

***Hypothese zu Ursprung und Eigenschaften der
Aktualisierungstendenz***

mittels vergleichender Betrachtung aus personenzentrierter und memetischer Sicht

Denk Martin

Hypothese zu Ursprung und Eigenschaften der Aktualisierungstendenz
mittels vergleichender Betrachtung aus personenzentrierter und memetischer Sicht

Wien/Obertraun, 2003–2005

Inhaltsverzeichnis:

<i>I. Einleitung</i>	2
1. Überlegungen zur Anwendung der Memetik auf die Aktualisierungstendenz	2
2. Grundkonzepte der personenzentrierten Psychologie	3
3. Grundkonzepte der memetischen Psychologie	6
4. Vergleichende Darstellung der Foki beider Theorien	9
<i>II. Theorien der Persönlichkeit und deren Veränderung</i>	10
1. Entwicklungstendenzen von Kindern	10
2. Selbstkonzepte	11
3. Bewertungsprozesse	11
4. Die Beziehung zu sich-selbst	12
5. Zwischen Individualisation und Anpassung	13
6. Selektive Wahrnehmung durch Anpassungsdruck	14
7. Widersprüchliches Verhalten	15
8. Bedrohung & Abwehr	16
9. Psychische Störung	17
10. Psychische Gesundheit	18
<i>III. Theorien zu Beziehungen und Therapie</i>	20
1. Psychische Gesundheit und Familiengeschichte	20
2. Voraussetzungen therapeutischer Entfaltungsprozesse	21
3. Voraussetzungen für die Entfaltung einer Gruppe	22
4. Der Therapieprozess von Einzelpersonen	23
5. Der Therapieprozess von Gruppen	24
6. Ergebnisse von therapeutischen Prozessen	25
7. Selbst-Regulation	27
<i>IV. Roger`s Konzept psychischer Gesundheit und die Memetik</i>	28
1. Erfahrungsoffenheit	28
2. Gewährsein	28
3. Symbolisierung	29
4. Selbststruktur	30
5. Positive Beachtung	30
<i>V. Gefolgerte Parallelen zw. memetischer Evolution & Aktualisierungstendenz</i>	31
1. Zur Entwicklung des Individuums	31
2. Zur Entwicklung von Beziehungen	31
3. Zur Entwicklung von Gruppen	32
4. Kulturelle Entwicklung	32
5. Die „formative Tendenz“	33
<i>VI. Literaturverzeichnis</i>	34

I. Einleitung

1. Überlegungen zur Anwendung der Memetik auf das Phänomen der Aktualisierungstendenz

Die Aktualisierungstendenz ist vermutlich das zentrale Konzept in Carl Rogers' Theoriegebilden für den personenzentrierten Ansatz. Im Gegensatz zu vielen anderen Theoriegebäuden psychotherapeutischer Schulen hält sich Rogers in seinen Modellen sowie seiner Praxis meist nahe an der Erfahrung und hat ein unikausales Motivationsmodell für den Menschen entworfen. Eigentlich greift die Bezeichnung unikausal etwas zu kurz, da seine Beschreibung der Person sehr wohl mehr als eine Ursache-Wirkungsbeziehung enthält. Dennoch sind alle Kausalitäten in Rogers Theorie auf diese eine, fast schon mythische Konstante zurückzuführen: Die Aktualisierungstendenz.

Aufgrund von Rogers eher lockerem Umgang mit Theorien gehen manche personenzentrierte Theoretiker davon aus, daß die Aktualisierungstendenz etwas wäre „an das man eben glauben müßte“, als handle es sich dabei um etwas völlig Unfassbares. Ich bin mit dieser Einschätzung nie zufrieden gewesen. Wenn es die Aktualisierungstendenz gibt, dann muß sie ein äußerst wirksames Phänomen sein. Offenbar reicht es, ihr zum Durchbruch zu verhelfen um auf die menschliche Psyche eine heilende und wachstumsanregende Wirkung zu erzielen! Die Art, wie sie wirkt, muß beobachtbar werden, wenn wir an den richtigen Stellen nachsehen.

