0,035
F33_T3	Leben bedeutet für mich, ständige Weiterentwicklung.	0,779

**Tabelle 86:** Signifikanz der Änderungssensitivität zum Faktor „Selbstaktualisierung/Veränderungsbereitschaft“.

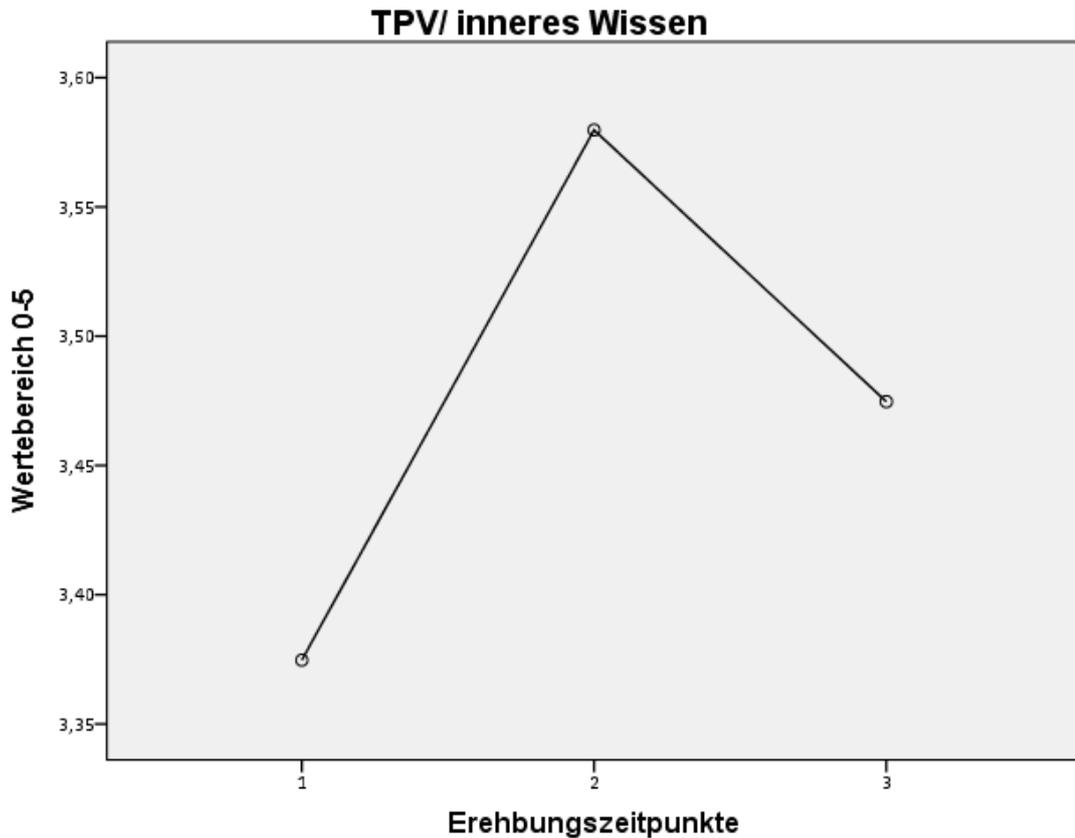
### **OPI Faktor „transpersonales Vertrauen/ inneres Wissen“**

<b>Deskriptive Statistik</b>	<b>Mittelwert</b>	<b>Standardabweichung</b>	<b>N</b>
TPV_T1	3,3747	,86598	158
TPV_T2	3,5797	,87110	158
TPV_T3	3,4747	,81529	158

**Tabelle 87:** Deskriptive Statistik zum Faktor „TPV/ inneres Wissen“.

<b>Multivariate Tests</b>				
<b>Effekt</b>	<b>Wert</b>	<b>F</b>	<b>Signifikanz</b>	<b>Eta</b>
Hotelling-Spur	,204	15,885	,000	,169

**Tabelle 88:** Multivariate Statistik zum Faktor „TPV/ inneres Wissen“.



**Abbildung 46:** Verlaufgraph zum Faktor „TPV/ inneres Wissen“.

Der Faktor „TPV/ inneres Wissen“ verändert sich hochsignifikant durch den Besuch der PS-Seminare<sup>606</sup>. Der zugehörige Verlaufgraph zeigt wiederum den typischen Verlauf der Mittelwerte mit einem deutlichen Peak zwischen T1 und T2 und darauf folgend eine geringe Abnahme zum Zeitpunkt T3<sup>607</sup>.

Die transpersonale Ausrichtung der PS stellt eine ihrer Besonderheiten dar, sodass die ausweisbaren Effekte bei diesem Faktor den Erwartungen entsprechen. Die vergleichsweise hohe Grundrate dieser Skala und die geringe Anzahl der einbezogenen Teilnehmer deuten darauf hin, dass die Personen, die die Items dieser Skala beantwortet haben, bereits vor Beginn der Kurse die bildenden Inhalte zu ihrer Normalität zählen und dass Teilnehmer, bei denen dies nicht der Fall ist, die entsprechenden Items häufig nicht oder nur nach Ende der Kurse beantwortet haben.

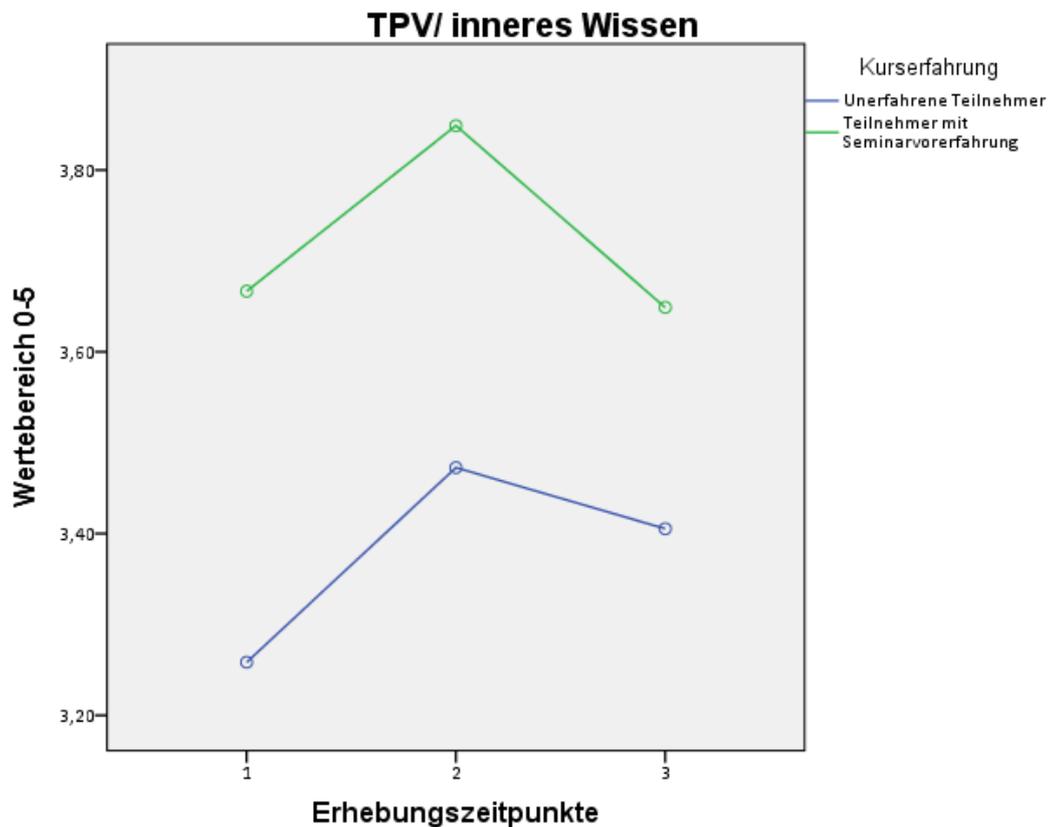
<sup>606</sup> Siehe Tabelle 87 und 88.

<sup>607</sup> Siehe Abbildung 46.

## Gruppenunterschiede zum Faktor „transpersonales Vertrauen/ inneres Wissen“

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,031	2,419	,092	,030

**Tabelle 89:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung beim Faktor „TPV/ inneres Wissen“.



**Abbildung 47:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung beim Faktor „TPV/ inneres Wissen“.

Wenn die *Seminarerfahrung* der Versuchspersonen als Unterscheidungskriterium herangezogen wird, zeigen sich tendenzielle Differenzen<sup>608</sup>: Die unerfahrenen Teilnehmer verzeichnen einen Anstieg ihrer Werte auf dieser Skala von T1 zu T2 und

<sup>608</sup> Siehe Tabelle 89.

darauf folgend einen leichten Werteverlust von T2 zu T3. Insgesamt verbessern sie sich. Die erfahrenen Personen hingegen zeigen insgesamt einen Abfall ihrer Werte zu diesem Merkmal. Zunächst steigen sie von T1 zu T2 deutlich an, aber zum Nachtreffen hin (T3) verlieren sie stärker als sie vorher zugelegt hatten. Dennoch liegen sie insgesamt auf einem höheren Wertenniveau als die unerfahrene Gruppe<sup>609</sup>.

Dieser Verlauf lässt den Schluss zu, dass der kritische Wert ab dem sich der bekannte ceiling-Effekt einstellt, bei 3,7 liegt.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,207	1,12880948	,307	,094

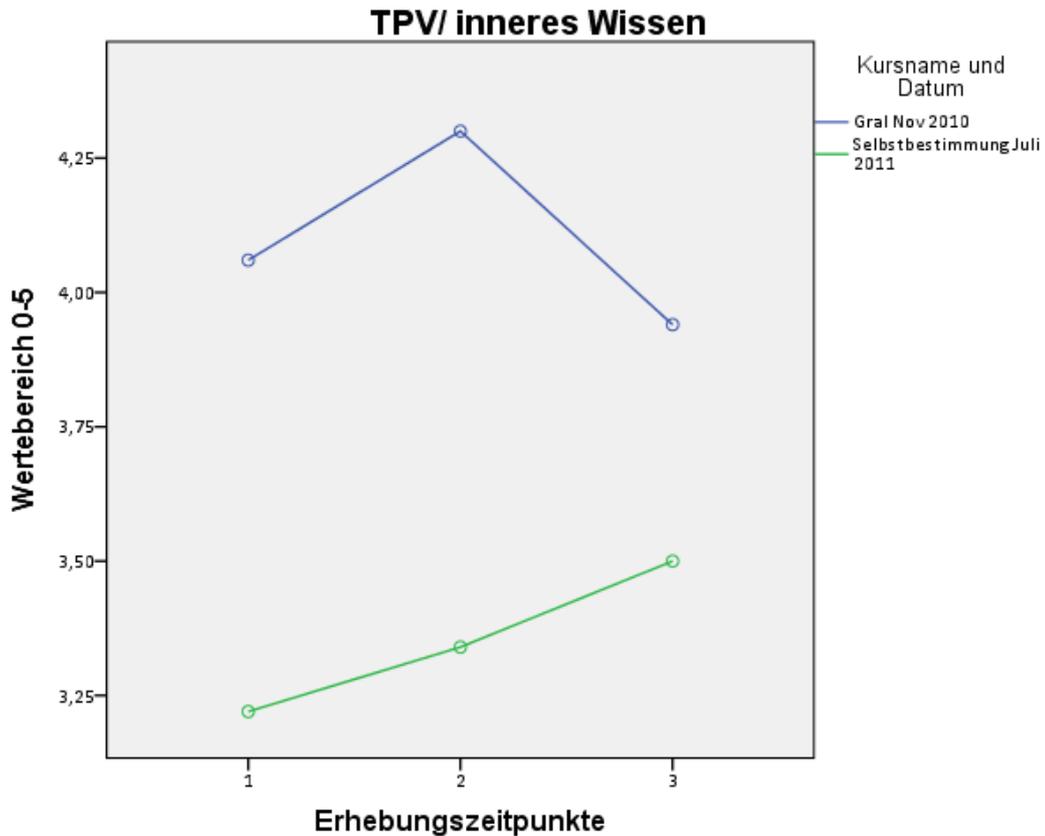
**Tabelle 90:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit allen 13 Seminaren beim Faktor „TPV/ inneres Wissen“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,962	8,174	,003	,490

**Tabelle 91:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „TPV/ inneres Wissen“.

---

<sup>609</sup> Siehe Abbildung 47.



**Abbildung 48:** Verlaufsglyph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „TPV/ inneres Wissen“.

Hochsignifikant wird der Unterschied zwischen den Gruppen, wenn zwei bestimmte Seminare als Differenzierungskriterium verwendet werden. Die Rechnung mit allen 13 Kursen weist keine relevanten Unterschiede auf; bei der Auswahl zweier Extreme jedoch kommt es zu einer Signifikanz von  $.003^{610}$ . Der zugehörige Graph zeigt stark unterschiedlich verlaufende Kurven: Die Teilnehmer des *Gralskurses* zeigen - nach dem zwischenzeitlichen Peak zu T2 - insgesamt eine minimale Abnahme des Merkmals TPV und die Teilnehmer des *Selbstbestimmungsseminars* verzeichnen eine stetige Zunahme dieses Merkmals<sup>611</sup>. Eine erhebliche Differenz gibt es beim Eingangsniveau der Probanden: Die erfahrene Klientel des *Gralskurses* zeigt eine Grundrate um einen Wertepunkt höher als die Teilnehmer des „Glücks der

<sup>610</sup> Siehe Tabelle 90 und 91.

<sup>611</sup> Siehe Abbildung 48.

*Selbstbestimmung*“. Auch am Ende liegen die Gralsteilnehmer trotz eigener fallender Werte und steigender Werte bei der Vergleichsgruppe noch höher.

Dieser Faktor ist von besonderer Bedeutung auf der Suche nach der *differentia specifica* der PS, da sie als transpersonale Psychotherapie bekannt ist. Dementsprechend lassen sich bei diesem Faktor erwartungsgemäß hochsignifikante Veränderungen zeigen. Die Unterschiede zwischen den Gruppen der erfahrenen und weniger erfahrenen Teilnehmer und zwischen den ausgewählten Seminaren bei diesem Merkmal werden vor dem Hintergrund der Zeitspanne interpretiert, die nötig ist, um die Inhalte dieses Faktors zu integrieren. Während der Seminare können durch ihre Ausrichtung transpersonale Erfahrungen gemacht werden, die dadurch jedoch (noch) nicht zur Wirklichkeitskonstruktion der befragten Personen gehören. Der dazu benötigte Integrationsprozess wird durch das im kulturellen Kontext vorherrschende mechanistisch-naturwissenschaftliche Weltbild erschwert<sup>612</sup>. Die bereits hohen Eingangswerte bei dieser Skala lassen den Schluss zu, dass die Personen, die sich zum Besuch eines PS-Seminars entscheiden, bereits offen gegenüber transpersonalen Konzepten eingestellt sind.

### **OPI Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“**

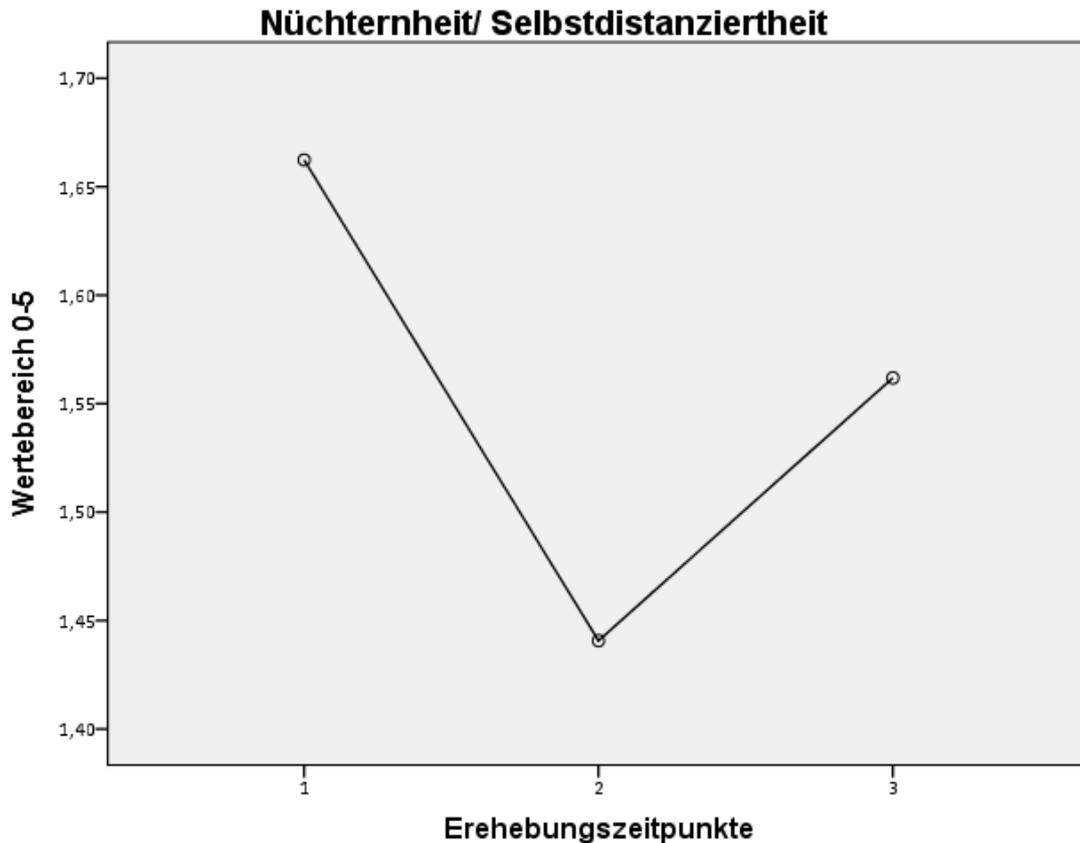
<b>Deskriptive Statistik</b>	<b>Mittelwert</b>	<b>Standardabweichung</b>	<b>N</b>
Nüchternheit_T1	1,6624	,84140	194
Nüchternheit_T2	1,4407	,81618	194
Nüchternheit_T3	1,5619	,80400	194

**Tabelle 92:** Deskriptive Statistik zum Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“.

<b>Multivariate Tests</b>				
<b>Effekt</b>	<b>Wert</b>	<b>F</b>	<b>Signifikanz</b>	<b>Eta</b>
Hotelling-Spur	,090	8,602	,000	,082

**Tabelle 93:** Multivariate Statistik zum Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“.

<sup>612</sup> Vgl. z.B. Wilber 1991, Kapitel 7.



**Abbildung 49:** Verlaufsgraph zum Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“.

Der Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“ war in Kapitel 5.3.2, Abschnitt „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe“, aufgrund unzureichender Validität verworfen worden. Die folgenden Ergebnisse müssen vor diesem Hintergrund betrachtet werden. Sie werden aufgrund ihres Informationsgehaltes dennoch vorgestellt.

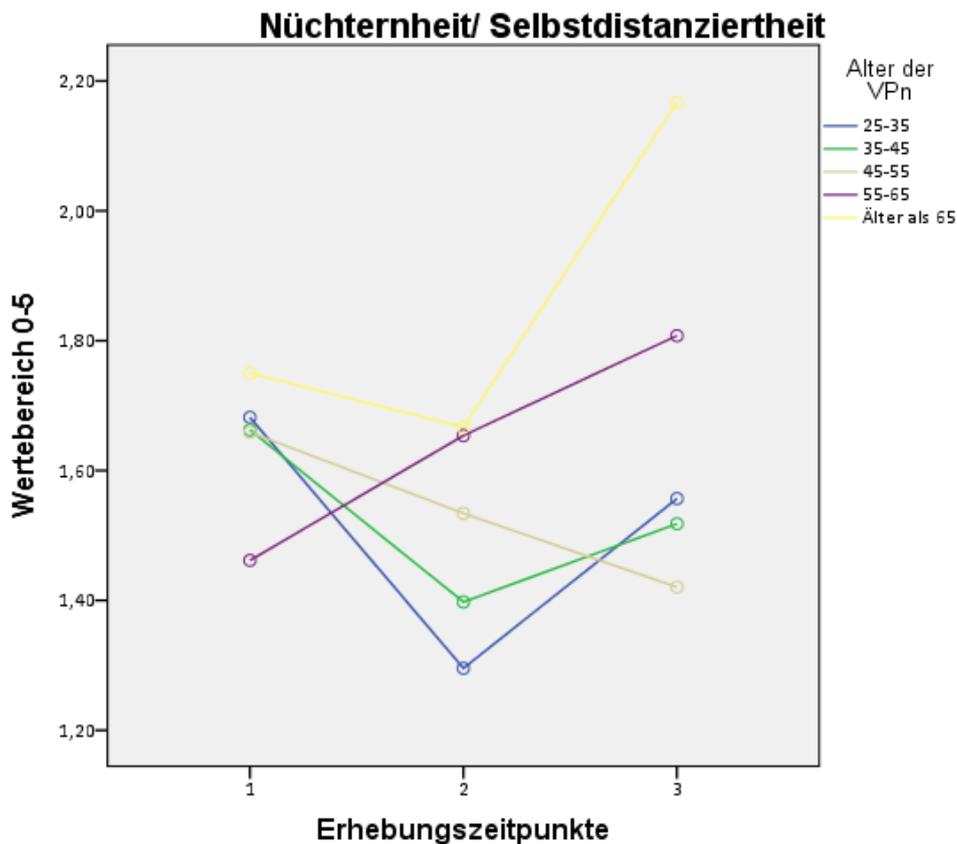
Die Varianzanalyse dieser Skala zeigt wiederum den typischen Verlauf mit einem starken Abfall der Werte zwischen T1 und T2, auf die ein Wiederanstieg zum Zeitpunkt T3 folgt<sup>613</sup>. Die Veränderungen sind hochsignifikant und positiv im Sinne einer Verringerung der Selbstdistanziertheit durch die PS-Interventionen.

<sup>613</sup> Siehe Tabelle 92 und 93 sowie Abbildung 49.

## Gruppenunterschiede zum Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,091	2,08633521	,036	,044

**Tabelle 94:** Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“.



**Abbildung 50:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“.

Beim sechsten Faktor des OPIs lassen sich tendenziell bedeutsame Unterschiede nachweisen, wenn die Altersgruppen differenziert werden<sup>614</sup>. Alle befragten Personen, die 55 Jahre oder älter waren (n=19), weisen eine Zunahme dieses negativ

<sup>614</sup> Siehe Tabelle 94.

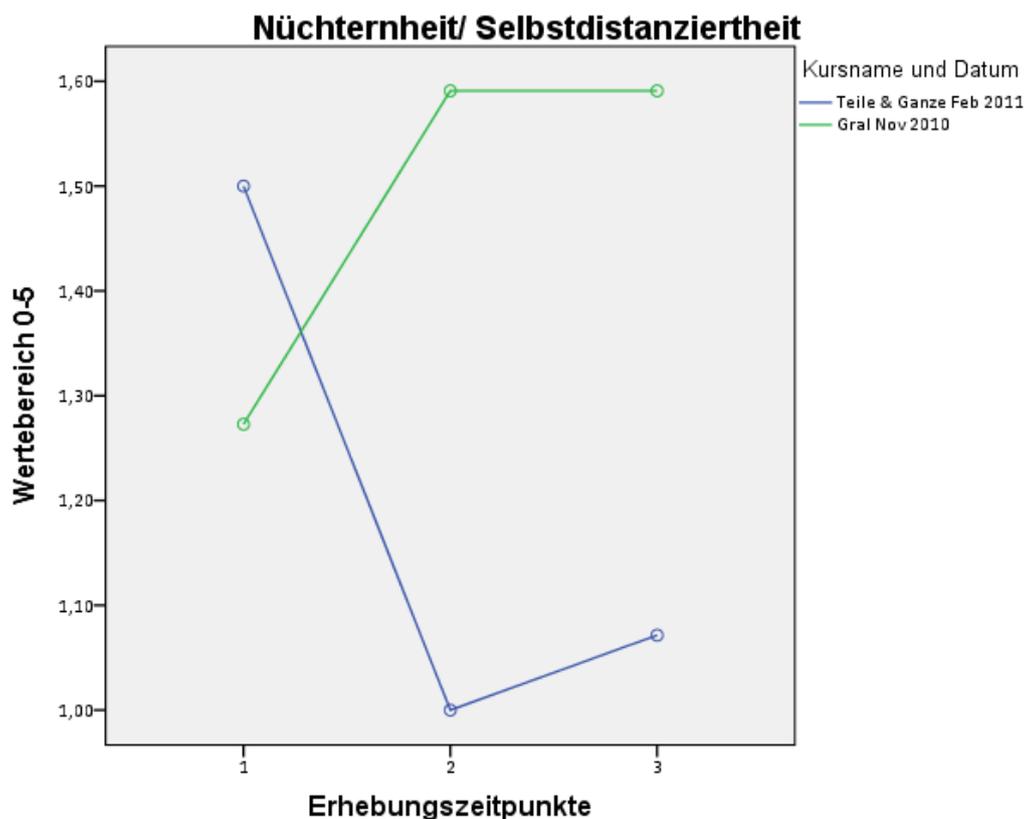
konnotierten Faktors auf<sup>615</sup>, während sich bei den jüngeren Teilnehmern abnehmende Werte ausweisen lassen.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,226	1,54813689	,045	,102

**Tabelle 95:** Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,733	5,497	,016	,423

**Tabelle 96:** Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren zum Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“.



**Abbildung 51:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren zum Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“.

<sup>615</sup> Siehe Abbildung 50.

Eine weitere relevante Differenz liefert das Unterscheidungskriterium der unterschiedlichen Seminare. Mit .045 bei der Rechnung, in die alle 13 Seminare einbezogen worden sind, liegt hier eine Tendenz vor<sup>616</sup>. Nach erneuter Extraktion zweier repräsentativer Seminare<sup>617</sup>, um mehr Übersichtlichkeit zu erreichen, steigt die Signifikanz der Varianzanalyse auf .016<sup>618</sup>. Die zugehörigen Graphen verlaufen vergleichsweise sehr unterschiedlich: Die Teilnehmer des *Gralskurses* verzeichnen einen Anstieg ihrer Werte auf dieser Skala von T1 zu T2 und stabilisieren diese zum Nachtreffen (T3). Beim Vergleichsseminar fallen die Werte von T1 zu T2 ab und nehmen dann einen minimalen Wiederanstieg zum Zeitpunkt T3<sup>619</sup>. Die unerfahreneren Teilnehmer erreichen dabei ein niedriges Niveau auf dieser Skala, das deutlich unter dem der erfahreneren Personen liegt. Dieser Fall, bei dem die eher unerfahrenen Teilnehmer des Fünftagesseminars im Verhältnis zur Konnotation des Faktors im Vorteil gegenüber der erfahreneren Vergleichsgruppe sind, kommt im gesamten Datensatz nur bei diesem Merkmal vor. Die vorgestellten Fakten lassen im Hinblick auf die mangelhafte Konsistenz dieses Faktors keine generalisierbaren Schlüsse und Interpretationen zu.

### OPI Faktor „Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum“

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Partnerschaft_T1	3,1157	1,21580	121
Partnerschaft_T2	3,1446	1,13548	121
Partnerschaft_T3	3,1942	1,21856	121

**Tabelle 97:** Deskriptive Statistik zum Faktor „Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,008	0,478	,621	,008

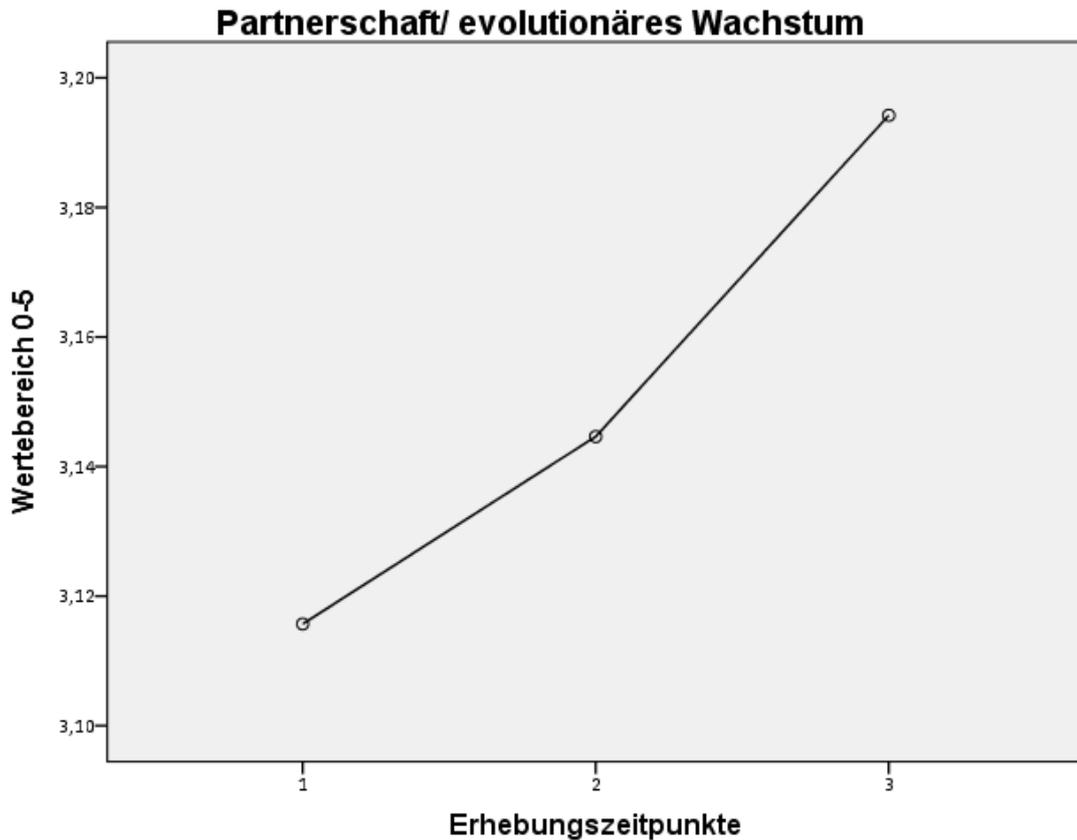
**Tabelle 98:** Multivariate Statistik zum Faktor „Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum“.

<sup>616</sup> Siehe Tabelle 95.

<sup>617</sup> „Der heilige Gral“ und „Die Teile und das Ganze“.

<sup>618</sup> Siehe Tabelle 96.

<sup>619</sup> Siehe Abbildung 51.



**Abbildung 52:** Verlaufsgraph zum Faktor „Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum“.

Der Faktor „Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum“ verändert sich geringfügig. Die in Tabelle 97 ersichtlichen Mittelwerte der drei Erhebungszeitpunkte variieren schwach und zeigen lediglich einen minimalen Anstieg, dessen Varianzaufklärung durch den Veränderungseffekt (Eta-Wert) gegen 0 geht<sup>620</sup>. Der zugehörige Verlaufsgraph zeigt einen vergleichsweise kleinen Wertebereich, sodass sich trotz der geringen Veränderung eine ansteigende Kurve abzeichnet<sup>621</sup>.

Die vergleichsweise geringe Anzahl der befragten Personen (n=121) kommt durch partnerlose Teilnehmer zustande, die die auf Partnerschaft bezogenen Items häufig nicht beantwortet haben.

<sup>620</sup> Siehe Tabelle 98.

<sup>621</sup> Siehe Abbildung 52.

OPI Faktor Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum		
Item-nummer	Text	Signifikanz der Änderungssensitivität
F29_T3	Meine Partnerschaft/ Ehe ist gut.	0,585
F3_T3	Meine PartnerIn und ich entwickeln uns und wachsen miteinander.	0,423

**Tabelle 99:** Signifikanz der Änderungssensitivität zum Faktor „Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum“.

Signifikante Veränderungen des Faktors „Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum“ waren aufgrund verschiedener Bedingungen nicht zu erwarten: Beide bildenden Items beziehen sich auf Qualitäten einer Partnerschaft, die sich während der überwiegend siebentägigen Seminare nicht wesentlich verändern kann, weil meist nur ein Teil einer Partnerschaft am Kurs teilgenommen hat und der jeweils andere nicht vor Ort war. Zudem richten sich die Interventionen während der Seminare an das Individuum und lassen partnerschaftliche Aspekte zumeist unbeachtet. Ferner sind beide Items dieser Skala nicht ausreichend änderungssensitiv, um eine Veränderung im Erhebungszeitraum abbilden zu können<sup>622</sup>.

Die Mittelwerte >3 lassen den Schluss zu, dass die befragten Personen größtenteils eine aus ihrer Sicht gelingende Partnerschaft führen und diese jeweils den aus der PS-Perspektive betonten Wachstumsaspekt beinhaltet.

### **OPI Zusatzfaktor „Disidentifikation“**

In Kapitel 5.3.2, Abschnitt „Faktorenanalyse zu T3 der Gesamtstichprobe“, wurde das Markeritem F15<sup>623</sup> mit seinem Faktorvorhof unterhalb des cutoffs von 0,5 vorgestellt. Aufgrund der inhaltlichen Relevanz wurde daraus der Faktor „Disidentifikation“ gebildet, der jedoch eine unzureichende Reliabilität aufweist. Die zugehörigen Veränderungsmessungen und Gruppenunterschiede werden im Folgenden erläutert.

<sup>622</sup> Siehe Tabelle 99.

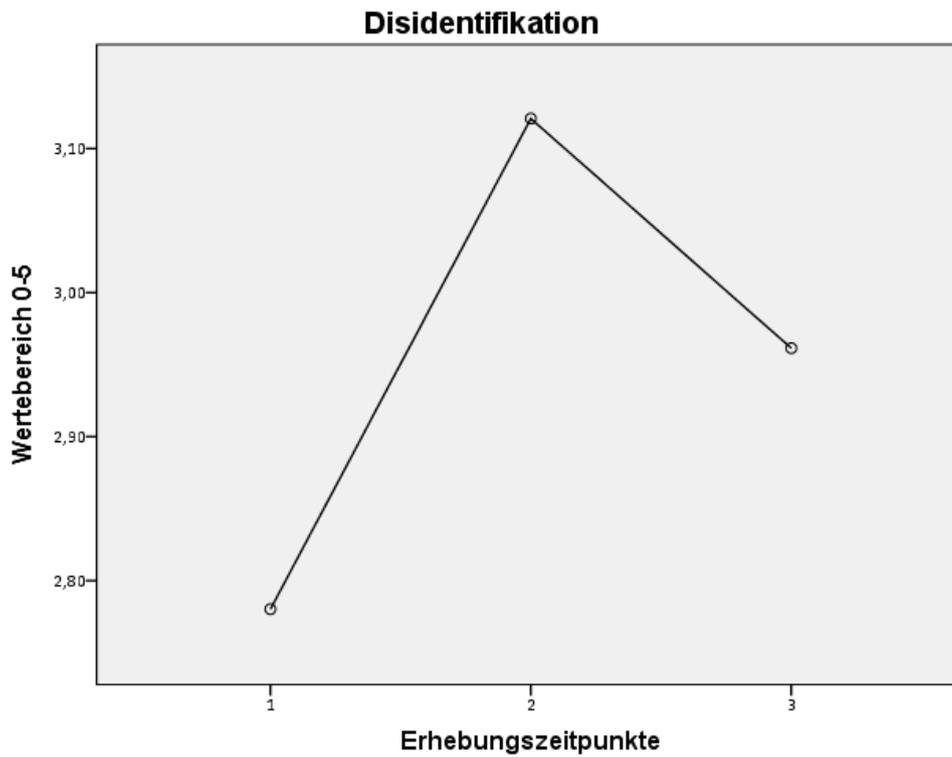
<sup>623</sup> „Manchmal kann ich distanziert beobachten, wie über einen längeren Zeitraum in mir die Lösung einer Schwierigkeit entsteht.“

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Disidentifikation_T1	2,7802	,58768	149
Disidentifikation_T2	3,1208	,60725	149
Disidentifikation_T3	2,9614	,54967	149

**Tabelle 100:** Deskriptive Statistik zum Zusatzfaktor „Disidentifikation“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,292	21,428	,000	,226

**Tabelle 101:** Multivariate Statistik zum Zusatzfaktor „Disidentifikation“.



**Abbildung 53:** Verlaufsgraph zum Zusatzfaktor „Disidentifikation“.

Die Veränderungen des Zusatzfaktors „Disidentifikation“ sind hochsignifikant<sup>624</sup>. Der zugehörige Verlaufsglyph zeigt einen Werteanstieg zwischen den Zeitpunkten T1 und T2 und darauf folgend einen leichten Abfall zum Nachtreffen (T3)<sup>625</sup>.

Anhand der vorgestellten Ergebnisse kann belegt werden, dass die PS-Seminare geeignet sind, um Disidentifikationskompetenz zu entwickeln. Der Wertebereich, in dem sich die Veränderungen ereignen (2,8-3,1), stellt den Übergang der Antwortskala des OPIs zwischen „eher nein“ und „eher ja“ dar - die befragten Personen erwerben durch den Besuch der Kurse Disidentifikationskompetenz. Im Hinblick auf den in Kapitel 5.3.3 erläuterten Perspektivwechsel wird die erworbene Ressource der Disidentifikation als Bedingung für die gezeigte kognitiv-emotionale Umstrukturierung interpretiert.

### **5.3.8 Längsschnittliche Entwicklung der Faktoren der SCL-90-R**

#### **Dateneignung der SCL-90-R**

Zunächst wird im folgenden Abschnitt der Nachweis für die Eignung des vorliegenden Datensatzes zur Varianzanalyse der mit der SCL-90-R erhobenen Daten erbracht. Aufgrund der umfangreichen Validierung dieses Instruments an verschiedenen Stichproben werden die 10 a priori Faktoren der SCL-90-R für die nachfolgenden Rechenoperationen angenommen<sup>626</sup>.

Alle Faktoren dieses Werkzeugs bilden psychopathologische Kategorien, wie z.B. Depressivität oder Angststörungen ab. Bei ihrer Konstruktion orientierten Franke et. al. sich an den Definitionen psychischer Störungen aus der „International Classification of diseases (ICD)“ und der „Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

---

<sup>624</sup> Siehe Tabelle 100 und 101.

<sup>625</sup> Siehe Abbildung 53.

<sup>626</sup> Vgl. Farnke 2002, S. 16-19.

(DSM)“. Inhaltlich werden die Skalen der SCL jeweils zu Beginn der Darstellung ihrer längsschnittlichen Untersuchungsergebnisse kurz beschrieben. Zur weiterführenden Auseinandersetzung mit Konstruktion und Validierung dieses Instruments wird auf die Originalliteratur verwiesen<sup>627</sup>.

<b>KMO- und Bartlett-Test</b>	
Maß der Stichprobeneignung nach Kaiser-Meyer-Olkin.	,897
Signifikanz nach Bartlett (Test auf Sphärität)	0,000

**Tabelle 102:** Tests zur Stichprobeneignung und Normalverteilung zum SCL-90-R zum Zeitpunkt T1.

<b>KMO- und Bartlett-Test</b>	
Maß der Stichprobeneignung nach Kaiser-Meyer-Olkin.	,826
Signifikanz nach Bartlett (Test auf Sphärität)	0,000

**Tabelle 103:** Tests zur Stichprobeneignung und Normalverteilung zum SCL-90-R zum Zeitpunkt T2.

<b>KMO- und Bartlett-Test</b>	
Maß der Stichprobeneignung nach Kaiser-Meyer-Olkin.	,838
Signifikanz nach Bartlett (Test auf Sphärität)	0,000

**Tabelle 104:** Tests zur Stichprobeneignung und Normalverteilung zum SCL-90-R zum Zeitpunkt T3.

Die Tabellen 102 bis 104 zeigen die Kennwerte zur Stichprobeneignung und die erzielten Signifikanzen des Bartlett-Tests bezüglich der Normalverteilung der Daten zu den verschiedenen Messzeitpunkten (T1-T3). Für alle Zeitpunkte liegt eine sehr gute Stichprobeneignung mit KMO-Werten  $>.82$  vor<sup>628</sup>.

Alle Items dieses Instruments beginnen mit der übergeordneten Fragestellung „Wie sehr litten Sie in den letzten 7 Tagen unter...“ und beziehen sich weiter auf verschiedene psychopathologische Aspekte, wie z.B. Somatisierung. Für diese Skala erfolgt die Operationalisierung beispielsweise durch die Weiterführung der übergeordneten Fragestellung mit „Kopfschmerzen“ oder „Herz- und Brustschmerzen“. Das gesamte Instrument kann im Anhang auf Seite 424f eingesehen werden.

<sup>627</sup> Z.B. Franke 2002.

<sup>628</sup> Brosius 2011, S. 795.

## SCL Faktor „Somatisierung“

Der erste Faktor der SCL-90-R wurde mit „Somatisierung“ bezeichnet und bildet das Leiden unter somatischen Symptomen ab, deren Ursprung psychisch sein kann. Die Skala erfasst Störungen von körperlichen Systemen, die bei unbelasteten Personen autonom beschwerdefrei funktionieren. Die Items dieses Faktors fokussieren die Rezeption der dysfunktionalen Symptome dieser Systeme. Diese können „kardiovaskulärer, gastrointestinaler oder respiratorischer Art sein. Kopfschmerzen, Schmerz und Unwohlsein in der Grobmuskulatur und zusätzliche somatische Komponenten der Angst sind weitere Definitionskriterien<sup>629</sup>.“ Die aus Symptomen der Somatisierung hervorgehende somatoforme- oder Somatisierungsstörung ist charakterisiert durch häufig auftretende und medizinisch unerklärbare Symptome, die sich auch verschieben können, das heißt beispielsweise von Kopf- zu Bauchschmerzen werden. Die betroffenen Personen haben häufig einen ärztlich-somatischen Diagnostikprozess durchlaufen, weil die psychische Genese ihrer Symptome nicht primär als Erklärung herangezogen wird<sup>630</sup>.

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Somatisierung_T1	0,6630	,62396	202
Somatisierung_T2	0,4757	,47722	202
Somatisierung_T3	0,3680	,42965	202

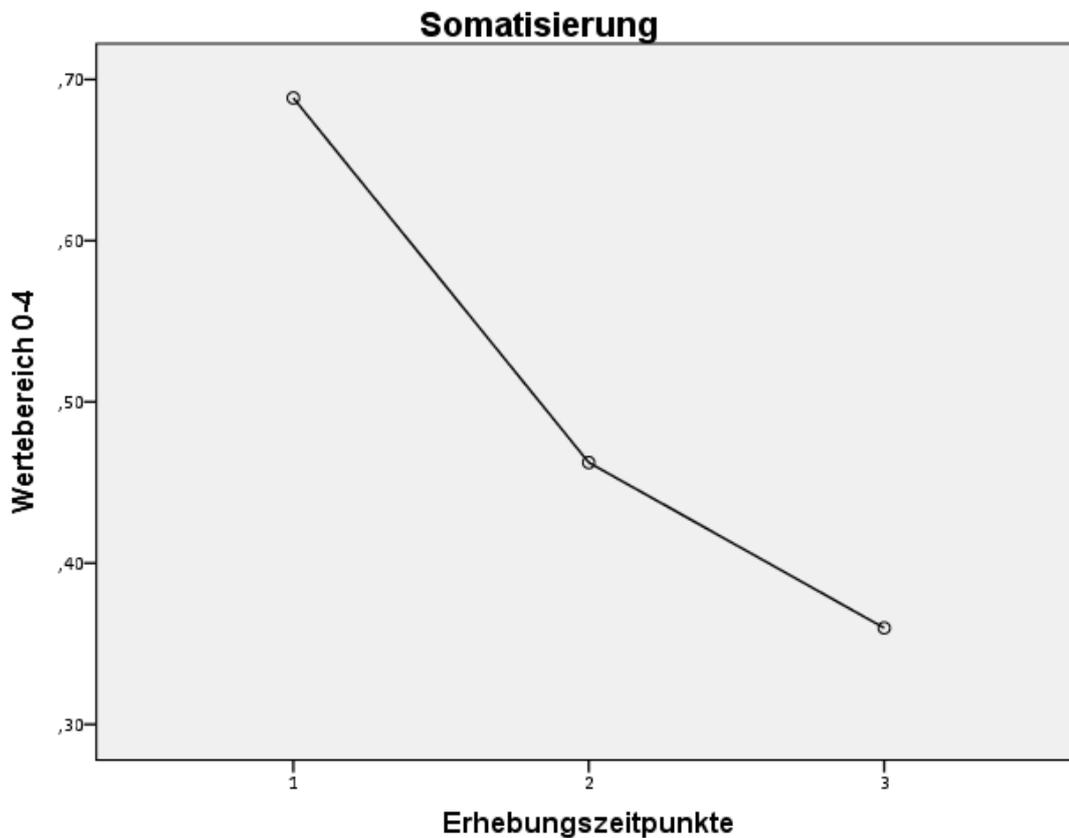
**Tabelle 105:** Deskriptive Statistik zum Faktor „Somatisierung“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,303	30,274	,000	,232

**Tabelle 106:** Multivariate Statistik zum Faktor „Somatisierung“.

<sup>629</sup> Franke 2002, S. 16.

<sup>630</sup> Vgl. Dilling et. al. 2000, S. 183f.



**Abbildung 54:** Verlaufsgraph zum Faktor „Somatisierung“.

Dieser Faktor verändert sich hochsignifikant positiv durch den Besuch der PS-Kurse im Sinne abnehmender Somatisierung<sup>631</sup>. Er weist den Verlauf eines sich auch nach Ende des Seminares zum Nachtreffen (T3) hin weiter vertiefenden Effekts auf. Der Verlaufsgraph zeigt eine kaum schwächer werdende Kurve von T1 zu T2 bis hin zu T3<sup>632</sup>. Hier wäre eine spätere Erhebung erforderlich, um belegen zu können, ob die Werte dieser Skala weiter abnehmen und um zu ermitteln, auf welchem Niveau sie sich stabilisieren.

<sup>631</sup> Siehe Tabelle 105 und 106.

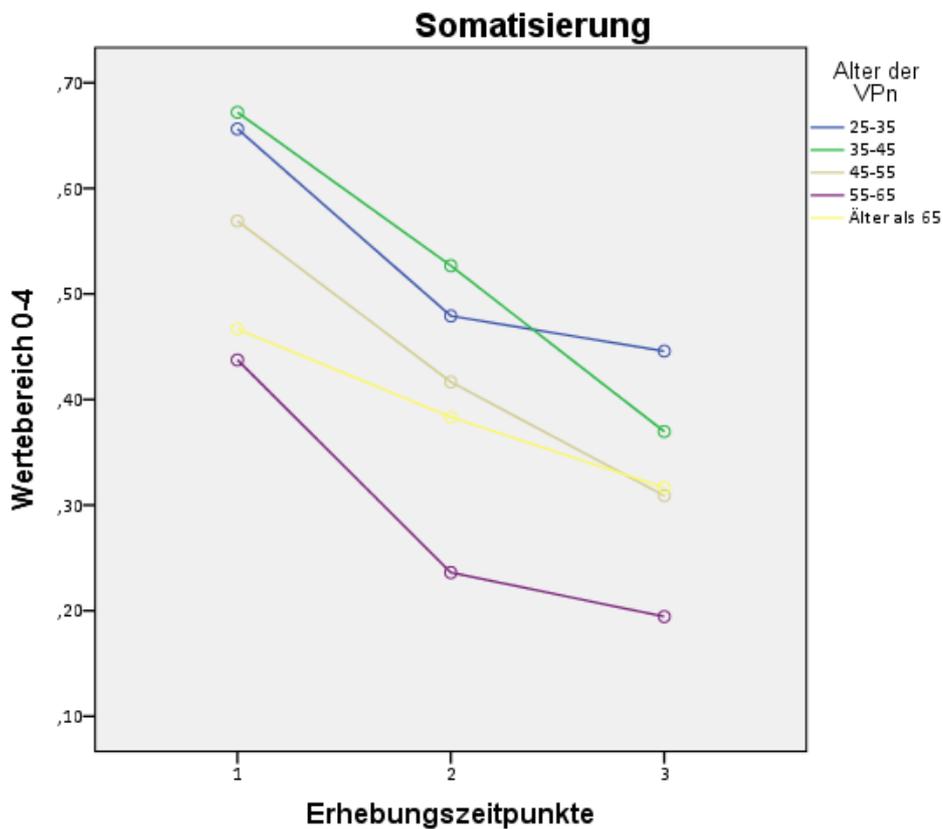
<sup>632</sup> Siehe Abbildung 54.