Ich vermute, daß Carl Rogers nicht bloß an die Aktualisierungstendenz geglaubt hat, sondern daß er aus seiner persönlichen Erfahrung heraus einen abstrakten, gemeinsamen Nenner der Wirksamkeit von Therapien gefunden und formuliert hat. Und wir sind weit davon entfernt, nichts über die Eigenschaften dieser singulären Motivationsquelle zu wissen. Rogers und andere sowie unsere eigene Erfahrung haben gezeigt, daß diese Tendenz unter bestimmten Umständen hervorgehoben und aktiviert, aber auch verbogen und verstümmelt oder zumindest gezwungen werden kann seltsame Wege zu gehen, daß sie sich spalten und wiedervereinigen kann. Ihre Auswirkungen sind beobachtbar. Die Aktualisierungstendenz ist beobachtbar.

In meiner eigenen Beschäftigung mit unserem zentralen Mythos als personenzentrierte Psychotherapeuten habe ich nach längerer Auseinandersetzung bemerkt daß die Theorie der memetischen Psychologie so etwas wie die Aktualisierungstendenz nicht nur vorherzusagen scheint, sondern sogar einige von deren Eigenschaften. Mehr noch – und das wäre der eigentliche Nutzen einer näheren Beschreibung der Aktualisierungstendenz – diese Theorie scheint imstande zu sein jene Zusammenhänge verständlicher zu machen und neue Aussagen dazu zu liefern, die man dann verifizieren oder widerlegen könnte – und in Folge dazu nutzen, die eigene Praxis effizienter zu machen.

Meine sich daraus ergebende Hypothese ist, daß die Aktualisierungstendenz zentrales Merkmal einer Art der psychischen und sozialen Evolution ist, die ständig in und um den Menschen wirkt und deren Kräfte wir uns zunutze machen können.

2. Grundkonzepte der personzentrierten Psychologie

Die Aktualisierungstendenz steht im Kontext einer umfassenden personzentrierten Theorie, deren Themenfelder sich ausgehend von Erfahrungen aus psychotherapeutischen Settings in konzentrischen Kreisen sukzessive auf die Gebiete der zwischenmenschlichen Beziehungen generell, Persönlichkeitstheorie, Entwicklungspsychologie, die Psychologie von Gruppen usw. ausweiten. Der Begriff „personzentriert“ bezieht sich auf das Konstrukt der „Person“, die im Mittelpunkt der Theorie steht. Weiters handelt es sich um eine Beziehungstheorie, die die Person immer im doppelten Kontext ihres inneren Aufbaues und ihrer Umgebung versteht. Dies führt zu einem sowohl individuelle als auch kontextuelle Sichtweisen kombinierenden Menschenbild, denn die Person steht in Beziehung sowohl zu relevanten Anderen als auch zu sich-selbst.

Die personzentrierte Psychologie wird oft neben der Psychoanalyse und der Verhaltenstherapie als drittes „großes Paradigma“ der psychosozialen Anwendungsbereiche verstanden. Der Unterschied zu den beiden erstgenannten Paradigmen wird bereits in den Annahmen, die diesen zugrundeliegen, sichtbar. Die Psychoanalyse z.B. sieht „das Individuum als von Natur aus zerstörerisch“ an und betrachtet „eine kontrollierte Person, die einen gesellschaftlich akzeptierten, mehr oder weniger fixierten Grad der Abwehr (gegen ihre eigene Erfahrung) zeigt“ (Rogers 1959a, 73f. 72) als gesund. Im Gegensatz dazu betrachtet die personzentrierte Psychologie die Differenz von gesund und krank nicht als ein entweder-oder, sondern als ein fließendes Kontinuum zwischen diesen beiden Extremen, und kommt zu anderen Schlüssen, was die Kriterien für Gesundheit betrifft.