## Gruppenunterschiede zum Faktor „Somatisierung“

Zur Skala „Somatisierung“ gibt es keinerlei statistisch relevante Unterschiede zwischen den Gruppen<sup>633</sup>. Dennoch werden zwei Gruppenunterschiede aufgrund interessanter Informationen vorgestellt:

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,170	2,84	,985	,008

**Tabelle 107:** Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei den Altersgruppen zum Faktor „Somatisierung“.



**Abbildung 55:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zum Alter beim Faktor „Somatisierung“.

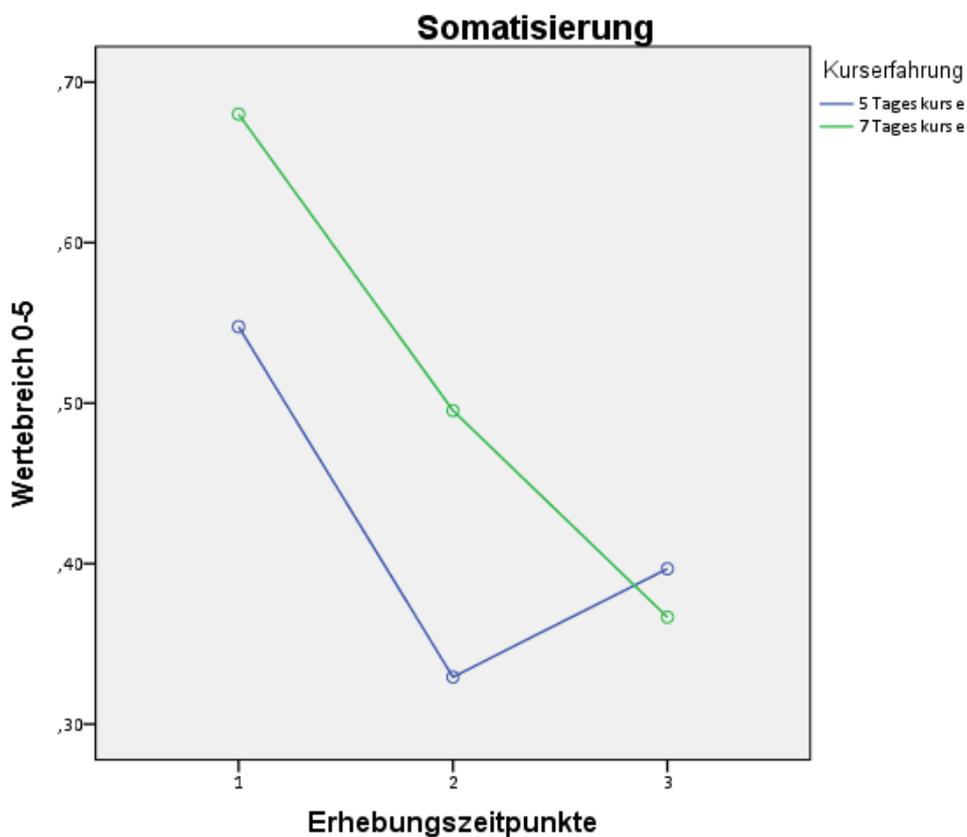
Entgegen der Erwartung, ältere Teilnehmer wären stärker von somatischen Beschwerden betroffen als jüngere, zeigen die Graphen der Mittelwertverläufe in

<sup>633</sup> Siehe Tabelle 107.

Abbildung 55, dass dies hier nicht der Fall ist. Die Werteunterschiede sind gering und daher nicht signifikant. Erkennbar ist dennoch, dass die zwei Gruppen, die die ältesten Personen repräsentieren, die kleinsten Werte annehmen. Tabelle 107 zeigt, dass es bezüglich des Alters der befragten Personen keine Unterschiede bei der Ausprägung des Merkmals „Somatisierung“ gibt.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,020	1,97	,142	,020

**Tabelle 108:** Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei den 5 und 7 Tageskursen zum Faktor „Somatisierung“.



**Abbildung 56:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei den 5- und 7 Tageskursen zum Faktor „Somatisierung“.

Den zweiten Erkenntnisgewinn liefert das Unterscheidungsmerkmal der *Seminarlänge*. Die Verlaufsgraphen zeigen einen Vorteil der Siebentageskurse<sup>634</sup>: Hier ist ein sich stetig weiter entfaltender Effekt durch sinkende Werte ersichtlich, während die Teilnehmer der Fünftagesseminare steigende Werte zwischen Seminarende und der Followupbefragung aufweisen.

Anhand der vorgestellten Ergebnisse lässt sich aussagen, dass die PS-Seminare geeignet sind, um das psychopathologische Phänomen der Somatisierung positiv zu beeinflussen.

Entgegen der Annahme, ältere Menschen würden stärker unter somatischen Symptomen leiden als jüngere, konnte gezeigt werden, dass das Alter der befragten Personen keinen Einfluss auf die Ausprägung des behandelten Merkmals hat. Hinsichtlich der Länge der Seminare ist eine Differenz im Verlauf der Werte ausweisbar, die die Siebentagesseminare bevorteilt. Das Ausmaß dieser Differenz bewegt sich jedoch im statistisch unbedeutsamen Bereich.

Kulturell bedingt ist es völlig „normal“, schon im Kindesalter körperliche Symptome zu kommunizieren und gegebenenfalls eine Intervention seitens der Bezugspersonen zu erwarten. Diese Aussage gilt für psychische Beschwerden nicht in gleichem Maße, sodass dieser Faktor die geringere Akzeptanz psychischer Symptome mit abbildet. Demnach begünstigt die kulturell höhere Akzeptanz körperlicher Beschwerden das Erlernen des Verlagerns psychischer Symptome in den körperlichen Bereich und somit die Ausprägungen dieser Skala.

---

<sup>634</sup> Siehe Abbildung 56.

## SCL Faktor „Zwanghaftigkeit“

Der Faktor „Zwanghaftigkeit“ der SCL-90-R bildet die Ausprägung bzw. das Vorhandensein der gleichnamigen psychischen Störung ab. Dabei reicht die Skala von leichten „Konzentrations- und Arbeitsstörungen bis hin zur ausgeprägten Zwanghaftigkeit<sup>635</sup>“. Die bildenden Items gehen auf Gedanken, Impulse und Handlungen ein, die im Kopf der betreffenden Person als nicht zu sich gehörend und gleichzeitig ununterdrückbar erlebt werden. Bei höherer Ausprägung kommt es zu sogenannten Zwangshandlungen oder Ritualen in stereotyper Art und Weise als Folge von kognitiven Inhalten, die so hohen Druck auf das Ich des Betroffenen ausüben, dass sie alternativlos ausgeführt werden müssen. Teilweise sind diese Inhalte obszöner oder gewalttätiger Art, sodass sie als quälend erlebt werden. Dabei wird so viel Aufmerksamkeit gebunden, dass z.B. Konzentrationsschwächen ein Nebeneffekt dieser Störung sind, ebenso wie soziale Konsequenzen durch das Unverständnis und die Ablehnung von Mitmenschen. Typische Zwangshandlungen sind Waschen, Zählen oder das Berühren bestimmter Objekte<sup>636</sup>.

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Zwang_T1	0,9040	,68254	202
Zwang_T2	0,3802	,38852	202
Zwang_T3	0,4827	,49710	202

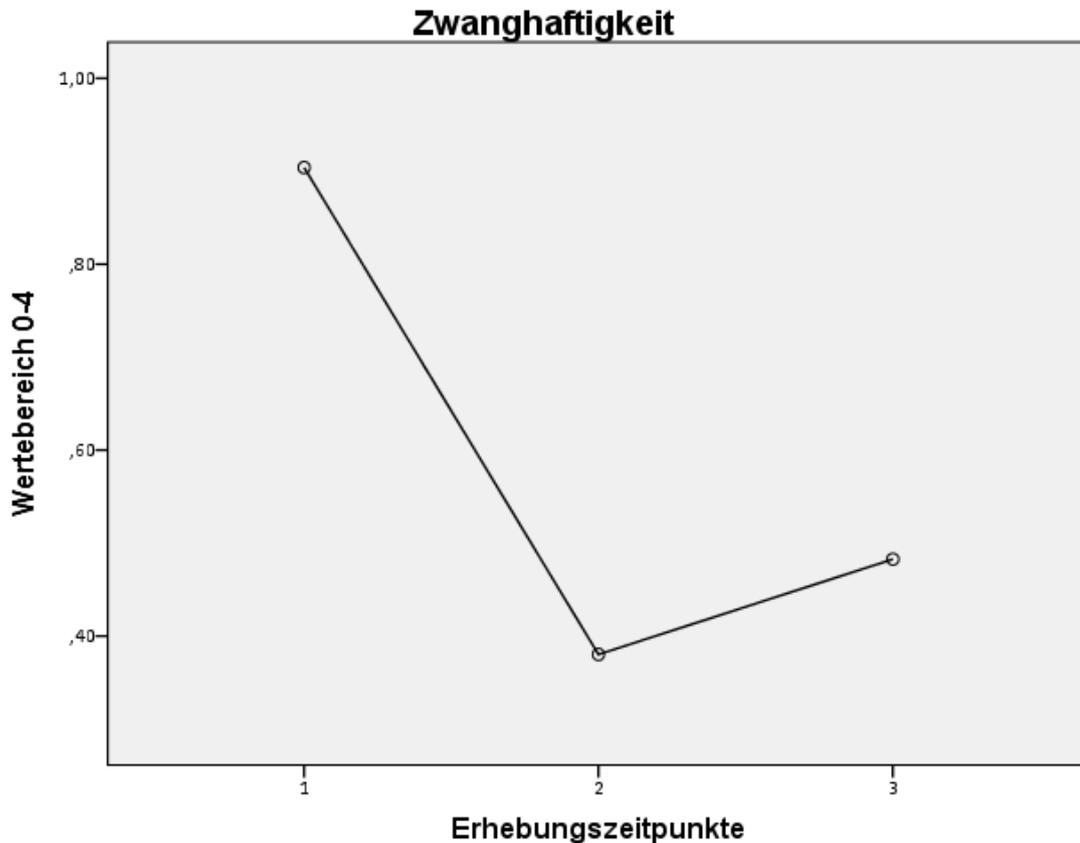
**Tabelle 109:** Deskriptive Statistik zum Faktor „Zwanghaftigkeit“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,802	80,249	,000	,445

**Tabelle 110:** Multivariate Statistik zum Faktor „Zwanghaftigkeit“.

<sup>635</sup> Franke 2002, S. 16.

<sup>636</sup> Vgl. ebd., S. 16 und Dilling et. al. 2000, S. 164f.



**Abbildung 57:** Verlaufsgraph zum Faktor „Zwanghaftigkeit“.

Das Merkmal „Zwanghaftigkeit“ verändert sich hochsignifikant durch den Besuch der PS-Seminare<sup>637</sup>. Der ausweisbare Eta-Wert nimmt mit .445 die höchste Ausprägung im gesamten Datensatz an. Der zugehörige Verlaufsgraph zeigt einen starken Abfall der Werte von T1 zu T2 und darauf folgend einen minimalen Wiederanstieg zu T3<sup>638</sup>.

Die gezeigten Fakten lassen den Schluss zu, dass Zwanghaftigkeit durch die PS-Kurse in einer für die teilnehmenden Personen gewinnbringenden Weise veränderbar ist.

Das psychische Modell der PS mit dem zentralen Ich als Projektion des Selbst und seiner Konzeption der Teilpersönlichkeiten<sup>639</sup> ermöglicht Zwangspatienten einen

<sup>637</sup> Siehe Tabelle 109 und 110.

<sup>638</sup> Siehe Abbildung 57.

<sup>639</sup> Siehe Kapitel 3.5.

vergleichsweise ressourcenorientierten und damit konstruktiven Blick auf ihre Symptomatik und ihre psychische Struktur.

### **SCL Faktor „Unsicherheit im Sozialkontakt“**

Dieser Faktor beschreibt das Phänomen der sozialen Unsicherheit, das mit einer inneren Abwertung der eigenen Person einhergeht. Die betroffenen Menschen erleben den Kontakt zu anderen als Belastung. Sie vergleichen sich mit ihnen, ohne die eigenen positiven Qualitäten zu würdigen und befürchten gleichzeitig, von anderen negativ bewertet zu werden. Das ICD-10 postuliert hier einen Zusammenhang zu fehlenden sozialen Kompetenzen aufgrund von Mangelerlebnissen in der Kindheit, auf denen die soziale Unsicherheit gründet<sup>640</sup>. Die vorliegende Dimension der SCL-90-R deckt den gesamten Bereich ab, von leichter „sozialer Unsicherheit bis hin zum Gefühl völliger persönlicher Unzulänglichkeit<sup>641</sup>.“

<b>Deskriptive Statistik</b>	<b>Mittelwert</b>	<b>Standardabweichung</b>	<b>N</b>
Unsicherheit im Sozialverhalten_T1	0,8657	,67363	211
Unsicherheit im Sozialverhalten_T2	0,4555	,46582	211
Unsicherheit im Sozialverhalten_T3	0,4308	,45132	211

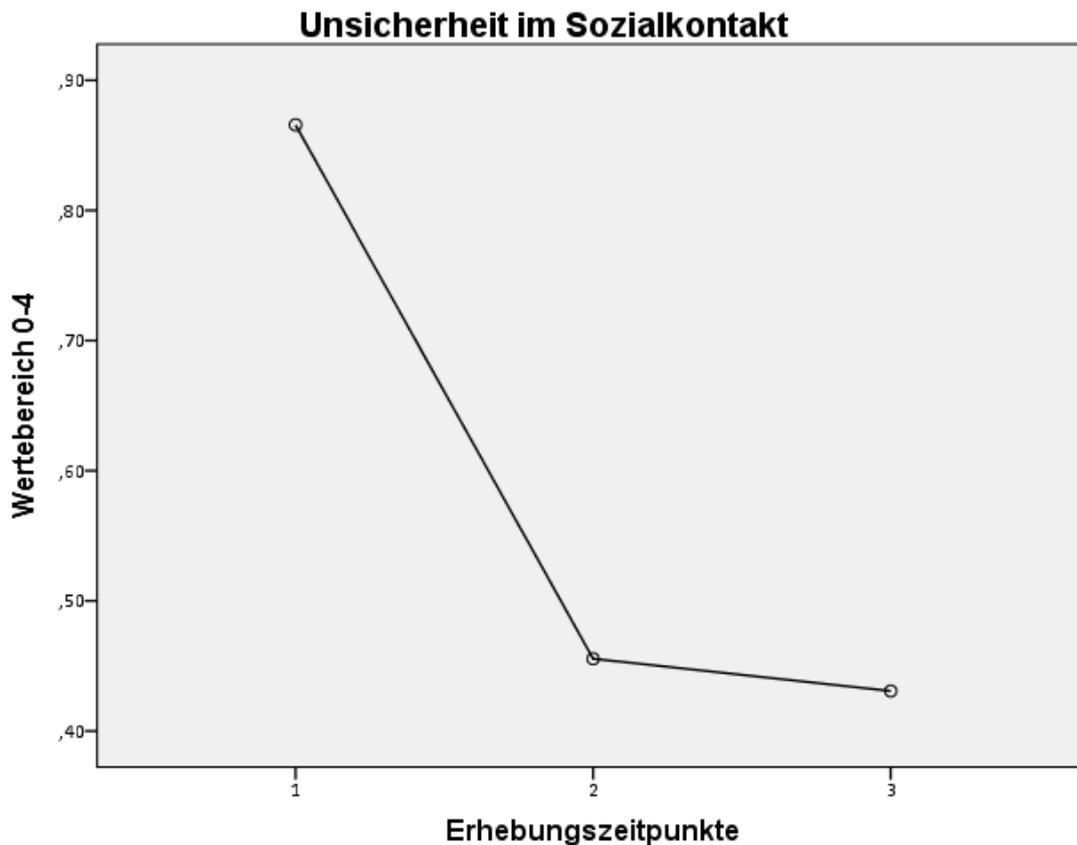
**Tabelle 111:** Deskriptive Statistik zum Faktor „*Unsicherheit im Sozialkontakt*“.

<b>Multivariate Tests</b>				
<b>Effekt</b>	<b>Wert</b>	<b>F</b>	<b>Signifikanz</b>	<b>Eta</b>
Hotelling-Spur	,680	71,102	,000	,405

**Tabelle 112:** Multivariate Statistik zum Faktor „*Unsicherheit im Sozialkontakt*“.

<sup>640</sup> Vgl. Franke 2002, S. 16 und Dilling et. al. 2000, S. 309- 314.

<sup>641</sup> Franke 2002, S. 16.



**Abbildung 58:** Verlauf graph zum Faktor „*Unsicherheit im Sozialkontakt*“.

Die Veränderungen dieses Faktors sind wiederum hochsignifikant im Sinne abnehmender Werte<sup>642</sup>. Der Verlauf graph zeigt erneut den idealen Verlauf mit konstant abnehmenden Werten<sup>643</sup>. Während der Kurse, bzw. zwischen T1 und T2 ist dabei der größte Effekt ausweisbar.

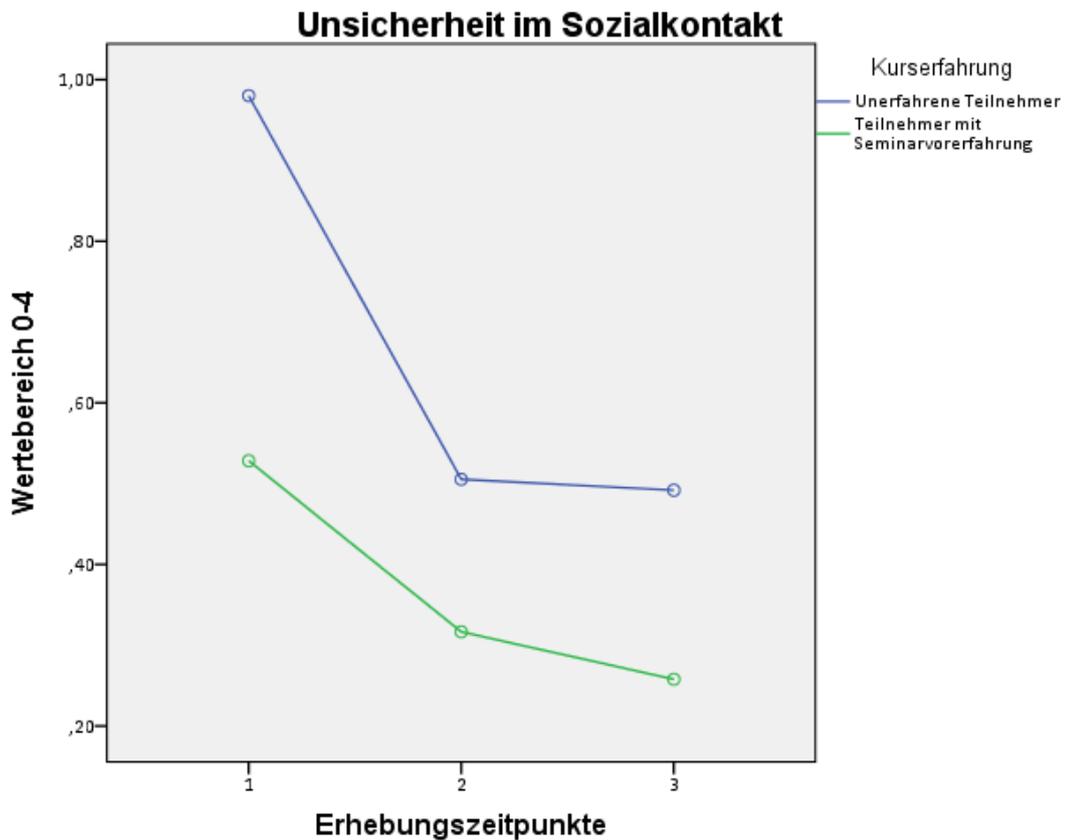
### **Gruppenunterschiede zum Faktor „Unsicherheit im Sozialkontakt“**

<b>Multivariate Tests</b>				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,042	4,298	,015	,040

**Tabelle 113:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „*Unsicherheit im Sozialkontakt*“.

<sup>642</sup> Siehe Tabelle 111 und 112.

<sup>643</sup> Siehe Abbildung 58.



**Abbildung 59:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Unsicherheit im Sozialkontakt“.

Eine starke Tendenz in den Gruppenunterschieden ergibt das Unterscheidungsmerkmal *Seminarerfahrung*<sup>644</sup>. Die zugehörige Grafik zeigt das unterschiedliche Eingangsniveau (Grundrate) auf dieser Skala – die erfahrenen Personen erzielen niedrigere Werte<sup>645</sup>. Sie machen eine weniger große Veränderung von T1 zu T2 durch als die unerfahrenen Teilnehmer, aber sie vertiefen ihren Effekt dann weiter zu T3, wohingegen für die unerfahreneren Teilnehmer eine Stabilisierung auf dem erreichten Niveau ausweisbar ist.

<sup>644</sup> Siehe Tabelle 113.

<sup>645</sup> Siehe Abbildung 59.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,238	1,63805915	,023	,106

**Tabelle 114:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „*Unsicherheit im Sozialkontakt*“.

Die nächste relevante Tendenz bezüglich der Gruppenunterschiede ergibt sich auf dieser Skala zwischen den verschiedenen Seminaren<sup>646</sup>. Der Signifikanzwert beträgt hier .023. Im weiteren Verlauf wurden erneut zwei Seminare zugunsten besserer Übersichtlichkeit ausgewählt, um die vorliegenden Differenzen zu erläutern.

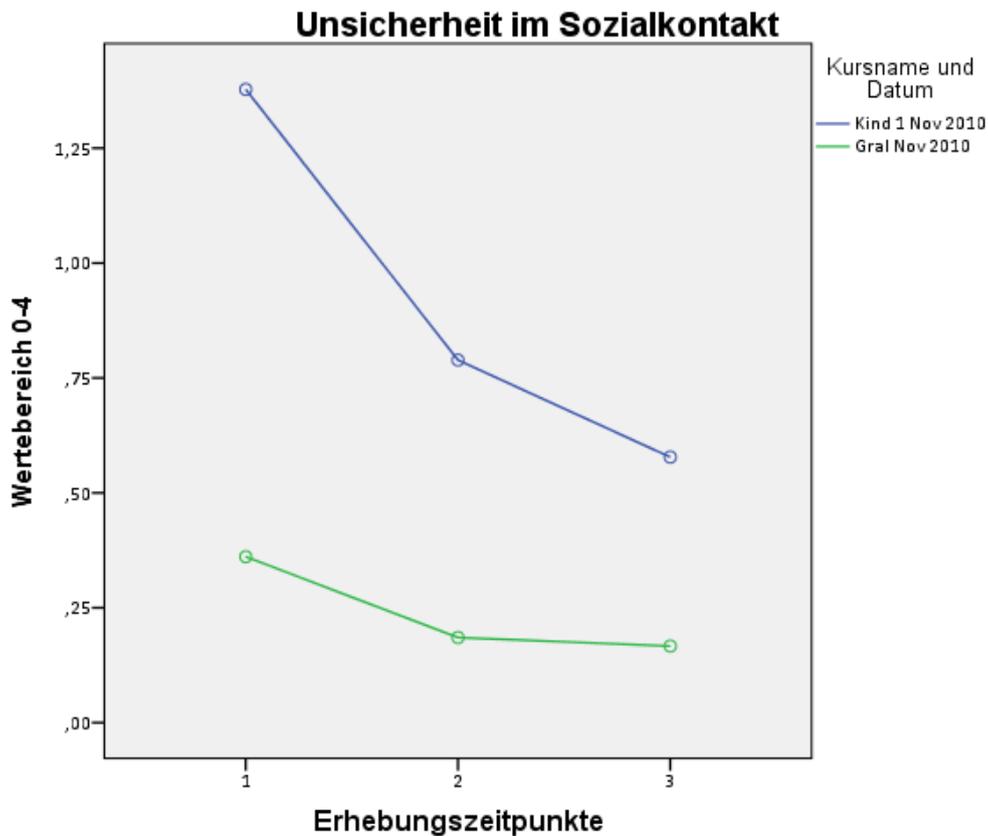
Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,612	5,811	,011	,380

**Tabelle 115:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren zum Faktor „*Unsicherheit im Sozialkontakt*“.

Bei den zwei ausgewählten Kursen handelt es sich um den *Heiligen Gral*, November 2010 und den *Kind I-Kurs* ebenfalls vom November 2010. Die zugehörigen Graphen zeigen einen deutlichen Rückgang der Werte beim *Kind-Kurs* und einen moderaten beim *Grals-Seminar*<sup>647</sup>. Beide verbessern sich von T1 zu T2 und weiter zu T3, jedoch mit flacherem Verlauf als zwischen den ersten beiden Erhebungszeitpunkten. Alle Werte zeigen eine geringe Ausprägung dieser Störungskategorie.

<sup>646</sup> Siehe Tabelle 114.

<sup>647</sup> Siehe Tabelle 115 und Abbildung 60.



**Abbildung 60:** Verlaufsglyph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren zum Faktor „*Unsicherheit im Sozialkontakt*“.

Die vorgestellten Fakten erlauben die Aussage, dass die Teilnehmer durch den Besuch der PS-Seminare einen Anstieg an Sicherheit im Sozialkontakt erleben.

Die insgesamt niedrigen Werte dieser Skala sind zum Teil durch das Setting der Gruppenseminare erklärbar, das von Personen mit hoher sozialer Unsicherheit aufgrund der Gruppensituation gemieden wird. Zu den Gruppenunterschieden ist zunächst zu bemerken, dass beide gebildeten Subgruppen erfahrene und unerfahrene Teilnehmer repräsentieren<sup>648</sup>. Die Verläufe werden als ceiling-Effekt interpretiert. Die Werte der erfahrenen Gruppe liegen so nah an der Nulllinie, dass eine weitere Abnahme nicht abbildbar ist. Der durch die Interventionen erzielte Effekt bei diesem Merkmal wird durch die kontextbedingten sozialen Interaktionen unterstützt.

<sup>648</sup> Vgl. Kapitel 4.1.1.

## SCL Faktor „Depressivität“

Die Skala „Depressivität“ des SCL-90-R orientiert sich an den allgemeinen Symptomen depressiver Störungen. Hier sind vor allem dysphorische Gestimmtheit, fehlendes Interesse am gesellschaftlichen Leben, Energielosigkeit und damit einhergehende Phänomene wie Hoffnungslosigkeit, Konzentrationsstörungen und dysfunktionale Gedanken zu nennen<sup>649</sup>. Diese Skala bildet wiederum die gesamte Breite der depressiven Erkrankungen ab. Nach ICD-10 sind die wesentlichen Symptome „gedrückte Stimmung, Interessenverlust, Freudlosigkeit und eine Verminderung des Antriebs. Die Verminderung der Energie führt zu erhöhter Ermüdbarkeit und Aktivitätseinschränkung. Deutliche Müdigkeit tritt oft nur nach kleinen Anstrengungen auf<sup>650</sup>“. Damit einhergehend gibt es diverse somatische Korrelate, wie Aufmerksamkeits- und Konzentrationsschwächen, Appetitminderung und Schlafstörungen sowie Einschränkungen des sexuellen Interesses. Ein Kriterium für stärker ausgeprägte Depressivität sind Suizidgedanken bis hin zur Selbstverletzung und suizidalen Handlungen<sup>651</sup>.

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Depressivität_T1	1,0404	,88431	194
Depressivität_T2	0,4477	,43255	194
Depressivität_T3	0,5214	,62780	194

**Tabelle 116:** Deskriptive Statistik zum Faktor „*Depressivität*“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,648	62,212	,000	,393

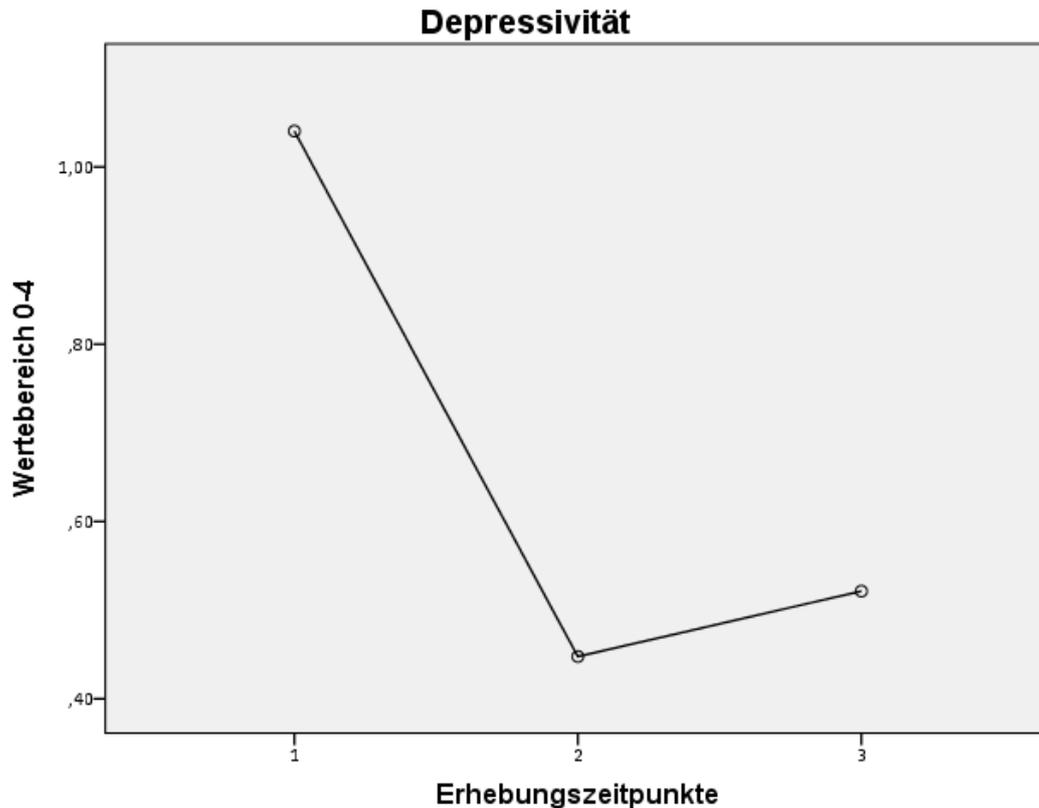
**Tabelle 117:** Multivariate Statistik zum Faktor „*Depressivität*“.

---

<sup>649</sup> Vgl. Franke 2002, S. 17.

<sup>650</sup> Dilling et. al. 2000, S. 139.

<sup>651</sup> Vgl. ebd, S. 139.



**Abbildung 61:** Verlaufsgraph zum Faktor „*Depressivität*“.

Die ausweisbaren Veränderungen dieses Merkmals sind ebenfalls hochsignifikant und positiv im Sinne abnehmender Werte<sup>652</sup>. Mit 1,04 weist diese Skala die höchste Grundrate aller Komponenten der SCL-90-R auf. Der Verlaufsgraph dieses Faktors ist typisch: Er zeigt einen deutlichen Rückgang der Werte im prä-post-Vergleich und einen minimalen Wiederanstieg zum Zeitpunkt der Langzeiterhebung (T3)<sup>653</sup>. Das Item Nummer 20 „Neigung zum Weinen“ wurde zum Zeitpunkt T2 häufig als stark ausgeprägt beantwortet. Die Teilnehmer weinen oft im Kursverlauf, weil dieser an verschiedenen Stellen Rührung oder emotionalen Schmerz erfahrbar macht. Dadurch sind die ausweisbaren Effekte dieses Faktors negativ beeinflusst.

<sup>652</sup> Siehe Tabelle 116 und 117.

<sup>653</sup> Siehe Abbildung 61.

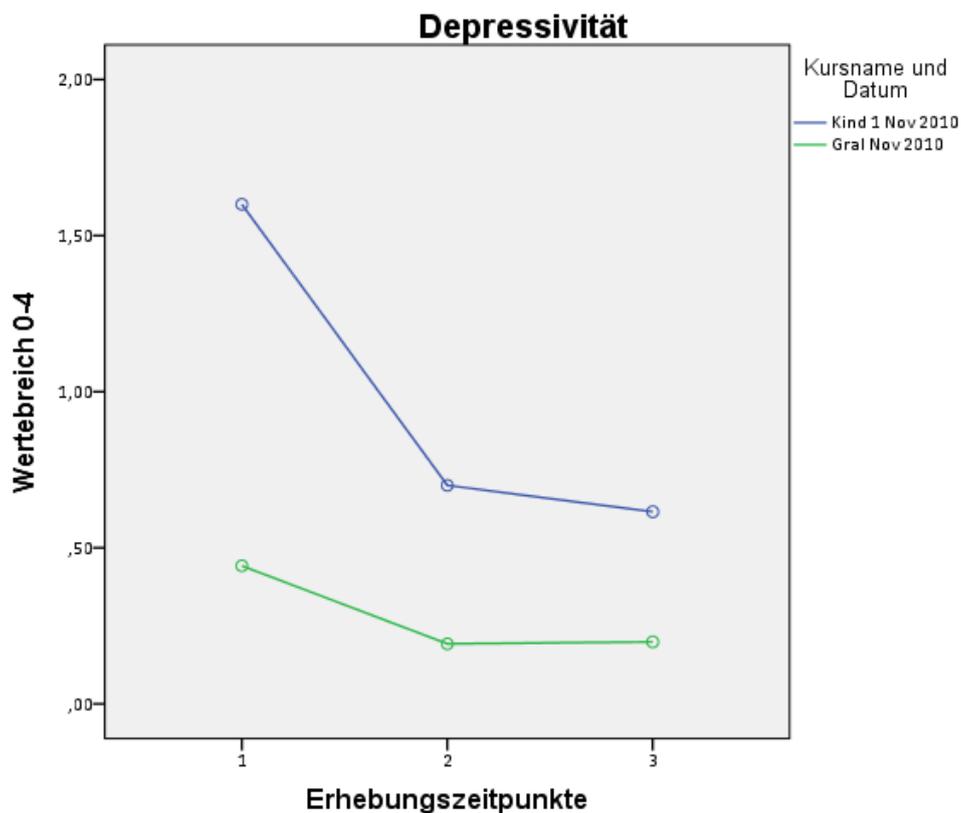
## Gruppenunterschiede zum Faktor „Depressivität“

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,307	1,93200261	,004	,133

**Tabelle 118:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „*Depressivität*“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,386	3,665	,045	,278

**Tabelle 119:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren zum Faktor „*Depressivität*“.



**Abbildung 62:** Verlaufsggraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren zum Faktor „*Depressivität*“.

Zur Skala „Depressivität“ lässt sich ein relevanter Gruppenunterschied auffinden: Dieser besteht zwischen den verschiedenen Seminaren und weist eine hochsignifikante Ausprägung auf<sup>654</sup>. Es wurden wiederum die Seminare *Kind I*, November 2010 und *Gral*, November 2010 ausgewählt, um die Differenzen beispielhaft zu zeigen. Eine hohe Signifikanz ist in diesem Fall mit nur zwei Seminaren und dem entsprechend kleineren N nicht zu erzielen<sup>655</sup>. Der zugehörige Verlaufsgraph zeigt eine vergleichsweise stark unterschiedliche Grundrate der beiden Gruppen<sup>656</sup>. Bei den Teilnehmern des *Kindkurses* findet sich, relativ zur Vergleichsgruppe, eine große Werteabnahme von T1 zu T2 und ein weiterer, aber schwächerer Abfall der Werte hin zu T3. Die befragten Personen des *Gralskurses* zeigen ebenfalls fallende Werte von T1 zu T2, jedoch wesentlich schwächer als bei der Vergleichsgruppe, und darauf folgend einen minimalen Wiederanstieg zum dritten Messzeitpunkt (T3). Insgesamt liegen die Werte der *Gral-Teilnehmer* so niedrig, dass ein ähnlich großer Sprung wie bei der unerfahreneren Gruppe der *Kindkurs-Besucher* außerhalb der Skala liegt und damit als ceiling-Effekt zu benennen ist.

Die gezeigten Ergebnisse lassen den Schluss zu, dass der Besuch der PS-Seminare zu einer Minderung von Depressivität führt.

Die vergleichsweise hohe Grundrate dieses Faktors belegt die größte Relevanz für die vorliegende Stichprobe im Vergleich zu den anderen Faktoren der SCL-90-R.

Bei den Gruppenvergleichen sind potentiell große Veränderungen aufgrund des ceiling-Effekts nicht abbildbar. Stattdessen erreichen auch Teilnehmergruppen mit vergleichsweise hohen Eingangswerten nach den Seminaren einen Wertebereich  $<1,0$ , sodass keine depressive Symptomatik mehr aufzufinden ist.

---

<sup>654</sup> Siehe Tabelle 118.

<sup>655</sup> Siehe Tabelle 119.

<sup>656</sup> Siehe Abbildung 62.

## SCL Faktor „Ängstlichkeit“

Im folgenden Abschnitt wird die Skala „Ängstlichkeit“ der SCL-90-R beschrieben und die dazugehörigen Ergebnisse aus den erhobenen Daten vorgestellt: Dieser Faktor umspannt die Dimension Angst von Nervosität bis hin zu starker Angst. Das Hauptkriterium einer pathologisch auftretenden Angst ist der fehlende Bezug zu einer bestimmten Umgebungssituation, wie ein Feuer oder ein wildes Tier, das eine akute Bedrohung darstellt. Die 10 bildenden Items dieses Faktors erfassen „manifeste Angst mit Nervosität, Spannung und Zittern, Panikattacken und Schreckgefühle<sup>657</sup>“, sowie entsprechende Emotionen und somatische Korrelate der Angst<sup>658</sup>.

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Ängstlichkeit_T1	0,6156	,60519	212
Ängstlichkeit_T2	0,3755	,38866	212
Ängstlichkeit_T3	0,3198	,43928	212

**Tabelle 120:** Deskriptive Statistik zum Faktor „Ängstlichkeit“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,309	32,47	,000	,236

**Tabelle 121:** Multivariate Statistik zum Faktor „Ängstlichkeit“.

---

<sup>657</sup> Franke 2002, S. 17.

<sup>658</sup> Vgl. ebd., S. 17.

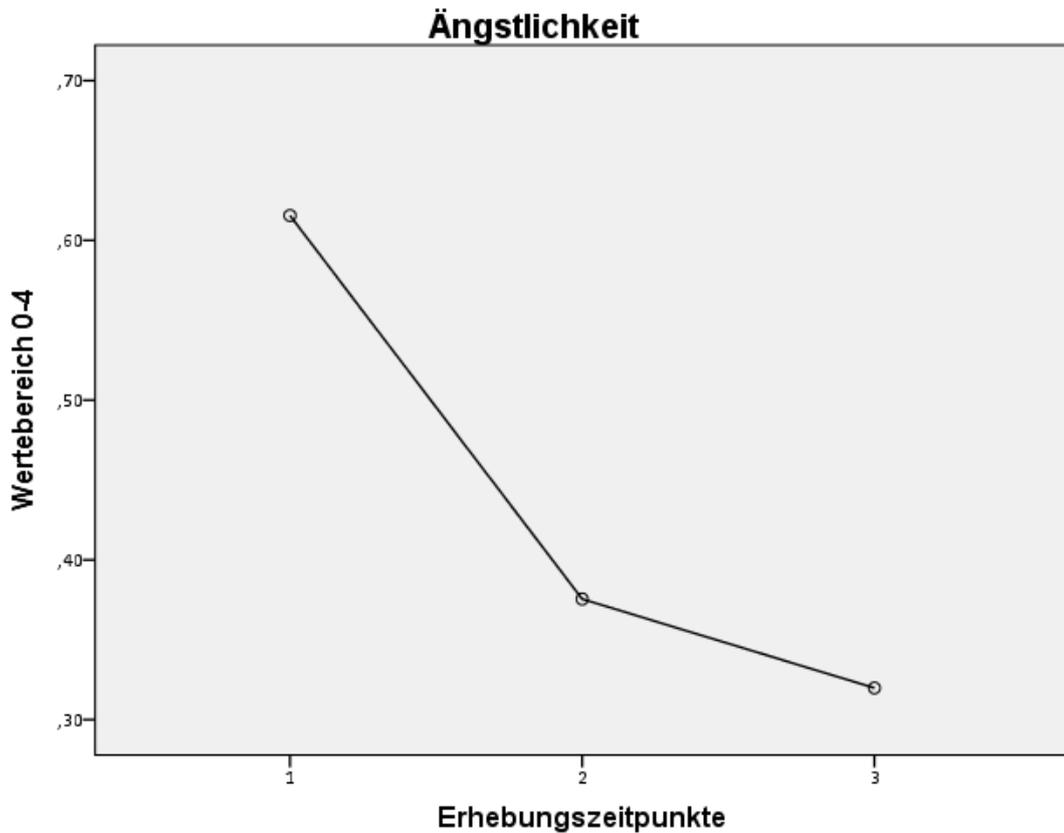


Abbildung 63: Verlaufsgraph zum Faktor „Ängstlichkeit“.

Die Veränderungen dieses Faktors sind ebenfalls hochsignifikant<sup>659</sup>. Der Verlaufsgraph zeigt hier erneut den idealen Verlauf einer konstanten Werteabnahme<sup>660</sup>. Insgesamt liegt das Niveau der „Ängstlichkeit“ vergleichsweise niedrig: Der größte gemessene Mittelwert zum Zeitpunkt T1 liegt bei .62.

Die vorgestellten Ergebnisse weisen die PS-Seminare als geeignet aus, um Veränderungen beim psychopathologischen Merkmal „Ängstlichkeit“ zu bewirken.

<sup>659</sup> Siehe Tabelle 120 und 121.

<sup>660</sup> Siehe Abbildung 63.

## SCL Faktor „Aggressivität“

Der Faktor „Aggressivität“ bildet von Reizbarkeit bis hin zu feindseligem Verhalten die verschiedenen Ausprägungen dieses Merkmals ab. Mit sechs Items wird hier weniger differenziert abgefragt als bei den bisher beschriebenen Skalen (9-13 Items). Die Items beziehen sich „auf Gedanken, Gefühle oder Handlungen, die charakteristisch für den negativen Gefühlszustand von Ärger sind und sowohl Aggression, Irritierbarkeit, Zorn und Verstimmung umfassen“<sup>661</sup>. Die negative Konnotation von Aggressivität im psychopathologischen Kontext widerspricht der Auffassung der PS nach dem Kölner Modell<sup>662</sup>. Bei bestimmten Interventionen wird Aggressivität fokussiert, um ihre Wucht für Prozesse zu nutzen, wie beispielsweise die „Entmachtung“ von Introjekten<sup>663</sup>.

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Aggressivität_T1	0,6615	,64817	224
Aggressivität_T2	0,3720	,46124	224
Aggressivität_T3	0,3601	,48831	224

Tabelle 122: Deskriptive Statistik zum Faktor „Aggressivität“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,292	32,385	,000	,226

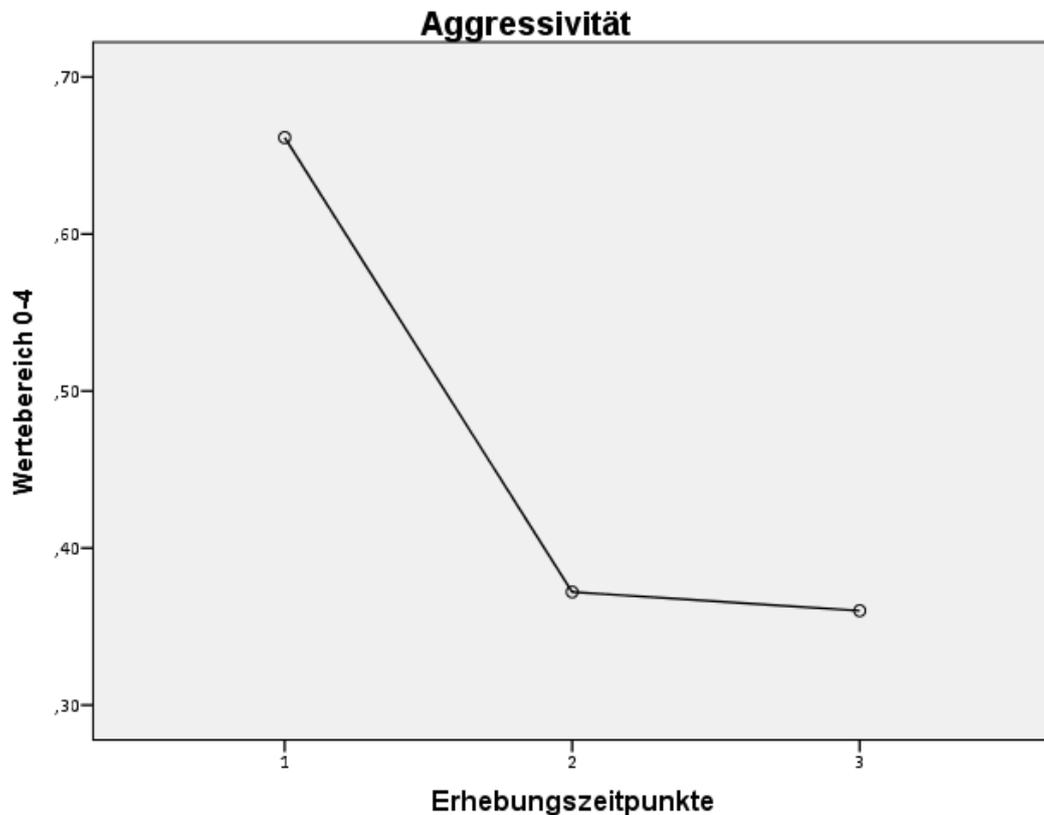
Tabelle 123: Multivariate Statistik zum Faktor „Aggressivität“.

---

<sup>661</sup> Franke 2002, S. 18.

<sup>662</sup> Vgl. Kapitel 3.11.

<sup>663</sup> Vgl. Kapitel 4.1.1 Abschnitt „Das innere Kind und die Heilung der Liebe“.



**Abbildung 64:** Verlaufsgraph zum Faktor „Aggressivität“.

Die gemessenen Veränderungen beim Merkmal „Aggressivität“ sind wiederum hochsignifikant und positiv aus der PS-Perspektive<sup>664</sup>. Die Abnahme der Werte verläuft in einem größeren Schritt von T1 zu T2 und einer schwächeren Vertiefung zum Nachtreffen (T3)<sup>665</sup>.

Es lässt sich schlussfolgern, dass die PS-Kurse eine Reduktion des psychopathologischen Merkmals „Aggressivität“ bewirken.

<sup>664</sup> Siehe Tabelle 122 und 123.

<sup>665</sup> Siehe Abbildung 64.

## SCL Faktor „Phobische Angst“

Der sechste Faktor der SCL-90-R bildet den phobischen Aspekt der Angst und im Besonderen die Agoraphobie ab. Die Konstrukteure der SCL-90-R orientierten sich dabei an der Definition von Marks, der verschiedene Phobien spezifizierte<sup>666</sup>. Die Items dieser Skala beziehen sich auf phobisches (Vermeidungs-) Verhalten, das aufgrund von Furcht vor bestimmten Menschen, Plätzen oder Situationen entsteht. Personen mit höheren Werten auf dieser Skala vermeiden Kontexte, in denen sie auf Menschenmengen oder offene Plätze stoßen, woraus häufig eine starke (soziale) Rückzugstendenz entsteht. Die Ausprägungen reichen von „leichtem Unbehagen bis hin zu panischer Angst“<sup>667</sup>. Phobische Störungen weisen auch somatische Symptome auf, die in diesem Faktor jedoch keine Beachtung finden. Abgebildet werden stattdessen verschiedene konkrete Situationen, die typischerweise von Phobikern gemieden werden<sup>668</sup>.

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Phobische Angst_T1	0,2688	,43150	219
Phobische Angst_T2	0,0939	,18694	219
Phobische Angst_T3	0,1181	,22720	219

**Tabelle 124:** Deskriptive Statistik zum Faktor „*phobische Angst*“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,185	20,054b	,000	,156

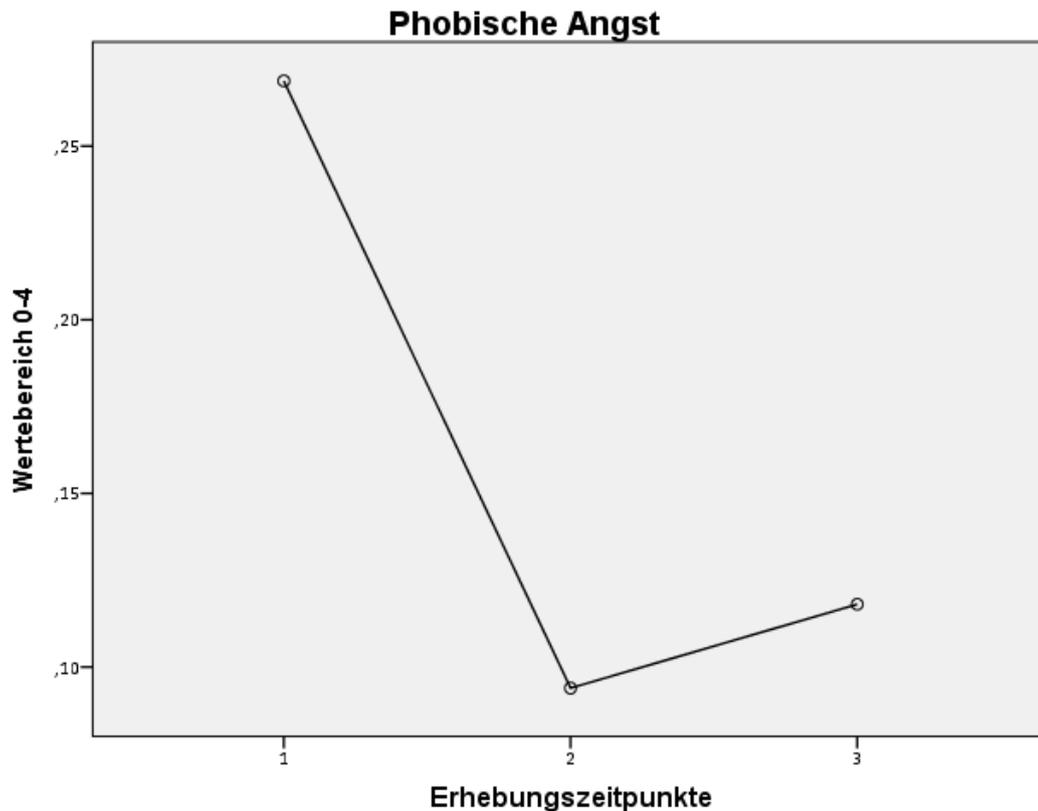
**Tabelle 125:** Multivariate Statistik zum Faktor „*phobische Angst*“.

---

<sup>666</sup> 1969.

<sup>667</sup> Dilling et. al. 2000, S. 155.

<sup>668</sup> Vgl. Franke, 2002, S. 18 und Dilling et. al. 2000, S. 139f.



**Abbildung 65:** Verlaufsgraph zum Faktor „*phobische Angst*“.

Die Veränderungen dieses Faktors sind erneut hochsignifikant<sup>669</sup>. Der zugehörige Verlaufsgraph zeigt das typische Bild einer starken Veränderung zwischen Kursbeginn (T1) und Kursende (T2) und darauf folgend einen leichten Wiederanstieg der Werte zum Nachtreffen (T3)<sup>670</sup>.

Die gezeigten Ergebnisse lassen die Aussage zu, dass die PS-Seminare eine Verringerung der „phobischen Angst“ erzielen.

Die Grundrate der vorliegenden Stichprobe mit einem Mittelwert von 0,27 bildet das Minimum aller erhobenen psychopathologischen Kennwerte. Es liegt ein ausgeprägter ceiling-Effekt vor, da sich alle Entwicklungen dieser Skala innerhalb des Wertebereichs von 0-0,27 ereignen. Zudem liegt der Schwerpunkt dieser Skala

<sup>669</sup> Siehe Tabelle 124 und 125.

<sup>670</sup> Siehe Abbildung 65.

inhaltlich bei der Agoraphobie, sodass betroffene Personen bei einem Gruppenseminar mit circa 30 Teilnehmenden nicht anzutreffen sind.

### **SCL Faktor „Paranoides Denken“**

„Paranoides Denken“ wird in der SCL-90-R mit sieben Items abgebildet, die sich auf Gedankeninhalte beziehen. Das Merkmal wird hier als „inhaltliche Denkstörung“<sup>671</sup> aufgefasst. Die Items orientieren sich am sogenannten Verfolgungswahn, einer Vorstufe der paranoiden wahnhaften Störung. Personen, die auf dieser Skala höhere Werte erzielen, leiden oft unter dem Gefühl, dass andere ihnen gegenüber feindselig eingestellt sind, indem sie sie beobachten, schuld an ihrem Leiden sind, oder versuchen sie auszunutzen<sup>672</sup>.

<b>Deskriptive Statistik</b>	<b>Mittelwert</b>	<b>Standardabweichung</b>	<b>N</b>
Paranoides Denken_T1	0,7161	,66280	219
Paranoides Denken_T2	0,2473	,31781	219
Paranoides Denken_T3	0,3531	,43615	219

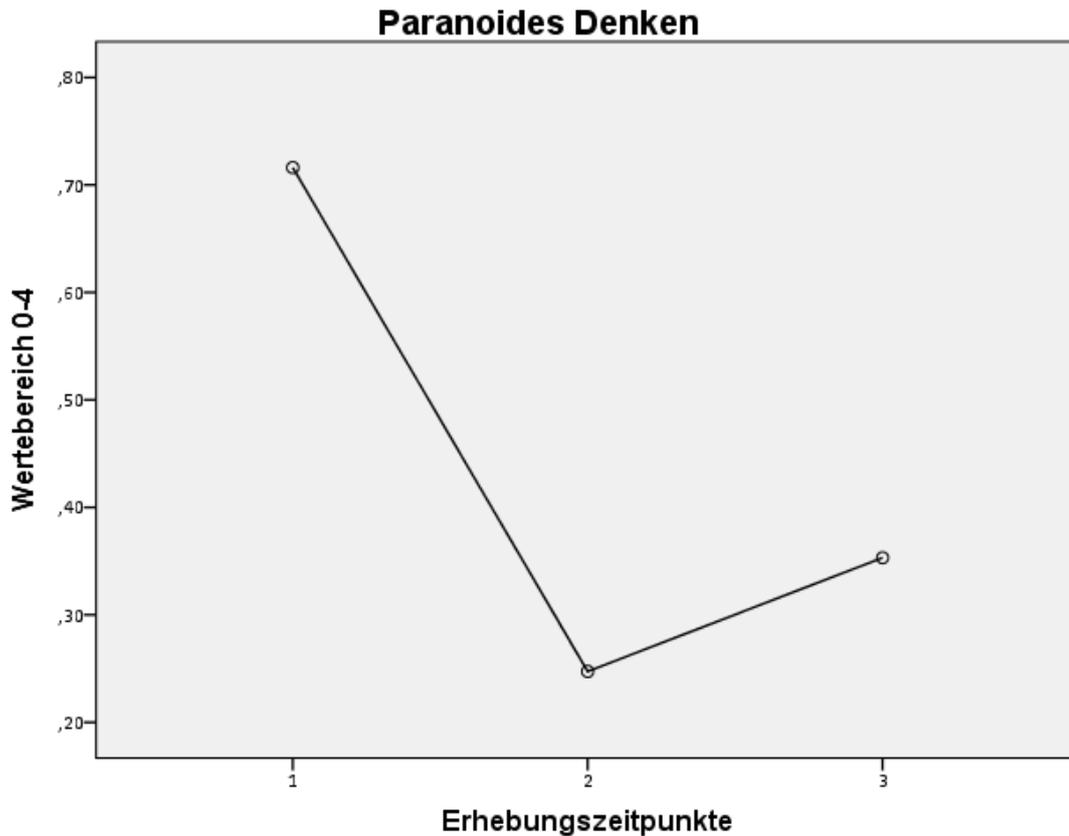
**Tabelle 126:** Deskriptive Statistik zum Faktor „*paranoides Denken*“.

<b>Multivariate Tests</b>				
<b>Effekt</b>	<b>Wert</b>	<b>F</b>	<b>Signifikanz</b>	<b>Eta</b>
Hotelling-Spur	,617	66,925	,000	,382

**Tabelle 127:** Multivariate Statistik zum Faktor „*paranoides Denken*“.

<sup>671</sup> Franke, 2002, S. 18.

<sup>672</sup> Vgl. ebd., S. 18 und Dilling et. al. 2000, S. 139f.



**Abbildung 66:** Verlaufsgraph zum Faktor „*paranoides Denken*“.

Die Effekte auf dieser Skala sind wiederum hochsignifikant<sup>673</sup>. Der zugehörige Verlaufsgraph zeigt eine Werteabnahme zwischen T1 und T2 und einen leichten Wiederanstieg im Zeitraum vom Seminarende bis zum Nachtreffen (T3)<sup>674</sup>.

### Gruppenunterschiede zum Faktor „Paranoides Denken“

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,246	1,7659576	,010	,110

**Tabelle 128:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren beim Faktor „*paranoides Denken*“.

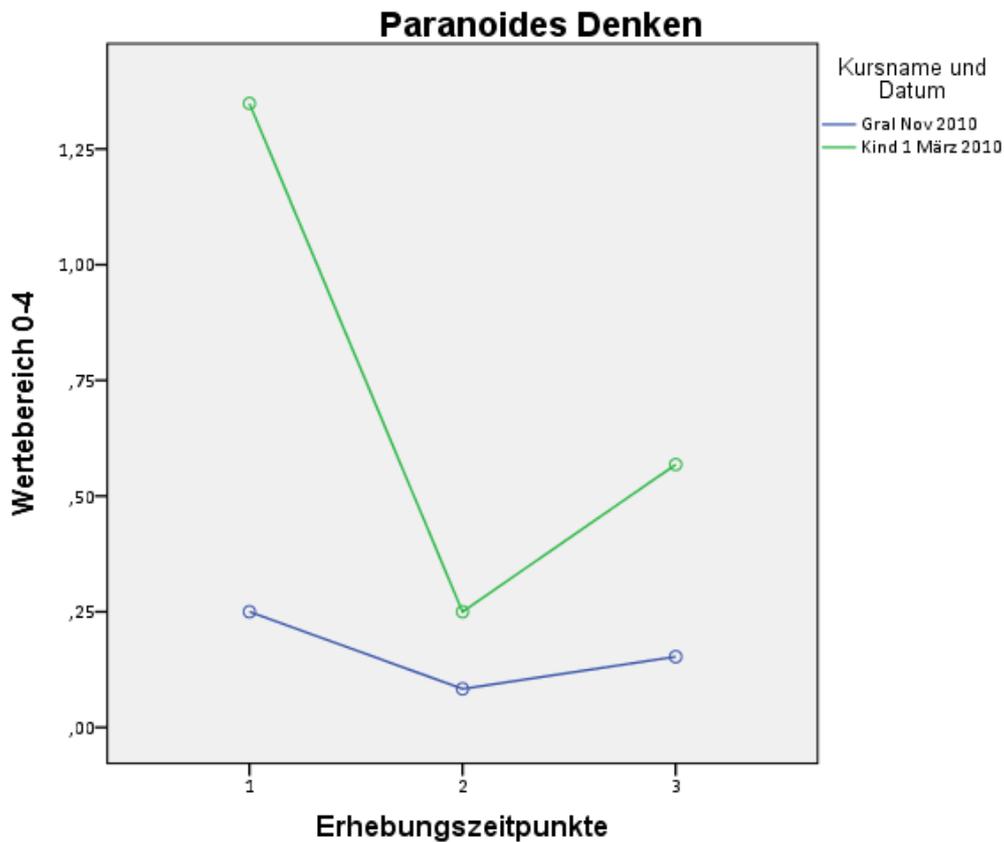
<sup>673</sup> Siehe Tabelle 126 und 127.

<sup>674</sup> Siehe Abbildung 66.

Zu dieser Skala lassen sich signifikante Unterschiede zwischen den verschiedenen Seminaren ausweisen<sup>675</sup>. Zugunsten größerer Übersichtlichkeit wurden wiederum zwei Kurse ausgewählt, die sich repräsentativ für die zu zeigende Differenz eignen.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,836	12,96	,000	,455

**Tabelle 129:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „*paranoides Denken*“.



**Abbildung 67:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „*paranoides Denken*“.

Die am besten geeigneten Seminare, um den vorliegenden Gruppenunterschied zu zeigen, sind in diesem Fall erneut der *Gralkurs*, November 2010 und der *Kind I-Kurs*, März 2010. Durch die Auswahl dieser beiden Seminare nimmt die Signifikanz trotz

<sup>675</sup> Siehe Tabelle 128.

der kleineren Stichprobe den maximalen Wert von 0,0 an<sup>676</sup>. Der zugehörige Verlaufsgraph bildet für die Teilnehmer des *Gralskurses* Werte nahe der Nulllinie und in Relation zur vorliegenden Stichprobe die höchsten Werte bei den *Kindkurs-Teilnehmern* ab<sup>677</sup>. Der Graph des *Kindkurses* zeigt einen vergleichsweise starken Werteabfall zwischen T1 und T2 und darauf folgend einen Wiederanstieg zu T3. Die Werte der *Gralskurs-Teilnehmer* variieren schwächer: Die Grundrate liegt hier über einen Wertepunkt niedriger. Es kann eine leichte Abnahme der Werte zu T2 ausgewiesen werden, auf die ein Wiederanstieg zum Zeitpunkt T3 folgt, sodass der Endpunkt des Graphen kurz unter den Eingangswerten liegt. Der gesamte Verlauf bei dieser Subgruppe spielt sich im Bereich zwischen 0.25 (T1) und 0.08 (T2) ab.

Anhand der vorgestellten Ergebnisse lässt sich aussagen, dass die PS-Seminare eine Verringerung von paranoiden Gedanken bewirken.

Der signifikante Gruppenunterschied zwischen den erfahrenen Teilnehmern des *Gralskurses* und den PS-Einsteigern des *Kindkurses* legt die Vermutung nahe, dass der Besuch mehrerer PS-Seminare bzw. eine langfristige PS-Therapie zu nachhaltig positiven Effekten bezüglich der Symptomatik des paranoiden Denkens führt.

Aufgrund des ceiling-Effekts waren weitere Effekte zum Faktor „paranoides Denken“ nicht abbildbar.

### **SCL Faktor „Psychotizismus“**

Der neunte Faktor der SCL-90-R wurde mit „Psychotizismus“ bezeichnet und bildet mit zehn Items das Kontinuum zwischen Entfremdung und psychotischem Erleben ab. Die Autoren orientieren sich hier an der Definition von Eysenck & Eysenck, die für nicht-psychiatrisch relevante Personen unangemessenes, unsoziales und impulsives Verhalten erfasst<sup>678</sup>. Bei stärkerer Ausprägung dieser Störung sind die Betroffenen z.B. der Meinung, andere hätten Macht über sie, oder leiden unter Halluzinationen, die meist akustischer Natur sind. In der Literatur finden sich immer wieder Fälle, in denen

---

<sup>676</sup> Siehe Tabelle 129.

<sup>677</sup> Siehe Abbildung 67.

<sup>678</sup> Vgl. Eysenck, 1968.

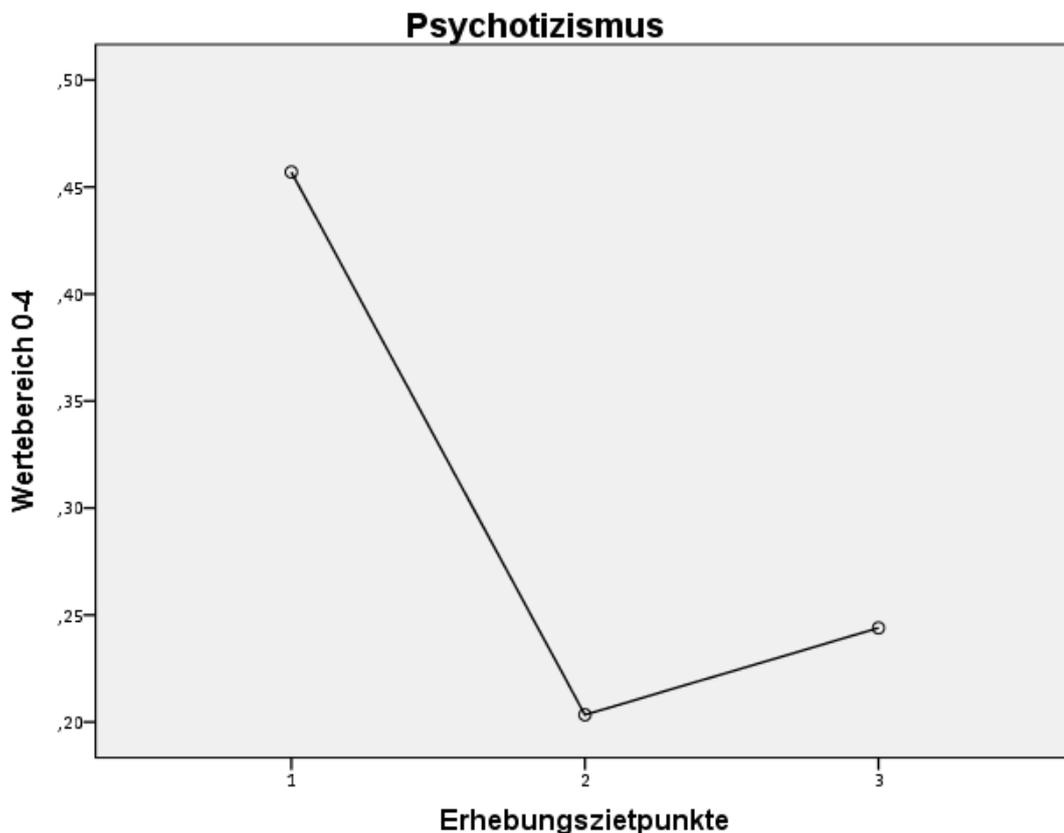
Betroffene Stimmen hören, die ihnen Befehle erteilen oder ihnen andere unangenehme Dinge einreden<sup>679</sup>.

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Psychotizismus_T1	0,4570	,46209	207
Psychotizismus_T2	0,2034	,25225	207
Psychotizismus_T3	0,2440	,32850	207

**Tabelle 130:** Deskriptive Statistik zum Faktor „*Psychotizismus*“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,418	42,872	,000	,295

**Tabelle 131:** Multivariate Statistik zum Faktor „*Psychotizismus*“.



**Abbildung 68:** Verlaufsgraph zum Faktor „*Psychotizismus*“.

<sup>679</sup> Vgl. Franke, 2002, S. 19 und Dilling et. al. 2000, S. 106f.

Der Faktor „Psychotizismus“ verändert sich ebenfalls hochsignifikant<sup>680</sup>. Die Werte nehmen ab, sodass die Belastung durch die psychotischen Symptome geringer wird. Der zugehörige Verlaufgraph zeigt den charakteristischen Verlauf einer starken Verbesserung zum Seminarende hin (T2) und einen leichten Anstieg der Werte zwischen den Zeitpunkten T2 und T3<sup>681</sup>.

### Gruppenunterschiede zum Faktor „Psychotizismus“

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,233	1,58327099	,032	,104

**Tabelle 132:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren beim Faktor „Psychotizismus“.

Zum Faktor „Psychotizismus“ findet sich der erste statistisch relevante Gruppenunterschied zwischen den verschiedenen Seminaren. Hier liegt ein schwacher tendenzieller Effekt zwischen den Gruppen vor<sup>682</sup>. Im Folgenden wurden wiederum zwei repräsentative Seminare extrahiert.

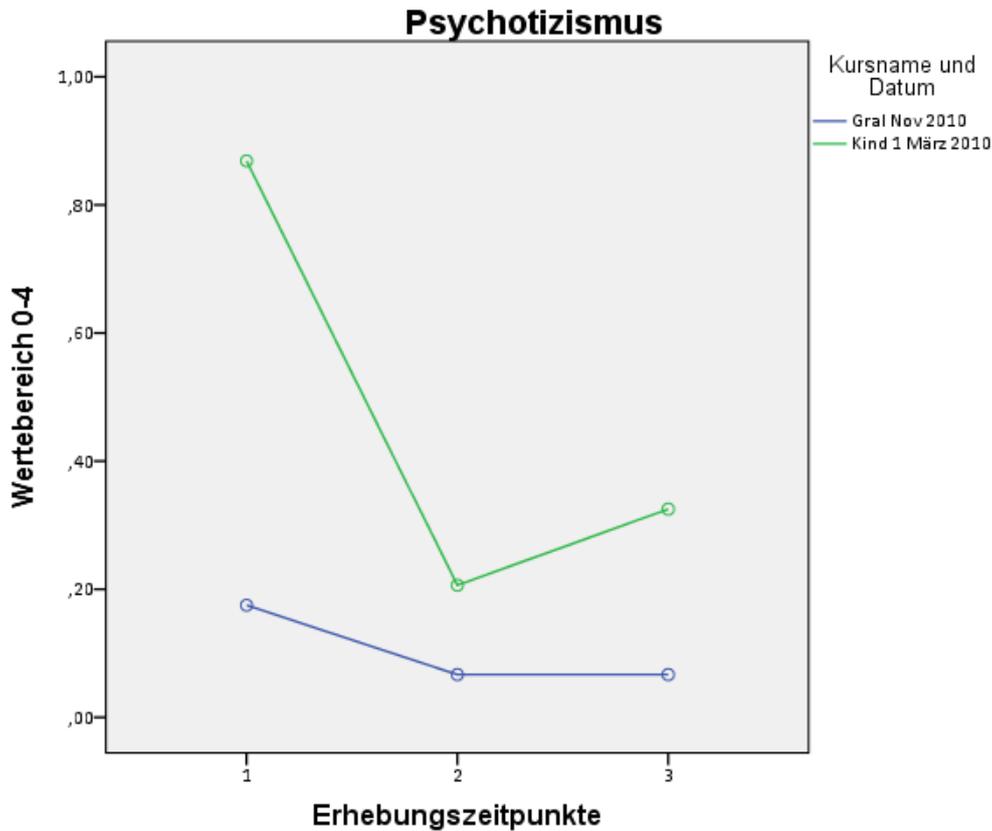
Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,492	6,149b	,007	,330

**Tabelle 133:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „Psychotizismus“.

<sup>680</sup> Siehe Tabelle 130 und 131.

<sup>681</sup> Siehe Abbildung 68.

<sup>682</sup> Siehe Tabelle 132.



**Abbildung 69:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „*Psychotizismus*“.

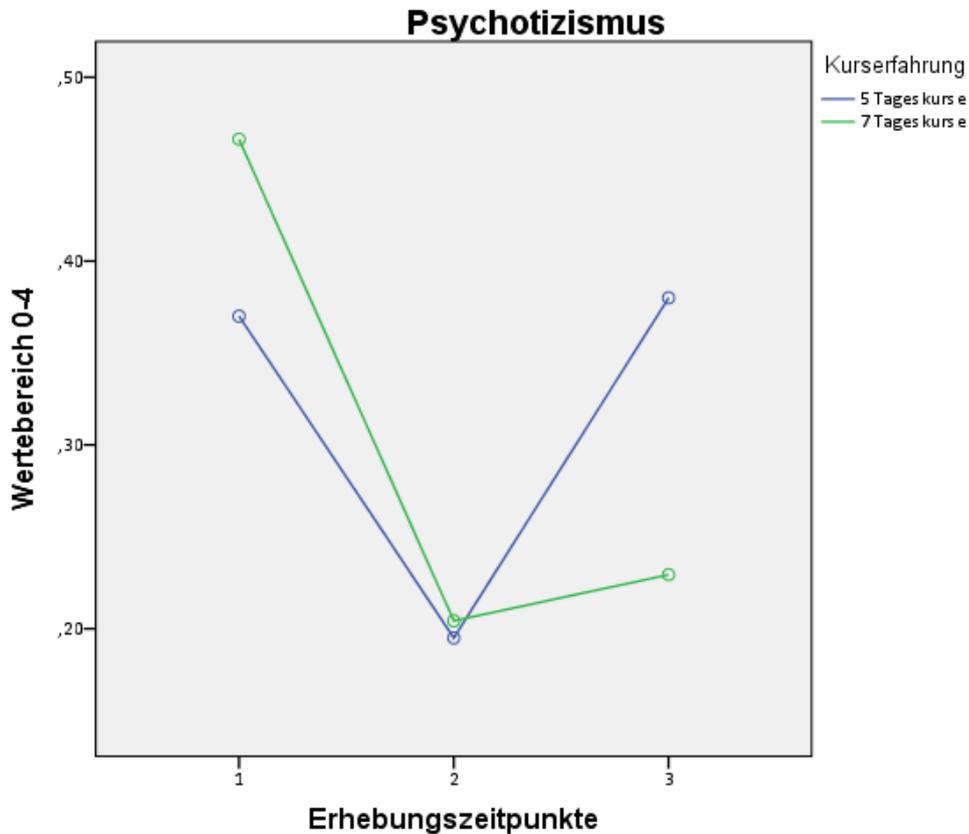
Die Wahl der zwei repräsentativen Seminare fällt erneut auf den *Heiligen Gral*, November 2010 und den *Kind I-Kurs* vom März 2010. Die Signifikanz steigt durch die Auswahl dieser beiden Seminare stark an (0,07)<sup>683</sup>. Der Verlaufsgraph zum *Kindkurs* ist typisch und entspricht dem Verlauf der Gesamtstichprobe<sup>684</sup>. Der Graph zum *Gralskurs* zeigt einen Eingangswert (T1) von 0,18, es ist dann eine Werteabnahme bis 0,067 (T2) auffindbar, die zu T3 hin stabil bleibt.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,049	5,026	,007	,047

**Tabelle 134:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7- Tageskursen beim Faktor „*Psychotizismus*“.

<sup>683</sup> Siehe Tabelle 133.

<sup>684</sup> Siehe Abbildung 69 und 68



**Abbildung 70:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7- Tageskursen beim Faktor „Psychotizismus“.

Ein weiterer signifikanter Unterschied ist zu dieser Skala beim Vergleich der Fünf- und Siebentageskursen ausweisbar<sup>685</sup>. Der zugehörige Verlaufsgraph zeigt einen großen Wertabfall zwischen T1 und T2 und einen schwachen Wiederanstieg zwischen dem Seminarende und dem Nachtreffen (T3)<sup>686</sup>. Bei den Teilnehmern der kürzeren und ambulant stattfindenden Seminare lässt sich eine deutliche Verbesserung von T1 zu T2 auffinden, die dem Verlauf der Siebentageskurse ähnlich ist. Zum Nachtreffen (T3) jedoch liegt ihr Wert knapp über dem der Grundrate.

Die vorgestellten Ergebnisse lassen den Schluss zu, dass auch die Ausprägungen bezüglich der Störungskategorie „Psychotizismus“ durch den Besuch der PS-Seminare positiv veränderbar sind.

<sup>685</sup> Siehe Tabelle 134.

<sup>686</sup> Siehe Abbildung 70.

Wiederum muss der ceiling-Effekt als Erklärung herangezogen werden, weil bereits die Grundrate der vorliegenden Stichprobe mit 0,46 nahe der Nulllinie liegt und größere Effekte dadurch nicht abbildbar sind. Dies gilt sowohl für die Gesamtstichprobe als auch im Besonderen für die Subgruppe der erfahrenen Teilnehmer des *Gralsseminars*, deren Grundrate mit 0,18 noch niedriger ausfällt. Dieser Wert wird gleichermaßen als Beleg für den nachhaltigen Effekt einer langfristigen PS-Behandlung auf das Merkmal „Psychotizismus“ interpretiert.

Die Differenzen der Verläufe zwischen den Fünf- und Siebentagesseminaren werden als Produkt der kürzeren Interventionsdauer- und Intensität und der Unerfahrenheit der in den kürzeren Seminaren anzutreffenden Teilnehmer interpretiert.

### **SCL Faktor „psychische Belastung“ (Zusatzfragen)**

Der letzte Faktor der SCL-90-R orientiert sich nicht an einem bestimmten psychischen Störungsbild, sondern besteht aus verschiedenen Fragen, die bei der Konstruktion des Instruments keiner Skala zugeordnet werden konnten und dennoch relevant für das Leiden an psychischen Symptomen sind. Die Items dieses Zusatzfaktors wurden in das Instrument eingefügt, um globale Kennwerte für die Auswertung der SCL-90-R zu errechnen, die für die vorliegende Untersuchung nicht relevant sind. Die behandelte Skala wurde aus pragmatischen Gründen mit „psychische Belastung“ bezeichnet, analog zu dem gleichnamigen Kennwert der SCL-90-R, der sich durch diese Items bilden lässt. Tabelle 135 zeigt die Items dieser Skala:

<b>Item</b>	<b>Symptom</b>
	Wie sehr litten Sie in den letzten 7 Tagen unter...
19	schlechtem Appetit
44	Einschlafschwierigkeiten
59	Gedanken an den Tod und ans Sterben
60	dem Drang, sich zu überessen
64	frühem Erwachen am morgen
66	unruhigem oder gestörtem Schlaf
89	Schuldgefühlen

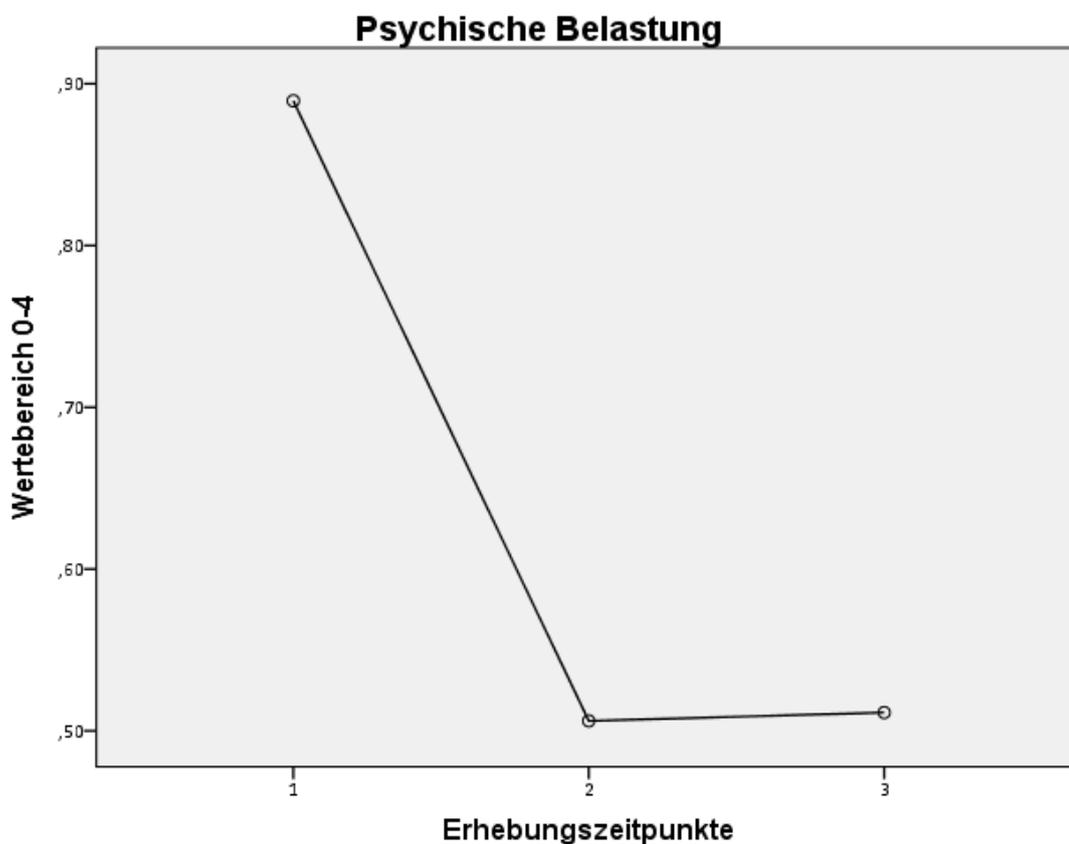
**Tabelle 135:** Items des *Zusatzfaktors* der SCL-90-R.

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Psychische Belastung_T1	0,8895	,71498	221
Psychische Belastung_T2	0,5061	,46639	221
Psychische Belastung_T3	0,5113	,52187	221

**Tabelle 136:** Deskriptive Statistik zum Faktor „psychische Belastung“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,427	46,705	,000	,299

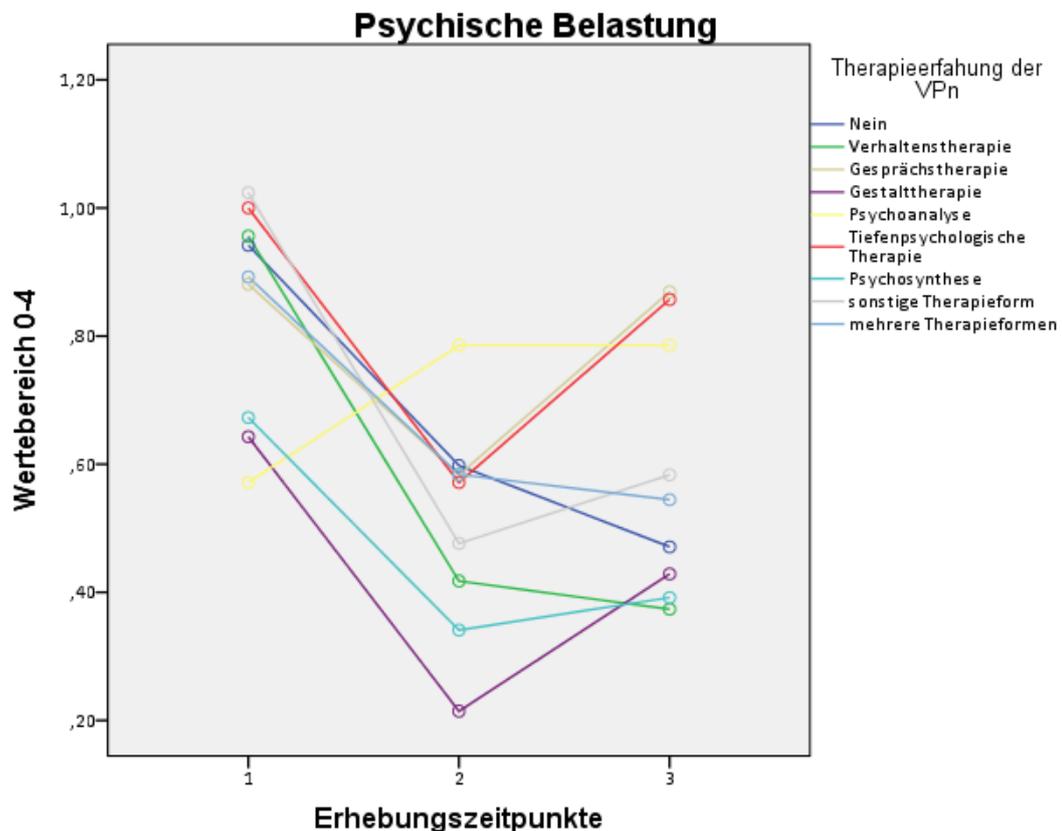
**Tabelle 137:** Multivariate Statistik zum Faktor „psychische Belastung“.



**Abbildung 71:** Verlaufsgraph zum Faktor „psychische Belastung“.

Der Faktor „psychische Belastung“ verändert sich ebenfalls hochsignifikant positiv im Sinne einer Verbesserung der Werte bzw. einer Abnahme der Symptomatik<sup>687</sup>. Der Verlaufsgraph zur behandelten Skala zeigt erneut den Verlauf abfallender Werte von T1 zu T2, auf die ein Wiederanstieg zum Zeitpunkt T3 folgt<sup>688</sup>.

### Gruppenunterschiede zum Faktor „psychische Belastung“



**Abbildung 72:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „psychische Belastung“.

Der in Abbildung 72 einzusehende Verlaufsgraph zum Faktor „psychische Belastung“ mit dem Unterscheidungskriterium *Therapieerfahrung* wird aufgrund seines Informationsgehaltes vorgestellt, obwohl hier kein signifikanter Effekt vorliegt. Eine Subgruppe der Gesamtstichprobe zeigt im Gegensatz zu allen anderen einen Anstieg der Werte beim Faktor „psychische Belastung“: die Psychoanalyse-erfahrenen

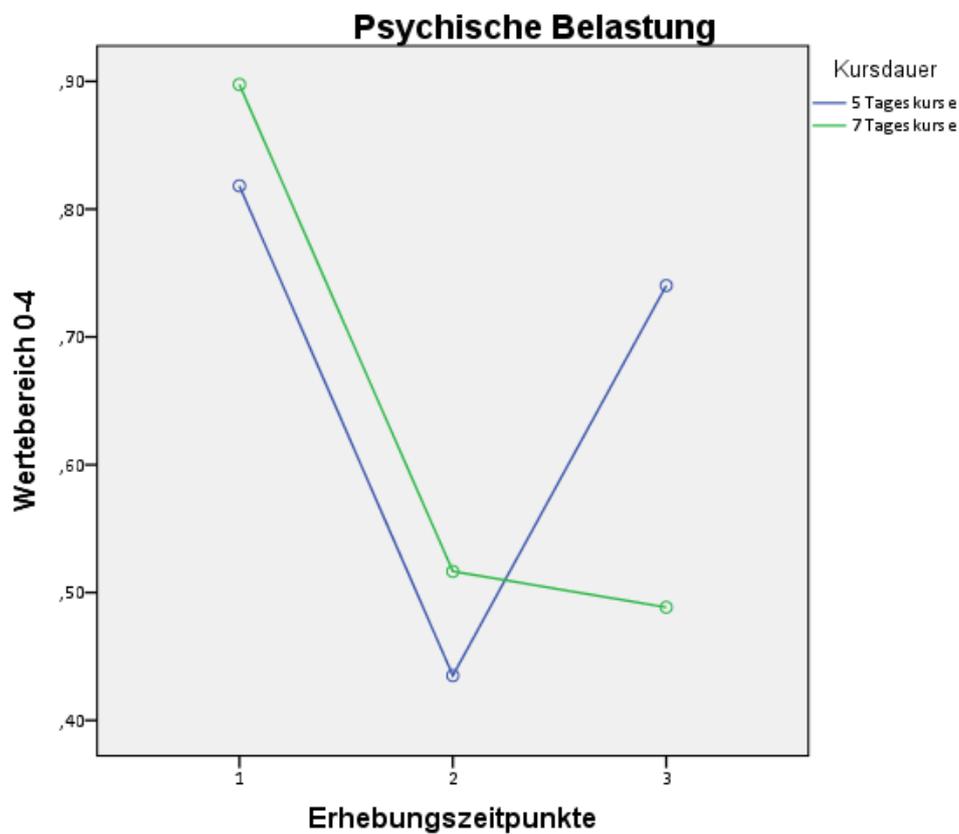
<sup>687</sup> Siehe Tabelle 136 und 137.

<sup>688</sup> Siehe Abbildung 71.

Personen. Den stärksten Werterückgang zeigt hingegen die Gruppe ohne Therapieerfahrung. Die zugehörigen Tabellen zu deskriptiven und multivariaten Statistik sind im Anhang auf Seite 380ff einzusehen.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,049	5,354	,005	,047

**Tabelle 138:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7- Tageskursen beim Faktor „*psychische Belastung*“.



**Abbildung 73:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7- Tageskursen beim Faktor „*psychische Belastung*“.

Einen statistisch signifikanten Unterschied zu diesem Faktor lässt sich durch das Unterscheidungsmerkmal *Seminarlänge* ausweisen<sup>689</sup>. Der Verlaufsgraph zu diesem Gruppenunterschied zeigt, dass sich die Verläufe beider Subgruppen von T1 zu T2

<sup>689</sup> Siehe Tabelle 138.

zunächst ähneln<sup>690</sup>. Nach Seminarende und in den Wochen bis zum Nachtreffen (T3) bzw. der postalischen Befragung vertieft sich der erzielte Effekt für Siebentageskurs-Teilnehmer weiter und die Fünftageskurs-Teilnehmer weisen stattdessen einen Wiederanstieg bis in die Näh ihrer Grundrate auf.

Ausgehend von den vorgestellten Fakten lässt sich aussagen, dass die durch den Faktor „psychische Belastung“ abgebildeten Symptome durch die PS-Interventionen positiv veränderbar sind.

Im Gegensatz zu den spezifischen Störungskategorien der übrigen SCL-Faktoren erhebt die Skala „psychische Belastung“ übergreifende Einflüsse auf das psychische Wohlbefinden. Aufgrund der fehlenden klinischen Relevanz der vorliegenden Stichprobe wird die Bedeutung der behandelten Skala für die befragten Personen daher als vergleichsweise hoch eingeschätzt.

Der Gruppenunterschied zur *Therapievorerfahrung* weist darauf hin, dass Personen, die psychotherapeutische Interventionen mit ihrer Vorerfahrung aus der Psychoanalyse verknüpfen diese eher als belastend erleben als die Personen der Vergleichsgruppen. Diese Aussage muss jedoch vor dem Hintergrund der fehlenden Signifikanz dieses Effekts betrachtet werden. Die Differenzierung bezüglich der *Seminarlänge* hingegen hat bei mehreren Faktoren signifikante Einflüsse auf die erzielten Veränderungen gezeigt und wird auf die unterschiedliche Intensität und Länge der Fünf- bzw. Siebentageskurse gründend interpretiert.

---

<sup>690</sup> Siehe Abbildung 73.

### 5.3.9 Längsschnittliche Entwicklung der Faktoren des TaBos

Der folgende Abschnitt befasst sich mit den Faktoren des TaBos. Dieses Instrument war konstruiert worden, um die Prozesse während der Seminare abbilden zu können. Die Erhebungszeitpunkte (T1-T4) liegen hier alle innerhalb der Seminare. Abweichend gegenüber den vorher gezeigten Daten des OPIs und der SCL-90-R liegen den meisten Varianzanalysen zum TaBo vier Erhebungszeitpunkte zugrunde<sup>691</sup>. Die Ausnahmen dazu bilden die Fünftagesseminare, an denen der TaBo dreimal vorgelegt wurde und Seminartage, während denen aufgrund bestimmter Bedingungen keine Befragung durchgeführt werden konnte. Dies war beispielsweise der Fall, wenn Prozesse in Kleingruppen mit freiem Zeitmanagement vorgenommen wurden, sodass die Teilnehmer am Ende eines Seminartages nicht mehr zusammenkamen. Durch diese Umstände kommt eine im Vergleich zu den Daten der anderen Instrumente kleinere Kohorte (N) zustande. Bei der Erläuterung der Gruppenunterschiede zwischen den Fünf- und Siebentageskursen werden zum Teil Ergebnisse mit drei Erhebungszeitpunkten vorgestellt, um die Unterschiede, bei denen die Seminarlänge den Ausschlag gibt, einbeziehen zu können.

#### TaBo Faktor „Potential/ Leibpräsenz“

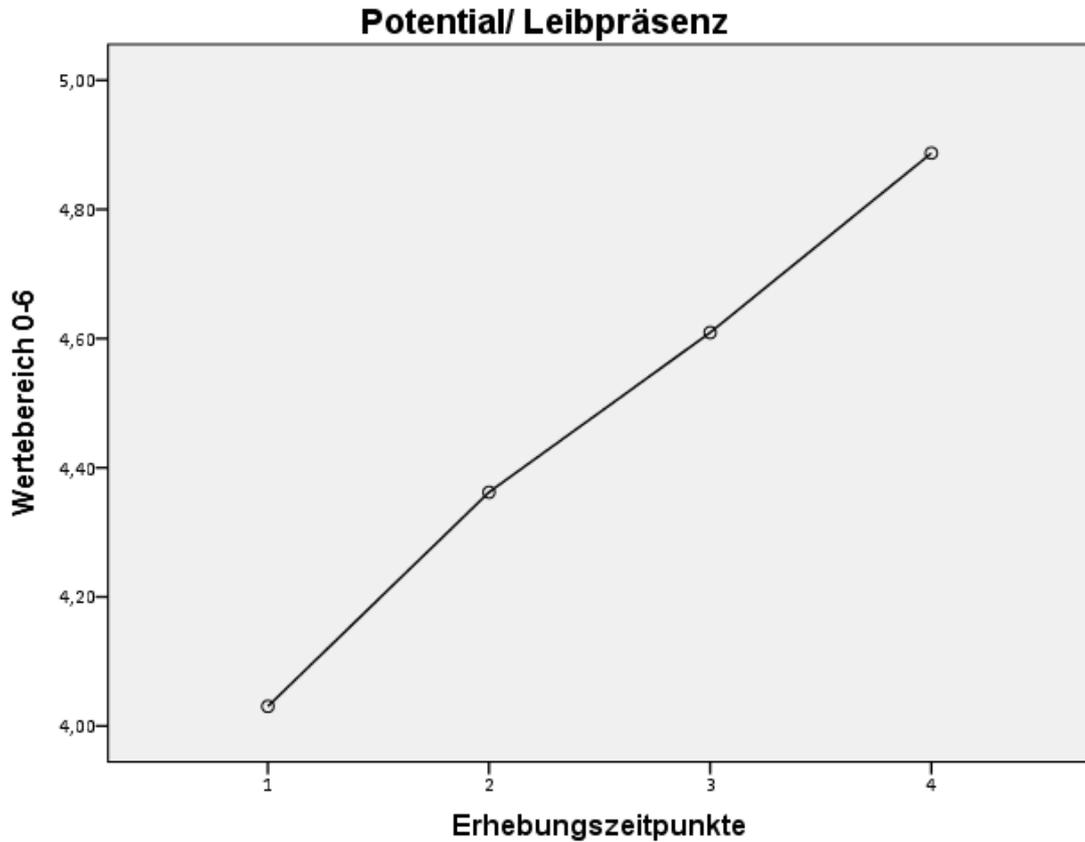
Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Potential_Leibpräsenz_T1	4,0305	,77037	124
Potential_Leibpräsenz_T2	4,3620	,73578	124
Potential_Leibpräsenz_T3	4,6093	,74008	124
Potential_Leibpräsenz_T4	4,8871	,85434	124

**Tabelle 139:** Deskriptive Statistik zum Faktor „Potential/ Leibpräsenz“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,946	38,175	,000	,486

**Tabelle 140:** Multivariate Statistik zum Faktor „Potential/ Leibpräsenz“.

<sup>691</sup> Vgl. Kapitel 5.2.2.



**Abbildung 74:** Verlaufsgraph zum Faktor „Potential/ Leibpräsenz“.

Der erste Faktor des Tagesbogens und damit sein Generalfaktor verändert sich hochsignifikant<sup>692</sup>. Der Eta-Wert belegt hier den höchsten ausweisbaren Effekt des gesamten Datensatzes. Der Verlaufsgraph zeigt eine ansteigende Kurve, die stetig zunehmende Werte zum beschriebenen Merkmal aufweist<sup>693</sup>.

### Gruppenunterschiede zum Faktor „Potential/ Leibpräsenz“

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,024	0,294	,976	,008

**Tabelle 141:** Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Schulbildung zum Faktor „Potential/ Leibpräsenz“.

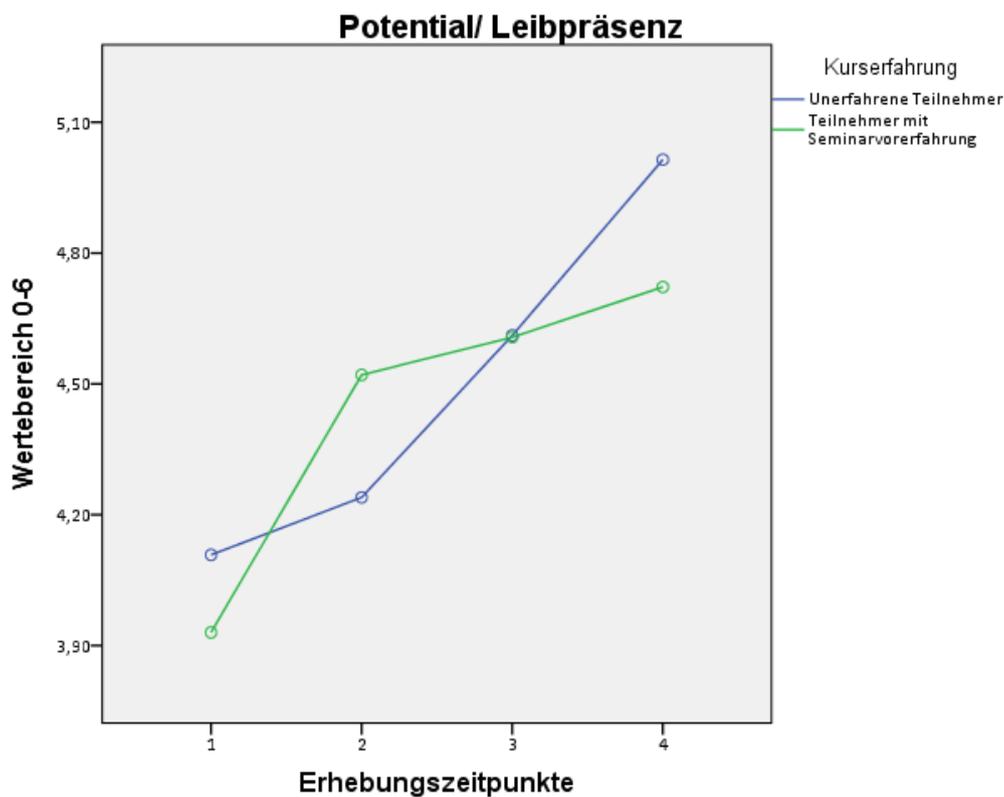
<sup>692</sup> Siehe Tabelle 139 und 140.

<sup>693</sup> Siehe Abbildung 74.