Das Spektrum von krank bis gesund aus personzentrierter Sicht erstreckt sich von desorganisierten Persönlichkeitsstrukturen (mit Parallelen zum Konzept der Psychose) über Personen mit „widersprüchlichem Verhalten“ (mit Parallelen zum Konzept der Neurose) zur „durchschnittlichen Person ... mit einiger Fehlanpassung, Inkongruenz und Abwehr“ (Rogers 1959a 61) und darüber hinaus zur vermutlich fiktiven Kulmination dieser Entwicklungskurve in der Annahme einer „fully functional person“, die sich als erfahrungsoffenes, daher seine Erfahrung ohne Abwehr exakt symbolisierendes, sich selbst und andere bedingungslos beachtendes und selbstbestimmtes Individuum erlebt.

Die singuläre Motivationsquelle von Personen und in Folge auch ihren Beziehungen ist im personzentrierten Menschenbild die Aktualisierungstendenz. Der Begriff „bezeichnet die dem Organismus innewohnende Tendenz zur Entwicklung all seiner Möglichkeiten; und zwar so, daß sie der Erhaltung oder Förderung des Organismus dienen“ (Rogers 1959a 21) Er beinhaltet nicht nur die sogenannten „deficiency needs“ oder Grundbedürfnisse, auf die viele psychosoziale Theorien den Menschen beschränken oder zurückführen wollen, sondern auch Motivationen wie sich zu differenzieren, zu wachsen, und selbstbestimmter zu werden. Das eigentlich revolutionäre an dieser Ansicht ist aber, daß selbst die „deficiency needs“ nur als ein Anteil der Aktualisierungstendenz angesehen werden. Diese beinhaltet „keine anderen Energie- und Aktionsquellen“ (Rogers 1959a 22).

Hier wird eine Art Tendenz zu psychischer Evolution angenommen, deren Vorhandensein sich aus der Erfahrung und Analyse von Psychotherapien, Selbsterfahrungsgruppen und generell menschlichem Beziehungsverhalten ableitet, und diese wird als einzige Grundlage und formative Kraft in der Entwicklung von Individuen, Gruppen und vielleicht sogar Kulturen vermutet. Dennoch schreibt Rogers von ihr, daß „diese grundlegende Aktualisierungstendenz das einzige Motiv ist, welches in diesem theoretischen System als Axiom vorausgesetzt wird“ (Rogers 1959a 22). Zum näheren Verständnis der Aktualisierungstendenz muß das theoretische System, das ihren Kontext bildet, näher ausgeführt werden. Öfters in identischer Bedeutung verwendete, hier definierte Begriffe werden *kursiv* geschrieben.

Eine der ersten Differenzierungen und ein Bestandteil der *Aktualisierungstendenz* ist die *Selbstaktualisierung*. Als *Selbst* bezeichnet man die Sichtweise einer Person auf sich-selbst. Die Selbstaktualisierung ist daher jener Bruchteil der Aktualisierungstendenz, der die Entfaltung des Selbst vorantreibt. Die *Erfahrung*, die die Aktualisierungstendenz als Information für die gesamte organismische Entfaltung benutzt, könnte man als ihr „Rohmaterial“ verstehen. Diese kann *verleugnet*, *verzerrt* oder aber *korrekt symbolisiert* werden. Der Ursprung von Verleugnung und Verzerrung von Erfahrungen wird in einer *Inkongruenz* bzw. einem Widerspruch zwischen der gesamten Aktualisierungstendenz und der Selbstaktualisierung gesehen.

Gefühle färben Erfahrungen und geben ihnen persönliche Bedeutung. Von Erfahrungen oder Gefühlen, die weder verleugnet noch verzerrt werden, wird gesagt, daß sie *der Gewährwerdung zugänglich* sind, *Bewußtsein* wird in Folge als symbolische, nicht notwendigerweise verbale Repräsentation oder *Symbolisierung* eines Teiles der Erfahrung der Person aufgefasst. Die Klarheit und Funktionalität einer Symbolisierung kann in ihrer Deutlichkeit von *unterschwelliger Wahrnehmung* bis zu *exakter Symbolisierung* reichen. Als *Selbsterfahrung* bezeichnet man jene Erfahrungen, auf denen aufbauend das Selbst organisiert wird. Das Selbst wird, wenn ein Beobachterstandpunkt „von außen“ eingenommen wird, manchmal auch als *Selbstkonzept* bezeichnet. *Idealselbst* nennt man eine weitere Substruktur des Selbst, nämlich jenes Selbstkonzept, daß eine Person am liebsten wäre.