Zunächst werden die statistisch irrelevanten Differenzen zum Unterscheidungskriterium *Schulbildung* aufgrund ihres Informationsgehaltes vorgestellt<sup>694</sup>. Der Eta-Wert von 0,008 belegt, dass der Bildungsgrad der befragten Personen keinen Einfluss auf ihre Entwicklungen beim Merkmal „Potential/ Leibpräsenz“ hat. Da der zugehörige Verlaufgraph keine zusätzlichen Informationen liefert, wird er nur im Anhang gezeigt<sup>695</sup>.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,240	9,586	,000	,193

**Tabelle 142:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Potential/ Leibpräsenz“.



**Abbildung 75:** Verlaufgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Potential/ Leibpräsenz“.

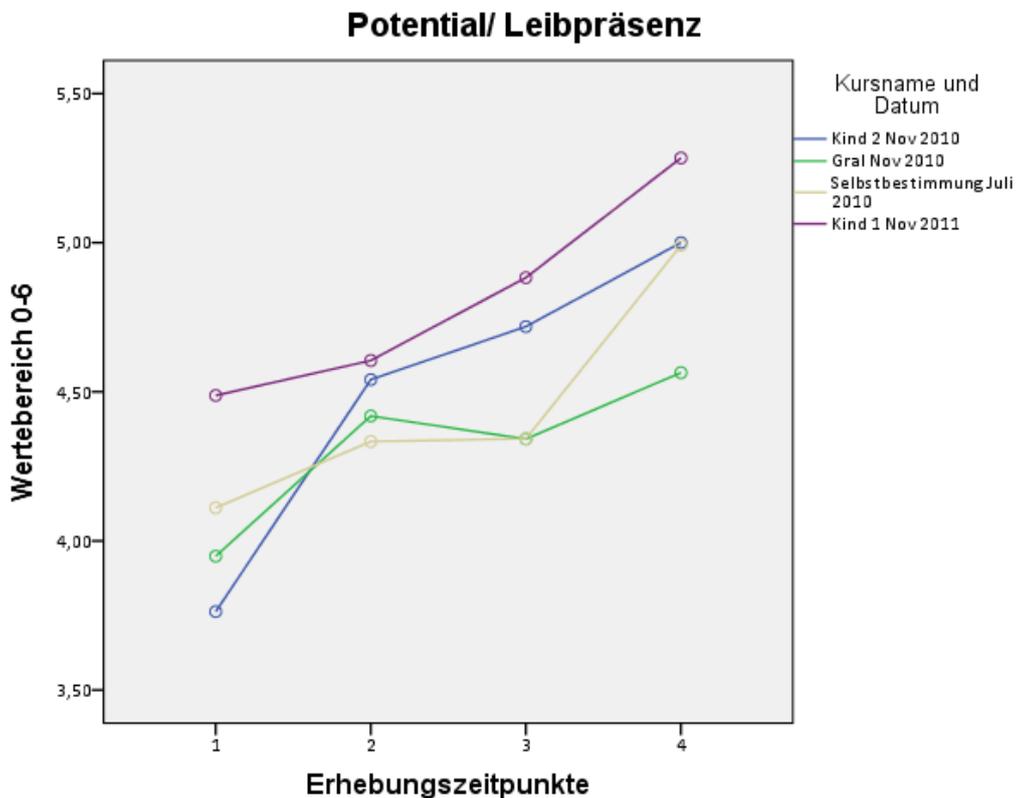
<sup>694</sup> Siehe Tabelle 141.

<sup>695</sup> S. 377.

Ein hochsignifikanter Gruppenunterschied ist beim Unterscheidungskriterium der *Seminarerfahrung* zu finden<sup>696</sup>. Die zugehörigen Verlaufsgraphen zeigen, dass die Start (T1)- und Endpunkte (T4) ähnliche Werte annehmen und der ausweisbare Unterschied im Verlauf liegt<sup>697</sup>. Die Werte der unerfahreneren Personen sind während der ersten Kurstage niedriger als die der Vergleichsgruppe. Ab dem Zeitpunkt T2 verläuft der Graph der unerfahreneren Teilnehmer steiler ansteigend als bei der erfahrenen Gruppe.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,372	2,34799022	,002	,110

**Tabelle 143:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „*Potential/ Leibpräsenz*“.



**Abbildung 76:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit ausgewählten Seminaren zum Faktor „*Potential/ Leibpräsenz*“.

<sup>696</sup> Siehe Tabelle 142.

<sup>697</sup> Siehe Abbildung 75.

Eine weitere signifikante Differenz ergibt sich beim Vergleich der verschiedenen Seminare bezüglich des Faktors „Potential/ Leibpräsenz“<sup>698</sup>. Der Datensatz, mit dem Varianzanalysen durchgeführt werden konnten, die vier Erhebungszeitpunkte berücksichtigen, ist mit n=124 erheblich kleiner als bei den zuvor dargestellten Ergebnissen des OPIs und der SCL-90-R<sup>699</sup>. Analog zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren aus den zwei zuvor erläuterten Werkzeugen wurde hier ebenfalls eine Auswahl repräsentativer Seminare getroffen, um die Grafiken übersichtlich zu gestalten<sup>700</sup>. Die Verläufe der Graphen unterscheiden sich hauptsächlich in den Schwankungen zu den Zeitpunkten T2 und T3. Die Start- und Endpunkte der Graphen liegen relativ dicht beieinander, sodass die Entwicklungen der Merkmale „Potential (-entfaltung) und Leibpräsenz“ insgesamt ähnlich sind.

Anhand der vorgestellten Fakten lässt sich die Aussage treffen, dass die *Leibpräsenz* und die *Potentialentfaltung* während und durch die PS-Seminare zunimmt. Der stetig ohne wesentliche Schwankungen ansteigende Graph zum behandelten Faktor wird als Beleg für die positive Entwicklung der befragten Personen während der Seminare interpretiert. Aufgrund der gezeigten, nahezu identischen Effekte aller hergestellten Bildungsgruppen wird davon ausgegangen, dass Bildung keinen Einfluss auf die Veränderungen dieser Skala hat. Die gezeigten Differenzen zwischen den Subgruppen der seminarerfahrenen- und unerfahrenen Teilnehmern werden auf den Wissensvorsprung der erfahrenen Personen zurückgeführt: Sie haben durch den vorgelagerten Besuch anderer PS-Seminare Kenntnis davon, welche Vorgehensweise sie erwartet. Die Gruppe der seminarunerfahrenen Personen überwindet ihren diesbezüglichen Rückstand zum Zeitpunkt T2, was den darauf folgenden Werteanstieg ermöglicht. Als weiterer Beleg für diese Interpretation können die Ergebnisse zum Faktor „Widerstand“ herangezogen werden<sup>701</sup>.

---

<sup>698</sup> Siehe Tabelle 143.

<sup>699</sup> Siehe Kapitel 5.3.7 und 5.3.8.

<sup>700</sup> Siehe Abbildung 76.

<sup>701</sup> Siehe Abschnitt „TaBo Faktor „Widerstand““ in diesem Kapitel.

Die insgesamt vergleichsweise großen Effekte, die hier auffindbar sind, werden als logische Konsequenz einer körper- und achtsamkeitsorientierten Psychotherapiemethode interpretiert<sup>702</sup>.

### TaBo Faktor „Widerstand“

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Widerstand_T1	1,2298	,90810	132
Widerstand_T2	1,2247	,92326	132
Widerstand_T3	0,9848	,88034	132
Widerstand_T4	0,9167	,80644	132

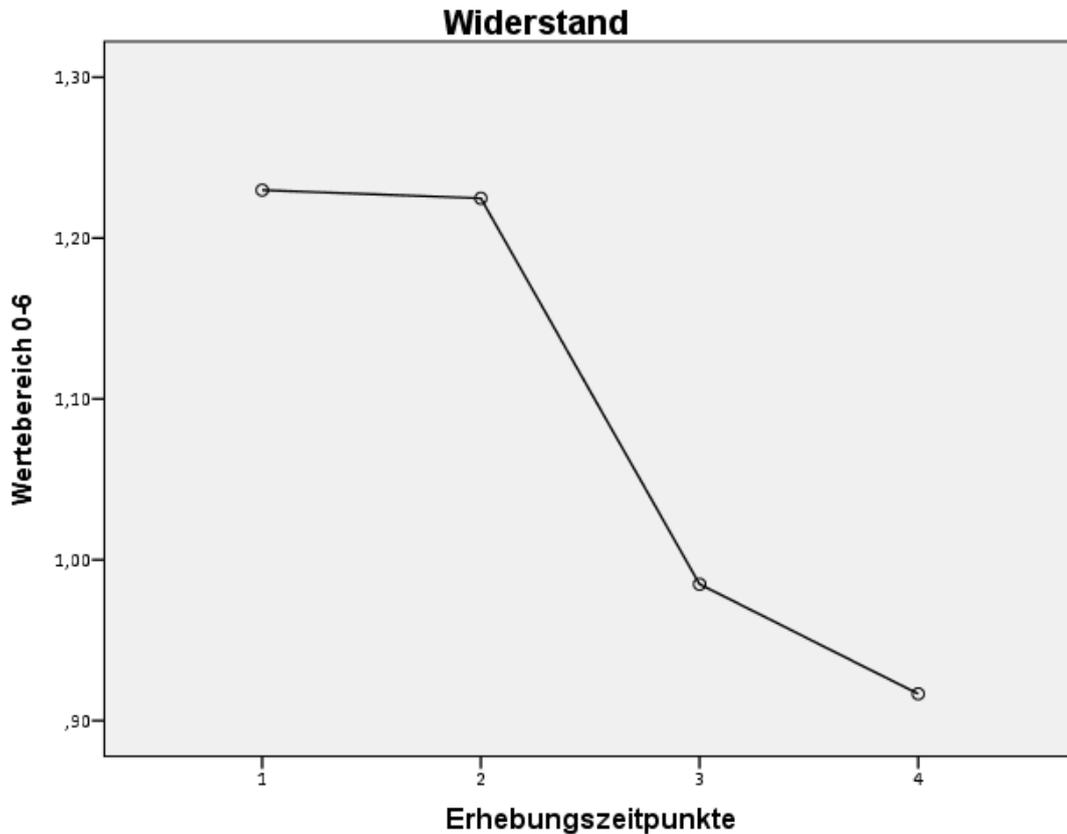
**Tabelle 144:** Deskriptive Statistik zum Faktor „*Widerstand*“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,186	8	,000	,157

**Tabelle 145:** Multivariate Statistik zum Faktor „*Widerstand*“.

---

<sup>702</sup> Vgl. Kapitel 4.



**Abbildung 77:** Verlaufsgraph zum Faktor „Widerstand“.

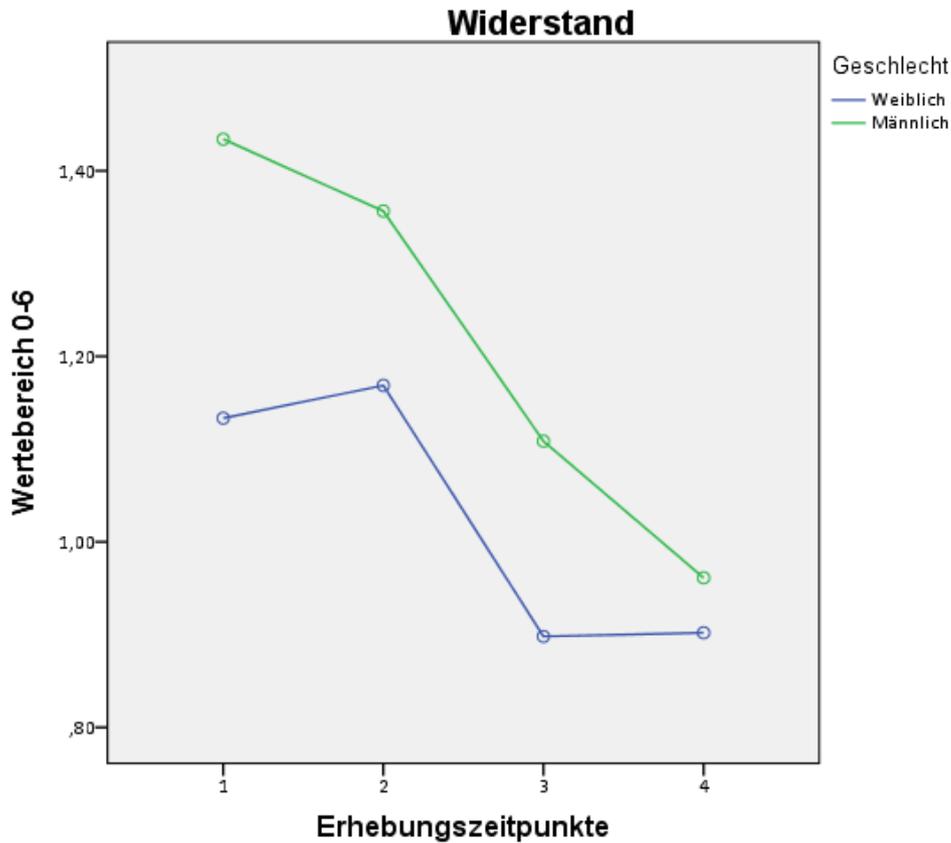
Auch der zweite Faktor dieses Instruments verändert sich hochsignifikant<sup>703</sup>. Der zugehörige Verlaufsgraph zeigt eine stetig abfallende Kurve<sup>704</sup>. Auffällig ist hier der Unterschied im Verlauf der Zeitpunkte T1 zu T2, der annähernd stabile Werte aufweist und dann weiter von T2 bis T4, wo ein Werteabfall zu finden ist.

### **Gruppenunterschiede zum Faktor „Widerstand“**

Zum Faktor „Widerstand“ sind keine statistisch bedeutsamen Gruppenunterschiede ausweisbar. Trotzdem sind interessante Informationen enthalten, die im Folgenden vorgestellt werden.

<sup>703</sup> Siehe Tabelle 144 und 145.

<sup>704</sup> Siehe Abbildung 77.



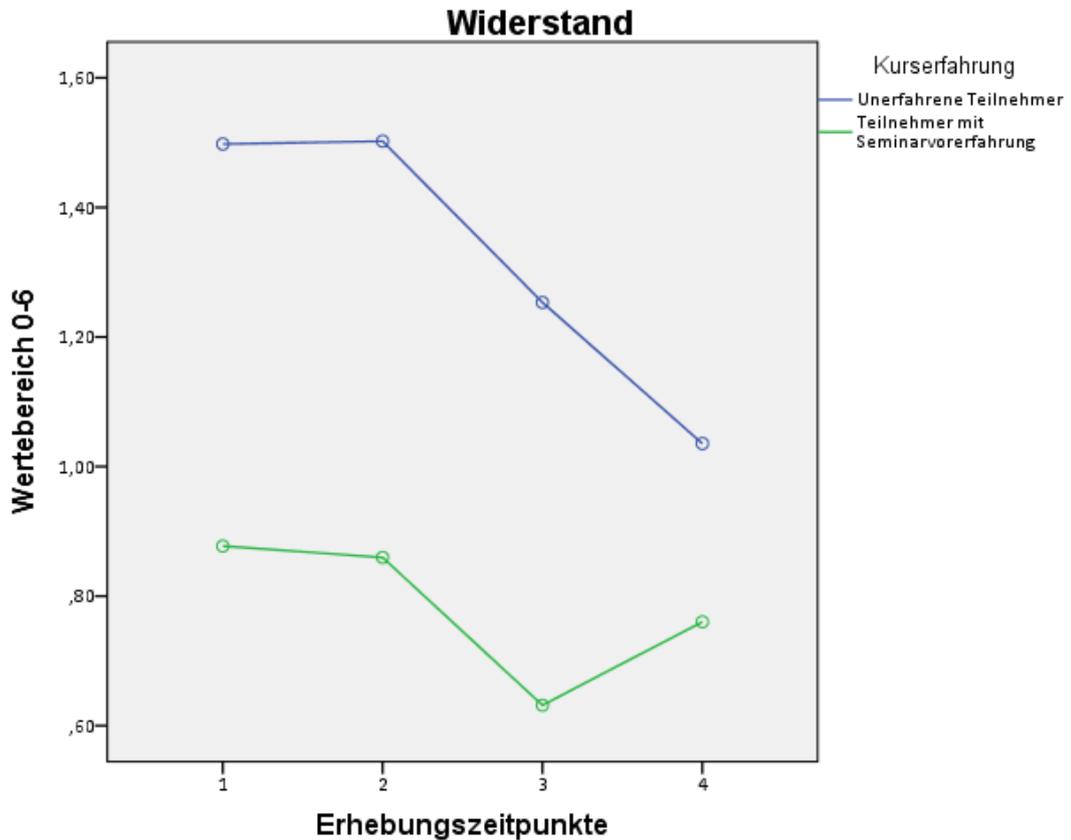
**Abbildung 78:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden beim Geschlecht zum Faktor „Widerstand“.

Zunächst werden die Verlaufsunterschiede zwischen den Geschlechtern gezeigt<sup>705</sup>: Der Verlaufsgraph zeigt bei den Frauen zunächst einen Anstieg des Widerstandes zwischen T1 und T2 und auch zwischen T3 und T4, wohingegen bei den Männern eine stetig abnehmende Kurve zu finden ist. Dabei weisen die Frauen eine niedrigere Grundrate auf und enden mit minimal geringeren Werten.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,075	3,208	,025	,070

**Tabelle 146:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Widerstand“.

<sup>705</sup> Siehe Abbildung 78. Die zugehörige Tabelle zur multivariaten Statistik wird aufgrund fehlender Signifikanz nicht gezeigt.



**Abbildung 79:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Widerstand“.

Die Unterschiede zwischen den erfahrenen und den unerfahrenen Teilnehmern werden als schwache Tendenz eingestuft<sup>706</sup>. Der Verlaufsgraph bildet die unterschiedlichen Entwicklungen der hergestellten Subgruppen ab<sup>707</sup>. Zunächst sind die unterschiedlichen Werte der Grundrate (T1) zu nennen: Der Graph der unerfahrenen Teilnehmer zeigt einen vergleichsweise stärkeren Abfall der Werte zum Ende der Kurse (T4), während die Vergleichsgruppe kaum fallende Werte aufweist und die Endpunkte der Graphen nah beieinander liegen.

<sup>706</sup> Siehe Tabelle 146.

<sup>707</sup> Siehe Abbildung 79.

Die vorgestellten Ergebnisse belegen, dass der „Widerstand“ gegen die therapeutischen Interventionen während der Seminare abnimmt.

Der mit Dauer der Seminare stetig weiter abnehmende „Widerstand“ wird vor dem Hintergrund der bereits vorgestellten positiven und für die teilnehmenden Personen gewinnbringenden Effekte der Seminare<sup>708</sup> als logische Folge interpretiert.

Die Differenzen zwischen den Subgruppen der *seminarerfahrenen*- und *unerfahrenen* Personen ergeben sich aus der inhaltlichen Struktur der behandelten Skala<sup>709</sup>: Teilnehmer die bereits ein PS-Seminar besucht haben wissen, ob ihnen die Methode zusagt und wie die Interventionen ablaufen. Dementsprechend wird die Seminarvorerfahrung als starke Determinante für diesen Faktor interpretiert.

#### **TaBo Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“**

<b>Deskriptive Statistik</b>	<b>Mittelwert</b>	<b>Standardabweichung</b>	<b>N</b>
Aufbruch_Veränderungsbereitschaft_T1	5,0411	1,99369	138
Aufbruch_Veränderungsbereitschaft_T2	4,8430	,69079	138
Aufbruch_Veränderungsbereitschaft_T3	4,8671	,72890	138
Aufbruch_Veränderungsbereitschaft_T4	5,0193	,78383	138

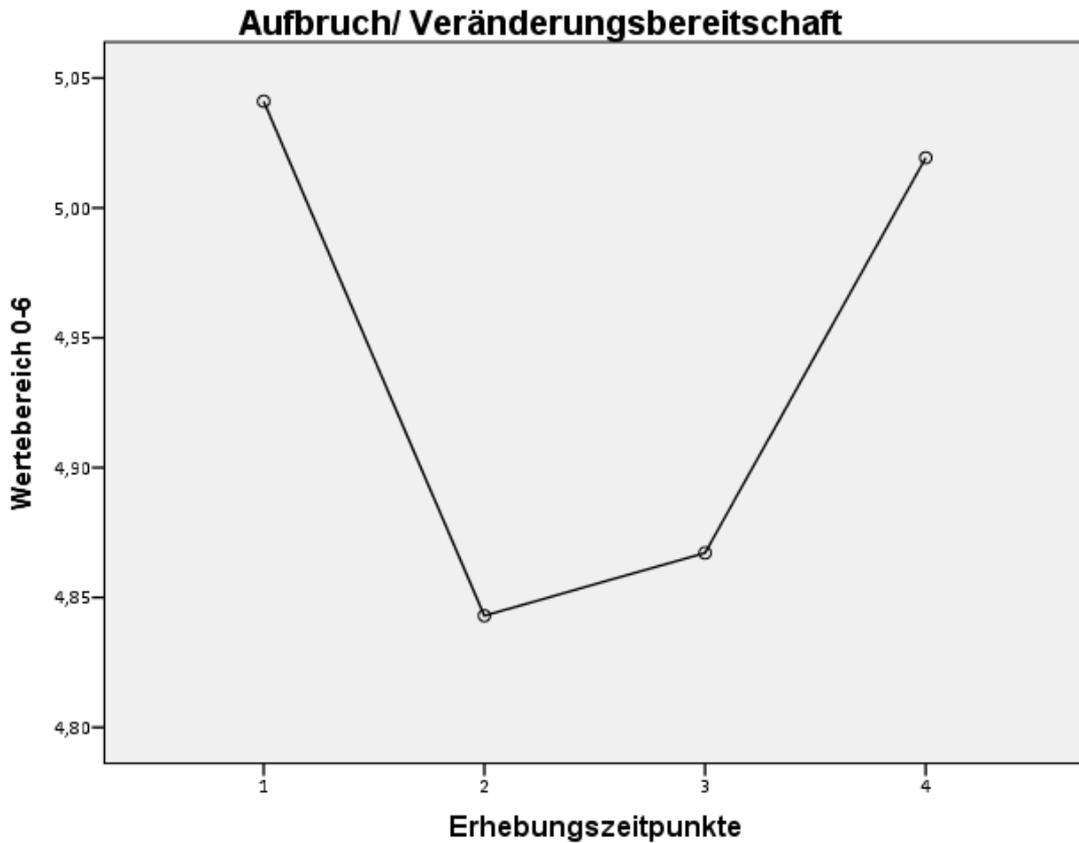
**Tabelle 147:** Deskriptive Statistik zum Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“.

<b>Multivariate Tests</b>				
<b>Effekt</b>	<b>Wert</b>	<b>F</b>	<b>Signifikanz</b>	<b>Eta</b>
Hotelling-Spur	,105	4,741	,004	,095

**Tabelle 148:** Multivariate Statistik zum Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“.

<sup>708</sup> Vgl. Kapitel 5.3.7 und 5.3.8.

<sup>709</sup> Siehe Kapitel 5.3.4.



**Abbildung 80:** Verlaufsgraph zum Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“.

Der dritte Faktor des TaBos weist erneut signifikante Veränderungen auf<sup>710</sup>. Der zugehörige Verlaufsgraph zeigt aufgrund des geringen extrahierten Wertebereichs einen vergleichsweise schwachen Werteabfall zu Beginn der Kurse (T1-T2) und darauf folgend einen Anstieg zum Ende (T2-T4), um dann knapp unter dem Wert der Grundrate zu enden<sup>711</sup>.

---

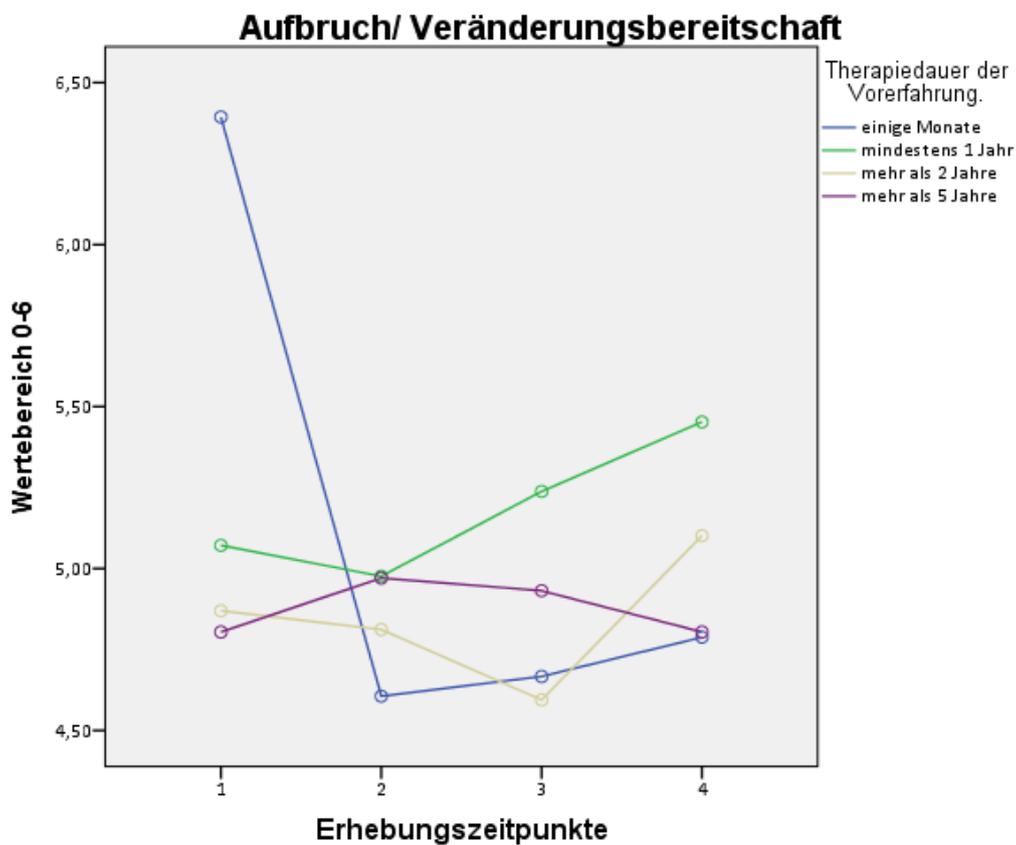
<sup>710</sup> Siehe Tabelle 147 und 148.

<sup>711</sup> Siehe Abbildung 80.

## Gruppenunterschiede zum Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,405	3,35918133	,001	,119

**Tabelle 149:** Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapiedauer der Vorerfahrung zum Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“.



**Abbildung 81:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Therapiedauer der Vorerfahrung zum Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“.

Zum Unterscheidungsmerkmal *Therapiedauer der Vorerfahrung* lassen sich hochsignifikante Gruppenunterschiede ausweisen<sup>712</sup>. Der zugehörige Verlaufsgraph

<sup>712</sup> Siehe Tabelle 149.

zeigt vergleichsweise stark abweichende Kurven der gebildeten Subgruppen<sup>713</sup>. Die Personen mit der geringsten Therapieerfahrung zeigen den stärksten Werteabfall, während die Werte der Gruppe mit der größten Therapieerfahrung kaum variieren.

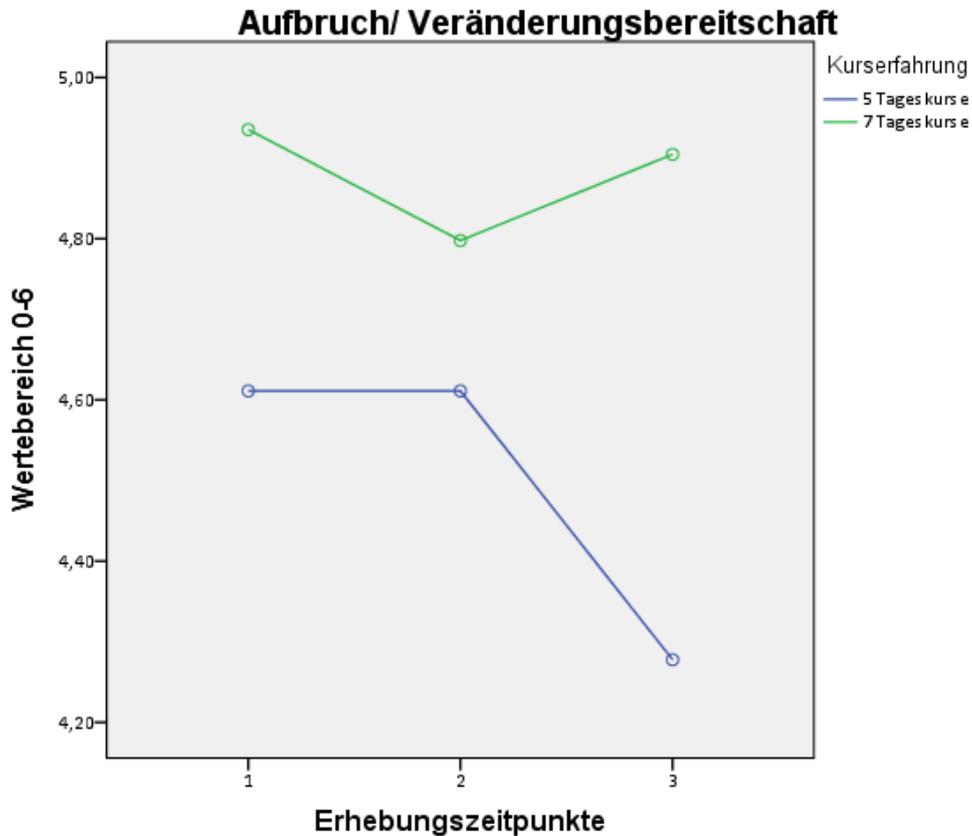
Der Wert von 6,5 bei einem Wertebereich von 0-6 kommt durch das geschätzte Randmittel zustande, das von der Statistiksoftware SPSS errechnet wird, um die vorliegenden Differenzen maximal anschaulich bzw. visuell prägnant darzustellen.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,025	2,717	,068	,025

**Tabelle 150:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7 Tagesseminaren zum Faktor „*Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft*“.

---

<sup>713</sup> Siehe Abbildung 81.



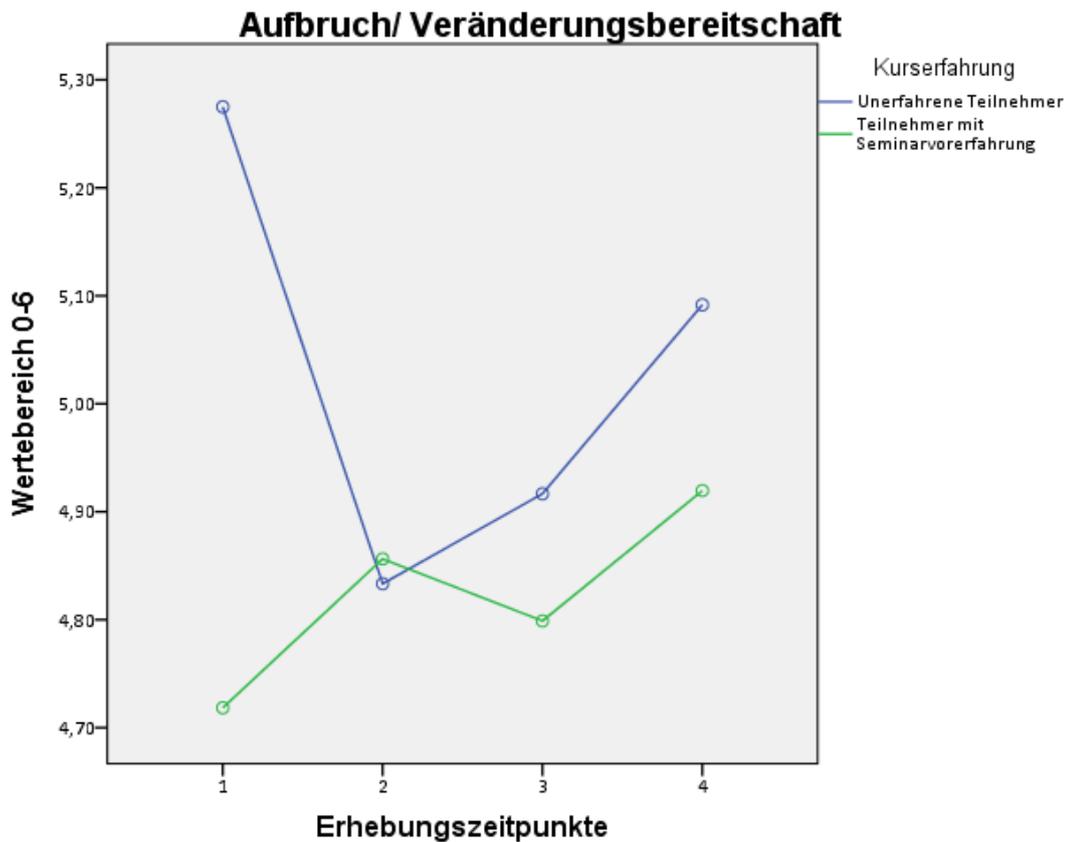
**Abbildung 82:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7 Tagesseminaren zum Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“.

Der nächste vorgestellte Gruppenunterschied zum Unterscheidungsmerkmal *Seminarlänge* ist aus statistischer Perspektive irrelevant<sup>714</sup>. Er zeigt keine signifikanten Differenzen und wird hier ausschließlich aufgrund seines Informationsgewinns berücksichtigt. Abbildung 82 enthält die zugehörigen Verlaufsgraphen. Die Werte der Fünftagesseminare fallen gegenüber der Vergleichsgruppe stark ab, die annähernd gleichbleibende Werte aufweist.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,041	1,833	,144	,039

**Tabelle 151:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“.

<sup>714</sup> Siehe Tabelle 150.



**Abbildung 83:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“.

Wenn die *Seminarerfahrung* als Unterscheidungskriterium angelegt wird, können ebenfalls keine statistisch relevanten Differenzen ausgewiesen werden<sup>715</sup>. Diese Ergebnisse werden vorgestellt, weil sie in der Interpretation zu diesem Faktor herangezogen werden. Der zugehörige Verlaufsgraph zeigt, dass die Werte der erfahrenen Teilnehmer sich positiv entwickeln, wohingegen die unerfahrenen Personen abfallende Werte aufweisen<sup>716</sup>.

<sup>715</sup> Siehe Tabelle 151.

<sup>716</sup> Siehe Abbildung 83.

TaBo Faktor Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft		
Item-nummer	Text	Signifikanz der Änderungs-sensitivität
F13_T3	...bemerkte ich: Mit der Teilnahme an diesem Kurs will ich an meiner persönlichen Weiterentwicklung arbeiten.	0,244
F22_T3	...ist mir klarer geworden: Mit der Teilnahme an diesem Kurs zeige ich, dass ich lernen möchte, mehr die regulierenden Impulse meiner Innenwelt zu entdecken und zu akzeptieren.	0,827
F17_T3	...dachte ich: Diesen Kurs zu besuchen ist ein Zeichen dafür, dass ich bereit bin, mit meinem Leben besser fertig zu werden.	0,341

**Tabelle 152:** Signifikanz der Änderungssensitivität zum Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“.

Anhand der gezeigten Fakten lässt sich der Schluss ziehen, dass sich das Merkmal „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“ während der Seminare kaum verändert. Die ausweisbaren Schwankungen verlaufen in einem geringen Wertespektrum (4,8-5,1), sodass weitere Operationen herangezogen wurden, um die vorgestellten Fakten erklären zu können. Ein gepaarter T-Test belegt, dass durch die drei bildenden Items dieses Faktors mit der vorliegenden Stichprobe keine ausreichende Änderungssensitivität vorliegt, um potentielle Entwicklungen abbilden zu können<sup>717</sup>. Das vergleichsweise stabile Merkmal „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“ spiegelt eher die Einstellung zur Teilnahme eines Selbsterfahrungskurses wider als eine potentiell während der Seminare veränderbare Meinung bezüglich der eigenen Veränderungsbereitschaft. Das insgesamt hohe Wertenniveau<sup>718</sup> lässt den Schluss zu, dass die befragten Personen eine bejahende Haltung gegenüber dem Besuch der Kurse und der damit verbundenen Veränderungsorientierung einnehmen.

Die Gruppenunterschiede bezüglich der *Dauer der Therapievor Erfahrung* werden als Erwartungsüberschuss therapieunerfahrener Personen interpretiert: Vor Beginn einer psychotherapeutischen Intervention herrschen bestimmte Erwartungen bezüglich der Bewältigung von Schwierigkeiten, die sich durch die Erfahrung, dass die erwünschte Veränderung der eigenen Verantwortlichkeit unterliegt, reduziert werden. Derselbe

<sup>717</sup> Siehe Tabelle 152.

<sup>718</sup> Vgl. Tabelle 147.

Mechanismus wird als Ursache für die ausweisbare Werteabnahme bei den Teilnehmern der Fünftagesseminare herangezogen, die eine seminar- bzw. therapieunerfahrene Subgruppe repräsentieren. Die Annahme, psychisches Leid könne im Sinne einer ärztlich-somatischen Intervention behoben werden, wird durch die tatsächliche Vorgehensweise einer PS-Therapie enttäuscht. Als weiterer Beleg für diese Interpretation können die Gruppenunterschiede bezüglich des Unterscheidungskriteriums der *Seminarvorerfahrung* herangezogen werden<sup>719</sup>.

### TaBo Faktor „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“

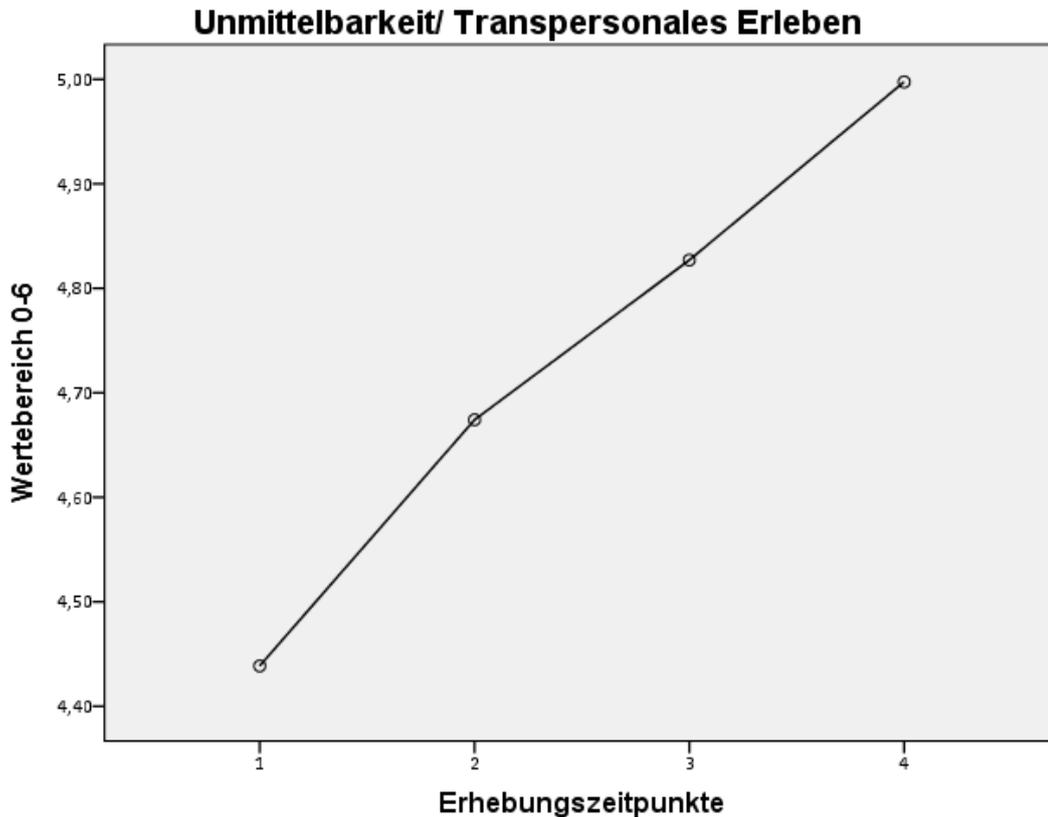
Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Unmittelbarkeit_Transpersonales_Erleben_T1	4,4386	,82712	133
Unmittelbarkeit_Transpersonales_Erleben_T2	4,6742	,77249	133
Unmittelbarkeit_Transpersonales_Erleben_T3	4,8271	,82430	133
Unmittelbarkeit_Transpersonales_Erleben_T4	4,9975	,85821	133

**Tabelle 153:** Deskriptive Statistik zum Faktor „*Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben*“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,426	18,461	,000	,299

**Tabelle 154:** Multivariate Statistik zum Faktor „*Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben*“.

<sup>719</sup> Siehe Abbildung 83.



**Abbildung 84:** Verlaufsgraph zum Faktor „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“.

Der explizit transpersonale Faktor des TaBos<sup>720</sup> verändert sich hochsignifikant positiv im Sinne ansteigender Werte auf dieser Skala<sup>721</sup>. Der Verlaufsgraph hierzu zeigt eine gleichmäßig ansteigende Kurve von den Zeitpunkten T1 bis T4<sup>722</sup>.

### Gruppenunterschiede zum Faktor „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“

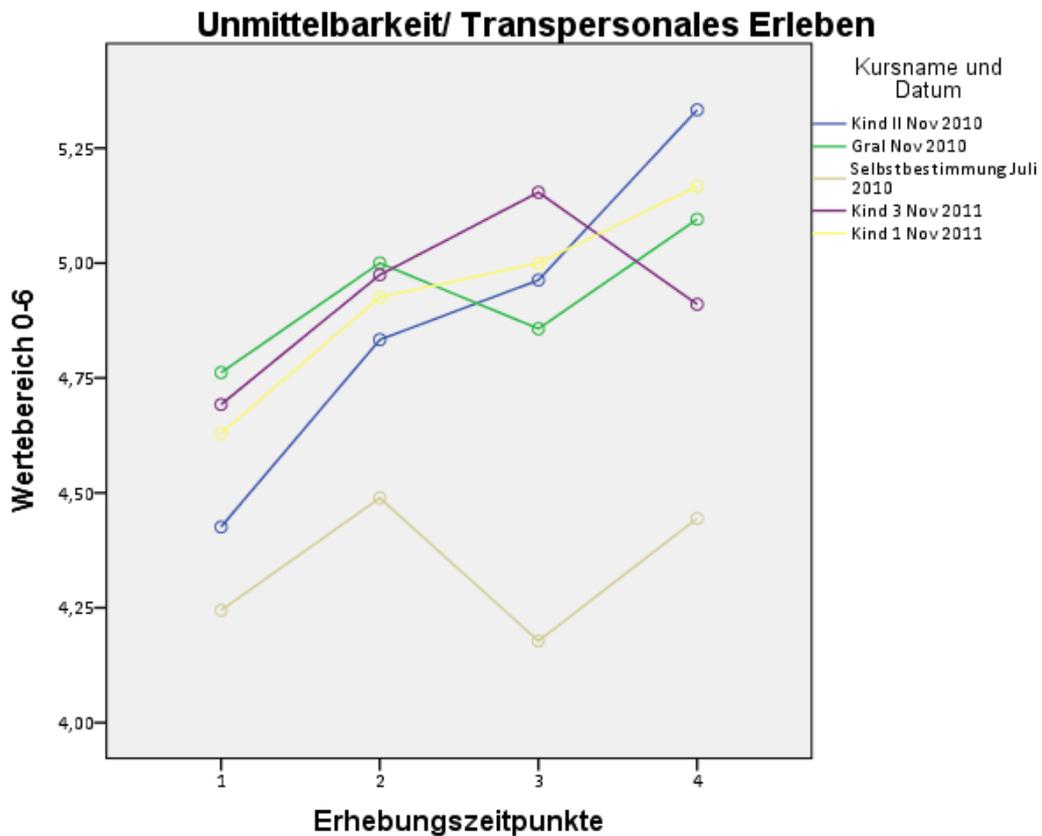
Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,362	2,4669918	,001	,108

**Tabelle 155:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“.

<sup>720</sup> Als implizit transpersonal wird der Faktor „Potential/ Leibpräsenz“ angesehen.

<sup>721</sup> Siehe Tabelle 153 und 154.

<sup>722</sup> Siehe Abbildung 84.



**Abbildung 85:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“.

Ein signifikanter Gruppenunterschied ist zwischen den verschiedenen Seminaren auffindbar<sup>723</sup>. Es wurde eine Auswahl an Seminaren getroffen, um gute Übersichtlichkeit der Abbildung 85 zu gewährleisten. Sie zeigt nah beieinander liegende Graphen der Kurse *Kind I*, *Kind II*, *Kind III* und *Gral* und einen etwas niedriger liegenden und insgesamt kaum ansteigenden Verlauf beim Seminar *Glück der Selbstbestimmung*. Die Werte dieses Kurses liegen knapp einen Wertungspunkt unterhalb der Werte der Vergleichsgruppen. Ab dem Wert 4,0 liegen die Antworten auf der positiven Seite der Antwortskala des TaBos, sodass transpersonales Erleben bejaht wird<sup>724</sup>.

<sup>723</sup> Siehe Tabelle 155.

<sup>724</sup> Siehe Antwortskala des TaBos, Anhang S. 415f.

Anhand der vorliegenden Ergebnisse kann belegt werden, dass während der PS-Seminare transpersonales Erleben für die befragten Personen wahrnehmbar ist. Aufgrund der transpersonalen Ausrichtung der PS verlaufen die Werte dieser Skala erwartungskonform.

Der gezeigte Gruppenunterschied wird vor dem Hintergrund der inhaltlichen Struktur der verschiedenen Kurse interpretiert. *Das Glück der Selbstbestimmung* weist im Vergleich zu den anderen Seminaren die geringste transpersonale Ausrichtung auf, sodass die vorgestellten Ergebnisse die inhaltliche Gestaltung der Kurse widerspiegeln<sup>725</sup>. Die grundsätzliche Achtsamkeitsorientierung der PS-Interventionen kann mit Werten >4,4 belegt werden.

### **TaBo Faktor „Verantwortungsübernahme“**

<b>Deskriptive Statistik</b>	<b>Mittelwert</b>	<b>Standardabweichung</b>	<b>N</b>
Verantwortungsübernahme_T1	3,1515	,87771	121
Verantwortungsübernahme_T2	3,4215	,99421	121
Verantwortungsübernahme_T3	3,5702	1,06843	121
Verantwortungsübernahme_T4	3,7961	,96068	121

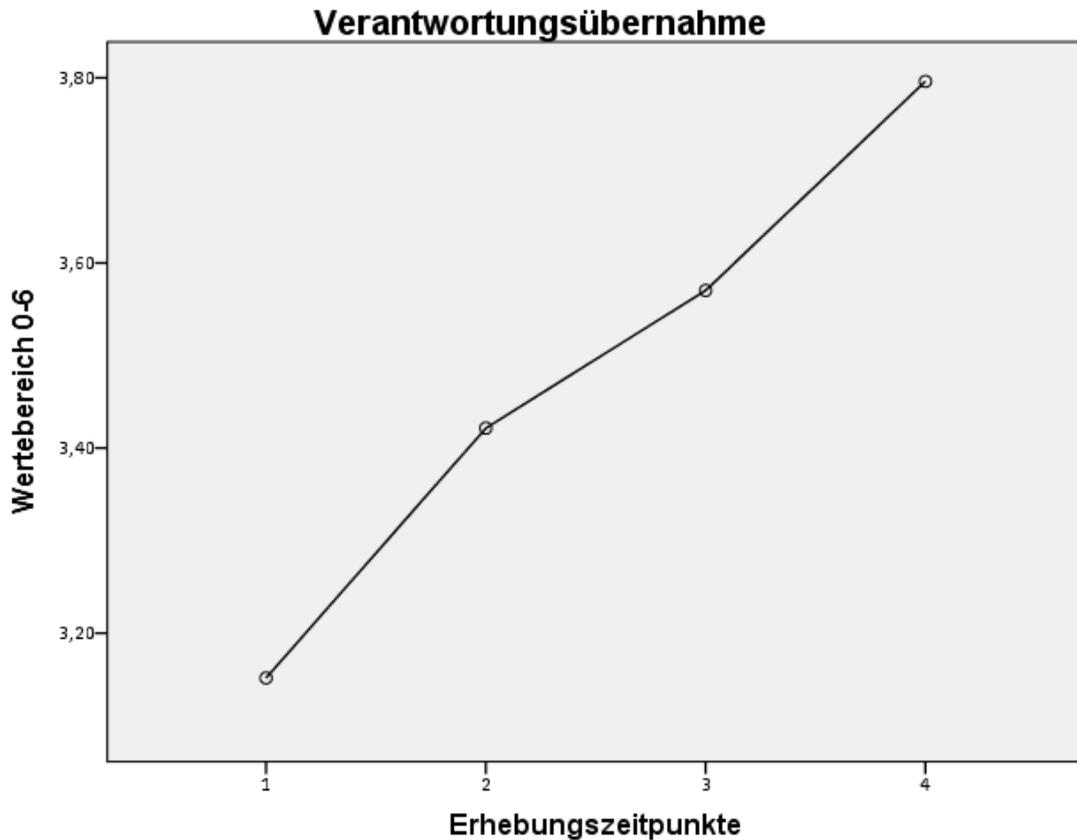
**Tabelle 156:** Deskriptive Statistik zum Faktor „*Verantwortungsübernahme*“.

<b>Multivariate Tests</b>				
<b>Effekt</b>	<b>Wert</b>	<b>F</b>	<b>Signifikanz</b>	<b>Eta</b>
Hotelling-Spur	,430	16,929b	,000	,301

**Tabelle 157:** Multivariate Statistik zum Faktor „*Verantwortungsübernahme*“.

---

<sup>725</sup> Vgl. Kapitel 4.1.1.



**Abbildung 86:** Verlaufsgraph zum Faktor „*Verantwortungsübernahme*“.

Der Faktor „*Verantwortungsübernahme*“ verändert sich ebenfalls hochsignifikant während der Seminare<sup>726</sup>. Der zugehörige Verlaufsgraph zeigt einen ansteigenden Verlauf von den Zeitpunkten T1 bis T4<sup>727</sup>.