Als problematische bis pathologische Entwicklungen verursachend werden *Inkongruenzen zwischen Selbst und Erfahrung* gesehen. In Folge werden Informationen aus der Erfahrung, die mit dem Selbstkonzept nicht vereinbar sind, verzerrt und verleugnet. Solche Erfahrungen treffen dann auf *Abwehrverhalten* des Organismus, das eine korrekte Symbolisierung verhindert. Man sagt, es besteht eine *psychische Fehlanpassung*. In Folge treten Gefühle der *Angst* und *Bedrohung* in Bezug auf Erfahrungen auf, die diffus als unvereinbar mit der Selbststruktur wahrgenommen werden, und die *Verletzlichkeit* der Person steigt. Die Person beginnt sich immer *intensionaler* zu verhalten, worunter eine Tendenz verstanden wird, Erfahrungen zu verabsolutieren, Erfahrungen und Bewertungen zu verwechseln und generell immer rigider zu werden. Im Extremfall – wenn das Abwehrverhalten plötzlich und massiv durch ein Gewährwerden der das Selbstkonzept gefährdenden Erfahrungen überwunden wird – kann es zur *Desorganisation* des Selbst, einem Zusammenbruch der Selbststruktur kommen, die als ein letzter Versuch der Aktualisierungstendenz gedeutet werden kann, ihre zerspaltenen, inkongruenten Anteile wieder zu vereinigen.

Es ergibt sich auch ein Konzept für gesunde Personen. Diese zeichnen sich durch *Kongruenz von Selbst und Erfahrung* aus. Die resultierende Form des Verhaltens wird auch als ganz, echt, authentisch, *reif* oder integriert bezeichnet. Eine solche Person ist *erfahrungsoffen* – denn sie hat nicht das Gefühl, manche ihrer Erfahrungen abwehren zu müssen. Sie ist *psychisch ausgeglichen* – Selbst und Erfahrung stimmen überein. Schließlich ist sie noch *extensional* – sie beurteilt ihre Erfahrungen differenziert.

Sowohl gesunde als auch pathologische Entwicklungen finden aus personenzentrierter Sicht in und durch Beziehungen statt. Statt des Wortes „Beziehung“ wurde dafür aber der Begriff *Kontakt* gewählt. Kontakt kommt zustande, weil Personen ein *Bedürfnis nach positiver Beachtung* haben. Werden Selbsterfahrungen nicht danach unterschieden, ob sie der positiven Beachtung mehr oder weniger „würdig“ sind, bezeichnet man dieses Erleben als *bedingungslose positive Beachtung*. Durch Beziehungen, die dieses Bedürfnis mehr oder weniger erfüllen, entstehen einerseits *Bewertungsbedingungen*, die sich in einem *Bewertungskomplex* organisieren, andererseits die Fähigkeit zu *positiver Selbstbeachtung*, unter Umständen sogar *bedingungsloser positiver Selbstbeachtung*.

Die letzteren beiden Erlebensformen entstehen durch die Übertragung der Erfahrung positiver oder bedingungslos positiver Beachtung in Beziehungen zu signifikanten Anderen auf die Beziehung zu sich-selbst, was zu erhöhter Autonomie führt – denn die Person erlebt sich-selbst als den *Ort der Bewertung* der Nützlichkeit bestimmter Erfahrungen für den Organismus und „wird so ihr eigenes signifikantes soziales Gegenüber“ (Rogers 1959a 36). Bewertungsbedingungen andererseits äußern sich dadurch, daß bestimmte Erfahrungen nur mehr deswegen angestrebt oder vermieden werden, weil dadurch die positive Beachtung anderer gesichert werden könnte. Ob diese Erfahrungen der Entfaltung und dem Wachstum des Organismus als ganzes dienen, wird weniger wichtig – was zu erhöhter Heteronomie führt.