Die vorgestellten Fakten lassen den Schluss zu, dass die *Verantwortungsübernahme* der Teilnehmer für ihre psychische Situation im Verlauf der Seminare steigt.

„*Mutiges Vertreten der eigenen Bedürfnisse*“ wird während der Seminare von der Kursleitung als begünstigender Faktor für eine positive psychische Entwicklung dargestellt<sup>728</sup>. Diese Einflussnahme wird als unterstützend für den Werteanstieg der behandelten Skala interpretiert.

<sup>726</sup> Siehe Tabelle 156 und 157.

<sup>727</sup> Siehe Abbildung 86.

<sup>728</sup> Vgl. Reinhardt, während der Seminare.

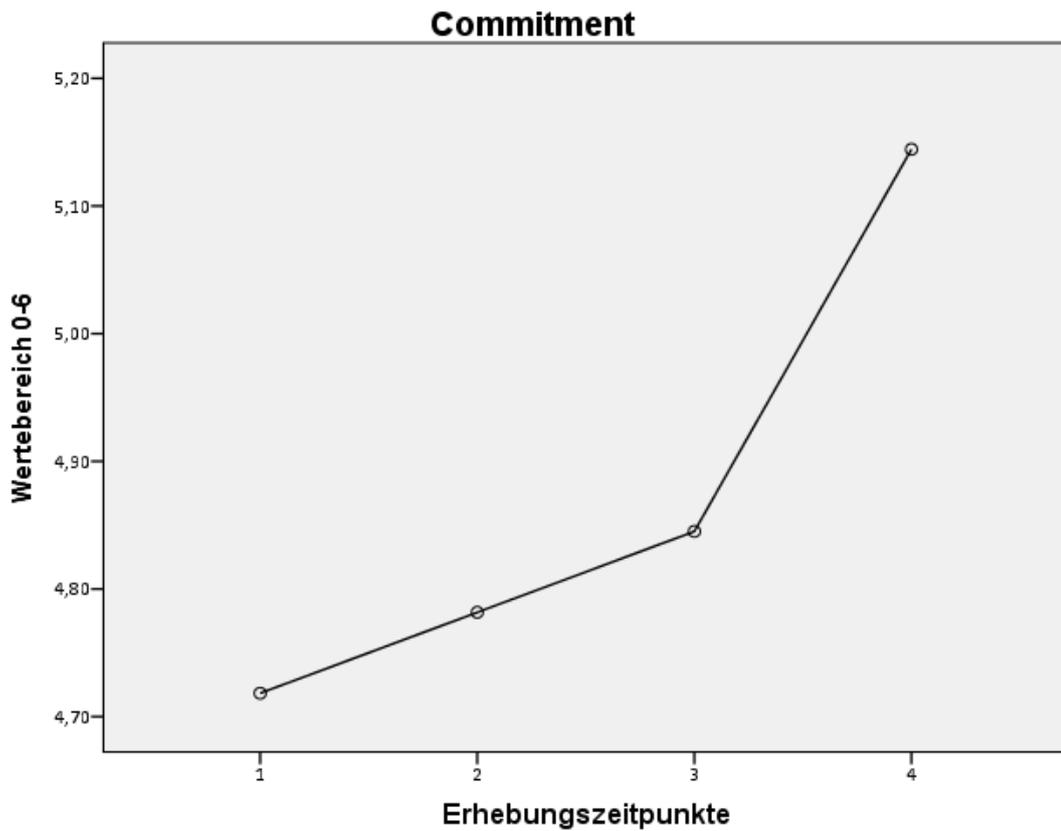
## TaBo Faktor „Commitment“

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Commitment_T1	4,7183	,78203	142
Commitment_T2	4,7817	,68537	142
Commitment_T3	4,8451	,66092	142
Commitment_T4	5,1444	2,33580	142

**Tabelle 158:** Deskriptive Statistik zum Faktor „Commitment“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,058	2,701	,048	,055

**Tabelle 159:** Multivariate Statistik zum Faktor „Commitment“.



**Abbildung 87:** Verlaufsgraph zum Faktor „Commitment“.

TaBo Faktor Commitment		
Item-nummer	Text	Signifikanz der Änderungs-sensitivität
F8_T3	...haben der Kursleiter und ich einander verstanden.	0,370
F10_T3	...nahm ich am Kurs teil, weil ich mutig genug bin, mich meinen Konflikten zu stellen.	0,516

**Tabelle 160:** Signifikanz der Änderungssensitivität zum Faktor „Commitment“.

Der Faktor „Commitment“ verändert sich lediglich in schwacher Ausprägung<sup>729</sup>. Sein Signifikanzwert von .048 liegt deutlich unter bzw. höher als bei allen anderen Faktoren des TaBos. Der zugehörige Verlaufsglyph zeigt gleichmäßig ansteigende Werte zwischen den Zeitpunkten T1 und T3 und darauf folgend eine höhere Wertezunahme zum Kursende hin (T4)<sup>730</sup>.

Zur weiteren Analyse des Verlaufs dieser Skala wurde ein gepaarter T-Test durchgeführt, um die Änderungssensitivität der bildenden Items dieser Skala zu prüfen.

Anhand der vorgestellten Fakten kann die Aussage getroffen werden, dass das „Commitment“ gegenüber der PS während der Seminare zunimmt. Die fehlende Signifikanz dieser Veränderung wird durch die vergleichsweise geringe Änderungssensitivität der zugrunde liegenden Items begründet<sup>731</sup>. Das insgesamt hohe Wertenniveau (>4,7) belegt das vorhandene „Commitment“ der befragten Personen gegenüber der PS. Die Beziehungsqualität zur Kursleitung ist Bestandteil dieser Skala<sup>732</sup>, sodass die gezeigten Ergebnisse zum Teil als Sympathieindikator bezüglich der Seminarleitung interpretiert werden.

---

<sup>729</sup> Siehe Tabelle 158 und 159.

<sup>730</sup> Siehe Abbildung 87.

<sup>731</sup> Siehe Tabelle 160.

<sup>732</sup> Vgl. Kapitel 5.3.4.

## TaBo Zusatzfaktor „Einzelsitzungen“

Deskriptive Statistik	Mittelwert	Standardabweichung	N
Einzelsitzungen_T1	3,5000	1,17260	5
Einzelsitzungen_T2	3,2000	,27386	5
Einzelsitzungen_T3	3,1000	,22361	5

**Tabelle 161:** Deskriptive Statistik zum Zusatzfaktor „Einzelsitzungen“.

Die erhobenen Daten zum Zusatzfaktor „Einzelsitzungen“ des TaBos sind unzureichend<sup>733</sup>. Es konnten lediglich fünf Fälle in die Datenanalyse einbezogen werden, sodass keine Varianzanalyse möglich ist und keine repräsentativen Aussagen getroffen werden können.

## 6. Fazit und Diskussion

Nachdem alle relevanten Informationen dargelegt wurden, können die eingangs gestellten Forschungsfragen<sup>734</sup> beantwortet, sowie weitere, sich aus dem Verlauf ergebende Aspekte diskutiert werden:

Die Wirkungen und Besonderheiten der PS vor dem Hintergrund der empirisch gewonnenen Fakten dieser Arbeit bestehen in der spezifischen Entwicklung der Versuchspersonen, die durch die PS ermöglicht wurde. Zentral ist dabei der Schritt *von der Fremdbestimmung zur Selbstbestimmung*, der mit einer Perspektivveränderung einhergeht, die sowohl das Selbstbild der befragten Personen, als auch ihre Weltsicht umfasst.

Bezug nehmend auf Kapitel 5.3.3, Abschnitt „der Generalfaktor“ hat sich die Wirklichkeitskonstruktion der Menschen positiv verändert. Diese entsteht dann aus den

---

<sup>733</sup> Siehe Tabelle 161.

<sup>734</sup> Siehe Kapitel 5.2.1.

Personen heraus und orientiert sich nicht an vorgegebenen Werten und Idealen, die es zu erreichen gilt. Der Klient lernt *sich selbst* hervorzubringen, indem die Anbindung an innere Signale und die Disidentifikation von introjezierten Inhalten unterstützt wird<sup>735</sup>. Die Entwicklung des Faktors „TPV/ inneres Wissen“<sup>736</sup> zeigt, dass diese innengeleitete Vorgehensweise vor dem Besuch der Seminare nicht zum Repertoire der befragten Personen gehört hat und im erst Verlauf integriert wurde. Mit der Zusammensetzung des Faktors „TPV/ inneres Wissen“ zum Zeitpunkt T1 kann sogar eine ablehnende Haltung den entsprechenden Inhalten gegenüber gezeigt werden<sup>737</sup>. Statt der durch die Seminare erworbenen Innensteuerung hat zuvor die Ausrichtung nach äußeren (z.B. Leistungs-) Kriterien zum depressiven Zustand der introjezierten Fremdbestimmung geführt<sup>738</sup>. Auch die gezeigten Korrelationen des Faktors „TPV/ inneres Wissen“ mit der SCL-90-R belegen diese negative Wirklichkeitskonstruktion<sup>739</sup>. Assagioli schreibt über den fremdbestimmten Menschen, „dass er sich leben lässt“<sup>740</sup> während der Selbstverwirklichte Mensch „selbst lebt“<sup>741</sup>.

Andere psychotherapeutische Verfahren streben die Verwirklichung eines vom Klienten genannten Ziels an, wie etwa Depressionsbewältigung oder Substanzabstinenz<sup>742</sup>. Die PS grenzt sich davon ab, indem sie sich an den inneren Signalen des Klienten orientiert und mit ihrem spezifischen Menschenbild eine offene Haltung gegenüber dem Klienten bewahrt. Der Entwicklungsschritt von der Fremd- zur Selbstbestimmung ist aus Sicht des Verfassers der *zentrale transpersonale Aspekt* der PS. Er wird z.B. bei Yeoman als der „psychosynthese-Prozess“ beschrieben<sup>743</sup>. Dieser vollzieht sich natürlicherweise und wird durch die Methodik der PS unterstützt. Der Selbst-Begriff in diesem Zusammenhang meint nicht nur ein von Konditionierung

---

<sup>735</sup> Vgl. Kapitel 3, 3.3, 3.11.1 und 5.3.3.

<sup>736</sup> Siehe Kapitel 5.3.3 Abschnitt „Faktor „transpersonales Vertrauen/ inneres Wissen““.

<sup>737</sup> Vgl. ebd.

<sup>738</sup> Vgl. Kapitel 5.3.2a Abschnitt „Der Generalfaktor“.

<sup>739</sup> Siehe Kapitel 5.3.6 Abschnitt „OPI Faktor „transpersonales Vertrauen/ inneres Wissen““.

<sup>740</sup> Assagioli in Grof 1990, S. 60.

<sup>741</sup> Ebd.

<sup>742</sup> Vgl. z.B. Linden et.al. 1981 und Schneider et.al. 2014, S. 1529-1535.

<sup>743</sup> Vgl. Yoeman in Nawo et.al. 2014, S. 4.

emanzipiertes Ich, sondern die Hingabe des Ichs an die innen wahrgenommene Seele - von Assagioli als „höheres Selbst“ bezeichnet. Der erwachte Mensch erlebt sich dann als fließend im Kontext der Welt, ohne dabei eigene Interessen altruistisch unterzuordnen. Diese innere Haltung meint Assagioli wenn er sagt: „Es bedeutet wesentlich ein Einstimmen auf und ein williges Teilnehmen am Rhythmus des universalen Lebens“<sup>744</sup>.

In Gesprächen mit einzelnen Teilnehmern wurde eine temporäre Zuspitzung ihrer individuellen Schwierigkeiten und andere Konsequenzen ihrer Entwicklung mitgeteilt, wie z.B. Somatisierungsphänomene. Darin kam die Spannung zwischen der Ich-bezogenen *Entwicklungsabsicht* und der selbstbezogenen, sich natürlich vollziehenden Entwicklung zum Ausdruck. Entsprechende Mitteilungen wurden durch die Kursleitung psychotherapeutisch in Bedürfnisse „übersetzt“, die in den individuellen Prozess mit einbezogen wurden. Hierzu sei C. G. Jung zitiert: „[Die Bewusstwerdung psychischer Mechanismen] ...ist ein Beispiel für die allgemeine psychologische Regel, dass wir, um zu einer höheren Entwicklungsstufe zu gelangen, oft einen Fehler begehen müssen, der so schrecklich ist, dass er unser Leben zu vernichten droht“<sup>745</sup>.

Neben dieser implizit transpersonalen Ausrichtung *ist die PS in der Lage, psychopathologische Merkmale positiv zu verändern*, ohne dies direkt zu fokussieren. Im Abschnitt „Interkorrelation aller Skalen“ (Kapitel 5.3.6) wurden Implikationen dargestellt, die mit dem zuvor beschriebenen Perspektivwechsel der untersuchten Menschen einhergehen. Aufgründessen wird postuliert, dass die Anbindung an die von Reinhardt so bezeichneten „seelischen Signale“ bewältigend auf psychische Erkrankungen wirkt. Die stärksten Effekte ließen sich bei „Depressivität“, „Zwanghaftigkeit“ und „Unsicherheit im Sozialkontakt“ nachweisen. Tatsächlich konnten alle psychopathologischen Variablen durch die PS-Interventionen positiv verändert werden<sup>746</sup>. Damit kann eine weitere Forschungsfrage sowie die damit verbundene Hypothese klar beantwortet werden. Diese Aussage muss jedoch vor dem Hintergrund der vergleichsweise niedrigen pathologischen Belastungen der befragten

---

<sup>744</sup> Assagioli 1984, S. 118.

<sup>745</sup> Jung 1978, S. 30.

<sup>746</sup> Vgl. Kapitel 5.3.9.

Personen gesehen werden. Um hierzu differenzierte und vergleichbare Aussagen bezüglich anderer Methoden treffen zu können, sind Untersuchungen an klinischen Stichproben notwendig.

Auf der Suche nach der *differentia specifica* der PS muss neben der oben genannten zentralen Erkenntnis dieser Arbeit auf ihre explizit transpersonale Ausrichtung eingegangen werden. Zunächst ist anzumerken, dass sich die relevanten Faktoren „TPV/ inneres Wissen“, „Potential/ Leibpräsenz“, „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“ und der quasi-Faktor „Disidentifikation“ erwartungsgemäß signifikant positiv entwickeln. Auch die ausweisbaren Korrelationen zwischen den genannten Skalen fallen erwartungskonform aus. Entgegen der Erwartung konnten auf Skalenniveau wenige Interaktionen mit dem Faktor „TPV/ inneres Wissen“ ausgewiesen werden. Die Abbildung der transpersonalen Phänomene mit diesem Faktor gelang aus Sicht des Autors nur teilweise. Reinhardts Auffassungen bezüglich des transpersonalen Aspekts der therapeutischen Arbeit können zum Teil dem Abschnitt 4.1.1 entnommen werden und finden sich in den Items der zugehörigen Faktoren nur begrenzt wieder. Während der Seminare plädierte er für eine bodenständige und alltagstaugliche Perspektive auf die zum Teil schwer fassbaren transpersonalen Inhalte und betonte die körperorientierte Selbststeuerung sowie die synthetisierende bzw. verbindende Kraft des (höheren) Selbst. Auf Erfahrungen, wie z.B. sich auflösende Körpergrenzen oder Erlebnisse der Nondualität, die vereinzelt auftraten, ging er kaum ein und signalisierte damit ihre *Normalität*. Hierzu ist eine Metapher zu nennen, die Reinhardt verwendete: „Die Blumen am Wegesrand sind nicht der Weg“<sup>747</sup>. Methodisch war die Achtsamkeitsorientierung in den Kursen durch die angeleiteten Imaginationen, verschiedene körperbezogene Übungen (Embodiment) und das Tanzen stark präsent. Entsprechend konnte für den Faktor „Potential/ Leibpräsenz“ des TaBos der größte positive Effekt aller Skalen ausgewiesen werden<sup>748</sup>.

Das Menschenbild der PS, die psychotherapeutische Vorgehensweise und die erzielten Effekte gehen über übliche Erfolgskriterien psychotherapeutischer Verfahren hinaus.

---

<sup>747</sup> Reinhardt, während der Seminare.

<sup>748</sup> Vgl. Kapitel 5.3.9.

Diese bestehen vor allem in der Reduktion psychischen Leids, während Wachstum und Potentialentfaltung untergeordnete Ziele darstellen. Aus diesen Differenzen entsteht die Fragestellung, ob die PS unter der Definition „Psychotherapiemethode“ gefasst werden kann. Durch die dargestellte Eignung zur Therapie psychopathologischer Merkmale und die Theorie der PS sind die Kriterien zur Definition eines psychotherapeutischen Verfahrens erfüllt. Darüber hinaus entstehen durch die PS ganz neue (transpersonale) Bewältigungsstrategien, die eher der Definition kontemplativer Verfahren und Übungswegen zugeordnet werden können. Verlässt man die Ebene dieser Kategorisierung kann die PS schlicht als eine Psychotherapiemethode bezeichnet werden, die durch ihr Menschenbild, ihre Methoden und ihre Haltung gegenüber dem selbstregulativen Potential des Menschen weiterführend wirkt. Damit wird das psychotherapeutische Potential der PS, gleichermaßen wie ihre weiterreichende Wirkung, zusammengefasst.

Mit der vorliegenden Arbeit konnte das Potential der PS auf mehreren Ebenen gezeigt werden. Sie ist als Methode in der Lage, psychisches Leiden zu minimieren und persönliches Wachstum zu ermöglichen. Gleichermäßen hat diese Untersuchung weitere Fragen aufgeworfen: Es bleibt zu klären, wie groß der Einfluss des Settings für den Therapieerfolg ist und ob die dargestellten Effekte an einer klinischen Stichprobe verifiziert werden können. Bereits die gezeigten Differenzen der Effektivität zwischen den Fünf- und Siebentagesseminaren geben einen Hinweis auf die Vorteile des Settings von Mehrtagesseminaren gegenüber ambulanter Psychotherapie<sup>749</sup>.

---

<sup>749</sup> Vgl. Kapitel 5.3.7, z.B. Abschnitt „Gruppenunterschiede im Faktor „Fremdbestimmung/Introjektidentifiziert“.

# Literaturverzeichnis

## BÜCHER:

- Assagioli, R. (1978): „Handbuch der Psycho-Synthesis.“ Freiburg: Aurum Verlag.
- Assagioli, R. (1982): „Schulung des Willens. Methoden der Psychotherapie und der Selbsttherapie.“ Paderborn: Junfermann Verlag.
- Assagioli, R.: „Selbst-Verwirklichung und psychologische Störungen.“ In: Grof, S. & C. (1990): „Spirituelle Krisen. Chancen der Selbstfindung.“ München: Kösel-Verlag.
- Assagioli, R. (1992): „Psychosynthese und Transpersonale Entwicklung.“ Paderborn: Junfermann Verlag.
- Assagioli, R. (2004): „Handbuch der Psychosynthese – Grundlagen, Methoden und Techniken.“ Rümlang: Nawo-Verlag GmbH.
- Assagioli, R. (2008): „Psychosynthese und Transpersonale Entwicklung.“ Rümlang: Nawo-Verlag GmbH.
- Bailey, A. A. (1974): „Eine Abhandlung über weiße Magie“ Bietigheim: Karl Rohm Verlag.
- Baden, N. (2009): Ein Training des Gewahrseins zur Behandlung von Schlafstörungen.
- Belschner, W. (2007): „Der Sprung in die Transzendenz.“ Hamburg: Lit Verlag.
- Belschner, W. (2010): „Forschen, erfahrungsbasiert. Eine bewusstseinspsychologische Perspektive.“ Kröning: Asanger Verlag.
- Bense, A. (1977): „Erleben in der Gesprächspsychotherapie. Die Experiencing-Theorie Gendlins in der klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie.“ Weinheim: Beltz Verlag.
- Bettighofer, S. (2010): „Übertragung und Gegenübertragung im therapeutischen Prozess.“ Stuttgart: Kohlhammer.
- Blum, A. L. et.al. (Hrsgb.) (2012): „Verkörperungen.“ Berlin: Akademie Verlag.
- Bodenmann, G. (2013): „Lehrbuch Klinische Paar- und Familienpsychologie.“ Bern: Huber Verlag.
- Borst, U. (2013): „Systemische Therapie.“ Tübingen: Psychotherapie-Verlag.

- Bortz, J. (2005): „Statistik für Human- und Sozialwissenschaftler“. Heidelberg: Springer Medizin Verlag.
- Bortz, J. & N. Döring (2006): „Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozialwissenschaftler, 4. Auflage.“ Heidelberg: Springer Medizin Verlag.
- Braach, H. (2002): „Mind-Body-Medicine. Chancen für das deutsche Gesundheitssystem.“ Bern: Verlag Hans Huber.
- Breidbach, O. (1997): „Die Materialisierung des Ichs: zur Geschichte der Hirnforschung im 19. und 20. Jahrhundert.“ Frankfurt: Suhrkamp Verlag.
- Breuer, F. (2010): „Reflexive Grounded Theory: Eine Einführung für die Forschungspraxis.“ Wiesbaden: VS Verlag f. Sozialwissenschaften/ Springer Fachmedien GmbH.
- Brosius, Felix (2011): „SPSS 19“. Heidelberg: Verlagsgruppe Hüthig Jehle Rehm GmbH.
- Brosius, F. (2012): „SPSS für Dummies“. Weinheim: Wiley- VCH Verlag GmbH.
- Bühner, M. (2006): „Einführung in die Test- und Fragebogenkonstruktion. 2. aktualisierte Auflage.“ München: Pearson Studium.
- Bühl, W. L. (2000): „Das kollektive Unbewusste in der postmodernen Gesellschaft.“ Konstanz: Universitätsverlag Konstanz.
- Csikszentmihalyi, M. & Szöllösi, I. (2006): „Flow - der Weg zum Glück : Der Entdecker des Flow-Prinzips erklärt seine Lebensphilosophie.“ Freiburg im Breisgau: Herder.
- Damasio, A.R. (1997): „Descartes‘ Irrtum.“ München: Paul List Verlag.
- Damasio, A.R. (2003): „Der Spinoza-Effekt.“ München: List Verlag.
- Dieckmann, H. (1980): „Übertragung und Gegenübertragung.“ Hildesheim: Gerstenberg Verlag.
- Diehl, B.J.M. & Miller, T. (Hrsgb.) (1990): „Moderne Suggestionsverfahren. Hypnose, autogenes Training, Biofeedback, neurolinguistische Programmieren.“ Berlin: Springer-Verlag.
- Dilling, H., Mombour, W., Schmidt, M. H. (2000): „Internationale Klassifikation psychischer Störungen. ICD- 10 Kapitel V (F)“. Göttingen: Verlag Hans Huber.
- Dörner et. al (2002): „Irren ist menschlich. Lehrbuch der Psychiatrie und Psychotherapie“. Bonn: Psychiatrie-Verlag.

- Fahrmeir, L., Künstler, R., Pigeot, I & Tutz, G. (1999): „Statistik. Der Weg zur Datenanalyse (2. Aufl.).“ Berlin: Springer.
- Ferrucci, P. (1986): „Werde was du bist. Selbstverwirklichung durch Psychosynthese.“ Hamburg: Rowohlt.
- Fiedler, P. (2012): „Die Zukunft der Psychotherapie. Wann ist endlich Schluss mit der Konkurrenz?“ Berlin: Springer.
- Franke, G. H. (2002): „SCL-90-R Symptom- Checkliste von L. R. Derogatis – Deutsche Version – Manual“. Göttingen: Beltz Test GmbH.
- Franke, G. H. (2002). „SCL-90-R. Die Symptom-Checkliste von Derogatis. Deutsche Version (2., vollständig überarb. u. neu normierte Aufl.).“ Weinheim: Beltz Test.
- Frankl, V. E.(2012): „Der Wille zum Sinn.“ Bern: Huber.
- Gendlin, E. T. (1978): „Focussing.“ Salzburg: Otto Müller Verlag.
- Germer, C. K. (Hrsg.) (2009): „Achtsamkeit in der Psychotherapie.“ Freiamt: Arbor Verlag.
- Gioveti, P. (2007): „Roberto Assagioli. Leben und Werk des Begründers der Psychosynthese“. Zürich: Nawo Verlag.
- Glaser, B. (2010): „Grounded Theory: Strategien qualitativer Forschung.“ Bern: Huber Verlag.
- Gollwitzer, P. M. (1991): „Bewusstseinslagen in verschiedenen Handlungsphasen.“ Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K. et.al. (1994): „Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession.“ Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K. (2000): „Psychologische Therapie. 2. korrigierte Auflage.“ Göttingen: Hogrefe.
- Hammel, S. (2011): „Handbuch der therapeutischen Utilisation : vom Nutzen des Unnützen in Psychotherapie, Kinder- und Familientherapie, Heilkunde und Beratung.“ Stuttgart: Klett-Cotta.
- Heidenreich, T. et.al. (2004): „Achtsamkeit und Akzeptanz in der Psychotherapie. Ein Handbuch.“ Tuebingen: DGVT Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie.
- Herbold, W. & Sachsse, U. (2007): „Das so genannte innere Kind. Vom inneren Kind zum Selbst.“ Stuttgart: Schattauer.

- Hiller, W. (2004): „Lehrbuch der Psychotherapie für die Ausbildung zur/zum Psychologischen PsychotherapeutIn und für die ärztliche Weiterbildung.“ München: CIP-Medien.
- Hippler, B. et.al. (2001): „Selbsterfahrung in der Gruppe. Person- und patientenorientierte Übungen.“ Stuttgart: Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH.
- Horn, G. et.al. (2006): „Katathym-imaginative Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen.“ München: Reinhardt Verlag.
- Janssen, J. & Laatz, W. (2005): „Statistische Datenanalyse mit SPSS für Windows.“ 5. neu bearbeitete und erweiterte Auflage. Berlin: Springer Verlag.
- Janssen, J. & Laatz, W. (2007): „Statistische Datenanalyse mit SPSS für Windows“. Berlin: Springer Verlag.
- Johnson, D. (Hrsg.) (2012): „Klassiker der Körperwahrnehmung : Erfahrungen und Methoden des Embodiment.“ Bern: Huber Verlag.
- Jung, C.G. (1964): „Zwei Schriften über analytische Psychologie.“ Zürich: Rascher Verlag.
- Jung, C.G. (1964): „Psychologische Typen.“ Olten: Walter-Verlag
- Jung, C.G. (1964): „Aion. Beiträge zur Symbolik des Selbst.“ Olten: Walter-Verlag
- Jung, C. G. (1976): „Die Dynamik des Unbewussten.“ Olten: Walter-Verlag.
- Jung, C.G. (1977): „Symbole der Wandlung. Analyse des Vorspiels zu einer Schizophrenie“ Freiburg: Walter-Verlag.
- Jung, C.G. (1978): „Psychiatrische Studien.“ Zürich: Olten: Walter-Verlag.
- Jung, C.G. (1994): „Gesamtregister.“ Düsseldorf: Rascher Verlag.
- Jung, C.G. (2009a): „Erinnerungen, Träume, Gedanken.“ Düsseldorf: Patmos.
- Jung, C.G. (2009b): „Der Mensch und seine Symbole.“ Düsseldorf: Patmos.
- Kabat-Zinn, J. (1991): „Gesund und stressfrei durch Meditation: das große Buch der Selbstheilung.“ München: Barth Verlag.
- Kuhl, J. (2001): „Motivation und Persönlichkeit - Interaktionen psychischer Systeme.“ Göttingen: Hogrefe-Verlag.
- Lienert, G.A. (1969): „Testaufbau und Testanalyse. 3. durch einen Anhang über Faktorenanalyse ergänzte Auflage.“ Weinheim: Verlag Julius Beltz.

- Linden, M. et.al. (Hrsg.) (1981): „Psychotherapie-Manual: Sammlung psychotherapeutischer Techniken und Einzelverfahren.“ Berlin: Springer.
- Ludwig, P.H. (1999): „Imagination. Sich selbsterfüllende Vorstellungen zur Förderung von Lernprozessen.“ Opladen: Leske + Budrich.
- Marks, I. (1969): „Fears and phobias“. New York: Academic Press.
- Michalak, J. et.al. (2012): „Achtsamkeit.“ Erschienen in der Reihe „Fortschritte der Psychotherapie.“ Göttingen: Hogrefe Verlag.
- Moosbrugger, H. & Kelava, A. (2007): „Testtheorie und Fragebogenkonstruktion.“ Heidelberg Springer Medizin Verlag.
- Mummendey, H.D. (1987): „Die Fragebogen-Methode.“ Göttingen: Hogrefe.
- Nachreiner, F., G.F. Müller & G. Ernst (1987): „Methoden zur Planung und Bewertung arbeitspsychologischer Interventionsmaßnahmen.“ In: Enzyklopädie der Psychologie, 4.3.1. Göttingen: BIS Verlag.
- Palandt, O. et.al (2012): „Bürgerliches Gesetzbuch : mit Nebengesetzen ; insbesondere mit Einführungsgesetz (Auszug) einschließlich Rom I- und Rom II-Verordnungen sowie dem Haager Unterhalts-Protokoll, Allgemeines Gleichbehandlungsgesetz (Auszug), Wohn- und Betreuungsvertragsgesetz, BGB-Informationspflichten-Verordnung, Unterlassungsklagen-gesetz, Produkthaftungsgesetz, Erbbaurechtsgesetz, Wohnungseigentumsgesetz, Versorgungsausgleichsgesetz, Lebenspartnerschaftsgesetz, Gewaltschutzgesetz.“ 71. neubearbeitete Auflage. München: Beck.
- Piron, H. in Fischer, K.M (Hrsg.) (2007): „Die Seele ist transpersonal – Beiträge zur Transpersonalen Psychotherapie“. Linz: edition pro mente.
- Rasch, B. et. al. (2010): „Quantitative Methoden 1. Einführung in die Statistik für Psychologen und Sozialwissenschaftler“. Berlin: Spriner Verlag.
- Rasch, B. et. al. (2010): „Quantitative Methoden 2. Einführung in die Statistik für Psychologen und Sozialwissenschaftler“. Berlin: Spriner Verlag.
- Reddemann, L. (2003): „Imagination als heilsame Kraft. Zur Behandlung von Traumerfolgen mit ressourcenorientierten Verfahren.“ Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Scagnetti-Feurer, T. (2009): „Himmel und Erde verbinden: Integration spiritueller Erfahrungen.“ Würzburg: Königshausen & Neumann.
- Schmidbauer, W. (1992): „Wie Gruppen uns verändern. Selbsterfahrung, Therapie und Supervision.“ München: Kösel-Verlag GmbH & Co..

- Schmidbauer, W. (1977): „Selbsterfahrung in der Gruppe. Theorie, Praxis, Ergebnisse.“ München: List Verlag.
- Schmidt, G. (2005): „Einführung in die hypnosystemische Therapie und Beratung.“ Heidelberg: Carl-Auer-Systeme-Verlag.
- Sedlmeier, F. & Renkewitz, F. (2008): „Forschungsmethoden und Statistik in der Psychologie.“ München: Pearson Studium.
- Seel, N.M. (2003): „Psychologie des Lernens. Lehrbuch, 2. Auflage.“ München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Simon, M. (2008): „Das Gesundheitssystem in Deutschland. Eine Einführung in Struktur und Funktionsweise.“ Bern: Verlag Hans Huber.
- Soppa P. (Hrsgb.) (2001): „Psychodrama. Ein Leitfaden.“ Opladen: Leske & Budrich.
- Storch, M. et.al. (2011): „Embodiment: die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen.“ Bern: Huber Verlag.
- Suzuki, S. (2012): „Zen-Geist, Anfänger-Geist: Unterweisungen in Zen-Meditation.“ Bielefeld: Theseus.
- Tschuschke, V. (1998): „Nützt mir Psychotherapie? Hilfen zur Entscheidung.“ Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Tschuschke, V. (2010): „Gruppenpsychotherapie. Von der Indikation bis zu Leitungstechniken“. Stuttgart: Georg Thieme Verlag KG.
- Tschuschke, V. in: Goedde, G. et.al. (2012): „Wissenschaftlich fundierte Psychotherapie - unbedingt, aber wie?“ In: „Der Besen, mit dem die Hexe fliegt. Wissenschaft und Therapeutik des Unbewussten. Band 1: Psychologie als Wissenschaft der Komplementarität.“ Giessen: Psychosozial-Verlag.
- V. Eschenbach, W. (2011): „Parzival. Wolfram von Eschenbach. Aus dem Mittelhochdeutschen übersetzt von Peter Knecht.“ Stuttgart: Reclam.
- V. Gennep, A. (1986): „Übergangsriten.“ Frankfurt am Main: Campus-Verlag.
- Wangyal, T. (2008): „Übung der Nacht: Tibetische Meditationen in Schlaf und Traum.“ München: Goldmann.
- Westermann, R. (2000): „Wissenschaftstheorie und Experimentalmethodik – Ein Lehrbuch zur psychologischen Methodenlehre.“ Göttingen: Hogrefe-Verlag.
- Wilber, K. (1991): „Wege zum Selbst. Östliche und westliche Ansätze zu persönlichem Wachstum.“ München: Kösel Verlag GmbH.

- Wirth, J. et.al. (2012): „Lexikon des systemischen Arbeitens: Grundbegriffe der systemischen Praxis, Methodik und Theorie.“ Heidelberg: Auer.
- Wittchen, H.-J. & Hoyer, J. (2012): „Klinische Psychologie & Psychotherapie.“ 2., überarb. und erw. Auflage. Berlin: Springer Verlag.
- Yalom, I. D. (2005): „Theorie und Praxis der Gruppenpsychotherapie. Ein Lehrbuch.“ Stuttgart: Klett-Cotta.

### **ZEITSCHRIFTEN:**

- Akhter, Ahsen (1996): „Guided imagery and education / ed. by Akhter Ahsen.“ Journal of mental imagery; 20,1/2. New York: Brandon House, Inc..
- Bundespsychotherapeutenkammer (Hrsgb.) (2011): „Wartezeiten in der Psychotherapie“. BPTK-Spezial zum Thema „Wartezeiten in der Psychotherapie“. Ausgabe Juni 2011.
- Eysenck, H. J. et. al. (1968): „A factorial study of psychoticism as a dimension of personality.“ In: Multivariate Behavioral Research, 38, 15-31.
- Fleischhaker, C. et.al. (2006): „Dialektisch-Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A) - Eine Pilotstudie zur Therapie von Suizidalität, Parasuizidalität und selbstverletzenden Verhaltensweisen bei Patientinnen mit Symptomen einer Border-line Störung.“ In: Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie Volume 34, Nr. 1, S. 15-27.
- Hauke, G. & Spreemann, J. (2012): „Wie der Körper bei der Arbeit mit Emotionen hilft. Embodiment in der Strategisch-Behavioralen Therapie (SBT).“ In: Psychotherapie in Psychiatrie, Psychotherapeutischer Medizin und Klinischer Psychologie. 17(2) 2012, 268-278.
- Huber, D. et.al. (2012): „Vergleich von kognitiver Verhaltenstherapie mit analytischer und tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie bei depressiven Patienten - Eine Dreijahreskatamnese-Studie.“ In: „Zeitschrift fuer Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ 58(3) 2012, S. 299-316.
- Jensen, H. H. et.al. (2010): „Time limited psychodynamic group therapy.“ In: Nordic Psychology Volume 64, Nr. 4., S. 48-66.
- Lang, D. & Revenstorf, D. (2008): „Praxis-Evaluation der Hypnotherapie. Einfluss von Imaginationsfähigkeit und Diagnose auf Therapie-Durchführung und -Erfolg.“ In: „Hypnose“ Nr. 3 2008, S. 69-84.

- Schneider et.al. (2014): „Psychotherapie für alle?: Zur Indikation für psychotherapeutische Behandlungen.“ In: „Der Nervenarzt“ 12/2014, Band 85, Ausgabe 12. Berlin: Springer.
- Tschacher, W. & Storch, M. (2012): „Die Bedeutung von Embodiment für Psychologie und Psychotherapie.“ In: „Psychotherapie in Psychiatrie, Psychotherapeutischer Medizin und Klinischer Psychologie.“ 17(2) 2012, S. 259-267.
- Tschuschke, V. et.al. (2009): „Psychotherapieforschung – Grundlegende Überlegungen und erste Ergebnisse der naturalistischen Psychotherapie-Studie ambulanter Behandlungen in der Schweiz (PAP-S).“ In: „Psychotherapie Forum“ 2009, 17: S. 160–176.
- Tschuschke, V. (2012): „Wirksamkeit psychodramatischer Gruppenpsychotherapie.“ In Stadler, C. & Wieser, M. (Hrsgb.) „Psychodrama. Empirische Forschung und Wissenschaft.“ S. 45-56 Serie: Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie, Sonderheft 3/2011. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Vargiu, J. (1974): „Subpersonalities.“ In: „Synthesis Vol I: The Realization of the Self.“ Redwood City: The Synthesis Press.
- Westermann, R. (2002): „Merkmale und Varianten von Evaluationen – Überblick und Klassifikation.“ In: Deutsche Gesellschaft für Psychologie (Hrsg.): „Zeitschrift für Psychologie.“ Göttingen: Hogrefe-Verlag.

### **DIGITALE RESSOURCEN:**

- Deimann, M. (2007): „Entwicklung und Erprobung eines volitionalen Designmodells.“ Dissertation zur Erlangung des Doktorgrades in Philosophie im Fach Erziehungswissenschaften. Universität Erfurt.
- Firman, J. & Vargiu, J. (1988): „Personales und transpersonales Wachstum - Die Perspektive der Psychosynthese“ aeon Akademie für Psychosynthese. Basel, Schweiz.
- Kamp, L. (Hrsg.) (2011): „Regelungslücke psychische Belastungen schließen“ Gutachten der Hans-Böckler-Stiftung.
- Kircher, T. (2012): Kompendium der Psychotherapie : Für Ärzte und Psychologen. Herausgegeben von Tilo Kircher. Berlin, Heidelberg : Springer Berlin Heidelberg, 2012.
- Pörksen, Bernhard (2011): Schlüsselwerke des Konstruktivismus. Herausgegeben von Bernhard Pörksen. Wiesbaden: Springer Wiesbaden.

Rapp, M. (2008): „Zur Wirksamkeit der Gesprächspsychotherapie in der stationären Alkoholentwöhnungsbehandlung.“ Fachbereich Psychologie und Gesundheitswissenschaften Universität Osnabrück.

Schwerdtfeger, S. (2008): „Tanz und Bewusstsein: Veränderung der Alltagswirklichkeit beim Tanzen.“ Diplomarbeit im Fach Psychologie. Universität Oldenburg.

Walendzik, A. (2010): „Erhebung zur ambulanten psychotherapeutischen Versorgung 2010“. Online veröffentlichte Studie der Universität Duisburg Essen.

#### **INTERNETQUELLEN:**

Ärzteblatt:

<http://www.aerzteblatt.de/archiv/33456/Psychotherapieforschung-Stiefkind-Prozessforschung> (18.1.2013)

BTonline, Psychotherapierichtlinien:

<http://www.btonline.de/gesetze/ptrichtlinien/pdf/psychotherapierichtlinien.pdf>

(30.10.2012)

Hans Böckler Stiftung:

[http://www.boeckler.de/pdf/p\\_mbf\\_regellungsluecke.pdf](http://www.boeckler.de/pdf/p_mbf_regellungsluecke.pdf) (13.11.2012)

Bundespsychotherapeutenkammer, Spezial:

[http://www.bptk.de/uploads/media/2011\\_BPtK-Spezial\\_Juni-2011.pdf](http://www.bptk.de/uploads/media/2011_BPtK-Spezial_Juni-2011.pdf). (13.11.2012)

Bundespsychotherapeutenkammer, Veröffentlichung 6.6.2012

<http://www.bptk.de/aktuell/einzelseite/artikel/betriebliche.html> (13.11.2012)

Bundespsychotherapeutenkammer, Studie zur Arbeitsunfähigkeit 2012.

[http://www.bptk.de/uploads/media/20120606\\_AU-Studie-2012.pdf](http://www.bptk.de/uploads/media/20120606_AU-Studie-2012.pdf). (13.11.2012)

Deutsche psychotherapeutenvereinigung, Studie:

[http://www.deutschepsychotherapeutenvereinigung.de/fileadmin/main/g-datei-download/News/2011/Studie\\_DPtV.pdf](http://www.deutschepsychotherapeutenvereinigung.de/fileadmin/main/g-datei-download/News/2011/Studie_DPtV.pdf) (01.11.12)

Die Theosophische Gesellschaft:

[http://www.theosophie.de/index.php?option=com\\_content&view=article&id=48&Itemid=59](http://www.theosophie.de/index.php?option=com_content&view=article&id=48&Itemid=59) (7.2.2012)

Die Welt, Artikel zum Embodiment:

<http://www.welt.de/gesundheit/psychologie/article12642760/Wie-koerperliches-Empfinden-die-Gefuehle-beeinflusst.html> (17.12.2012)

DocCheck Flexikon:

<http://flexikon.doccheck.com/de/Projektion> (16.1.2013)

Education Group, Bett des Prokrustes: Mythos und psychologische Bedeutung:

<http://www.eduhi.at/gegenstand/latein/data/HP.Glatz.8.05.doc> (20.07.2014)

Gesetze im Internet:

<http://www.gesetze-im-internet.de/psychthg/BJNR131110998.html> (13.1.2013)

Google Books, Ceiling-Effekt:

<https://books.google.de/books?isbn=3817478119>

Homepage Seminarhotel Schloss Höhnscheid

<http://www.waldgut-schloss-hoehnscheid.de/historie.html> (11.1.2013)

Huayan-Schule Buddhismus:

<http://www.mb-schiekel.de/phil2.htm#3.6.%20Huayan-Schule%20%28chin.%29%20=%20Avatamsaka%20%28skrt.%29%20=%20Kegon%20%28jap.%29> (8.4.2013)

Lexxun.de

[http://www.lexxun.de/lehre/mesf/material/mesf\\_10.pdf](http://www.lexxun.de/lehre/mesf/material/mesf_10.pdf) (28.1.2013)

Marktforschungs-Wiki:

[http://marktforschung.wikia.com/wiki/Erstellung\\_der\\_Korrelationsmatrix](http://marktforschung.wikia.com/wiki/Erstellung_der_Korrelationsmatrix) (21.3.2013)

Medizinische Statistik:

[http://www.medistat.de/statistikberatung-glossar-artikel.php?id=Korrelationskoeffizient\\_nach\\_Pearson](http://www.medistat.de/statistikberatung-glossar-artikel.php?id=Korrelationskoeffizient_nach_Pearson) (09.06.2014)

NeueStatistik.de

[http://web.neuestatistik.de/inhalte\\_web/content/mod\\_23196/html/comp\\_23414.html](http://web.neuestatistik.de/inhalte_web/content/mod_23196/html/comp_23414.html) (11.2.2013)

Psychologische Psychotherapeuten Oldenburg:

<http://www.giselamaier.de/> (22.1.2012)

<http://www.werner-lesemann.de/> (22.1.2012)

<http://www.stefanie-rosemann.de/> (22.1.2012)

Psychomentalis, C. Rogers:

<http://www.psychomentalis.de/glossar/definition/?id=Selbstaktualisierungstendenz+%28Carl+Roger%29> (09.06.2014)

Revision der ICD-10:

<http://www.dimdi.de/static/de/klasi/icd-10-who/historie/icd-11.htm> (26.01.2014)

Two.not2.org, Sammlung von Artikeln und Studien zur Psychosynthese:

<http://www.two.not2.org/psychosynthesis/> (23.9.2012, 18.1.2013)

Universität Oldenburg: Berechnung des Itemschwierigkeitsindex:

[http://vilespc01.wiwi.uni-oldenburg.de/navtest/viles0/kapitel03\\_Datenmessung~~lund~~l-aufbereitung/modul03\\_Itemanalyse/ebene02\\_Beispielerlund~~lAufgaben/03\\_\\_03\\_\\_02\\_\\_01.php3](http://vilespc01.wiwi.uni-oldenburg.de/navtest/viles0/kapitel03_Datenmessung~~lund~~l-aufbereitung/modul03_Itemanalyse/ebene02_Beispielerlund~~lAufgaben/03__03__02__01.php3) (21.3.2013)

Universität Zürich, Methodenberatung:

<http://www.methodenberatung.uzh.ch/datenanalyse/unterschiede/zentral/evarianzmessw.html> (14.2.2013)

Wissenschaftlicher Beirat Psychotherapie:

<http://www.wbpsychotherapie.de/page.asp?his=0.1.17.61.62> (31.10.2012)

### **VORTRÄGE:**

Belschner, W. (2010): „Qualitätssicherung – zwischen Sehnsüchten, Versprechungen und Erwartungen.“ Halle: Kongress „Qigong-Tage“. 24.-26.9.2010.

Belschner, W. (2012): „Was meinen wir mit heilsamen Bewusstseinszuständen?“ Dresden: Kongress „Bewusstseinskultur!“. 13.-15.4.2012.

Reinhardt, H. (2010): „Das Kölner Psychosynthese Modell.“ Köln: Jubiläumsfeier zum 25-jährigen Bestehen des Instituts für Psychosynthese und Transpersonale Psychologie Köln Brück. 8.12.2012.

### **AUDIOQUELLEN:**

Kabat-Zinn, J. (2004): „Die heilende Kraft der Achtsamkeit.“ CDs mit angeleiteten Meditationen. Freiburg: Arbor-Verlag.

### **UNVERÖFFENTLICHTES MATERIAL:**

Reinhardt, H. (2002): „Eidetische Bilder als Selbsttherapie“. Unveröffentlichte Unterlage zum Seminar „das innere Kind und die Heilung der Liebe.“

Reinhardt, H. (2005a): „Merkmale des Ichbewusstseins.“ Unveröffentlichtes Skript zur Ausbildung in pädagogischer Psychosynthese.

Reinhardt, H. (2005b): „Wege der Schattenerforschung“ Unveröffentlichte Unterlage zum Seminar „Wie man seine (inneren) Feinde besiegen kann.“

Reinhardt, H. (2006a): „Vom unbewussten zum erwachten Selbst.“ Unveröffentlichtes Skript zur Ausbildung in pädagogischer Psychosynthese.

Reinhardt, H. (2006b): „Teilpersönlichkeit und Teilpsyche.“ Unveröffentlichtes Skript zur Ausbildung in pädagogischer Psychosynthese.

Reinhardt, H. (2008): „Anleitung zum Focusing-Prozess.“ Unveröffentlichtes Skript zur Ausbildung in pädagogischer Psychosynthese.

Reinhardt, H. (2010a): „Das Menschenbild der Psychosynthese - 10 zentrale Gedanken.“ Unveröffentlichtes Skript zur Ausbildung in pädagogischer Psychosynthese.

Reinhardt, H. (2010b): „Das Psychosynthese Menschenbild – ein Entwurf.“ Unveröffentlichte Mindmap zur Ausbildung in pädagogischer Psychosynthese.

Reinhardt, H. (2010c): „Die Polarität von Personaler & Transpersonaler Entwicklung.“ Unveröffentlichtes Skript zur Ausbildung in pädagogischer Psychosynthese.

Reinhardt, H. (2011): „Theorie & Arbeit mit Teilpersönlichkeiten.“ Unveröffentlichtes Skript zur Ausbildung in pädagogischer Psychosynthese.

Reinhardt, H. (2011): „Zitate zur spirituellen Psychosynthese.“ Unveröffentlichtes Skript zur Ausbildung in pädagogischer Psychosynthese.

## Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Tabelle zur Inanspruchnahme u.a. psychotherapeutischer Versorgung. Quelle: Bundespsychotherapeutenkammer Spezial, Ausgabe Juni 2011.....	20
Abbildung 2: Übersichtsgrafik der Theorieelemente der PS. ....	26
Abbildung 3: Illustration zum Prozess der Introjektion: Entstehung von Schatten und Ich/ Persönlichkeit nach Reinhardt. ....	30
Abbildung 4: Psychischer Apparat nach Freud. Quelle: <a href="http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Freud_Ich.svg&amp;filetimestamp=20100910161309">http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Freud_Ich.svg&amp;filetimestamp=20100910161309</a> .....	32
Abbildung 5: Das Psychosynthese-Ei.....	44
Abbildung 6: Kontinuums des Bewusstseins nach Belschner. Quelle: Belschner & Walach 2007.....	47
Abbildung 7: Topographie der Bewusstseinszustände nach Belschner. Quelle: Belschner & Walach 2007.....	47
Abbildung 8: Ich-Selbst-Achse nach Reinhardt .....	53
Abbildung 9: Illustration von Teilpersönlichkeiten und vereinendem Zentrum.....	54
Abbildung 10: Stellung des Willens. Quelle: Assagioli 1982, S. 21.....	60
Abbildung 11: Rubikon Modell der Handlungsphasen nach Gollwitzer (1991). Quelle: Deimann, M. (2007), S.75. ....	62
Abbildung 12: Bedürfnispyramide nach Maslow. Quelle: <a href="http://www.informatikkaufmann-azubi.de/tagebuch/index.php?s=maslow">http://www.informatikkaufmann-azubi.de/tagebuch/index.php?s=maslow</a> .....	66
Abbildung 13: Beispielsynthesen a, Quelle: Assagioli 1982, S. 95.....	68

Abbildung 14: Beispielsynthesen b, Quelle: Assagioli 1982, S. 95.....	68
Abbildung 15: Illustration des dialogischen Menschen nach Reinhardt. ....	77
Abbildung 16: Wirkfaktoren der Gruppenpsychotherapie nach Tschuschke. Quelle: Tschuschke 2010, S. 14.....	111
Abbildung 17: Rangfolge der Gruppenpsychotherapie-Wirkfaktoren nach Tschuschke. Quelle: Tschuschke 2010, S. 15. ....	112
Abbildung 18: Tortendiagramm der Geschlechterverteilung.....	143
Abbildung 19: Tortendiagramm der Altersverteilung.....	143
Abbildung 20: Tortendiagramm der Schulbildung .....	144
Abbildung 21: Balkendiagramm der Therapieererfahrung.....	145
Abbildung 22: Tortendiagramm der Dauer der Therapieererfahrung.....	146
Abbildung 23: Tortendiagramm der Seminarererfahrung .....	147
Abbildung 24: Tortendiagramm der Seminarlänge.....	147
Abbildung 25: Screeplot zur Faktorenanalyse zu T1 des OPI.....	152
Abbildung 26: Screeplot zur Faktorenanalyse zu T2 des OPI.....	160
Abbildung 27: Screeplot zur Faktorenanalyse zu T3 des OPI.....	170
Abbildung 28: Screeplot zur Faktorenanalyse des Generalfaktors zu T3 des OPI.....	173
Abbildung 29: Generalfaktor mit seinen Subfaktoren .....	176
Abbildung 30: Screeplot zur Faktorenanalyse zu T3 des TaBo	192
Abbildung 31: Screeplot nach 11 Rechendurchgängen der Faktorenanalyse mit allen Items.....	200

Abbildung 32: Screeplot 1. Rechendurchgang der Faktorenanalyse mit allen Items.	202
Abbildung 33: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Lebensbejahung/ Identität</i> “ .....	227
Abbildung 34: Verlaufsgraph zum Gruppenunterschied bei der Therapieerfahrung zum Faktor „ <i>Lebensbejahung/Identität</i> “ .....	229
Abbildung 35: Verlaufsgraph zum Gruppenunterschied bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Lebensbejahung/Identität</i> “ .....	231
Abbildung 36: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren zum Faktor „ <i>Lebensbejahung/ Identität</i> “ .....	232
Abbildung 37: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert</i> “ .....	234
Abbildung 38: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert</i> “ .....	235
Abbildung 39: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei den Seminaren zum Faktor „ <i>Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert</i> “ .....	237
Abbildung 40: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5 und 7 Tageskursen zum Faktor „ <i>Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert</i> “ .....	238
Abbildung 41: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>emotionale Instabilität</i> “ .....	240
Abbildung 42: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „ <i>emotionale Instabilität</i> “ .....	241
Abbildung 43: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>emotionale Instabilität</i> “ .....	242

Abbildung 44: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“ .....	246
Abbildung 45: Verlaufsgraph zum Faktor „Gespanntheit/ angestaute Aggression“ ...	248
Abbildung 46: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>TPV/ inneres Wissen</i> “ .....	251
Abbildung 47: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung beim Faktor „ <i>TPV/ inneres Wissen</i> “ .....	252
Abbildung 48: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „ <i>TPV/ inneres Wissen</i> “ .....	254
Abbildung 49: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit</i> “ .....	256
Abbildung 50: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „ <i>Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit</i> “ .....	257
Abbildung 51: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren zum Faktor „ <i>Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit</i> “ ...	258
Abbildung 52: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum</i> “ .....	260
Abbildung 53: Verlaufsgraph zum Zusatzfaktor „ <i>Disidentifikation</i> “ .....	262
Abbildung 54: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Somatisierung</i> “ .....	266
Abbildung 55: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zum Alter beim Faktor „ <i>Somatisierung</i> “ .....	267
Abbildung 56: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei den 5- und 7 Tageskursen zum Faktor „ <i>Somatisierung</i> “ .....	268
Abbildung 57: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Zwanghaftigkeit</i> “ .....	271

Abbildung 58: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Unsicherheit im Sozialkontakt</i> “ .....	273
Abbildung 59: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Unsicherheit im Sozialkontakt</i> “ .....	274
Abbildung 60: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren zum Faktor „ <i>Unsicherheit im Sozialkontakt</i> “ .....	276
Abbildung 61: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Depressivität</i> “ .....	278
Abbildung 62: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren zum Faktor „ <i>Depressivität</i> “ .....	279
Abbildung 63: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Ängstlichkeit</i> “ .....	282
Abbildung 64: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Aggressivität</i> “ .....	284
Abbildung 65: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Phobische Angst</i> “ .....	286
Abbildung 66: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Paranoides Denken</i> “ .....	288
Abbildung 67: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „ <i>Paranoides Denken</i> “ .....	289
Abbildung 68: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Psychotizismus</i> “ .....	291
Abbildung 69: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „ <i>Psychotizismus</i> “ .....	293
Abbildung 70: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7-Tageskursen beim Faktor „ <i>Psychotizismus</i> “ .....	294
Abbildung 71: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>psychische Belastung</i> “ .....	296
Abbildung 72: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „ <i>psychische Belastung</i> “ .....	298

Abbildung 73: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7-Tageskursen beim Faktor „ <i>psychische Belastung</i> “.	299
Abbildung 74: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Potential/ Leibpräsenz</i> “.	301
Abbildung 75: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Potential/ Leibpräsenz</i> “.	302
Abbildung 76: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit ausgewählten Seminaren zum Faktor „ <i>Potential/ Leibpräsenz</i> “.	303
Abbildung 77: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Widerstand</i> “.	306
Abbildung 78: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden beim Geschlecht zum Faktor „ <i>Widerstand</i> “.	307
Abbildung 79: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Widerstand</i> “.	308
Abbildung 80: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “.	310
Abbildung 81: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Therapiedauer der Vorerfahrung zum Faktor „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “.	311
Abbildung 82: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7 Tagesseminaren zum Faktor „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “.	313
Abbildung 83: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “.	314
Abbildung 84: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Unmittelbarkeit/ Transpersonales Erleben</i> “.	317
Abbildung 85: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Unmittelbarkeit/ Transpersonales Erleben</i> “.	318

Abbildung 86: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Verantwortungsübernahme</i> “ .....	320
Abbildung 87: Verlaufsgraph zum Faktor „ <i>Commitment</i> “ .....	321
Abbildung 88: Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Schulbildung zum Faktor „ <i>Potential/ Leibpräsenz</i> “ .....	369
Abbildung 89: <i>Legitimationsschreiben</i> zur Expertenbefragung Seite 1 .....	404
Abbildung 90: <i>Legitimationsschreiben</i> zur Expertenbefragung Seite 2 .....	405
Abbildung 91: <i>Oldenburger Psychosynthese Inventar</i> OPI Seite 1-4. ....	413
Abbildung 92: <i>Tagesbogen</i> TaBo Seite 1-2.....	415
Abbildung 93: <i>Scan der Symptomcheckliste 90 revidierte Fassung</i> SCL-90-R Seite 1-2 ©Hogrefe Verlag Göttingen. ....	417

## Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Merkmale personaler und transpersonalen Entwicklung nach Reinhardt. . .	40
Tabelle 2: Konstrukt-Item-Herkunftstabelle .....	137-141
Tabelle 3: Rechendurchgänge der Faktorenanalyse des OPI zu T1 mit den eliminierten Items.....	153
Tabelle 4: Itemverteilung auf die Faktoren T1 .....	154
Tabelle 5: 1. Faktor des OPI „ <i>negatives Selbstkonzept</i> “ .....	155
Tabelle 6: 2. Faktor des OPI „ <i>Intuition</i> “ .. .....	156
Tabelle 7: 3. Faktor des OPI „ <i>Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	157
Tabelle 8: 4. Faktor des OPI „ <i>ungelebtes Leben</i> “ .. .....	157
Tabelle 9: 5. Faktor des OPI „ <i>transpersonales Vertrauen</i> “ .....	158
Tabelle 10: 6. Faktor des OPI „ <i>Partnerschaft</i> “ .. .....	158
Tabelle 11: 7. Faktor des OPI „ <i>Nüchternheit</i> “ .. .....	159
Tabelle 12: Rechendurchgänge der Faktorenanalyse des OPI zu T2 mit den eliminierten Items. ....	160
Tabelle 13: Itemverteilung auf die Faktoren T2.....	160
Tabelle 14: 1. Faktor des OPI „ <i>Gespanntheit/ Fremdbestimmung</i> “ .....	162
Tabelle 15: 2. Faktor des OPI „ <i>emotionales Erleben</i> “ .....	163
Tabelle 16: 3. Faktor des OPI „ <i>ungelebtes Leben</i> “ .. .....	164
Tabelle 17: 4. Faktor des OPI „ <i>transpersonales Vertrauen</i> “ .....	164

Tabelle 18: 5. Faktor des OPI „ <i>Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	165
Tabelle 19: 6. Faktor des OPI „ <i>Partnerschaft</i> “ .....	166
Tabelle 20: 7. Faktor des OPI „ <i>soziale Kompetenz</i> “ .....	166
Tabelle 21: Markeritem mit Itemvorhof des OPI „ <i>Disidentifikation</i> “ .....	167
Tabelle 22: Markeritem des OPI „ <i>Regenerationskompetenz</i> “ .....	168
Tabelle 23: Rechendurchgänge der Faktorenanalyse des OPI zu T3 mit den eliminierten Items .....	170
Tabelle 24: Itemverteilung auf die Faktoren T3.....	170
Tabelle 25: Gesamter Generalfaktor „ <i>Selbst</i> “ des OPI zu T3 .....	172
Tabelle 26: Itemverteilung auf die Komponenten des Generalfaktors .....	174
Tabelle 27: 1a. Faktor des OPI „ <i>Lebensbejahung/ Identität</i> “ .....	175
Tabelle 28: 1b. Faktor des OPI „ <i>Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert</i> “ .....	176
Tabelle 29: 1c. Faktor des OPI „ <i>Emotionale Instabilität</i> “ .....	176
Tabelle 30: 2. Faktor des OPI „ <i>ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck</i> “ .....	178
Tabelle 31: 3. Faktor des OPI „ <i>Gespanntheit/ angestaute Aggression</i> “.....	179
Tabelle 32: 4. Faktor des OPI „ <i>Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft</i> “ ....	180
Tabelle 33: 5. Faktor des OPI „ <i>transpersonales Vertrauen/ inneres Wissen</i> “ .....	180
Tabelle 34: 6. Faktor des OPI „ <i>Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit</i> “ .....	181
Tabelle 35: 7. Faktor des OPI „ <i>Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum</i> “ .....	182
Tabelle 36: Gemeinsame Items des Generalfaktors des OPIs T1-T3 .....	184

Tabelle 37: Faktor „ <i>ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck</i> “ der erfahrenen Teilnehmer T3 .....	187
Tabelle 38: Rechendurchgänge der Faktorenanalyse des TaBo zu T3 mit den eliminierten Items.....	191
Tabelle 39: Itemverteilung auf die Faktoren T3.....	191
Tabelle 40: 1. Faktor des TaBo „ <i>Potential/ Leibpräsenz</i> “ .....	192
Tabelle 41: 2. Faktor des TaBo „ <i>Widerstand</i> “ .....	193
Tabelle 42: 3. Faktor des TaBo „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	194
Tabelle 43: 4. Faktor des TaBo „ <i>Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben</i> “ .....	195
Tabelle 44: 5. Faktor des TaBo „ <i>Verantwortungsübernahme</i> “ .....	195
Tabelle 45: 6. Faktor des TaBo „ <i>Commitment</i> “ .....	196
Tabelle 46: Faktor des TaBo „ <i>Einzelsitzungen</i> “ .....	197
Tabelle 47: Rechendurchgänge der interinstrumentalen Faktorenanalyse mit den eliminierten Items. ....	199
Tabelle 48: Korrelationen zum Faktor „ <i>Lebensbejahung/ Identität</i> “ des OPI.....	205
Tabelle 49: Korrelationen zum Faktor „ <i>Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert</i> “ des OPI.....	207
Tabelle 50: Korrelationen zum Faktor „ <i>emotionale Instabilität</i> “ des OPI.....	209
Tabelle 51: Korrelationen zum Faktor „ <i>Ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck</i> “ des OPI.....	210
Tabelle 52: Korrelationen zum Faktor „ <i>Gespanntheit/ gestaute Aggression</i> “ des OPI .....	212

Tabelle 53: Korrelationen zum Faktor „ <i>Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft</i> “ des OPI.....	213
Tabelle 54: Korrelationen zum Faktor „ <i>TPV/ inneres Wissen</i> “ des OPI.....	214
Tabelle 55: Korrelationen zum Faktor „ <i>Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit</i> “ des OPI .....	216
Tabelle 56: Korrelationen zum Faktor „ <i>Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum</i> “ des OPI.....	217
Tabelle 57: Korrelationen zum Faktor „ <i>Potential/ Leibpräsenz</i> “ des TaBo.....	218
Tabelle 58: Korrelationen zum Faktor „ <i>Widerstand</i> “ des TaBo.....	219
Tabelle 59: Korrelationen zum Faktor „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “ des TaBo .....	220
Tabelle 60: Korrelationen zum Faktor „ <i>Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben</i> “ des TaBo.....	221
Tabelle 61: Korrelationen zum Faktor „ <i>Verantwortungsübernahme</i> “ des TaBo.....	222
Tabelle 62: Gruppenunterscheidungskriterien, Herkunft und Ausprägung des Gruppenmerkmals.....	227
Tabelle 63: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Lebensbejahung/ Identität</i> “ .....	227
Tabelle 64: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Lebensbejahung/ Identität</i> “ .....	227
Tabelle 65: Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „ <i>Lebensbejahung/Identität</i> “ .....	229
Tabelle 66: Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Lebensbejahung/Identität</i> “ .....	231

Tabelle 67: Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Lebensbejahung/Identität</i> “ .....	233
Tabelle 68: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Fremdbestimmung/Introjektidentifiziert</i> “ .....	234
Tabelle 69: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Fremdbestimmung/Introjektidentifiziert</i> “ .....	234
Tabelle 70: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Fremdbestimmung/Introjektidentifiziert</i> “ .....	236
Tabelle 71: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Fremdbestimmung/Introjektidentifiziert</i> “ .....	237
Tabelle 72: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5 und 7 Tageskursen zum Faktor „ <i>Fremdbestimmung/Introjektidentifiziert</i> “ .....	239
Tabelle 73: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>emotionale Instabilität</i> “ .....	240
Tabelle 74: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>emotionale Instabilität</i> “ .....	241
Tabelle 75: Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „ <i>emotionale Instabilität</i> “ .....	242
Tabelle 76: Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>emotionale Instabilität</i> “ .....	243
Tabelle 77: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck</i> “ .....	244
Tabelle 78: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck</i> “ .....	245
Tabelle 79: Veränderungssignifikanzen der Mittelwertvergleiche von T1-T3 zum Faktor „ <i>ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck</i> “ .....	245

Tabelle 80: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit allen 13 Seminaren beim Faktor „ <i>ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck</i> “ .....	246
Tabelle 81: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „ <i>ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck</i> “ .....	246
Tabelle 82: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Gespanntheit/ gestaute Aggression</i> “.	248
Tabelle 83: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Gespanntheit/ gestaute Aggression</i> “	248
Tabelle 84: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	250
Tabelle 85: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	250
Tabelle 86: Signifikanz der Änderungssensitivität zum Faktor „ <i>Selbstaktualisierung/ Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	251
Tabelle 87: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>TPV/ inneres Wissen</i> “ .....	251
Tabelle 88: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>TPV/ inneres Wissen</i> “ .....	251
Tabelle 89: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung beim Faktor „ <i>TPV/ inneres Wissen</i> “ .....	253
Tabelle 90: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit allen 13 Seminaren beim Faktor „ <i>TPV/ inneres Wissen</i> “ .....	254
Tabelle 91: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „ <i>TPV/ inneres Wissen</i> “ .....	254
Tabelle 92: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit</i> “.	256

Tabelle 93: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit</i> “	256
Tabelle 94: Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „ <i>Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit</i> “	258
Tabelle 95: Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit</i> “	259
Tabelle 96: Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren zum Faktor „ <i>Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit</i> “	259
Tabelle 97: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum</i> “	260
Tabelle 98: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum</i> “	260
Tabelle 99: Signifikanz der Änderungssensitivität zum Faktor „ <i>Partnerschaft/ evolutionäres Wachstum</i> “	262
Tabelle 100: Deskriptive Statistik zum Zusatzfaktor „ <i>Disidentifikation</i> “	263
Tabelle 101: Multivariate Statistik zum Zusatzfaktor „ <i>Disidentifikation</i> “	263
Tabelle 102: Tests zur Stichprobeneignung und Normalverteilung zum SCL-90-R zum Zeitpunkt T1	265
Tabelle 103: Tests zur Stichprobeneignung und Normalverteilung zum SCL-90-R zum Zeitpunkt T2	265
Tabelle 104: Tests zur Stichprobeneignung und Normalverteilung zum SCL-90-R zum Zeitpunkt T3	265
Tabelle 105: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Somatisierung</i> “	266

Tabelle 106: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Somatisierung</i> “ .....	266
Tabelle 107: Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei den Altersgruppen zum Faktor „ <i>Somatisierung</i> “ .....	268
Tabelle 108: Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei den 5 und 7 Tageskursen zum Faktor „ <i>Somatisierung</i> “ .....	269
Tabelle 109 Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Zwanghaftigkeit</i> “ .....	271
Tabelle 110: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Zwanghaftigkeit</i> “ .....	271
Tabelle 111: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Unsicherheit im Sozialkontakt</i> “ .....	273
Tabelle 112: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Unsicherheit im Sozialkontakt</i> “ .....	273
Tabelle 113: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Unsicherheit im Sozialkontakt</i> “ .....	274
Tabelle 114: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Unsicherheit im Sozialkontakt</i> “ .....	276
Tabelle 115: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren zum Faktor „ <i>Unsicherheit im Sozialkontakt</i> “ .....	276
Tabelle 116: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Depressivität</i> “ .....	278
Tabelle 117: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Depressivität</i> “ .....	278
Tabelle 118: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Depressivität</i> “ .....	280
Tabelle 119: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren zum Faktor „ <i>Depressivität</i> “ .....	280
Tabelle 120: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Ängstlichkeit</i> “ .....	282

Tabelle 121: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Ängstlichkeit</i> “ .....	282
Tabelle 122: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Aggressivität</i> “ .....	284
Tabelle 123: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Aggressivität</i> “ .....	284
Tabelle 124: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Phobische Angst</i> “ .....	286
Tabelle 125: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Phobische Angst</i> “ .....	286
Tabelle 126: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Paranoides Denken</i> “ .....	288
Tabelle 127: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Paranoides Denken</i> “ .....	288
Tabelle 128: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren beim Faktor „ <i>Paranoides Denken</i> “ .....	289
Tabelle 129: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „ <i>Paranoides Denken</i> “ .....	290
Tabelle 130: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Psychotizismus</i> “ .....	292
Tabelle 131: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Psychotizismus</i> “ .....	292
Tabelle 132: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren beim Faktor „ <i>Psychotizismus</i> “ .....	293
Tabelle 133: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „ <i>Psychotizismus</i> “ .....	293
Tabelle 134: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7- Tageskursen beim Faktor „ <i>Psychotizismus</i> “ .....	294
Tabelle 135: Items des Zusatzfaktors des SCL-90-R.....	296
Tabelle 136: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>psychische Belastung</i> “ .....	297

Tabelle 137: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>psychische Belastung</i> “ .....	297
Tabelle 138: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7- Tageskursen beim Faktor „ <i>psychische Belastung</i> “ .....	299
Tabelle 139: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Potential/ Leibpräsenz</i> “ .....	301
Tabelle 140: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Potential/ Leibpräsenz</i> “ .....	301
Tabelle 141: Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Schulbildung zum Faktor „ <i>Potential/ Leibpräsenz</i> “ .....	302
Tabelle 142: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Potential/ Leibpräsenz</i> “ .....	303
Tabelle 143: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Potential/ Leibpräsenz</i> “ .....	304
Tabelle 144: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Widerstand</i> “ .....	306
Tabelle 145: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Widerstand</i> “ .....	306
Tabelle 146: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Widerstand</i> “ .....	308
Tabelle 147: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	311
Tabelle 148: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	311
Tabelle 149: Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapiedauer der Vorerfahrung zum Faktor „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	312
Tabelle 150: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7 Tagesseminaren zum Faktor „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	314

Tabelle 151: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	315
Tabelle 152: Signifikanz der Änderungssensitivität zum Faktor „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	316
Tabelle 153: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben</i> “ .....	317
Tabelle 154: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben</i> “ .....	318
Tabelle 155: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben</i> “ .....	319
Tabelle 156: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Verantwortungsübernahme</i> “ .....	320
Tabelle 157: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Verantwortungsübernahme</i> “ .....	321
Tabelle 158: Deskriptive Statistik zum Faktor „ <i>Commitment</i> “ .....	322
Tabelle 159: Multivariate Statistik zum Faktor „ <i>Commitment</i> “ .....	322
Tabelle 160: Signifikanz der Änderungssensitivität zum Faktor „ <i>Commitment</i> “ .....	323
Tabelle 161: Deskriptive Statistik zum Zusatzfaktor „ <i>Einzelsitzungen</i> “ .....	324
Tabelle 162: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Lebensbejahung/ Identität</i> “ .....	364
Tabelle 163: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapiedauer der Vorerfahrung zum Faktor „ <i>Lebensbejahung/ Identität</i> “ .....	364
Tabelle 164: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Lebensbejahung/ Identität</i> “ .....	365

Tabelle 165: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden beim Alter zum Faktor „ <i>Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert</i> “ .....	366
Tabelle 166: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „ <i>emotionale Instabilität</i> “ .....	367
Tabelle 167: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „ <i>Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit</i> “ .....	368
Tabelle 168: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Schulbildung zum Faktor „ <i>Potential/ Leibpräsenz</i> “ .....	369
Tabelle 169: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden beim Geschlecht zum Faktor „ <i>Widerstand</i> “ .....	370
Tabelle 170: Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden beim Geschlecht zum Faktor „ <i>Widerstand</i> “ .....	371
Tabelle 171: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapiedauer der Vorerfahrung zum Faktor „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	371
Tabelle 172: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zum Alter beim Faktor „ <i>Somatisierung</i> “ .....	372
Tabelle 173: Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zum Alter beim Faktor „ <i>Somatisierung</i> “ .....	372
Tabelle 174: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „ <i>psychische Belastung</i> “ .....	372
Tabelle 175: Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „ <i>psychische Belastung</i> “ .....	374
Tabelle 176: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Lebensbejahung/ Identität</i> “ .....	374

Tabelle 177: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert</i> “ .....	374
Tabelle 178: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert</i> “ .....	375
Tabelle 179: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>emotionale Instabilität</i> “ .....	376
Tabelle 180: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei den 5 und 7 Tageskursen zum Faktor „ <i>Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert</i> “ .....	377
Tabelle 181: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „ <i>ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck</i> “ .....	377
Tabelle 182: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung beim Faktor „ <i>TPV/ inneres Wissen</i> “ .....	378
Tabelle 183: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „ <i>Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit</i> “ .....	378
Tabelle 184: Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei den 5 und 7 Tageskursen zum Faktor „ <i>Somatisierung</i> “ .....	379
Tabelle 185: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Unsicherheit im Sozialkontakt</i> “ .....	379
Tabelle 186: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Unsicherheit im Sozialkontakt</i> “ .....	380
Tabelle 187: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Depressivität</i> “ .....	381

Tabelle 188: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Paranoides Denken</i> “ .....	382
Tabelle 189: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Psychotizismus</i> “ .....	384
Tabelle 190: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7 Tageskursen zum Faktor „ <i>Psychotizismus</i> “ .....	385
Tabelle 191: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7- Tageskursen beim Faktor „ <i>psychische Belastung</i> “ .....	385
Tabelle 192: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Potential/ Leibpräsenz</i> “ .....	385
Tabelle 193: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Potential/ Leibpräsenz</i> “ .....	386
Tabelle 194: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Widerstand</i> “ .....	387
Tabelle 195: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7 Tagesseminaren zum Faktor „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	388
Tabelle 196: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „ <i>Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft</i> “ .....	388
Tabelle 197: Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „ <i>Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben</i> “ .....	389
Tabelle 198: Interne Korrelation der OPI-Faktoren zu T3.....	390
Tabelle 199: Interkorrelation der ersten 4 OPI-Faktoren mit den Faktoren des TaBo zu T3 .....	391

Tabelle 200: Interkorrelation der letzten 5 OPI-Faktoren mit den Faktoren des TaBo zu T3 .....	392
Tabelle 201: Interkorrelation der ersten 4 OPI-Faktoren mit den ersten 5 Faktoren der SCL-90-R zu T3 .....	393
Tabelle 202: Interkorrelation der letzten 5 OPI-Faktoren mit den ersten 5 Faktoren der SCL-90-R zu T3.....	394
Tabelle 203: Interkorrelation der ersten 4 OPI-Faktoren mit den letzten 5 Faktoren der SCL-90-R zu T3.....	395
Tabelle 204: Interkorrelation der letzten 5 OPI-Faktoren mit den letzten 5 Faktoren der SCL-90-R zu T3.....	396
Tabelle 205: Interne Korrelation der TaBo-Faktoren zu T3.....	397
Tabelle 206: Interkorrelation der TaBo-Faktoren mit den ersten 5 Faktoren der SCL-90-R zu T3 .....	398
Tabelle 207: Interkorrelation der TaBo-Faktoren mit den letzten 5 Faktoren der SCL-90-R zu T3 .....	399
Tabelle 208: Interne Korrelation der SCL-90-R-Faktoren zu T3 .....	400
Tabelle 209: Konstrukttabelle (Ergebnis der Expertenbefragung) .....	401-404

## Anhang

Deskriptive Statistiken				
Seminarerfahrung der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Lebensbejahung_T1	Unerfahrene Teilnehmer	2,6987	,63065	110
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	3,1489	,62463	47
	Gesamt	2,8335	,66010	157
Lebensbejahung_T2	Unerfahrene Teilnehmer	3,2234	,48039	110
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	3,3921	,43852	47
	Gesamt	3,2739	,47324	157
Lebensbejahung_T3	Unerfahrene Teilnehmer	3,1052	,50939	110
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	3,1869	,55159	47
	Gesamt	3,1297	,52194	157

**Tabelle 162:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“.

Deskriptive Statistiken				
Therapiedauer der Vorerfahrung der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Lebensbejahung_T1	einige Monate	2,8619	,69172	15
	mindestens 1 Jahr	2,8707	,63753	21
	mehr als 2 Jahre	2,7449	,69712	35
	mehr als 5 Jahre	2,9481	,75282	33
	Gesamt	2,8516	,69813	104
Lebensbejahung_T2	einige Monate	3,2238	,55451	15
	mindestens 1 Jahr	3,3333	,44968	21
	mehr als 2 Jahre	3,3327	,49878	35
	mehr als 5 Jahre	3,3052	,36434	33

	Jahre			
	Gesamt	3,3084	,45364	104
Lebensbejahung_T3	einige Monate	3,1762	,58521	15
	mindestens 1 Jahr	3,2177	,58313	21
	mehr als 2 Jahre	3,1714	,53430	35
	mehr als 5 Jahre	3,0022	,58480	33
	Gesamt	3,1277	,56635	104

**Tabelle 163:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapiedauer der Vorerfahrung zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“.

Deskriptive Statistiken				
Seminare		Mittelwert	Standardabweichung	N
Lebensbejahung_T1	Kind 1 März 2011	2,3701	0,71913935	11
	Regisseur März 2011	2,2619	,80284	3
	Selbstbestimmung Juli 2011	2,5071	,60838	10
	Schatten Aug 2011	2,9143	,51815	10
	Kind 3 Nov 2011	3,1633	,69881	21
	Kind 1 Nov 2011	2,7473	,64722	13
	Teile & Ganze Feb 2011	2,4714	,51160	5
	Schatten Aug 2010	2,9286	0,49191718	8
	Kind 2 Nov 2010	3,1008	,56190	17
	Kind 1 Nov 2010	2,7222	,97771	9
	Gral Nov 2010	3,2063	,61802	9
	Selbstbestimmung Juli 2010	2,7917	,73695	12
	Lieben & Wollen	2,8690	,44588	6
	Kind 1 Juni 2011	2,7422	,48289	23
	Gesamt	2,8335	0,66009592	157
Lebensbejahung_T2	Kind 1 März 2011	2,9481	,43341	11
	Regisseur März 2011	3,3333	,17976	3
	Selbstbestimmung Juli 2011	3,1000	,68694	10
	Schatten Aug 2011	3,3786	,50849	10
	Kind 3 Nov 2011	3,3469	,39337	21
	Kind 1 Nov 2011	3,3132	,46524	13

	Teile & Ganze Feb 2011	3,2143	,20203	5
	Schatten Aug 2010	3,2857	,44525	8
	Kind 2 Nov 2010	3,5126	,48461	17
	Kind 1 Nov 2010	3,2540	,43903	9
	Gral Nov 2010	3,2698	,44288	9
	Selbstbestimmung Juli 2010	3,1667	,43961	12
	Lieben & Wollen	3,2619	,38510	6
	Kind 1 Juni 2011	3,2640	,54714	23
	Gesamt	3,2739	,47324	157
Lebensbejahung_T3	Kind 1 März 2011	3,0130	,48531	11
	Regisseur März 2011	2,8810	,47559	3
	Selbstbestimmung Juli 2011	2,9643	,62293	10
	Schatten Aug 2011	3,2000	,39812	10
	Kind 3 Nov 2011	3,0952	,59046	21
	Kind 1 Nov 2011	3,0000	,53848	13
	Teile & Ganze Feb 2011	2,7857	,57366	5
	Schatten Aug 2010	3,0446	,51922	8
	Kind 2 Nov 2010	3,3193	,50955	17
	Kind 1 Nov 2010	3,1111	,35555	9
	Gral Nov 2010	3,1508	,54567	9
	Selbstbestimmung Juli 2010	3,2440	,64786	12
	Lieben & Wollen	3,0357	,35211	6
	Kind 1 Juni 2011	3,2919	,49295	23
	Gesamt	3,1297	,52194	157

**Tabelle 164:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“.

Deskriptive Statistiken				
Alter der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Fremdbestimmung_T1	15-25	4,1250		1
	25-35	2,3031	,85667	40
	35-45	2,2388	,85901	78
	45-55	2,2401	,86913	38
	55-65	1,8854	,57272	12
	Älter als	1,4583	,57915	6

	65			
	Gesamt	2,2136	,85581	175
Fremdbestimmung_T2	15-25	,6250		1
	25-35	1,8250	,63725	40
	35-45	1,9199	,80430	78
	45-55	1,7467	,78923	38
	55-65	1,7917	,53654	12
	Älter als 65	1,3958	,25516	6
	Gesamt	1,8264	,74155	175
Fremdbestimmung_T3	15-25	,7500		1
	25-35	1,9219	,79948	40
	35-45	1,8974	,72237	78
	45-55	1,7895	,79913	38
	55-65	1,6667	,66215	12
	Älter als 65	1,4375	,76137	6
	Gesamt	1,8414	,75658	175

**Tabelle 165:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden beim Alter zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“.

Deskriptive Statistiken				
Therapieerfahrung der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Emotionale Instabilität_T1	Nein	2,8370	1,01581	23
	Verhaltenstherapie	3,0313	,63819	16
	Gesprächstherapie	2,2292	,92600	12
	Gestalttherapie	1,6250	,17678	2
	Psychoanalyse	2,6667	,62915	3
	Tiefenpsychologische Therapie	2,5000	1,08972	3
	Psychosynthese	2,2734	,91219	32
	sonstige Therapieform	2,8125	1,04515	12
	mehrere Therapieformen	2,5986	,84355	71
	Gesamt	2,5876	,90231	174
Emotionale Instabilität_T2	Nein	2,2609	,99567	23
	Verhaltenstherapie	2,7344	,69203	16
	Gesprächstherapie	2,1042	,86246	12

	Gestalttherapie	1,8750	,53033	2
	Psychoanalyse	2,1667	,38188	3
	Tiefenpsychologische Therapie	2,0000	,86603	3
	Psychosynthese	1,8359	,77410	32
	sonstige Therapieform	2,3542	1,01946	12
	mehrere Therapieformen	2,0951	,72255	71
	Gesamt	2,1437	,81765	174
Emotionale Instabilität_T3	Nein	2,0000	1,10782	23
	Verhaltenstherapie	2,3906	,92181	16
	Gesprächstherapie	2,4167	,95545	12
	Gestalttherapie	2,2500	,70711	2
	Psychoanalyse	2,6667	1,12731	3
	Tiefenpsychologische Therapie	2,4167	1,04083	3
	Psychosynthese	1,8984	,83487	32
	sonstige Therapieform	2,2083	,81766	12
	mehrere Therapieformen	2,2852	,73229	71
	Gesamt	2,1983	,85944	174

**Tabelle 166:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „emotionale Instabilität“.

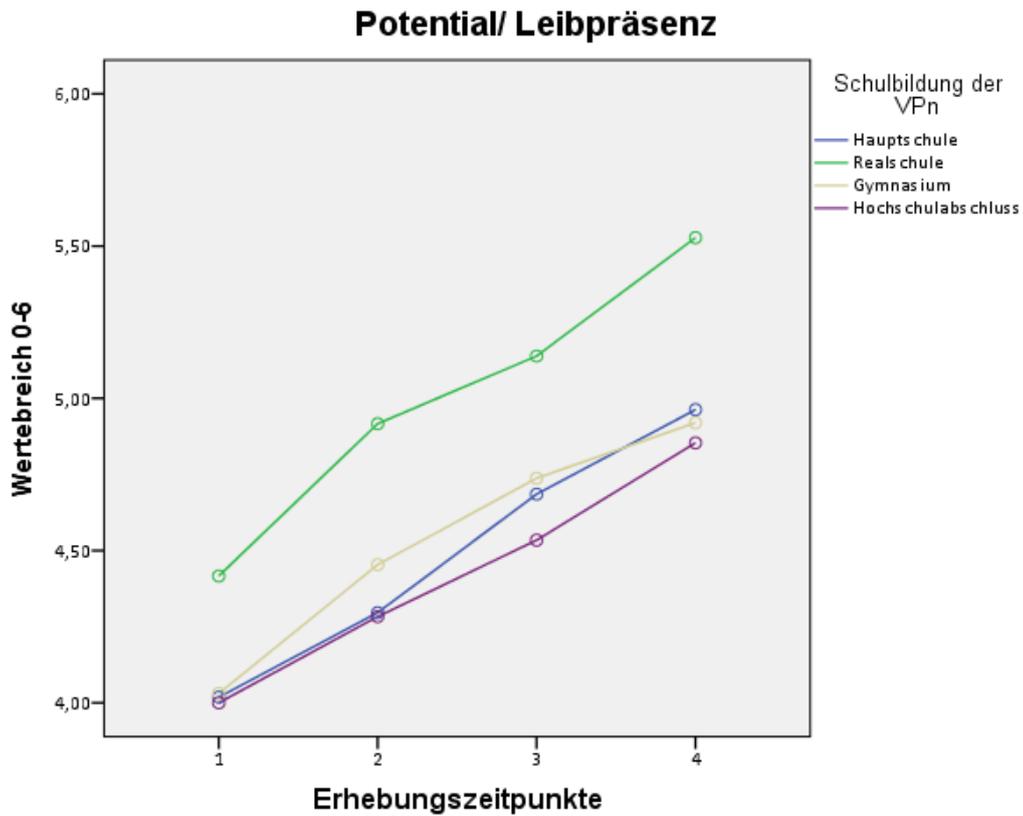
Deskriptive Statistiken				
Alter der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Nüchternheit_T1	25-35	1,6818	,96503	44
	35-45	1,6627	,79675	83
	45-55	1,6591	,88772	44
	55-65	1,4615	,47704	13
	Älter als 65	1,7500	,88034	6
	Gesamt	1,6553	,83941	190
Nüchternheit_T2	25-35	1,2955	,85125	44
	35-45	1,3976	,75207	83
	45-55	1,5341	,78056	44
	55-65	1,6538	1,04850	13
	Älter als 65	1,6667	1,08012	6

	Gesamt	1,4316	,81361	190
Nüchternheit_T3	25-35	1,5568	,82979	44
	35-45	1,5181	,79036	83
	45-55	1,4205	,73091	44
	55-65	1,8077	,69338	13
	Älter als 65	2,1667	1,03280	6
	Gesamt	1,5447	,79306	190

**Tabelle 167:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“.

Deskriptive Statistiken				
Schulbildung der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Potential_Leibpräsenz_T1	Hauptschule	4,0185	0,79323	6
	Realschule	4,4167	,96172	4
	Gymnasium	4,0309	,76364	36
	Hochschulabschluss	4,0000	,79457	73
	Gesamt	4,0243	,78356	119
Potential_Leibpräsenz_T2	Hauptschule	4,2963	,71894	6
	Realschule	4,9167	,66898	4
	Gymnasium	4,4537	,75797	36
	Hochschulabschluss	4,2831	,74168	73
	Gesamt	4,3567	,74590	119
Potential_Leibpräsenz_T3	Hauptschule	4,6852	0,40623	6
	Realschule	5,1389	,55463	4
	Gymnasium	4,7377	,77261	36
	Hochschulabschluss	4,5342	,73602	73
	Gesamt	4,6237	,73520	119
Potential_Leibpräsenz_T4	Hauptschule	4,9630	,62723	6
	Realschule	5,5278	,33179	4
	Gymnasium	4,9198	,78235	36
	Hochschulabschluss	4,8539	,91865	73
	Gesamt	4,9020	,85495	119

**Tabelle 168:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Schulbildung zum Faktor „Potential/ Leibpräsenz“.



**Abbildung 88:** Verlaufsgraph zu den Gruppenunterschieden bei der Schulbildung zum Faktor „Potential/ Leibpräsenz“.

Deskriptive Statistiken				
Geschlecht der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Widerstand_T1	Weiblich	1,1333	0,88670	85
	Männlich	1,4341	,94431	43
	Gesamt	1,2344	,91393	128
Widerstand_T2	Weiblich	1,1686	,86315	85
	Männlich	1,3566	1,03483	43
	Gesamt	1,2318	,92459	128
Widerstand_T3	Weiblich	0,8980	0,82299	85
	Männlich	1,1085	,94763	43
	Gesamt	0,9688	,86886	128
Widerstand_T4	Weiblich	0,9020	,77804	85
	Männlich	0,9612	,89741	43
	Gesamt	0,9219	,81702	128

**Tabelle 169:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden beim Geschlecht zum Faktor „Widerstand“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,017	0,708	,549	,017

**Tabelle 170:** Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden beim Geschlecht zum Faktor „Widerstand“.

Deskriptive Statistiken				
Therapiedauer der Vorerfahrung der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Aufbruch_Veränderungsbereitschaft_T1	einige Monate	6,3939	5,43204	11
	mindestens 1 Jahr	5,0714	,69404	14
	mehr als 2 Jahre	4,8696	,79607	23
	mehr als 5 Jahre	4,8039	,78332	34
	Gesamt	5,0813	2,10269	82
Aufbruch_Veränderungsbereitschaft_T2	einige Monate	4,6061	,57384	11
	mindestens 1 Jahr	4,9762	,65976	14
	mehr als 2 Jahre	4,8116	,59311	23
	mehr als 5 Jahre	4,9706	,81801	34
	Gesamt	4,8780	,70373	82
Aufbruch_Veränderungsbereitschaft_T3	0 einige Monate	4,6667	0,55777	11
	mindestens 1 Jahr	5,2381	,63284	14
	mehr als 2 Jahre	4,5942	,68870	23
	mehr als 5 Jahre	4,9314	,85193	34
	Gesamt	4,8537	0,76101	82
Aufbruch_Veränderungsbereitschaft_T4	einige Monate	4,7879	,89781	11
	mindestens 1 Jahr	5,4524	,60774	14
	mehr als 2 Jahre	5,1014	,55446	23
	mehr als 5 Jahre	4,8039	,98171	34
	Gesamt	4,9959	,83394	82

**Tabelle 171:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapiedauer der Vorerfahrung zum Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“.

Alter der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Somatisierung_T1	25-35	0,6563	,69034	40
	35-45	0,6720	,61565	78
	45-55	0,5691	,55587	41
	55-65	0,4375	,39429	12
	Älter als 65	0,4667	,37546	5
	Gesamt	0,6226	,60138	176
Somatisierung_T2	25-35	0,4792	,44688	40
	35-45	0,5267	,54925	78
	45-55	0,4167	,47288	41
	55-65	0,2361	,18407	12
	Älter als 65	0,3833	,35649	5
	Gesamt	0,4664	,48935	176
Somatisierung_T3	25-35	0,4458	,57257	40
	35-45	0,3697	,43115	78
	45-55	0,3089	,36621	41
	55-65	0,1944	,20821	12
	Älter als 65	0,3167	,19003	5
	Gesamt	0,3594	,43969	176

**Tabelle 172:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zum Alter beim Faktor „Somatisierung“.

Multivariate Tests - Gruppenunterschiede				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,015	0,31860191	,959	,007

**Tabelle 173:** Multivariate Statistik zu den Gruppenunterschieden zum Alter beim Faktor „Somatisierung“.

Deskriptive Statistiken				
Therapieerfahrung der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Psychische Belastung_T1	Nein	0,9418	0,72222	27
	Verhaltenstherapie	0,9560	,63456	13
	Gesprächstherapie	0,8810	,70470	12
	Gestalttherapie	0,6429	,30305	2
	Psychoanalyse	0,5714	,40406	2

	Tiefenpsychologische Therapie	1,0000		1
	Psychosynthese	0,6728	,63374	31
	sonstige Therapieform	1,0238	0,81688	12
	mehrere Therapieformen	0,8923	,69831	69
	Gesamt	0,8673	,68451	169
Psychische Belastung_T2	Nein	0,5979	,56178	27
	Verhaltenstherapie	0,4176	,46460	13
	Gesprächstherapie	0,5833	,53611	12
	Gestalttherapie	0,2143	,10102	2
	Psychoanalyse	0,7857	,10102	2
	Tiefenpsychologische Therapie	0,5714		1
	Psychosynthese	0,3410	,34735	31
	sonstige Therapieform	0,4762	0,26082	12
	mehrere Therapieformen	0,5839	,50373	69
	Gesamt	0,5190	,47294	169
Psychische Belastung_T3	Nein	0,4709	0,41520	27
	Verhaltenstherapie	0,3736	,65085	13
	Gesprächstherapie	0,8690	,87101	12
	Gestalttherapie	0,4286	,20203	2
	Psychoanalyse	0,7857	0,10102	2
	Tiefenpsychologische Therapie	0,8571		1
	Psychosynthese	0,3917	,45171	31
	sonstige Therapieform	0,5833	,52563	12
	mehrere Therapieformen	0,5445	,54744	69
	Gesamt	0,5207	,54651	169

**Tabelle 174:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „psychische Belastung“.

Multivariate Tests				
Effekt	Wert	F	Signifikanz	Eta
Hotelling-Spur	,090	0,88854303	,583	,043

**Tabelle 175:** Multivariate Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Therapieerfahrung zum Faktor „psychische Belastung“.

Deskriptive Statistiken				
Seminarerfahrung der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Lebensbejahung_T1	Unerfahrene Teilnehmer	2,6987	,63065	110
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	3,1489	,62463	47
	Gesamt	2,8335	,66010	157
Lebensbejahung_T2	Unerfahrene Teilnehmer	3,2234	,48039	110
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	3,3921	,43852	47
	Gesamt	3,2739	,47324	157
Lebensbejahung_T3	Unerfahrene Teilnehmer	3,1052	,50939	110
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	3,1869	,55159	47
	Gesamt	3,1297	,52194	157

**Tabelle176:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Lebensbejahung/ Identität“

Deskriptive Statistiken				
Seminarerfahrung der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Fremdbestimmung_T1	Unerfahrene Teilnehmer	2,4023	,84618	128
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	1,7475	,66600	50
	Gesamt	2,2184	,85068	178
Fremdbestimmung_T2	Unerfahrene Teilnehmer	1,9404	,74917	128
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	1,5400	,64604	50
	Gesamt	1,8279	,74218	178

Fremdbestimmung_T3	Unerfahrene Teilnehmer	1,9287	,76570	128
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	1,6375	,69126	50
	Gesamt	1,8469	,75510	178

**Tabelle 177:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“.

Deskriptive Statistiken				
Seminare		Mittelwert	Standardabweichung	N
Fremdbestimmung_T1	Kind 1 März 2011	2,7083	0,77667219	12
	Regisseur März 2011	2,0938	1,13823	4
	Selbstbestimmung Juli 2011	2,6058	,79196	13
	Schatten Aug 2011	2,1964	,67174	14
	Kind 3 Nov 2011	1,8750	,78585	22
	Kind 1 Nov 2011	2,3000	,96802	15
	Teile & Ganze Feb 2011	1,9167	,62583	6
	Schatten Aug 2010	2,0729	0,57765772	12
	Kind 2 Nov 2010	1,7569	,55319	18
	Kind 1 Nov 2010	2,6250	1,20082	8
	Gral Nov 2010	1,4500	,50758	10
	Selbstbestimmung Juli 2010	2,5500	,70679	15
	Lieben & Wollen	2,6786	1,30675	7
	Kind 1 Juni 2011	2,4148	,82139	22
	Gesamt	2,2184	0,85068224	178
Fremdbestimmung_T2	Kind 1 März 2011	2,3125	,83513	12
	Regisseur März 2011	1,7813	,92068	4
	Selbstbestimmung Juli 2011	2,0769	,67804	13
	Schatten Aug 2011	1,9286	,66455	14
	Kind 3 Nov 2011	1,6136	,69748	22
	Kind 1 Nov 2011	1,9583	,87712	15
	Teile & Ganze Feb 2011	1,5625	,48573	6
	Schatten Aug 2010	1,8854	,56018	12
	Kind 2 Nov 2010	1,5625	,58982	18
	Kind 1 Nov 2010	1,7344	,81951	8
	Gral Nov 2010	1,3375	,64832	10

	Selbstbestimmung Juli 2010	1,9333	,73477	15
	Lieben & Wollen	1,9107	,75593	7
	Kind 1 Juni 2011	1,9034	,85733	22
	Gesamt	1,8279	,74218	178
Fremdbestimmung_T3	Kind 1 März 2011	2,0833	,77667	12
	Regisseur März 2011	2,1250	1,10397	4
	Selbstbestimmung Juli 2011	2,2596	,80276	13
	Schatten Aug 2011	1,9196	,52028	14
	Kind 3 Nov 2011	1,6989	,64856	22
	Kind 1 Nov 2011	2,0167	,89501	15
	Teile & Ganze Feb 2011	2,2500	1,05178	6
	Schatten Aug 2010	1,8958	,68014	12
	Kind 2 Nov 2010	1,5833	,75974	18
	Kind 1 Nov 2010	1,6406	,73021	8
	Gral Nov 2010	1,6000	,71638	10
	Selbstbestimmung Juli 2010	1,8917	,89626	15
	Lieben & Wollen	1,9286	,63679	7
	Kind 1 Juni 2011	1,6193	,62735	22
	Gesamt	1,8469	,75510	178

**Tabelle 178:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“.

Deskriptive Statistiken				
Seminarerfahrung der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Emotionale_Instabilität_T1	Unerfahrene Teilnehmer	2,7158	,89473	146
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	2,1853	,81456	58
	Gesamt	2,5650	,90313	204
Emotionale_Instabilität_T2	Unerfahrene Teilnehmer	2,2277	,82625	146
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	1,8534	,70871	58

	Gesamt	2,1213	,81075	204
Emotionale_Instabilität_T3	Unerfahrene Teilnehmer	2,2586	,88640	146
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	2,0560	,76095	58
	Gesamt	2,2010	,85568	204

**Tabelle 179:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „emotionale Instabilität“.

Deskriptive Statistiken				
5- und 7 Tageskurse		Mittelwert	Standardabweichung	N
Fremdbestimmung_T1	5 Tageskurse	2,2721	1,06455	17
	7 Tageskurse	2,2127	,82878	161
	Gesamt	2,2184	,85068	178
Fremdbestimmung_T2	5 Tageskurse	1,7574	,68675	17
	7 Tageskurse	1,8354	,74940	161
	Gesamt	1,8279	,74218	178
Fremdbestimmung_T3	5 Tageskurse	2,0882	,86463	17
	7 Tageskurse	1,8214	,74106	161
	Gesamt	1,8469	,75510	178

**Tabelle 180:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei den 5 und 7 Tageskursen zum Faktor „Fremdbestimmung/ Introjektidentifiziert“.