Wichtig zum Verständnis der personenzentrierten Theorie ist schließlich die *Empathie* – worunter die Fähigkeit des einführenden Verstehens in den *inneren Bezugsrahmen* eines Anderen verstanden wird, ohne sich mit diesem zu identifizieren. Wenn Empathie, Kongruenz und bedingungslose positive Beachtung in sich gegenseitig bedingender Weise erlebt werden, bezeichnet man diese Erfahrung als *Präsenz*. Bei einem Anderen, mit dem die Person, die die Präsenz erfährt in Kontakt ist, löst diese einen Prozess aus, der zu erhöhter Kongruenz führt, verbesserter Kommunikation, positiver Selbstbeachtung usw. Es ist dieser Prozess, der in Psychotherapien, aber auch Selbsterfahrungsgruppen zur Freisetzung und Einigung der Aktualisierungstendenz genutzt wird – und möglicherweise mehr oder weniger in jeder konstruktiven Form menschlicher Beziehungen wirkt.

3. Grundkonzepte der memetischen Psychologie

Die Frage nach dem Zustandekommen von persönlicher und kultureller Evolution stand am Anfang der memetischen Psychologie. Dawkins (1976) schrieb mit „The selfish Gene“ (zu deutsch: Das egoistische Gen) ein Buch über den Menschen aus Sicht der sogenannten Evolutionspsychologie oder Soziobiologie, die versucht, die psychischen Strukturen des Menschen aus seiner genetischen Entwicklungsgeschichte heraus zu verstehen. Während des Verfassens kamen ihm Zweifel, ob die (für genetische Verhältnisse) ungeheuer schnelle und innerhalb einer Spezies enorm vielfältige kulturelle Entwicklung, und eben auch das Potential zu persönlicher Entwicklung und Diversität, das einzelne Menschen haben, wirklich allein auf genetische Entwicklung zurückgeführt werden könnten. Daher entwickelte er für den Schluß seines Buches ein Gedankenexperiment, in dem er annahm, daß im Laufe der Evolution in der Psyche des Menschen (und einer Handvoll anderer Spezies mit hochentwickeltem Gehirn, wie Menschenaffen, Elefanten, Delphine, Wale und Aras) ein weiterer Replikator entstanden sei, den er als Mem bezeichnet.

Blackmore (1999) griff diese Idee auf und formulierte in „Die Macht der Meme“ eine komplette Theorie individueller und kultureller Entwicklung. Sie geht dabei vom universellen Darwinismus aus, der vermutet, daß sich hinter allen Prozessen, in denen Entwicklung stattfindet, Replikatoren befinden. Wie der Name andeutet, sind das Einheiten, die Kopien von sich selbst herstellen können (im Falle der biologischen Evolution ist das die DNA), die dabei die in ihnen erhaltene Information größtenteils fehlerfrei kopieren (Retention), manchmal aber kleine Fehler machen die zu Abweichungen führen (Variation), und die sich in einer in irgendeiner Form begrenzten Umwelt befinden, was dazu führt, daß nicht alle Kopien „überleben“ können – manche kopieren sich erfolgreich weiter, andere „sterben aus“ – das nennt man Selektion. Jeder in solcher Weise evolutionäre Vorgang wird dazu führen, daß Entwicklung stattfindet. Von dieser kann prinzipiell nicht vorhergesagt werden, in welche Richtung der Replikator und die durch diesen ausgelösten Veränderungen führen werden, aber in jedem Fall wird das Gesamtsystem, in dem diese stattfinden, an Komplexität gewinnen.