Deskriptive Statistiken				
Seminare		Mittelwert	Standardabweichung	N
Ungelebtes_Leben_T1	Kind 1 März 2011	2,3778	,56858	15
	Gral Nov 2010	1,7121	,57779	11
	Gesamt	2,0962	,65349	26
Ungelebtes_Leben_T2	Kind 1 März 2011	1,8556	,79399	15
	Gral Nov 2010	1,8182	,45003	11
	Gesamt	1,8397	,65909	26
Ungelebtes_Leben_T3	Kind 1 März 2011	1,8333	,71548	15
	Gral Nov 2010	1,8485	,62118	11
	Gesamt	1,8397	,66413	26

**Tabelle 181:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „ungelebtes Leben/ fehlender Ausdruck“.

Deskriptive Statistiken				
Transpersonales Vertrauen der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
TPV_T1	Unerfahrene Teilnehmer	3,2584	,89350	113
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	3,6667	,72237	45
	Gesamt	3,3747	,86598	158
TPV_T2	Unerfahrene Teilnehmer	3,4726	,93276	113
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	3,8489	,62400	45
	Gesamt	3,5797	,87110	158
TPV_T3	Unerfahrene Teilnehmer	3,4053	,88296	113
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	3,6489	,58645	45
	Gesamt	3,4747	,81529	158

**Tabelle 182:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung beim Faktor „TPV/ inneres Wissen“.

Deskriptive Statistiken				
Seminare		Mittelwert	Standardabweichung	N
Nüchternheit_T1	Teile & Ganze Feb 2011	1,5000	,64550	7
	Gral Nov 2010	1,2727	,84746	11
	Gesamt	1,3611	,76323	18
Nüchternheit_T2	Teile & Ganze Feb 2011	1,0000	,57735	7
	Gral Nov 2010	1,5909	,73547	11
	Gesamt	1,3611	,72367	18
Nüchternheit_T3	Teile & Ganze Feb 2011	1,0714	,44987	7
	Gral Nov 2010	1,5909	,86076	11
	Gesamt	1,3889	,75840	18

**Tabelle 183:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren mit 2 ausgewählten Seminaren beim Faktor „Nüchternheit/ Selbstdistanziertheit“.

Deskriptive Statistiken				
5- und 7 Tageskurse		Mittelwert	Standardabweichung	N
Somatisierung_T1	5 Tageskurse	0,5476	,56247	21
	7 Tageskurse	0,6801	,63049	180
	Gesamt	0,6663	,62375	201
Somatisierung_T2	5 Tageskurse	0,3294	,28804	21
	7 Tageskurse	0,4954	,49224	180
	Gesamt	0,4780	,47723	201
Somatisierung_T3	5 Tageskurse	0,3968	,41742	21
	7 Tageskurse	0,3667	,43239	180
	Gesamt	0,3698	,42993	201

**Tabelle 184:** Deskriptive Statistik in den Gruppenunterschieden bei den 5 und 7 Tageskursen zum Faktor „Somatisierung“.

Deskriptive Statistiken				
Seminarerfahrung der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Unsicherheit im Sozialkontakt_T1	Unerfahrene Teilnehmer	0,9802	,69804	157
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	0,5283	,46374	53
	Gesamt	0,8661	,67522	210
Unsicherheit im Sozialkontakt_T2	Unerfahrene Teilnehmer	0,5053	,49650	157
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	0,3166	,32496	53
	Gesamt	0,4577	,46586	210
Unsicherheit im Sozialkontakt_T3	Unerfahrene Teilnehmer	0,4919	,47161	157
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	0,2579	,33174	53
	Gesamt	0,4328	,45141	210

**Tabelle 185:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Unsicherheit im Sozialkontakt“.

Deskriptive Statistiken				
Seminare		Mittelwert	Standardabweichung	N
Unsicherheit im Sozialkontakt_T1	Kind 1 März 2011	1,1111	0,62853936	13
	Regisseur März 2011	1,0000	,56656	6
	Teile & Ganze Feb 2011	0,7531	,72813	9
	Schatten Aug 2010	0,6566	,43448	11
	Kind II Nov 2010	0,5752	,42353	17
	Kind 1 Nov 2010	1,3778	,83510	10
	Gral Nov 2010	0,3611	,32867	12
	Selbstbestimmung Juli 2010	,8363	0,59762725	19
	Lieben & Wollen Mai 2011	0,8095	,64058	7
	Kind 1 Juni 2011	0,9120	,73116	24
	Selbstbestimmung Juli 2011	1,0296	,49596	15
	Schatten Aug 2011	0,5694	,51241	8
	Kind 3 Nov 2011	0,5787	,53936	24
	Kind 1 Nov 2011	0,8889	,85735	14
	Kind 1 März 2010	1,4180	,76085	21
	Gesamt	,8661	0,67521523	210
Unsicherheit im Sozialkontakt_T2	Kind1 März 2011	0,6239	,47691	13
	Regisseur März 2011	0,6296	,41376	6
	Teile & Ganze Feb 2011	0,3827	,36898	9
	Schatten Aug 2010	0,5354	,49893	11
	Kind II Nov 2010	0,3072	,27083	17
	Kind 1 Nov 2010	0,7889	,77238	10
	Gral Nov 2010	0,1852	,18552	12
	Selbstbestimmung Juli 2010	0,3860	,32996	19
	Lieben & Wollen Mai 2011	0,5079	,33245	7
	Kind 1 Juni 2011	0,4167	,44955	24
	Selbstbestimmung Juli 2011	0,6074	,52766	15
	Schatten Aug 2011	0,3472	,31672	8
	Kind 3 Nov 2011	0,3889	,39590	24
	Kind 1 Nov 2011	0,4921	,61280	14
	Kind 1 März 2010	0,5026	,59693	21
	Gesamt	0,4577	,46586	210
Unsicherheit im Sozialkontakt_T3	Kind1 März 2011	0,5556	,48855	13
	Regisseur März 2011	0,8148	,66543	6
	Teile & Ganze Feb 2011	0,5802	,59259	9
	Schatten Aug 2010	0,4040	,57793	11
	Kind II Nov 2010	0,2484	,22058	17
	Kind 1 Nov 2010	0,5778	,56364	10
	Gral Nov 2010	0,1667	,17408	12
	Selbstbestimmung Juli 2010	0,4211	,41834	19
	Lieben & Wollen Mai 2011	0,3333	,20286	7
	Kind 1 Juni 2011	0,4213	,38903	24
	Selbstbestimmung Juli 2011	0,6148	,45979	15

	Schatten Aug 2011	0,2500	,28944	8
	Kind 3 Nov 2011	0,3102	,43956	24
	Kind 1 Nov 2011	0,5238	,60455	14
	Kind 1 März 2010	0,5079	,41361	21
	Gesamt	0,4328	,45141	210

**Tabelle 186:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „Unsicherheit im Sozialkontakt“.

Deskriptive Statistiken				
Seminare		Mittelwert	Standardabweichung	N
Depressivität_T1	Kind 1 März 2011	1,3385	0,96704407	10
	Regisseur März 2011	1,3333	1,05882	6
	Teile & Ganze Feb 2011	0,9060	,71520	9
	Schatten Aug 2010	0,6987	,44184	12
	Kind II Nov 2010	0,9011	,94666	14
	Kind 1 Nov 2010	1,6000	1,15231	10
	Gral Nov 2010	0,4423	,50721	12
	Selbstbestimmung Juli 2010	1,0821	0,72479727	15
	Lieben & Wollen Mai 2011	0,9359	,84743	6
	Kind 1 Juni 2011	0,9632	,68836	23
	Selbstbestimmung Juli 2011	1,4821	,81172	15
	Schatten Aug 2011	0,3769	,35980	10
	Kind 3 Nov 2011	0,6643	,72842	22
	Kind 1 Nov 2011	1,0178	,66332	13
	Kind 1 März 2010	1,9567	1,19002	16
	Gesamt	1,0415	0,88649394	193
Depressivität_T2	Kind1 März 2011	0,5538	,48079	10
	Regisseur März 2011	0,6026	,36864	6
	Teile & Ganze Feb 2011	0,5726	,54814	9
	Schatten Aug 2010	0,3782	,34473	12
	Kind II Nov 2010	0,2143	,20503	14
	Kind 1 Nov 2010	0,7000	,54808	10
	Gral Nov 2010	0,1923	,31546	12
	Selbstbestimmung Juli 2010	0,3026	,30419	15
	Lieben & Wollen Mai 2011	0,3077	,31151	6
	Kind 1 Juni 2011	0,4181	,39005	23
	Selbstbestimmung Juli 2011	0,7949	,47478	15
	Schatten Aug 2011	0,3615	,33442	10
	Kind 3 Nov 2011	0,3077	,37610	22

	Kind 1 Nov 2011	0,5621	,48588	13
	Kind 1 März 2010	0,6298	,50965	16
	Gesamt	0,4500	,43247	193
Depressivität_T3	Kind1 März 2011	0,5077	,64583	10
	Regisseur März 2011	1,0641	1,11304	6
	Teile & Ganze Feb 2011	0,9744	1,09057	9
	Schatten Aug 2010	0,3718	,37945	12
	Kind II Nov 2010	0,4286	,48530	14
	Kind 1 Nov 2010	0,6154	,64461	10
	Gral Nov 2010	0,1987	,22357	12
	Selbstbestimmung Juli 2010	0,3949	,41103	15
	Lieben & Wollen Mai 2011	0,4231	,29493	6
	Kind 1 Juni 2011	0,3445	,28582	23
	Selbstbestimmung Juli 2011	0,9641	,90405	15
	Schatten Aug 2011	0,1692	,24807	10
	Kind 3 Nov 2011	0,5070	,69926	22
	Kind 1 Nov 2011	0,4793	,49867	13
	Kind 1 März 2010	0,7500	,64020	16
	Gesamt	0,5241	,62830	193

**Tabelle 187:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „Depressivität“.

Deskriptive Statistiken				
Seminare		Mittelwert	Standardabweichung	N
Paranoides Denken_T1	Kind1 März 2011	1,0128	0,66479438	13
	Regisseur März 2011	0,7222	,47920	6
	Teile & Ganze Feb 2011	0,5185	,37680	9
	Schatten Aug 2010	0,4167	,29778	14
	Kind II Nov 2010	0,5833	,49918	18
	Kind 1 Nov 2010	1,1333	,96481	10
	Gral Nov 2010	0,2500	,34451	12
	Selbstbestimmung Juli 2010	,7018	0,59207458	19
	Lieben & Wollen Mai 2011	0,5952	,49868	7
	Kind 1 Juni 2011	0,5580	,57210	23
	Selbstbestimmung Juli 2011	0,8778	,67983	15
	Schatten Aug 2011	0,4394	,52320	11
	Kind 3 Nov 2011	0,4792	,50675	24
	Kind 1 Nov 2011	0,8556	,86572	15
	Kind 1 März 2010	1,3485	,75050	22
	Gesamt	,7118	0,66117478	218

Paranoides Denken_T2	Kind1 März 2011	0,4359	,41129	13
	Regisseur März 2011	0,3333	,23570	6
	Teile & Ganze Feb 2011	0,0741	,12108	9
	Schatten Aug 2010	0,2143	,28815	14
	Kind II Nov 2010	0,1852	,22058	18
	Kind 1 Nov 2010	0,4667	,50796	10
	Gral Nov 2010	0,0833	,19462	12
	Selbstbestimmung Juli 2010	0,2368	,30080	19
	Lieben & Wollen Mai 2011	0,1429	,17817	7
	Kind 1 Juni 2011	0,2826	,33119	23
	Selbstbestimmung Juli 2011	0,4000	,48305	15
	Schatten Aug 2011	0,1818	,22918	11
	Kind 3 Nov 2011	0,1319	,19646	24
	Kind 1 Nov 2011	0,3444	,38041	15
	Kind 1 März 2010	0,2500	,25066	22
	Gesamt	0,2485	,31810	218
Paranoides Denken_T3	Kind1 März 2011	0,4359	,41129	13
	Regisseur März 2011	0,5278	,53142	6
	Teile & Ganze Feb 2011	0,3148	,29397	9
	Schatten Aug 2010	0,3333	,38675	14
	Kind II Nov 2010	0,1852	,22787	18
	Kind 1 Nov 2010	0,5000	,57198	10
	Gral Nov 2010	0,1528	,26071	12
	Selbstbestimmung Juli 2010	0,3684	,42156	19
	Lieben & Wollen Mai 2011	0,1667	,23570	7
	Kind 1 Juni 2011	0,3913	,39122	23
	Selbstbestimmung Juli 2011	0,5000	,65162	15
	Schatten Aug 2011	0,1515	,20350	11
	Kind 3 Nov 2011	0,2083	,26122	24
	Kind 1 Nov 2011	0,4667	,67023	15
	Kind 1 März 2010	0,5682	,50306	22
	Gesamt	0,3547	,43649	218

**Tabelle 188:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „Paranoides Denken“.

Deskriptive Statistiken				
Seminare		Mittelwert	Standardabweichung	N
Psychotizismus_T1	Kind1 März 2011	0,6000	0,46904158	14
	Regisseur März 2011	0,5333	,58538	6
	Teile & Ganze Feb 2011	0,3286	,14960	7

	Schatten Aug 2010	0,3923	,32006	13
	Kind II Nov 2010	0,2833	,33122	18
	Kind 1 Nov 2010	0,7600	,42999	10
	Gral Nov 2010	0,1750	,20057	12
	Selbstbestimmung Juli 2010	,4368	0,46092965	19
	Lieben & Wollen Mai 2011	0,2714	,35923	7
	Kind 1 Juni 2011	0,4304	,58031	23
	Selbstbestimmung Juli 2011	0,6214	,52941	14
	Schatten Aug 2011	0,3636	,35573	11
	Kind 3 Nov 2011	0,3048	,37878	21
	Kind 1 Nov 2011	0,4813	,50361	16
	Kind 1 März 2010	0,8688	,49223	16
	Gesamt	,4570	0,46209392	207
Psychotizismus_T2	Kind1 März 2011	0,2071	,24008	14
	Regisseur März 2011	0,3167	,31885	6
	Teile & Ganze Feb 2011	0,1714	,19760	7
	Schatten Aug 2010	0,2538	,27269	13
	Kind II Nov 2010	0,1111	,13672	18
	Kind 1 Nov 2010	0,3100	,39001	10
	Gral Nov 2010	0,0667	,10731	12
	Selbstbestimmung Juli 2010	0,1789	,20160	19
	Lieben & Wollen Mai 2011	0,1143	,14639	7
	Kind 1 Juni 2011	0,2000	,22962	23
	Selbstbestimmung Juli 2011	0,3000	,32817	14
	Schatten Aug 2011	0,2000	,21448	11
	Kind 3 Nov 2011	0,1429	,19640	21
	Kind 1 Nov 2011	0,3375	,39306	16
	Kind 1 März 2010	0,2063	,22648	16
	Gesamt	0,2034	,25225	207
Psychotizismus_T3	Kind1 März 2011	0,2429	,21381	14
	Regisseur März 2011	0,4333	,60222	6
	Teile & Ganze Feb 2011	0,4714	,47509	7
	Schatten Aug 2010	0,2538	,36427	13
	Kind II Nov 2010	0,1444	,17226	18
	Kind 1 Nov 2010	0,3500	,46488	10
	Gral Nov 2010	0,0667	,09847	12
	Selbstbestimmung Juli 2010	0,2316	,26469	19
	Lieben & Wollen Mai 2011	0,2429	,32071	7
	Kind 1 Juni 2011	0,1913	,21514	23
	Selbstbestimmung Juli 2011	0,3500	,45531	14
	Schatten Aug 2011	0,1545	,21616	11
	Kind 3 Nov 2011	0,1571	,27852	21
	Kind 1 Nov 2011	0,3375	,48425	16
	Kind 1 März 2010	0,3250	,28636	16
	Gesamt	0,2440	,32850	207

**Tabelle 189:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „Psychotizismus“.

Deskriptive Statistiken				
5- und 7 Tageskurse		Mittelwert	Standardabweichung	N
Psychotizismus_T1	5 Tageskurse	0,3700	,38811	20
	7 Tageskurse	0,4663	,46926	187
	Gesamt	0,4570	,46209	207
Psychotizismus_T2	5 Tageskurse	0,1950	,23050	20
	7 Tageskurse	0,2043	,25502	187
	Gesamt	0,2034	,25225	207
Psychotizismus_T3	5 Tageskurse	0,3800	,45837	20
	7 Tageskurse	0,2294	,30960	187
	Gesamt	0,2440	,32850	207

**Tabelle 190:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7 Tageskursen zum Faktor „*Psychotizismus*“.

Deskriptive Statistiken				
5- und 7 Tageskurse		Mittelwert	Standardabweichung	N
Psychische Belastung_T1	5 Tageskurse	0,8182	,75230	22
	7 Tageskurse	0,8975	,71408	198
	Gesamt	0,8896	,71661	220
Psychische Belastung_T2	5 Tageskurse	0,4351	,52992	22
	7 Tageskurse	0,5166	,45935	198
	Gesamt	0,5084	,46619	220
Psychische Belastung_T3	5 Tageskurse	0,7403	,82671	22
	7 Tageskurse	0,4885	,47284	198
	Gesamt	0,5136	,52191	220

**Tabelle 191:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7- Tageskursen beim Faktor „*psychische Belastung*“.

Deskriptive Statistiken				
Transpersonales Vertrauen der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Potential_Leibpräsenz_T1	Unerfahrene Teilnehmer	4,1079	,66262	70
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	3,9300	,88739	54
	Gesamt	4,0305	,77037	124
Potential_Leibpräsenz_T2	Unerfahrene Teilnehmer	4,2397	,82383	70
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	4,5206	,57221	54
	Gesamt	4,3620	,73578	124
Potential_Leibpräsenz_T3	Unerfahrene Teilnehmer	4,6111	,77691	70
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	4,6070	,69664	54
	Gesamt	4,6093	,74008	124

Potential_Leibpräsenz_T4	Unerfahrene Teilnehmer	5,0143	,90779	70
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	4,7222	,75629	54
	Gesamt	4,8871	,85434	124

**Tabelle 192:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Potential/ Leibpräsenz“.

Deskriptive Statistiken				
Seminare		Mittelwert	Standardabweichung	N
Potential_Leibpräsenz_T1	Kind 3 Nov 2011	4,0171	,68615	26
	Kind 1 Nov 2011	4,4877	,68720	18
	Kind II Nov 2010	3,7630	1,31527	15
	Kind 1 Nov 2010	4,0833	,51055	12
	Gral Nov 2010	3,9487	,65360	13
	Selbstbestimmung Juli 2010	4,1111	,56656	12
	Kind 1 Juni 2011	3,8730	,65888	28
	Gesamt	4,0305	,77037	124
Potential_Leibpräsenz_T2	Kind 3 Nov 2011	4,5598	,51109	26
	Kind 1 Nov 2011	4,6049	,82905	18
	Kind II Nov 2010	4,5407	,65716	15
	Kind 1 Nov 2010	4,1667	,61134	12
	Gral Nov 2010	4,4188	,61890	13
	Selbstbestimmung Juli 2010	4,3333	,57443	12
	Kind 1 Juni 2011	3,9960	,92641	28
	Gesamt	4,3620	,73578	124
Potential_Leibpräsenz_T3	Kind 3 Nov 2011	4,6752	,76975	26
	Kind 1 Nov 2011	4,8827	,74435	18
	Kind II Nov 2010	4,7185	,55851	15
	Kind 1 Nov 2010	4,6852	,64586	12
	Gral Nov 2010	4,3419	,66584	13
	Selbstbestimmung Juli 2010	4,3426	,52855	12
	Kind 1 Juni 2011	4,5198	,90422	28
	Gesamt	4,6093	,74008	124
Potential_Leibpräsenz_T4	Kind 3 Nov 2011	4,6410	,86656	26
	Kind 1 Nov 2011	5,2840	,54195	18
	Kind II Nov 2010	5,0000	,63552	15

	Kind 1 Nov 2010	4,9167	,51493	12
	Gral Nov 2010	4,5641	,59397	13
	Selbstbestimmung Juli 2010	4,9907	1,64358	12
	Kind 1 Juni 2011	4,8929	,80265	28
	Gesamt	4,8871	,85434	124

**Tabelle 193:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „*Potential/ Leibpräsenz*“.

Deskriptive Statistiken				
Seminarerfahrung der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Widerstand_T1	Unerfahrene Teilnehmer	1,4978	,92897	75
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	0,8772	,75233	57
	Gesamt	1,2298	,90810	132
Widerstand_T2	Unerfahrene Teilnehmer	1,5022	,95919	75
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	0,8596	,73449	57
	Gesamt	1,2247	,92326	132
Widerstand_T3	Unerfahrene Teilnehmer	1,2533	,92972	75
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	0,6316	,66870	57
	Gesamt	0,9848	,88034	132
Widerstand_T4	Unerfahrene Teilnehmer	1,0356	,84820	75
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	0,7602	,72581	57
	Gesamt	0,9167	,80644	132

**Tabelle 194:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „*Widerstand*“.

Deskriptive Statistiken				
5- und 7 Tageskurse		Mittelwert	Standardabweichung	N
Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft_T1	5 Tageskurse	4,6111	,95170	12
	7 Tageskurse	4,9353	1,67950	206
	Gesamt	4,9174	1,64807	218
Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft_T2	5 Tageskurse	4,6111	,91930	12
	7 Tageskurse	4,7977	,68715	206
	Gesamt	4,7875	,70051	218
Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft_T3	5 Tageskurse	4,2778	1,00336	12
	7 Tageskurse	4,9045	,71685	206
	Gesamt	4,8700	,74634	218

**Tabelle 195:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den 5- und 7 Tagesseminaren zum Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“.

Deskriptive Statistiken				
Seminarerfahrung der VPn		Mittelwert	Standardabweichung	N
Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft_T1	Unerfahrene Teilnehmer	5,2750	2,52847	80
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	4,7184	,71411	58
	Gesamt	5,0411	1,99369	138
Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft_T2	Unerfahrene Teilnehmer	4,8333	,66243	80
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	4,8563	,73379	58
	Gesamt	4,8430	,69079	138
Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft_T3	Unerfahrene Teilnehmer	4,9167	,74347	80
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	4,7989	,70901	58
	Gesamt	4,8671	,72890	138
Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft_T4	Unerfahrene Teilnehmer	5,0917	,75188	80
	Teilnehmer mit Seminarvorerfahrung	4,9195	,82199	58
	Gesamt	5,0193	,78383	138

**Tabelle 196:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden bei der Seminarerfahrung zum Faktor „Aufbruch/ Veränderungsbereitschaft“.

Deskriptive Statistiken				
Seminare		Mittelwert	Standardabweichung	N
Unmittelbarkeit/ Transpersonales Erleben_T1	Kind 3 Nov 2011	4,6923	0,70505	26
	Kind 1 Nov 2011	4,6296	,84705	18
	Kind II Nov 2010	4,4259	1,02138	18
	Kind 1 Nov 2010	4,4444	,59982	15
	Gral Nov 2010	4,7619	,65930	14
	Selbstbestimmung Juli 2010	4,2444	,85882	15
	Kind 1 Juni 2011	4,0123	,82421	27
	Gesamt	4,4386	,82712	133
Unmittelbarkeit/ Transpersonales Erleben_T2	Kind 3 Nov 2011	4,9744	,49820	26
	Kind 1 Nov 2011	4,9259	,64225	18
	Kind II Nov 2010	4,8333	0,64928	18
	Kind 1 Nov 2010	4,4222	,92124	15
	Gral Nov 2010	5,0000	,64051	14
	Selbstbestimmung Juli 2010	4,4889	,94169	15
	Kind 1 Juni 2011	4,1852	,76980	27
	Gesamt	4,6742	,77249	133
Unmittelbarkeit/ Transpersonales Erleben_T3	Kind 3 Nov 2011	5,1538	,50973	26
	Kind 1 Nov 2011	5,0000	,96338	18
	Kind II Nov 2010	4,9630	,64564	18
	Kind 1 Nov 2010	4,9111	,54141	15
	Gral Nov 2010	4,8571	,71270	14
	Selbstbestimmung Juli 2010	4,1778	1,39082	15
	Kind 1 Juni 2011	4,6049	,65396	27
	Gesamt	4,8271	,82430	133
Unmittelbarkeit/ Transpersonales Erleben_T4	Kind 3 Nov 2011	4,9103	,76337	26
	Kind 1 Nov 2011	5,1667	,91644	18
	Kind II Nov 2010	5,3333	,39606	18
	Kind 1 Nov 2010	5,1333	,57459	15
	Gral Nov 2010	5,0952	,68474	14
	Selbstbestimmung Juli 2010	4,4444	1,52579	15
	Kind 1 Juni 2011	4,9259	,74726	27
	Gesamt	4,9975	,85821	133

**Tabelle 197:** Deskriptive Statistik zu den Gruppenunterschieden zwischen den Seminaren zum Faktor „Unmittelbarkeit/ transpersonales Erleben“.

Korrelationen		Lebens bejahung_T3	Fremd bestim mung_T3	Emotionale Instabilität_T3	Ungelebtes Leben_T3	Gespannt heit_T3	Selbst aktuali sierung_T3	TPV_T3	Nüchtern heit_T3	Partner schaft_T3
Lebens bejahung_T3	Korrelation nach Pearson	1	-,722**	-,637**	-,248**	-,390**	,384**	,286**	-,060	,401**
	Signifikanz (2-seitig)		,000	,000	,001	,000	,000	,000	,393	,000
	N	214	208	214	179	209	213	195	203	136
Fremd bestimmung_T3	Korrelation nach Pearson	-,722**	1	,744**	,248**	,640**	-,281**	-,185**	,203**	-,364**
	Signifikanz (2-seitig)	,000		,000	,001	,000	,000	,009	,003	,000
	N	208	220	219	185	215	218	199	208	144
Emotionale Instabilität_T3	Korrelation nach Pearson	-,637**	,744**	1	,190**	,647**	-,185**	-,105	,145	-,339**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000		,008	,000	,005	,132	,033	,000
	N	214	219	228	192	223	226	206	216	146
Ungelebtes Leben_T3	Korrelation nach Pearson	-,248**	,248**	,190**	1	,200**	-,189**	-,081	,024	-,127
	Signifikanz (2-seitig)	,001	,001	,008		,006	,009	,287	,752	,159
	N	179	185	192	230	189	191	175	183	125
Gespannt heit_T3	Korrelation nach Pearson	-,390**	,640**	,647**	,200**	1	-,255**	-,094	,169	-,254**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,006		,000	,181	,013	,002
	N	209	215	223	189	224	222	202	213	143
Selbst aktualisierung_T3	Korrelation nach Pearson	,384**	-,281**	-,185**	-,189**	-,255**	1	,207**	-,168	,091
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,005	,009	,000		,003	,013	,278
	N	213	218	226	191	222	227	206	215	145
TPV_T3	Korrelation nach Pearson	,286**	-,185**	-,105	-,081	-,094	,207**	1	-,105	,080
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,009	,132	,287	,181	,003		,142	,354
	N	195	199	206	175	202	206	207	195	137
Nüchternheit_T3	Korrelation nach Pearson	-,060	,203**	,145	,024	,169	-,168	-,105	1	,026
	Signifikanz (2-seitig)	,393	,003	,033	,752	,013	,013	,142		,754
	N	203	208	216	183	213	215	195	220	147
Partnerschaft_T3	Korrelation nach Pearson	,401**	-,364**	-,339**	-,127	-,254**	,091	,080	,026	1
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,159	,002	,278	,354	,754	
	N	136	144	146	125	143	145	137	147	150
** Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,01 (2-seitig) signifikant.										
* Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,05 (2-seitig) signifikant.										

**Tabelle 198:** Interne Korrelation der OPI-Faktoren zu T3.

Korrelationen		Lebens bejahung_T3	Fremd bestimmung _T3	Emotionale Instabilität_T3	Ungelebte s Leben_T3	Potential/ Leibpräsenz_T3	Wider stand_ T3	Unmittelbarkeit/ Transpersonale s Erleben_T3	Verantwor tungs über nahme_T3
Lebens bejahung_T3	Korrelation nach Pearson	1	-,722**	-,637**	-,248*	,319**	-,303**	,322**	,335**
	Signifikanz (2-seitig)		,000	,000	,001	,000	,000	,000	,000
	N	214	208	214	179	178	183	184	174
Fremd bestimmung_T3	Korrelation nach Pearson	-,722**	1	,744**	,248*	-,294**	,356**	-,282**	-,274**
	Signifikanz (2-seitig)	,000		,000	,001	,000	,000	,000	,000
	N	208	220	219	185	184	189	190	180
Emotionale Instabilität_T3	Korrelation nach Pearson	-,637**	,744**	1	,190*	-,302**	,362**	-,276**	-,239**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000		,008	,000	,000	,000	,001
	N	214	219	228	192	189	195	196	186
Ungelebtes Leben_b_T3	Korrelation nach Pearson	-,248**	,248**	,190**	1	-,125	,161*	-,132	-,129
	Signifikanz (2-seitig)	,001	,001	,008		,089	,026	,067	,084
	N	179	185	192	230	187	192	193	181
Potential/ Leibpräsenz_T3	Korrelation nach Pearson	,319**	-,294**	-,302**	-,125	1	-,490**	,589**	,388**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,089		,000	,000	,000
	N	178	184	189	187	245	242	244	232
Widerstand_T3	Korrelation nach Pearson	-,303**	,356**	,362**	,161*	-,490**	1	-,488**	-,344**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,026	,000		,000	,000
	N	183	189	195	192	242	252	249	236
Unmittelbarkeit/ Transpersonale s Erleben_T3	Korrelation nach Pearson	,322**	-,282**	-,276**	-,132	,589**	-,488**	1	,454**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,067	,000	,000		,000
	N	184	190	196	193	244	249	253	238
Verantwor tungsüber nahme_T3	Korrelation nach Pearson	,335**	-,274**	-,239**	-,129	,388**	-,344**	,454**	1
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,001	,084	,000	,000	,000	
	N	174	180	186	181	232	236	238	240
**. Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,01 (2-seitig) signifikant.									
*. Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,05 (2-seitig) signifikant.									

**Tabelle 199:** Interkorrelation der ersten 4 OPI-Faktoren mit den Faktoren des TaBo zu T3.

Korrelationen		Gespannt heit_T3	Selbst aktuali sierung_ T3	TPV_ T3	Nüchtern heit_T3	Partner schaft_ T3	Potential/ Leibpräsenz _T3	Wider stand_ T3	Unmittelbarkeit/ Transpersonales Erleben_T3	Verant wortungs über nahme_T3
Gespannt heit_T3	Korrelation nach Pearson	1	-,255**	-,094	,169	-,254**	-,242**	,318**	-,186**	-,198**
	Signifikanz (2-seitig)		,000	,181	,013	,002	,001	,000	,010	,007
	N	224	222	202	213	143	185	191	192	182
Selbst aktuali sierung_T3	Korrelation nach Pearson	-,255**	1	,207**	-,168	,091	,094	-,281**	,184**	,200**
	Signifikanz (2-seitig)	,000		,003	,013	,278	,202	,000	,010	,006
	N	222	227	206	215	145	188	194	195	185
TPV_T3	Korrelation nach Pearson	-,094	,207**	1	-,105	,080	,228**	-,180	,248**	,176
	Signifikanz (2-seitig)	,181	,003		,142	,354	,003	,017	,001	,023
	N	202	206	207	195	137	171	176	178	168
Nüchtern heit_T3	Korrelation nach Pearson	,169	-,168	-,105	1	,026	,015	,237**	-,210	-,112
	Signifikanz (2-seitig)	,013	,013	,142		,754	,842	,001	,004	,135
	N	213	215	195	220	147	183	189	188	179
Partner schaft_T3	Korrelation nach Pearson	-,254**	,091	,080	,026	1	,176	-,274**	,130	,036
	Signifikanz (2-seitig)	,002	,278	,354	,754		,044	,001	,135	,683
	N	143	145	137	147	150	131	133	133	128
Potential/ Leibpräsenz_T3	Korrelation nach Pearson	-,242**	,094	,228**	,015	,176	1	-,490**	,589**	,388**
	Signifikanz (2-seitig)	,001	,202	,003	,842	,044		,000	,000	,000
	N	185	188	171	183	131	245	242	244	232
Wider stand_T3	Korrelation nach Pearson	,318**	-,281**	-,180	,237**	-,274**	-,490**	1	-,488**	-,344**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,017	,001	,001	,000		,000	,000
	N	191	194	176	189	133	242	252	249	236
Unmittelbarkeit/ Transpersonales Erleben_T3	Korrelation nach Pearson	-,186**	,184**	,248**	-,210**	,130	,589**	-,488**	1	,454**
	Signifikanz (2-seitig)	,010	,010	,001	,004	,135	,000	,000		,000
	N	192	195	178	188	133	244	249	253	238
Verant wortungs über nahme_T3	Korrelation nach Pearson	-,198**	,200**	,176	-,112	,036	,388**	-,344**	,454**	1
	Signifikanz (2-seitig)	,007	,006	,023	,135	,683	,000	,000	,000	
	N	182	185	168	179	128	232	236	238	240
**. Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,01 (2-seitig) signifikant.										
*. Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,05 (2-seitig) signifikant.										

**Tabelle 200:** Interkorrelation der letzten 5 OPI-Faktoren mit den Faktoren des TaBo zu T3.

Korrelationen		Lebens bejahung_T3	Fremd bestim mung_T3	Emotionale Instabilität_T3	Ungelebtes Leben_T3	Soma_T3	Zwang_T3	UnSoz_T3	Deppr_T3	Angst_T3
Lebens bejahung_T3	Korrelation nach Pearson	1	-,722**	-,637**	-,248**	-,304**	-,536**	-,501**	-,608**	-,340**
	Signifikanz (2-seitig)		,000	,000	,001	,000	,000	,000	,000	,000
	N	214	208	214	179	192	192	193	190	191
Fremd bestim mung_T3	Korrelation nach Pearson	-,722**	1	,744**	,248**	,431**	,609**	,619**	,634**	,410**
	Signifikanz (2-seitig)	,000		,000	,001	,000	,000	,000	,000	,000
	N	208	220	219	185	197	196	198	195	196
Emotionale Instabilität_T3	Korrelation nach Pearson	-,637**	,744**	1	,190**	,479**	,557**	,570**	,583**	,500**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000		,008	,000	,000	,000	,000	,000
	N	214	219	228	192	204	204	206	202	204
Ungelebtes Leben_T3	Korrelation nach Pearson	-,248**	,248**	,190**	1	,152**	,182**	,218**	,191**	,158**
	Signifikanz (2-seitig)	,001	,001	,008		,044	,015	,003	,011	,035
	N	179	185	192	230	177	177	179	175	177
Soma_T3	Korrelation nach Pearson	-,304**	,431**	,479**	,152**	1	,585**	,514**	,632**	,657**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,044		,000	,000	,000	,000
	N	192	197	204	177	237	229	233	230	229
Zwang_T3	Korrelation nach Pearson	-,536**	,609**	,557**	,182**	,585**	1	,759**	,859**	,673**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,015	,000		,000	,000	,000
	N	192	196	204	177	229	236	232	227	229
UnSoz_T3	Korrelation nach Pearson	-,501**	,619**	,570**	,218**	,514**	,759**	1	,795**	,657**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,003	,000	,000		,000	,000
	N	193	198	206	179	233	232	240	232	233
Deppr_T3	Korrelation nach Pearson	-,608**	,634**	,583**	,191**	,632**	,859**	,795**	1	,693**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,011	,000	,000	,000		,000
	N	190	195	202	175	230	227	232	237	231
Angst_T3	Korrelation nach Pearson	-,340**	,410**	,500**	,158**	,657**	,673**	,657**	,693**	1
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,035	,000	,000	,000	,000	
	N	191	196	204	177	229	229	233	231	237
** . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,01 (2-seitig) signifikant.										
* . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,05 (2-seitig) signifikant.										

**Tabelle 201:** Interkorrelation der ersten 4 OPI-Faktoren mit den ersten 5 Faktoren der SCL-90-R zu T3.

Korrelationen		Gespannt heit_T3	Selbst aktuali sierung _T3	TPV_T3	Nüchtern heit_T3	Partner schaft_ T3	Soma _T3	Zwang _T3	UnSoz _T3	Depr _T3	Angst _T3
Gespannt heit_T3	Korrelation nach Pearson	1	-,255**	-,094	,169	-,254**	,442**	,480**	,558**	,479**	,461**
	Signifikanz (2-seitig)		,000	,181	,013	,002	,000	,000	,000	,000	,000
	N	224	222	202	213	143	201	201	203	199	201
Selbst aktuali sierung_T3	Korrelation nach Pearson	-,255**	1	,207**	-,168	,091	-,042	-,085	-,091	-,072	,026
	Signifikanz (2-seitig)	,000		,003	,013	,278	,554	,230	,193	,309	,713
	N	222	227	206	215	145	203	203	205	201	203
TPV_T3	Korrelation nach Pearson	-,094	,207**	1	-,105	,080	-,157	-,232**	-,211**	-	-
	Signifikanz (2-seitig)	,181	,003		,142	,354	,033	,001	,004	,001	,002
	N	202	206	207	195	137	186	186	187	183	185
Nüchtern heit_T3	Korrelation nach Pearson	,169	-,168	-,105	1	,026	-,041	,061	,096	,013	-,026
	Signifikanz (2-seitig)	,013	,013	,142		,754	,573	,396	,181	,858	,723
	N	213	215	195	220	147	194	196	197	194	195
Partner schaft_T3	Korrelation nach Pearson	-,254**	,091	,080	,026	1	-	-,306**	-,322**	-	-
	Signifikanz (2-seitig)	,002	,278	,354	,754		,002	,000	,000	,000	,005
	N	143	145	137	147	150	134	137	136	138	134
Soma_T3	Korrelation nach Pearson	,442**	-,042	-,157	-,041	-,262**	1	,585**	,514**	,632**	,657**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,554	,033	,573	,002		,000	,000	,000	,000
	N	201	203	186	194	134	237	229	233	230	229
Zwang_T3	Korrelation nach Pearson	,480**	-,085	-,232**	,061	-,306**	,585**	1	,759**	,859**	,673**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,230	,001	,396	,000	,000		,000	,000	,000
	N	201	203	186	196	137	229	236	232	227	229
UnSoz_T3	Korrelation nach Pearson	,558**	-,091	-,211**	,096	-,322**	,514**	,759**	1	,795**	,657**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,193	,004	,181	,000	,000	,000		,000	,000
	N	203	205	187	197	136	233	232	240	232	233
Depr_T3	Korrelation nach Pearson	,479**	-,072	-,236**	,013	-,356**	,632**	,859**	,795**	1	,693**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,309	,001	,858	,000	,000	,000	,000		,000
	N	199	201	183	194	138	230	227	232	237	231
Angst_T3	Korrelation nach Pearson	,461**	,026	-,223**	-,026	-,242**	,657**	,673**	,657**	,693**	1
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,713	,002	,723	,005	,000	,000	,000	,000	
	N	201	203	185	195	134	229	229	233	231	237

\*\* . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,01 (2-seitig) signifikant.

**Tabelle 202:** Interkorrelation der letzten 5 OPI-Faktoren mit den ersten 5 Faktoren der SCL-90-R zu T3.

Korrelationen		Lebens bejahung_ T3	Fremd bestim mung_T3	Emotionale Instabilität_T 3	Ungelebtes Leben_T3	Aggr_T3	Phob_T3	Para_T3	Psychot_ T3	Zusa_T 3
Lebens bejahung_T3	Korrelation nach Pearson	1	-,722**	-,637**	-,248**	-,383**	-,218**	-,351**	-,443**	-,443**
	Signifikanz (2-seitig)		,000	,000	,001	,000	,002	,000	,000	,000
	N	214	208	214	179	198	196	197	194	196
Fremd bestim mung_T3	Korrelation nach Pearson	-,722**	1	,744**	,248**	,544**	,278**	,530**	,551**	,509**
	Signifikanz (2-seitig)	,000		,000	,001	,000	,000	,000	,000	,000
	N	208	220	219	185	203	201	202	199	201
Emotionale Instabilität_T3	Korrelation nach Pearson	-,637**	,744**	1	,190**	,559**	,380**	,510**	,483**	,530**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000		,008	,000	,000	,000	,000	,000
	N	214	219	228	192	211	209	210	207	208
Ungelebtes Leben_T3	Korrelation nach Pearson	-,248**	,248**	,190**	1	,126	,139	,208**	,144	,080
	Signifikanz (2-seitig)	,001	,001	,008		,089	,062	,005	,054	,287
	N	179	185	192	230	182	181	182	179	179
Aggr_T3	Korrelation nach Pearson	-,383**	,544**	,559**	,126	1	,416**	,632**	,615**	,648**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,089		,000	,000	,000	,000
	N	198	203	211	182	245	243	244	239	242
Phob_T3	Korrelation nach Pearson	-,218**	,278**	,380**	,139	,416**	1	,481**	,498**	,362**
	Signifikanz (2-seitig)	,002	,000	,000	,062	,000		,000	,000	,000
	N	196	201	209	181	243	244	243	238	240
Para_T3	Korrelation nach Pearson	-,351**	,530**	,510**	,208**	,632**	,481**	1	,736**	,592**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,005	,000	,000		,000	,000
	N	197	202	210	182	244	243	245	239	241
Psychot_T3	Korrelation nach Pearson	-,443**	,551**	,483**	,144	,615**	,498**	,736**	1	,682**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,054	,000	,000	,000		,000
	N	194	199	207	179	239	238	239	240	236
Zusa_T3	Korrelation nach Pearson	-,443**	,509**	,530**	,080	,648**	,362**	,592**	,682**	1
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,287	,000	,000	,000	,000	
	N	196	201	208	179	242	240	241	236	242

\*\* . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,01 (2-seitig) signifikant.

**Tabelle 203:** Interkorrelation der ersten 4 OPI-Faktoren mit den letzten 5 Faktoren der SCL-90-R zu T3.

Korrelationen		Gespannt heit_T3	Selbst aktuali sierung_T3	TPV_T3	Nüchtern heit_T3	Partner schaft_T3	Aggr_ T3	Phob_T3	Para_ T3	Psychot_ T3	Zusa_ T3
Gespannt heit_T3	Korrelation nach Pearson	1	-,255**	-,094	,169	-,254**	,627**	,291**	,526**	,366**	,377**
	Signifikanz (2-seitig)		,000	,181	,013	,002	,000	,000	,000	,000	,000
	N	224	222	202	213	143	208	206	207	204	205
Selbst aktuali sierung_T3	Korrelation nach Pearson	-,255**	1	,207**	-,168	,091	-,029	-,077	-,115	-,040	,015
	Signifikanz (2-seitig)	,000		,003	,013	,278	,678	,271	,097	,571	,834
	N	222	227	206	215	145	210	208	209	206	207
TPV_T3	Korrelation nach Pearson	-,094	,207**	1	-,105	,080	-,097	,015	-,056	-,129	-,183
	Signifikanz (2-seitig)	,181	,003		,142	,354	,181	,835	,445	,076	,012
	N	202	206	207	195	137	192	190	191	189	189
Nüchtern heit_T3	Korrelation nach Pearson	,169	-,168	-,105	1	,026	,029	-,084	,120	,053	,083
	Signifikanz (2-seitig)	,013	,013	,142		,754	,679	,236	,088	,456	,242
	N	213	215	195	220	147	203	201	202	199	200
Partner schaft_T3	Korrelation nach Pearson	-,254**	,091	,080	,026	1	-,396**	-,135	-,348**	-,232**	-,337**
	Signifikanz (2-seitig)	,002	,278	,354	,754		,000	,110	,000	,006	,000
	N	143	145	137	147	150	142	141	141	138	140
Aggr_T3	Korrelation nach Pearson	,627**	-,029	-,097	,029	-,396**	1	,416**	,632**	,615**	,648**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,678	,181	,679	,000		,000	,000	,000	,000
	N	208	210	192	203	142	245	243	244	239	242
Phob_T3	Korrelation nach Pearson	,291**	-,077	,015	-,084	-,135	,416**	1	,481**	,498**	,362**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,271	,835	,236	,110	,000		,000	,000	,000
	N	206	208	190	201	141	243	244	243	238	240
Para_T3	Korrelation nach Pearson	,526**	-,115	-,056	,120	-,348**	,632**	,481**	1	,736**	,592**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,097	,445	,088	,000	,000	,000		,000	,000
	N	207	209	191	202	141	244	243	245	239	241
Psychot_T3	Korrelation nach Pearson	,366**	-,040	-,129	,053	-,232**	,615**	,498**	,736**	1	,682**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,571	,076	,456	,006	,000	,000	,000		,000
	N	204	206	189	199	138	239	238	239	240	236
Zusa_T3	Korrelation nach Pearson	,377**	,015	-,183	,083	-,337**	,648**	,362**	,592**	,682**	1
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,834	,012	,242	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	205	207	189	200	140	242	240	241	236	242
**. Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,01 (2-seitig) signifikant.											
*. Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,05 (2-seitig) signifikant.											

**Tabelle 204:** Interkorrelation der letzten 5 OPI-Faktoren mit den letzten 5 Faktoren der SCL-90-R zu T3.

<b>Korrelationen</b>		Potential/ Leibpräsenz_T3	Widerstand_T3	Aufbruch/ Veränderungs bereitschaft_T3	Unmittelbarkeit/ Transpersonales Erleben_T3	Verantwortungs übernahme_T3	Commit ment_T3
Potential/ Leibpräsenz_T3	Korrelation nach Pearson	1	-,490**	,419**	,589**	,388**	,431**
	Signifikanz (2-seitig)		,000	,000	,000	,000	,000
	N	245	242	243	244	232	243
Widerstand_T3	Korrelation nach Pearson	-,490**	1	-,232**	-,488**	-,344**	-,268**
	Signifikanz (2-seitig)	,000		,000	,000	,000	,000
	N	242	252	250	249	236	249
Aufbruch/ Veränderungs bereitschaft_T3	Korrelation nach Pearson	,419**	-,232**	1	,338**	,319**	,455**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000		,000	,000	,000
	N	243	250	254	251	239	251
Unmittelbarkeit/ Transpersonales Erleben_T3	Korrelation nach Pearson	,589**	-,488**	,338**	1	,454**	,304**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000		,000	,000
	N	244	249	251	253	238	251
Verantwortungsüber nahme_T3	Korrelation nach Pearson	,388**	-,344**	,319**	,454**	1	,322**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,000		,000
	N	232	236	239	238	240	237
Commitment_T3	Korrelation nach Pearson	,431**	-,268**	,455**	,304**	,322**	1
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	243	249	251	251	237	254

\*\* . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,01 (2-seitig) signifikant.

**Tabelle 205:** Interne Korrelation der TaBo-Faktoren zu T3.

Korrelationen		Potential/ Leib präsenz_T3	Wider stand_T3	Unmittelbarkeit/ Transpersonales Erleben_T3	Verantwor- tungs übernahme_ T3	Soma_ T3	Zwang_ T3	UnSoz_ T3	Deppr_ T3	Angst_ T3
Potential/ Leib präsenz_T3	Korrelation nach Pearson	1	-,490**	,589**	,388**	-,270**	-,379**	-,223**	-,320**	-,261**
	Signifikanz (2-seitig)		,000	,000	,000	,000	,000	,003	,000	,000
	N	245	242	244	232	175	177	178	177	177
Wider stand_T3	Korrelation nach Pearson	-,490**	1	-,488**	-,344**	,236**	,231**	,262**	,205**	,122
	Signifikanz (2-seitig)	,000		,000	,000	,001	,002	,000	,006	,101
	N	242	252	249	236	180	182	183	182	182
Unmittelbarkeit/ Transpersonales Erleben_T3	Korrelation nach Pearson	,589**	-,488**	1	,454**	-,145	-,223**	-,235**	-,195**	-,150
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000		,000	,051	,002	,001	,008	,043
	N	244	249	253	238	181	182	183	182	182
Verantwortungsüber- nahme_T3	Korrelation nach Pearson	,388**	-,344**	,454**	1	-,157	-,152	-,230**	-,211**	-,168
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000		,041	,045	,002	,005	,027
	N	232	236	238	240	171	174	174	174	173
Soma_T3	Korrelation nach Pearson	-,270**	,236**	-,145	-,157	1	,585**	,514**	,632**	,657**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,001	,051	,041		,000	,000	,000	,000
	N	175	180	181	171	237	229	233	230	229
Zwang_T3	Korrelation nach Pearson	-,379**	,231**	-,223**	-,152	,585**	1	,759**	,859**	,673**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,002	,002	,045	,000		,000	,000	,000
	N	177	182	182	174	229	236	232	227	229
UnSoz_T3	Korrelation nach Pearson	-,223**	,262**	-,235**	-,230**	,514**	,759**	1	,795**	,657**
	Signifikanz (2-seitig)	,003	,000	,001	,002	,000	,000		,000	,000
	N	178	183	183	174	233	232	240	232	233
Deppr_T3	Korrelation nach Pearson	-,320**	,205**	-,195**	-,211**	,632**	,859**	,795**	1	,693**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,006	,008	,005	,000	,000	,000		,000
	N	177	182	182	174	230	227	232	237	231
Angst_T3	Korrelation nach Pearson	-,261**	,122	-,150	-,168	,657**	,673**	,657**	,693**	1
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,101	,043	,027	,000	,000	,000	,000	
	N	177	182	182	173	229	229	233	231	237
** . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,01 (2-seitig) signifikant.										
* . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,05 (2-seitig) signifikant.										

**Tabelle 206:** Interkorrelation der TaBo-Faktoren mit den ersten 5 Faktoren der SCL-90-R zu T3.

Korrelationen		Potential/ Leibpräsenz _T3	Wider stand_T3	Unmittelbarkeit/ Transpersonales Erleben_T3	Verant wortungs übernahme_ T3	Aggr_ T3	Phob_ T3	Para _T3	Psychot_ T3	Zusa_ T3
Potential/ Leibpräsenz_T3	Korrelation nach Pearson	1	-,490**	,589**	,388**	-,208*	-,115	-,250**	-,223**	-,224**
	Signifikanz (2-seitig)		,000	,000	,000	,005	,123	,001	,003	,003
	N	245	242	244	232	183	183	183	180	180
Widerstand_T3	Korrelation nach Pearson	-,490**	1	-,488**	-,344**	,161*	,232**	,302**	,191**	,181**
	Signifikanz (2-seitig)	,000		,000	,000	,027	,001	,000	,009	,014
	N	242	252	249	236	188	188	188	185	185
Unmittelbarkeit/ Transpersonales Erleben_T3	Korrelation nach Pearson	,589**	-,488**	1	,454**	-,044	-,059	-,227**	-,166*	-,170*
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000		,000	,548	,421	,002	,024	,021
	N	244	249	253	238	188	188	188	185	185
Verantwortungs über nahme_T3	Korrelation nach Pearson	,388**	-,344**	,454**	1	-,146	-,192*	-,245**	-,230**	-,169*
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000		,052	,010	,001	,002	,025
	N	232	236	238	240	179	179	179	176	176
Aggr_T3	Korrelation nach Pearson	-,208**	,161*	-,044	-,146	1	,416**	,632**	,615**	,648**
	Signifikanz (2-seitig)	,005	,027	,548	,052		,000	,000	,000	,000
	N	183	188	188	179	245	243	244	239	242
Phob_T3	Korrelation nach Pearson	-,115	,232**	-,059	-,192*	,416**	1	,481**	,498**	,362**
	Signifikanz (2-seitig)	,123	,001	,421	,010	,000		,000	,000	,000
	N	183	188	188	179	243	244	243	238	240
Para_T3	Korrelation nach Pearson	-,250**	,302**	-,227**	-,245**	,632**	,481**	1	,736**	,592**
	Signifikanz (2-seitig)	,001	,000	,002	,001	,000	,000		,000	,000
	N	183	188	188	179	244	243	245	239	241
Psychot_T3	Korrelation nach Pearson	-,223**	,191**	-,166*	-,230**	,615**	,498**	,736**	1	,682**
	Signifikanz (2-seitig)	,003	,009	,024	,002	,000	,000	,000		,000
	N	180	185	185	176	239	238	239	240	236
Zusa_T3	Korrelation nach Pearson	-,224**	,181**	-,170*	-,169*	,648**	,362**	,592**	,682**	1
	Signifikanz (2-seitig)	,003	,014	,021	,025	,000	,000	,000	,000	
	N	180	185	185	176	242	240	241	236	242
**. Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,01 (2-seitig) signifikant.										
*. Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0,05 (2-seitig) signifikant.										

**Tabelle 207:** Interkorrelation der TaBo-Faktoren mit den letzten 5 Faktoren der SCL-90-R zu T3.

Korrelationen		Soma_T3	Zwang_T3	UnSoz_T3	Depr_T3	Angst_T3	Aggr_T3	Phob_T3	Para_T3	Psychot_T3	Zusa_T3
Soma_T3	Korrelation nach Pearson	1	,585**	,514**	,632**	,657**	,583**	,510**	,564**	,593**	,548**
	Signifikanz (2-seitig)		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	237	229	233	230	229	236	235	236	232	233
Zwang_T3	Korrelation nach Pearson	,585**	1	,759**	,859**	,673**	,612**	,437**	,635**	,707**	,690**
	Signifikanz (2-seitig)	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	229	236	232	227	229	235	234	235	231	233
UnSoz_T3	Korrelation nach Pearson	,514**	,759**	1	,795**	,657**	,644**	,451**	,768**	,773**	,670**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	233	232	240	232	233	239	238	239	235	237
Depr_T3	Korrelation nach Pearson	,632**	,859**	,795**	1	,693**	,677**	,494**	,660**	,768**	,754**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	230	227	232	237	231	236	235	236	231	233
Angst_T3	Korrelation nach Pearson	,657**	,673**	,657**	,693**	1	,672**	,488**	,552**	,605**	,616**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000
	N	229	229	233	231	237	236	236	236	232	234
Aggr_T3	Korrelation nach Pearson	,583**	,612**	,644**	,677**	,672**	1	,416**	,632**	,615**	,648**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000
	N	236	235	239	236	236	245	243	244	239	242
Phob_T3	Korrelation nach Pearson	,510**	,437**	,451**	,494**	,488**	,416**	1	,481**	,498**	,362**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000
	N	235	234	238	235	236	243	244	243	238	240
Para_T3	Korrelation nach Pearson	,564**	,635**	,768**	,660**	,552**	,632**	,481**	1	,736**	,592**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000
	N	236	235	239	236	236	244	243	245	239	241
Psychot_T3	Korrelation nach Pearson	,593**	,707**	,773**	,768**	,605**	,615**	,498**	,736**	1	,682**
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000
	N	232	231	235	231	232	239	238	239	240	236
Zusa_T3	Korrelation nach Pearson	,548**	,690**	,670**	,754**	,616**	,648**	,362**	,592**	,682**	1
	Signifikanz (2-seitig)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	233	233	237	233	234	242	240	241	236	242

**Tabelle 208:** Interne Korrelation der SCL-90-R-Faktoren zu T3.

Konstrukte	Erläuterungen
Ich-Selbst-Achse	<p>Beschreibt die Verbindung zwischen dem erwachten Ich-Bewusstsein /Bewusstseinssystem (Fähigkeit beobachtend/achtsam wahrzunehmen) und ihrer Verbindung zum (höheren) Selbst. Dieses Bewusstsein vermittelt zwischen Persönlichkeit und höherem Selbst (h.S.). Im Bewusstseinsmodell der PS (siehe unten) ist sie die vertikale Achse.</p> <p>Im Klienten wird eine Instanz geweckt, die die Signale des h. S. wahrzunehmen lernt. Die Persönlichkeit bedarf dieser Instanz um den Übersetzungsvorgang zwischen Innen und Außen zu leisten. Der Aspekt der „erwachten“ Persönlichkeit ist notwendig zum Wecken der Ich-Selbst-Achse.</p>
Identifikation-  Disidentifikation	<p>Beschreibt den Grad der Identifikation bzw. Disidentifikation mit der Persönlichkeit/Selbstbildern bzw. dem Selbst.</p> <p>Zentral: Was ist/wo sitzt die Identität eines Menschen?</p> <p>Das „sich befreien/reinigen“ von Elementen, die die Selbstwahrnehmung einschränken ist zentral. Die Fähigkeit des Bewusstseins zurück zu treten, eigenständig zu sein und sich nicht von psychischen Prozessen erfassen und verwickeln zu lassen bedeutet Disidentifikation.</p>
Beziehung Therapeut/Begleiter – Klient	<p>Die therapeutische Beziehung wurde in vielen Studien als zentral wichtig für das Gelingen einer Psychotherapie herausgestellt. Hier stehen die PS-Spezifika der Beziehung im Vordergrund:</p> <p>Gleichwertigkeit, Lösungsorientiertheit, freischwebende Akzeptanz, Wertfreiheit und eine kooperative Haltung sowie tiefes Vertrauen in die selbstregulativen Kräfte im Klienten. Schwierigkeiten müssen ebenso akzeptierend angenommen werden wie Ressourcen. Definition Therapeut: „Der der vorher schon da war.“ Definition Klient: „der Kompass der Therapie.“ Mit seiner Innenwelt werden die Angebote des Therapeuten abgeglichen. Nur er weiß, was für ihn stimmt.</p>
Persönlichkeitsentwicklung/ Selbstverwirklichung	<p>Beschreibt das Erkennen und die Integration der eigenen Persönlichkeit mit all ihren Facetten. Die Erfahrung des höheren Selbst gehört dazu.</p> <p>Kernidee: Mensch ist Seele und hat Persönlichkeit. Die Persönlichkeit wird zur wirklich eigenen Persönlichkeit/Identität (dazu muss sie ihre maskenhafte Identifikation ablegen) und erfüllt ihre Funktion der Verbindung zwischen Innen und Außen. Steht die Persönlichkeit im Dienste der Seele oder inszeniert sie einen guten Eindruck?</p>
Teilpersönlichkeiten (TP)	<p>Die Arbeit mit TPen ist eine zentrale Methode der PS, um psychische Energiekreisläufe für das Bewusstsein zu erschließen.</p> <p>Sie repräsentieren verschiedene psychische Kräfte, die in ihrer Summe das gesamte psychische Spektrum von destruktiv verzerrt bis hin zu kreativ strahlend abbilden. Sie ermöglichen den inneren Dialog und machen innere Dynamiken sichtbar. Arbeit mit ihnen ist ein 5-stufiger Prozess durch: Erkennen, Akzeptieren, Koordinieren, Integrieren und Synthese. Dadurch steigt sie auf in eine an das Bewusstsein angebundene Form/Gestalt. Sie sind personifizierte seelische Energien. Dynamisch, „nur“ Momentaufnahme. Personifizierte bzw. objektivierte Ausgabe der aktuellen Haltung des Bewusstseins gegenüber der</p>

	<p>betreffenden Energie/des Energiekreislaufs. Diese Energie kann sich in mehreren TPen abbilden, auch gleichzeitig. Im Laufe der Arbeit zeigt sich dann zunehmend ihr Potential. Unterscheidung von Zerrformen und Klarheit/gelöster Energie. Diese zeigt sich kooperativer, weniger destruktiv. Das Potential kann hinein verwunschen sein in eine düstere Gestalt. Das Erkennen und Umsetzen der unbewussten Bedürfnisse dieser Energiekreisläufe wandeln sie um. Destruktive, verzerrte Energien zeigen sich in schwierigen Gestalten (Bsp. King Kong, wilde Tiere, etc.). Ressourcen-TPen zeigen sich entsprechend anders.</p>
Achtsamkeit	<p>Beschreibt den Zustand der Identifikation mit dem Beobachter bzw. einer Veränderung des Bewusstseinszustandes und die damit einher gehende Sensibilisierung für Bewusstseinsinhalte. Sie ist von zentraler Bedeutung, weil aus ihr heraus die innere Realität erfahren wird. [Erstaunlicherweise hat keine ExpertIn sie in der Befragung erwähnt]. Die Erfahrung in Achtsamkeit(stechniken) auf Seiten des Klienten hilft bei den PS-Techniken und ist beim Therapeuten notwendig.</p>
Unterscheidung von Bewusstheit und Bewusstseinsinhalt	<p>Gemeint ist die Unterscheidung zwischen Beobachter und Prozess bzw. Bewusstsein und psychischem Inhalt. Die Qualität des Gewahrseins als solche steht im Zentrum dieses Konstrukts. Selbst wenn es vielleicht noch nicht verwirklicht werden kann, kann es als vereinigendes Prinzip, als aktives Zentrum erkannt und verstanden, sofort erlebt und auch eingeübt/trainiert werden. Sobald das Bewusstsein erwacht bzw. Bewusstheit entsteht, kann sich das gesamte System neu organisieren und eine authentische Haltung zu den Bewusstseinsinhalten einnehmen. Starke Identifikation mit Bewusstseinsinhalten spricht für das Bedürfnis nach Stabilität und Sicherheit und muss gewürdigt werden.</p>
Der Wille	<p>Zunächst ist der personale vom transpersonalen Willen zu unterscheiden. Die Schulung des Willens gehört dazu und findet ebenfalls unter Berücksichtigung dieser Trennung statt. Nach Assagioli sind die Schritte von einer Tendenz über die motivationale Lage bis hin zur Handlung (seine Theorie vom Impuls bis zur Handlung) wichtig zu berücksichtigen. Der Wille ist eine zentrale Ich-Funktion. Es geht um die Realisierung von Absichten. Die Erkenntnisse der ‚inneren Arbeit‘ in die Umsetzung zu bringen und in die Verantwortung des Willens zu übertragen beschreibt den Prozess der Disidentifikation des Willens mit vorhergehenden „Besetzungen.“ Der Wille manifestiert, was das Ich als Wirklichkeit erkennt. Er ist das Umsetzungsinstrument. Was tief in der Identität erkannt wird, muss heraus in die Welt. Echter (eigener) Wille schafft Identität. Klare Abgrenzung zu Zwang und Drang.</p>
Lieben und Wollen	<p>Lieben und Wollen werden als polare Prinzipien der Psyche beschrieben. Wollen steht im Dienste der Manifestation während die Liebe im Dienste des Lebens/der Evolution steht. Enger Zusammenhang zwischen Liebe und Entwicklung. Liebe als Prinzip des sich Verbindens. Liebe als Archetyp für wachsende Menschen – sich verbinden, um zu wachsen. Ab der 3. Stufe (nach Assagioli der „gute Wille“) steht der Willen im Dienste der Liebe. Im transpersonalen</p>

	Willen verschmelzen beide Prinzipien im Dienste der gleichen Sache. Es geht um die Realisierung von Visionen und das Wirken in der Welt.
Ziele	Sind im systematischen Vorgehen nach Assagioli zentral. Ihm nach braucht der Mensch ein Ideal(bild) nach dem er strebt. Sie stehen in Verbindung zum Willen weil dieser ein Ziel braucht. Wiederum zu differenzieren sind hier personale und transpersonale Ziele. Übersetzung nach Harald: Ziele als von innen erspürte Bilder oder Richtungen nach denen man sich ausrichtet. Der Wille erkennt die inneren Signale und macht sie zum angestrebten Ziel.
Bereiche des Unbewussten (Höheres, Mittleres, Tieferes)	Auf der Landkarte des PS-Eis sind diese Bereiche deutlich unterscheidbar. Inhalte (z.B. TPen oder Komplexe) können durch sie hindurch diffundieren und bewusst werden. Unterschiedliche Phänomene sind für den jeweiligen Bereich eher typisch oder untypisch. Bsp: Tieferes UB: Aggression, Trieb. Mittleres UB: Bewusstseinsfähige Inhalte, z.B. Erinnerungen. Höheres UB: Spiritualität, Transzendenz, kreative Prozesse.
Ganz-Werdung als natürliches Bedürfnis/fortschreitendes Erwachen	Beschreibt den Prozess der Selbst-Verwirklichung/Individuation als innerstes Bedürfnis jedes Menschen. Zitat nach C.G. Jung: „Lieber ganz sein als gut.“ Finden/Erkennen/Akzeptieren der Komplexität der Innenwelt. Man wird mehr und mehr zu dem im Inneren angelegten Potential.
Klienten in die Ermächtigung bringen, sich selbst zu helfen	Beschreibt den Anspruch der PS Techniken zu vermitteln, die alltagstauglich sind und den Klienten unabhängig vom Therapeuten machen. Der Klient sollte befähigt werden seinen Weg Richtung Selbst-Verwirklichung eigenständig weiter zu gehen indem durch die PS seine selbstregulative Bewusstheit gestärkt wird.
Das Bewusstseinsmodell der PS Das PS-Ei	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-left: 20px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 - Tiefere Unbewusstes</li> <li>2 - Mittleres Unbewusstes</li> <li>3 - Höheres Unbewusstes</li> <li>4 - Bewusstseinsfeld</li> <li>5 - Ich, personales Selbst</li> <li>6 - Transpersonales (Höheres) Selbst</li> <li>7 - Kollektiv Unbewusstes</li> </ul> </div>
Komplexe Vielfalt und das Streben nach Einheit	Beschreibt die Vielzahl an Strömungen/Polaritäten innerhalb eines Menschen die sich nach Vereinigung bzw. Synthese sehnen. Die Metapher des liebevollen Königs der seine vielschichtige Gefolgschaft leitet gehört hier hin. Assagioli sagt: „Die Teile mit dem Ganzen in Beziehung setzen.“
Die Transformation von Problemfeldern	Beschreibt die Auffassung der PS, dass es nichts gibt, das zu bekämpfen oder auszuschließen wäre. Alles kann transformiert und als wertvolles Bedürfnis bzw. Kompetenz erschlossen werden. Dazu gehört auch das Anerkennen aggressiver und (scheinbar) destruktiver Anteile. Von der Verzerrung zum Potential. Sämtliche Symptome können unter dieser Perspektive als wertvolle Signale verstanden werden.

Komplexe	Stammen aus dem psychoanalytischen Vokabular und beschreiben Problemfelder der Persönlichkeit. In der PS beschreiben sie ein intelligentes System psychischer Energie, das abgespalten vom Bewusstsein agiert. Komplexe stehen in Zusammenhang mit TPen, weil sie über diese Methode ans Bewusstsein angeschlossen und gehoben werden können.
----------	---

**Tabelle 209:** *Konstruktabelle* (Ergebnis der Expertenbefragung).

Forschungsprojekt Psychosynthese  
- Phänomene Transpersonaler Prozessarbeit -

Liebe Freunde und Kollegen in der Psychosynthesewelt,

Wir freuen uns sehr, Euch und Ihnen mitteilen zu können, dass sich die Universität Oldenburg mit dem Interesse eines Forschungsprojektes über die spezifischen Wirkfaktoren der Psychosynthese an uns gewandt hat.

Wie kam es dazu?

Der Doktorand, Eike Stut von der Universität Oldenburg, lernte Psychosynthese zunächst bei der Dozentin Barbara von Koenen (Dipl. Psych.) kennen, die eine vierjährige Psychosyntheseausbildung am Institut für Psychosynthese in Köln absolviert hat.

So wurde Herr Stut neugierig auf die Psychosynthese und wollte gerne mehr darüber erfahren. In der Folge besuchte er zwei siebentägige Intensivseminare an unserem Institut, die durch ihre Wirkung an ihm selbst und anderen Kursteilnehmern sein Forschungsinteresse weckten.

Mit diesem Anliegen begegnete er uns vor ca. eineinhalb Jahren das erste Mal.

Während wir selbst zunächst abwartend auf das Anliegen reagierten, stieß es in Gesprächen mit vielen Teilnehmern laufender Ausbildungsgruppen auf so große Resonanz und Rückenwind, das wir schließlich uns selbst für das Forschungsprojekt begeisterten. So entschieden wir uns, Herrn Eike Stut in seiner Dissertation über die Wirkfaktoren der Psychosynthese unsere volle Unterstützung zu geben und mit ihm entsprechend unseren Möglichkeiten zusammenzuarbeiten.

Die Studie betritt Neuland und kann als Pionierarbeit bezeichnet werden. Aus diesem Grunde und um nicht zu sehr den individuellen Stil des Kölner Instituts zu betonen, möchte die Oldenburger Forschungsgruppe es schaffen, ein Erhebungsinstrument zu gestalten, das übergreifend die Besonderheiten der Psychosynthese abbilden kann. Um diesem Anspruch gerecht zu werden, haben wir ein Formblatt entwickelt, das an alle (uns bekannten) ausbildenden und praktizierenden ExpertInnen im deutschsprachigen Raum versandt wird und das ihre Sicht auf die speziellen Wirkfaktoren der Psychosynthese ermitteln soll. Dies soll das Fundament eines daran anschließend zu entwickelnden Fragebogens bilden, der im weiteren Verlauf des Projekts während der Mehrtagesseminare des Instituts eingesetzt werden wird. Ihre Expertise ist deshalb für das Gelingen dieses ehrgeizigen Vorhabens von ausschlaggebender Bedeutung.

Bitte wenden

Abbildung 89: Legitimationsschreiben zur Expertenbefragung Seite 1.

Wir bitten Sie um Ihre Unterstützung und Mitarbeit. Füllen Sie bitte das beigelegte Formblatt aus. Ein frankierter Umschlag für die Rücksendung an die Oldenburger Forschungsgruppe ist beigelegt.

Zur weiteren Information über die Fragestellungen des Projekts und die Zusammensetzung der Forschergruppe um Prof. Dr. Belschner liegt diesem Schreiben auch ein allgemeines Informationsblatt zum Forschungsprojekt bei. Für weitere Fragen, Anregungen und Informationen aller Art steht Ihnen gerne der Doktorand, Herr Dipl. Psych. Eike Stut (eike.stut@gmx.de) zur Verfügung.

Wir danken für Ihre Mitarbeit und verbleiben mit kollegialen und herzlichen Grüßen

Birgit Haus und Harald Reinhardt



**Abbildung 90:** Legitimationsschreiben zur Expertenbefragung Seite 2.

### **Liste der befragten Experten zur differentia specifica der PS:**

1. Aeon Zentrum für Psychosynthese & ganzheitliches Heilen, Gerhard Schobel, Basel, Schweiz.
2. Circadian Institut für angewandte Psychosynthese, Christina Brode, Gabrielle Steiner, Bergisch Gladbach.
3. Deutsche Psychosynthese Gesellschaft e.V., Prof. Dr. Barbara v. Meibom (ehem. Vorsitzende), Essen (ehem. Büro des Vostands).
4. Dipl.-Psych. Barbara v. Koenen, HP Psych., Oldenburg.
5. Dr. Harald Piron, Psychologischer Psychotherapeut, Köln.
6. Institut für Psychosynthese und transpersoanle Psychologie, Birgit Haus & Harald Reinhardt, Köln.
7. IPL Institut für Psychosynthese und Logotherapie, Julianna Heiland, Düsseldorf/ Ratingen .
8. Norbert Janssen, Psychologischer Psychotherapeut, Kassel.
9. Ulla Pfluger-Heist, Dipl.-Päd., HP Psych., Vogt.

10. Zentrum für Psychosynthese und Meditation, Hans Piron, Strassenhaus/Jahrsfeld.
11. Zentrum Tau, Georg Reider, Anton Fiechter, Giorgio Nesler, Lia Niederjauftner, Nathalie Tarasconi, Bozen, Italien.

### Was ist das Besondere der Psychosynthese?

**Instruktion:** Bitte beschreiben Sie aus Ihrer Sicht die spezifischen Merkmale der Psychosynthese (PS) im Vergleich zu anderen Ihnen bekannten Therapieverfahren. Wodurch zeichnet sich die PS einzigartig in Theorie und Praxis aus? Wodurch hebt sich die PS von anderen Verfahren in Theorie und Praxis vorteilhaft ab? Mit welchen Besonderheiten (in der Theorie/ in der Praxis) begründen Sie für sich den Einsatz der PS?

Nutzen Sie bitte für Ihre Antwort ganze Sätze und nicht nur Stichworte. Der hier vorgegebene Raum für Ihre Antwort ist sehr knapp: Fügen Sie – falls erforderlich - ein Extrablatt/ mehrere Extrablätter mit Ihren Erläuterungen bei.

Psychosynthese im Vergleich zur Verhaltenstherapie	
Psychosynthese im Vergleich zu Humanistischen Therapien (z.B. Gesprächspsychotherapie)	
Psychosynthese im Vergleich zur Systemischen Therapie	
Psychosynthese im Vergleich zur Psychoanalyse	

Sehr geehrte Kollegin,  
sehr geehrter Kollege,

wie Sie dem beigefügten Brief von Harald Reinhardt entnehmen können, soll in einem Forschungsprojekt die Wirkungsweise der Psychosynthese wissenschaftlich erforscht werden. Wir erhoffen uns, mit diesem (und anderen Forschungsprojekten) eine Verbesserung der Bekanntheit und der Reputation der Psychosynthese (PS) zu erreichen. Wir bitten Sie um Ihre Mitarbeit und erhoffen uns, dass Sie uns dafür ein wenig Ihres (knappen) Zeitbudgets schenken.

Das aktuelle Projekt wird in mehreren Phasen durchgeführt werden. In dieser ersten Phase wollen wir durch eine Befragung von ExpertInnen das Besondere und das die PS Auszeichnende erfahren, so wie es heute wahrgenommen wird. Uns interessiert dabei gerade Ihre Sicht der PS, die sich im Laufe Ihrer mehrjährigen Erfahrung im Vergleich zu anderen psychotherapeutischen Verfahren herausgebildet hat. Auf dem Formblatt auf der Rückseite finden Sie für diesen Vergleich beispielhaft einige therapeutische Verfahren aufgeführt. Und Sie finden eine Zeile, in die Sie ein therapeutisches Verfahren Ihrer Wahl eintragen können.

Der Kern Ihrer Mitarbeit kann in Folgendem bestehen. Wenn Sie einen Vergleich zwischen den Verfahren, die Sie kennen, und der PS vornehmen: Durch welche spezifischen Merkmale zeichnet sich die PS in Theorie und Praxis aus? Wodurch hebt sich die PS von anderen Verfahren in Theorie und Praxis vorteilhaft ab? Stellen Sie nur bei den Verfahren, die Sie kennen, den Vergleich an. Beschreiben Sie bitte nur die Besonderheiten der PS.

Das Forschungsprojekt wird im Rahmen einer Dissertation von Dipl.-Psych. Eike Stut durchgeführt (Betreuung durch das Projektteam: Prof. Dr. Wilfried Belschner, PD Dr. Petra Scheibler, Dipl.-Psych. Barbara von Koenen, Univ. Oldenburg, Psychologisches Institut). Falls Sie Näheres erfahren wollen zu dieser Phase des Forschungsprojektes oder dem Projekt insgesamt, wenden Sie sich bitte an [eike.stut@gmx.de](mailto:eike.stut@gmx.de). Diese Mail-Adresse können Sie auch für die Rücksendung Ihrer Antwort verwenden.

Da der weitere Fortgang des Forschungsprojektes auf den Ergebnissen dieser Befragung der ExpertInnen aufbaut, bitten wir Sie um die baldige Rücksendung (bitte innerhalb von 4 Wochen).

Mit freundlichen Grüßen

i.A. des Projektteams

Dipl.-Psych. Eike Stut

**Adresse: Dipl.-Psych. Eike Stut / Prof. Dr. Wilfried Belschner, Univ. Oldenburg, Institut für Psychologie, D-26111 Oldenburg**

Was ist das Besondere der Psychosynthese?

Instruktion: Bitte beschreiben Sie aus Ihrer Sicht die spezifischen Merkmale der Psychosynthese (PS). Wodurch zeichnet sich die PS einzigartig in Theorie und Praxis aus? Der hier vorgegebene Raum für Ihre Antwort ist sehr knapp: Fügen Sie bitte – falls erforderlich - ein Extrablatt/ mehrere Extrablätter mit Ihren Erläuterungen bei. Bitte verwenden Sie ganze Sätze, nicht nur Stichworte.


## Oldenburger Psychosynthese Inventar

Name: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Bitte beantworten Sie die Fragen im Hinblick darauf, wie sehr diese Aussagen auf Sie zutreffen. Beziehen Sie sich dabei auf den Zeitraum der vergangenen Woche. Falls Sie mit einzelnen Aussagen nichts anfangen können, kreuzen Sie bitte ganz rechts „keine Einschätzung möglich“ an.

		Überhaupt nicht	Nein	Eher nicht	Eher ja	Ja	Ja ganz genau	Keine Einschät- zung möglich
		-3	-2	-1	+1	+2	+3	
1	Ich beobachte meine Gedanken, wie sie kommen und gehen.	<input type="checkbox"/>						
2	Ich halte mich oft nicht an Regeln und Normen, wenn ich denke, dass ich damit durchkomme.	<input type="checkbox"/>						
3	Meine Partnerin/ mein Partner und ich entwickeln uns und wachsen aneinander.	<input type="checkbox"/>						
4	Ich kann darüber lächeln, wenn ich sehe, wie ich mir manchmal das Leben schwer mache.	<input type="checkbox"/>						
5	Ich habe oft ein Gefühl großer Vitalität.	<input type="checkbox"/>						
6	Ich bin sehr empfänglich für die Gefühle anderer Menschen.	<input type="checkbox"/>						
7	Wenn man Entscheidungen trifft, sollten Gefühle dabei keine Rolle spielen.	<input type="checkbox"/>						
8	Von Lauten Geräuschen lasse ich mich nicht leicht ablenken.	<input type="checkbox"/>						
9	Manchmal bin ich mir unsicher, wer ich wirklich bin.	<input type="checkbox"/>						
10	In einer guten Beziehung ist alles besprochen und klar geregelt.	<input type="checkbox"/>						
11	Ich bekomme nicht genug Liebe und Zuwendung.	<input type="checkbox"/>						
12	Ich habe das so genannte Psychosynthese-Ei (das Bewusstseinsmodell der PS) verstanden.	<input type="checkbox"/>						
13	Ich habe guten Zugang zu meinen Gefühlen.	<input type="checkbox"/>						
14	Ich kann es nicht leiden zu warten.	<input type="checkbox"/>						
15	Manchmal kann ich distanziert beobachten, wie über einen längeren Zeitraum in mir die Lösung einer Schwierigkeit entsteht.	<input type="checkbox"/>						
16	Zur Ruhe zu kommen und mich zu entspannen, fällt mir schwer.	<input type="checkbox"/>						
17	Ich fühle mich selten einsam oder traurig.	<input type="checkbox"/>						
18	Ich verlasse mich oft auf meinen Instinkt, meine Vorahnungen oder meine Intuitionen, ohne lange über die Einzelheiten nachzudenken.	<input type="checkbox"/>						
19	Es gibt Dinge, die ich als heilig bezeichnen würde.	<input type="checkbox"/>						
20	Ich finde es gut, wenn man tun kann, was man will, ohne strenge Regeln und Beschränkungen.	<input type="checkbox"/>						
21	Ich glaube, dass ich in der Zukunft viel Glück haben werde.	<input type="checkbox"/>						

Bitte wenden



		Überhaupt nicht	Nein	Eher nicht	Eher ja	Ja	Ja ganz genau	Keine Einschät- zung möglich
		-3	-2	-1	+1	+2	+3	
51	Ich bin fasziniert von den vielen Dingen im Leben, die man bislang wissenschaftlich nicht erklären kann.	<input type="checkbox"/>						
52	Andere Menschen haben zu viel Kontrolle über mich.	<input type="checkbox"/>						
53	Ich bin Teil eines großen Ganzen, in dem ich geborgen bin.	<input type="checkbox"/>						
54	Ich gestehe es mir selten zu, aus der Fassung zu geraten oder frustriert zu sein.	<input type="checkbox"/>						
55	Ob etwas richtig oder falsch ist, hängt nur von der Sichtweise ab.	<input type="checkbox"/>						
56	Ich fühle mich oft wie ein Pulverfass kurz vor der Explosion.	<input type="checkbox"/>						
57	Ich stecke in einer Sinnkrise.	<input type="checkbox"/>						
58	Religiöse Praktiken (z. B. Beten, Mantras singen, geistige Lieder singen, meditieren) helfen mir in schwierigen Situationen.	<input type="checkbox"/>						
59	Es kommt häufig vor, dass Andere etwas völlig anderes verstehen als ich mitteilen wollte.	<input type="checkbox"/>						
60	Ich bin leicht aus der Ruhe zu bringen.	<input type="checkbox"/>						
61	Manchmal habe ich den Eindruck, dass ich in meinem Leben aus einer höheren Einsicht heraus geführt werde.	<input type="checkbox"/>						
62	Meine Stimmungen schwanken stark.	<input type="checkbox"/>						
63	Ich fühle mich unabhängig von anderen.	<input type="checkbox"/>						
64	Mit Stress und Belastung komme ich gut zurecht.	<input type="checkbox"/>						
65	In einer vergnügten Gesellschaft kann ich mich meistens ungezwungen und unbeschwert beteiligen.	<input type="checkbox"/>						
66	Ich ziehe das Handeln dem Pläneschmieden vor.	<input type="checkbox"/>						
67	Ich kann ganz auf mich selbst vertrauen.	<input type="checkbox"/>						
68	Ich genieße das Leben in vollen Zügen.	<input type="checkbox"/>						
69	Auch wenn ich viel getan habe, bin ich unzufrieden, weil es Wichtigeres gegeben hätte.	<input type="checkbox"/>						
70	Ich fühle mich der Natur sehr verbunden.	<input type="checkbox"/>						
71	Ich liebe mich selbst.	<input type="checkbox"/>						
72	Kreativität und Phantasie spielen in meinem Leben keine große Rolle.	<input type="checkbox"/>						
73	Ich arbeite ständig daran, mich zu verändern und zu entwickeln.	<input type="checkbox"/>						
74	Ich habe Mut, mich schwierigen Situationen zu stellen.	<input type="checkbox"/>						
75	Es kommt vor, dass ich körperlich oder emotional Eindrücke wahrnehme, die nicht von mir stammen.	<input type="checkbox"/>						
76	Ich habe ein erfülltes Leben.	<input type="checkbox"/>						
77	Sportliche Aktivitäten/ körperliche Bewegung sind für mich wichtig.	<input type="checkbox"/>						
78	Ich neige dazu, andere schnell zu bewerten.	<input type="checkbox"/>						
79	Ich lebe meine Sexualität aus.	<input type="checkbox"/>						

Bitte wenden

		Überhaupt nicht	Nein	Eher nicht	Eher ja	Ja	Ja ganz genau	Keine Einschät- zung möglich
		-3	-2	-1	+1	+2	+3	
80	Ich kann gut mit mir umgehen.	<input type="checkbox"/>						
81	Es ist mir selten spontan klar, was ich in einer Situation tun kann.	<input type="checkbox"/>						
82	Wenn es mir schlecht geht, berichte ich lieber nicht davon, denn ich könnte andere belästigen.	<input type="checkbox"/>						
83	Ich fühle mich vom Leben benachteiligt, weil es mir die Erfüllung meiner Wünsche vorenthalten hat.	<input type="checkbox"/>						
84	Es fällt mir schwer, meine Gefühle zu beschreiben.	<input type="checkbox"/>						
85	Das wichtigste Ziel in meinem Leben ist, mich selbst zu verwirklichen.	<input type="checkbox"/>						
86	Leben bedeutet für mich ständige Weiterentwicklung.	<input type="checkbox"/>						
87	Ich bin mir sicher in dem, was ich will.	<input type="checkbox"/>						
88	Ich breche wichtige Tätigkeiten oft ab, weil mir die Anstrengung zu unangenehm ist.	<input type="checkbox"/>						
89	Ich fühle mich wohl.	<input type="checkbox"/>						

Abschließend bitten wir Sie um einige Angaben zu Ihrer Person:

**Geschlecht:** weiblich  männlich:

**Alter:** 15-25 Jahre:  25-35 Jahre:  35-45 Jahre:  45-55 Jahre:  55-65 Jahre:  Älter als 65 Jahre:

**Schulbildung:** Hauptschule:  Realschule:  Gymnasium:  Hochschulabschluss:

**Therapieerfahrung:** Haben Sie psychotherapeutische Erfahrung?

Wenn ja, welche Therapieschule (z.B. Verhaltenstherapie, Gestalttherapie etc.)  
und über welche Dauer? Bitte auf die Linie schreiben.

---

Vielen Dank für Ihre Mitarbeit!

## Tagesbogen Version A

Name: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Wie ist im Kurs der heutige Tag gelaufen?

Was hat sich ereignet und was hat sich ergeben?

Die folgenden Aussagen sollen dazu beitragen, den heutigen Kurstag noch einmal vorbeiziehen zu lassen. Die Aussagen können helfen, jetzt einige Klärungen zu unterstützen.

	Heute ...	Überhaupt nicht	Nein	Eher nicht	Weder noch	Eher ja	Ja	Ja ganz genau
		-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
1	.. habe ich das Gefühl, dass ich mich selbst besser verstehe.	<input type="checkbox"/>						
2	.. lernte ich meiner inneren Stimme mehr zu folgen.	<input type="checkbox"/>						
3	.. machte ich während der Imaginationsübungen die Erfahrung von inneren Bildern.	<input type="checkbox"/>						
4	.. fiel es mir leichter, die Botschaften meines Körpers wahrzunehmen.	<input type="checkbox"/>						
5	.. ist in mir etwas in Bewegung gekommen.	<input type="checkbox"/>						
6	.. fühlte ich mich am Ende des Tagesprogramms erfrischt und voller Energie.	<input type="checkbox"/>						
7	.. ist mir deutlich geworden, dass es mich enorm belastet, in dieser Form von Kurs mitzuarbeiten.	<input type="checkbox"/>						
8	.. haben der Kursleiter und ich einander verstanden.	<input type="checkbox"/>						
9	.. war ich gefühlsmäßig stark beteiligt.	<input type="checkbox"/>						
10	.. nahm ich am Kurs teil, weil ich mutig genug bin, mich meinen Konflikten zu stellen.	<input type="checkbox"/>						
11	.. unterstützte der Kurs die Entwicklung meines Potentials.	<input type="checkbox"/>						
12	.. sind mir neue Qualitäten in meiner Wahrnehmung aufgefallen.	<input type="checkbox"/>						
13	.. bemerkte ich: Mit der Teilnahme an diesem Kurs will ich, an meiner persönlichen Weiterentwicklung arbeiten.	<input type="checkbox"/>						
14	.. sind wir dem Kern der Aufgaben in meinem Leben näher gekommen.	<input type="checkbox"/>						
15	.. störte mich, dass ich nicht weiß, was im Kurs mit mir gemacht wird.	<input type="checkbox"/>						

Bitte wenden

	Heute ...	Überhaupt nicht	Nein	Eher nicht	Weder noch	Eher ja	Ja	Ja ganz genau
		-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
16	.. fiel es mir schwer, mich in der Gruppe offen zu zeigen (z.B. durch Träume, Bilder...).	<input type="checkbox"/>						
17	.. dachte ich: Diesen Kurs zu besuchen ist ein Zeichen dafür, dass ich bereit bin, mit meinem Leben besser fertig zu werden.	<input type="checkbox"/>						
19	.. spüre ich mich weiter.	<input type="checkbox"/>						
20	.. ist mir klarer geworden, was ich wirklich will.	<input type="checkbox"/>						
21	.. nahm ich manchmal ein Staunen über das tiefe Wissen in meiner Seele wahr.	<input type="checkbox"/>						
22	.. glaube ich, dass andere Methoden der Förderung meiner Entwicklung für mich besser passen würden.	<input type="checkbox"/>						
23	.. ist mir klarer geworden: Mit der Teilnahme an diesem Kurs zeige ich, dass ich lernen möchte, mehr die regulierenden Impulse meiner Innenwelt zu entdecken und zu akzeptieren.	<input type="checkbox"/>						
24	.. konnte ich mich beim Tanzen gut fallen lassen.	<input type="checkbox"/>						
25	.. habe ich praktische Hinweise erhalten, um meine Selbstverwirklichung selbständig voran zu bringen.	<input type="checkbox"/>						
26	.. hat mir ein Traum und seine Besprechung geholfen.	<input type="checkbox"/>						
27	.. habe ich mehr Vertrauen gewonnen, meine Aufgaben in Zukunft selbständig lösen zu können.	<input type="checkbox"/>						
28	.. konnte mein Körper sich ausdrücken.	<input type="checkbox"/>						
	<b>Nur als Rückmeldung für Einzelsitzungen: Heute...</b>							
29	.. war in der/ den Einzelsitzung /en meine Therapeutin/ mein Therapeut mit seiner/ ihrer ganzen Aufmerksamkeit für mich da.	<input type="checkbox"/>						
30	.. hatte ich manchmal das Gefühl, dass die Äußerungen meiner Therapeutin/ meines Therapeuten mir gegenüber ganz anders waren, als sie/ er innerlich fühlte und dachte.	<input type="checkbox"/>						

Vielen Dank!

**Codenummer / Name:** .....

**Geschlecht:**  männlich  weiblich

**Bildungsstand:**  Haupt-/Realschule  Abitur  abgeschl. Studium  unbekannt

**Alter:** .....

**Datum:** .....

SCL-  
90-R

**Anleitung**

Sie finden auf diesem Blatt eine Liste von Problemen und Beschwerden, die man manchmal hat. Bitte lesen Sie jede Frage sorgfältig durch und entscheiden Sie, wie sehr Sie in den letzten sieben Tagen durch diese Beschwerden gestört oder bedrängt worden sind. Überlegen Sie bitte nicht erst, welche Antwort „den besten Eindruck“ machen könnte, sondern antworten Sie so, wie es für Sie persönlich zutrifft. Machen Sie bitte hinter jeder Frage nur ein Kreuz in das Kästchen mit der für Sie am besten zutreffenden Antwort. Streichen Sie versehentliche Antworten deutlich durch und kreuzen Sie dennoch das richtige Kästchen an.  
**Bitte beantworten Sie jede Frage!**

**Beispiel:**

Frage: Wie sehr litten Sie in den letzten sieben Tagen unter Rückenschmerzen?

Stärke ihrer Zustimmung:

Wenn bei Ihnen als Antwort auf diese Frage am besten „sehr stark“ zutrifft, dann kreuzen Sie bitte das Kästchen  = „sehr stark“ an.

Überhaupt nicht  
ein wenig  
ziemlich  
sehr stark

0 1 2 3 4

Alle Ihre Antworten werden selbstverständlich vertraulich behandelt.

Wie sehr litten Sie in den letzten sieben Tagen unter...?	Überhaupt nicht ein wenig ziemlich sehr stark
1. Kopfschmerzen	0 1 2 3 4
2. Nervosität oder innerem Zittern	0 1 2 3 4
3. immer wieder auftauchenden unangenehmen Gedanken, Werten oder Ideen, die Ihnen nicht mehr aus dem Kopf gehen	0 1 2 3 4
4. Ohnmachts- oder Schwindelgefühlen	0 1 2 3 4
5. Verminderung Ihres Interesses oder Ihrer Freude an Sexualität	0 1 2 3 4
6. elzu kritischer Einstellung gegenüber anderen	0 1 2 3 4
7. der Idee, daß irgend jemand Macht über Ihre Gedanken hat	0 1 2 3 4
8. dem Gefühl, daß andere an den meisten Ihrer Schwierigkeiten Schuld sind	0 1 2 3 4
9. Gedächtnisschwierigkeiten	0 1 2 3 4
10. Beunruhigung wegen Achlosigkeit und Nachlässigkeit	0 1 2 3 4
11. dem Gefühl, leicht reizbar und verärgert zu sein	0 1 2 3 4
12. Herz- und Brustschmerzen	0 1 2 3 4
13. Furcht auf offenen Plätzen oder auf der Straße	0 1 2 3 4
14. Energielosigkeit oder Verlangsamung in den Bewegungen oder im Denken	0 1 2 3 4
15. Gedanken, sich das Leben zu nehmen	0 1 2 3 4
16. Hören von Stimmen, die sonst keiner hört	0 1 2 3 4
17. Zittern	0 1 2 3 4
18. dem Gefühl, daß man den meisten Menschen nicht trauen kann	0 1 2 3 4
19. schlechtem Appetit	0 1 2 3 4
20. Neigung zum Weinen	0 1 2 3 4

Wie sehr litten Sie in den letzten sieben Tagen unter...?	Überhaupt nicht ein wenig ziemlich sehr stark
21. Schüchternheit oder Unbeholfenheit im Umgang mit dem anderen Geschlecht	0 1 2 3 4
22. der Befürchtung, ertappt oder erwisch zu werden	0 1 2 3 4
23. plötzlichem Erschrecken ohne Grund	0 1 2 3 4
24. Gefühlsausbrüchen, gegenüber denen Sie machtlos waren	0 1 2 3 4
25. Befürchtungen, wenn Sie alleine aus dem Haus gehen	0 1 2 3 4
26. Selbstvorwürfen über bestimmte Dinge	0 1 2 3 4
27. Kreuzschmerzen	0 1 2 3 4
28. dem Gefühl, daß es Ihnen schwerfällt, etwas anzufangen	0 1 2 3 4
29. Einsamkeitsgefühlen	0 1 2 3 4
30. Schwermut	0 1 2 3 4
31. dem Gefühl, sich zu viele Sorgen machen zu müssen	0 1 2 3 4
32. dem Gefühl, sich für nichts zu interessieren	0 1 2 3 4
33. Furchtsamkeit	0 1 2 3 4
34. Verletzlichkeit in Gefühlsdingen	0 1 2 3 4
35. der Idee, daß andere Leute von Ihnen geheimsten Gedanken wissen	0 1 2 3 4
36. dem Gefühl, daß andere Sie nicht verstehen oder teilnahmslos sind	0 1 2 3 4
37. dem Gefühl, daß die Leute unfreundlich sind oder Sie nicht leiden können	0 1 2 3 4
38. der Notwendigkeit, alles sehr langsam zu tun, um sicher zu sein, daß alles richtig ist	0 1 2 3 4
39. Herzklopfen oder Herzjagen	0 1 2 3 4
40. Übelkeit oder Magenverstimmung	0 1 2 3 4

Wie sehr litten Sie in den letzten sieben Tagen unter...?	überhaupt nicht 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65
41. Minderwertigkeitsgefühlen gegenüber anderen	0112314
42. Muskelzucken (Muskelkater, Gliederzucken)	0112314
43. dem Gefühl, daß andere Sie beobachten oder über Sie reden	0112314
44. Einschlafschwierigkeiten	0112314
45. dem Zwang, wieder und wieder nachzukontrollieren, was Sie tun	0112314
46. Schwierigkeiten, sich zu entscheiden	0112314
47. Furcht vor Fahrten in Bus, Straßenbahn, U-Bahn oder Zug	0112314
48. Schwierigkeiten beim Atmen	0112314
49. Hitzewallungen und Kälteschauern	0112314
50. der Notwendigkeit, bestimmte Dinge, Orte oder Tätigkeiten zu meiden, weil Sie durch diese erschreckt werden	0112314
51. Leere im Kopf	0112314
52. Taubheit oder Krabbeln in einzelnen Körperteilen	0112314
53. dem Gefühl, einen Klumpen (Kloß) im Hals zu haben	0112314
54. einem Gefühl der Hoffnungslosigkeit angesichts der Zukunft	0112314
55. Konzentrationschwierigkeiten	0112314
56. Schwächegefühl in einzelnen Körperteilen	0112314
57. dem Gefühl, gespannt oder aufgeregt zu sein	0112314
58. Schweregefühl in den Armen oder den Beinen	0112314
59. Gedanken an den Tod und am Sterben	0112314
60. dem Drang, sich zu überessen	0112314
61. einem unbefuglichen Gefühl, wenn Leute Sie beobachten oder über Sie reden	0112314
62. dem Auftauchen von Gedanken, die nicht Ihre eigenen sind	0112314
63. dem Drang, jemanden zu schlagen, zu verletzen oder ihm Schmerz zuzufügen	0112314
64. Früher Erwachen am Morgen	0112314
65. zwinghafter Wiederholung derselben Tätigkeit wie Berühren, Zählen, Waschen	0112314
66. unruhigem oder gestörtem Schlaf	0112314
67. dem Drang, Dinge zu zerbrechen oder zu zerschmeitern	0112314
68. Ideen oder Anschauungen, die andere nicht mit Ihnen teilen	0112314
69. starker Befangenheit im Umgang mit anderen	0112314
70. Abneigung gegen Menschenmengen, z. B. beim Einkaufen oder im Kino	0112314
71. einem Gefühl, daß alles sehr anstrengend ist	0112314
72. Schreck- und Panikenöllern	0112314
73. Unbehagen beim Essen oder Trinken in der Öffentlichkeit	0112314
74. der Neigung, immer wieder in Erörterungen oder Auseinandersetzungen zu geraten	0112314
75. Nervosität, wenn Sie alleine gelassen werden	0112314
76. mangelnder Anerkennung Ihrer Leistungen durch andere	0112314
77. Einsamkeitsgefühlen, selbst wenn Sie in Gesellschaft sind	0112314
78. so starker Ruhelosigkeit, daß Sie nicht stillsitzen können	0112314
79. dem Gefühl, wertlos zu sein	0112314
80. dem Gefühl, daß Ihnen etwas Schlimmes passieren wird	0112314
81. dem Bedürfnis, laut zu schreien oder mit Gegenständen zu werfen	0112314
82. der Furcht, in der Öffentlichkeit in Ohnmacht zu fallen	0112314
83. dem Gefühl, daß die Leute Sie ausnutzen, wenn Sie es zulassen würden	0112314
84. sexuellen Vorstellungen, die ziemlich unangenehm für Sie sind	0112314
85. dem Gedanken, daß Sie für Ihre Sünden bestraft werden sollten	0112314
86. schreckenerrregenden Gedanken und Vorstellungen	0112314
87. dem Gedanken, daß etwas ernstlich mit Ihrem Körper nicht in Ordnung ist	0112314
88. dem Eindruck, sich einer anderen Person nie so richtig nahe fühlen zu können	0112314
89. Schuldgefühlen	0112314
90. dem Gedanken, daß irgend etwas mit Ihrem Verstand nicht in Ordnung ist	0112314

Abbildung 93: Scan der Symptomcheckliste 90 revidierte Fassung SCL-90-R Seite 1-2 ©Hogrefe Verlag Göttingen.