Der Replikator, den Dawkins, Blackmore und andere postulieren, befindet sich in unserer Psyche, und sie bezeichnen ihn als „Mem“. Das Wort ist von „Mim“ oder „mimen“ abgeleitet, was „nachahmen“ oder „imitieren“ bedeutet. Es ist eine überraschende Erkenntnis, daß von den drei bekannten Fähigkeiten zu lernen, nämlich Konditionierung, Lernen durch Versuch und Irrtum und Imitation letztere nur von sehr wenigen Lebensformen genutzt werden kann – eben jenen, die ich im ersten Absatz erwähnt habe. Selbst das berühmte „Nachäffen“ ist eine weit simplere Form von Imitation als das, was Menschen in dieser Hinsicht zustandebringen. Der Unterschied zwischen einer Spezies, die andere ihrer Art imitieren kann zu einer die das nicht kann ist gewaltig. Würde beispielsweise sich die Fähigkeit zur Herstellung eines bestimmten Werkzeuges oder erfolgreichen Verhaltens sich rein über genetische Faktoren oder das Lernen über Versuch und Irrtum entwickeln, würde das im ersteren Falle viele zehntausend Jahre dauern, im zweiten Falle würde die neue Erkenntnis mangels der Möglichkeit der Weitergabe durch Sprache mit dem Tod des Individuums wieder verlorengehen.

Wenn Menschen einander imitieren, wird etwas weitergegeben. Diese Idee, Anweisung, Verhalten oder Informationseinheit, wie auch immer wir das jeweilige Mem nennen wollen, kann dann wieder und wieder weitergegeben werden. Als Beispiele führt Dawkins „Melodien, Gedanken, Schlagwörter, Kleidermoden, die Art, Faustkeile, Bögen oder Computerbestandteile zu bauen, wissenschaftliche, philosophische oder religiöse Ideen usw.“ (Blackmore 1999 31) an. Alle diese Dinge werden dadurch verbreitet, daß eine Person sie von der anderen kopiert. Meme werden im Gehirn, auf Steintafeln, in Büchern oder auf Computerfestplatten gespeichert und dann imitiert. Beispiele für außerordentlich erfolgreiche Meme sind zum Beispiel das Lied „Happy Birthday to you“ oder die Geschichte von der Frau, die ihren Hamster (je nach Variation kann es auch ein Hund oder eine Katze sein) in der Mikrowelle trocknen wollte und dann den Hersteller verklagte: Beide kennen vermutlich mehr als eine Milliarde Menschen.

Darwinistische Entwicklung kommt hier zustande, weil es mehr Meme gibt, als in menschlichen Gehirnen unterkommen können. Manche werden also „überleben“ und sich mehr oder weniger weit ausbreiten, andere werden nicht imitiert werden und „aussterben“, es findet also Selektion statt. Mit der Zeit werden sich daher jene Meme durchsetzen, die ihre Träger nicht zu schnell töten bzw. deren möglichst langes Überleben unterstützen, eine möglichst hohe Wahrscheinlichkeit aufweisen kopiert bzw. imitiert zu werden und deren Verhältnis von Retention zu Variation einigermaßen ausgeglichen ist. Ist die Wiedergabetreue (Retention) nämlich zu hoch, werden Meme mit höherer Veränderungsrate sich durchsetzen, weil sie in kürzerer Zeit mehr Tricks entwickeln können, um kopiert zu werden. Ist die Rate der Mutationen (Variation) zu hoch, erhält sich in kurzer Zeit von der ursprünglichen Information, wie beim „Stille Post“ – Spiel, nichts und das entsprechende Mem stirbt aus.

Je unbehinderter und schneller daher Meme zwischen Personen ausgetauscht werden können, desto höher wird die Komplexität des von ihnen gebildeten „Memraums“ – sprich, der Psyche der beteiligten Personen und ihrer Kultur – steigen. In den meisten, wenn auch nicht allen Fällen wird sich das auf die beteiligten Organismen konstruktiv auswirken – denn jene Meme, die Organismen langfristig nutzen, werden sich mit der Zeit immer mehr durchsetzen, weil jene, die destruktiv wirken, sich weniger rasch und „fruchtbar“ ausbreiten werden als erstere.

Die Memetik geht davon aus, daß das, was uns zu Personen macht, die Meme sind. Denn erst durch die Fähigkeit der Imitation, die überraschenderweise nur sehr wenige hochentwickelte Spezies aufweisen, wird es möglich zu verstehen was in einer anderen Person vorgeht (Empathie) – und nach der memetischen Theorie entsteht dadurch und indirekt ein Bewußtsein von sich selbst. Blackmore (1999) vermutet, daß die Menschen der frühen Jäger- und Sammlerkulturen vor etwa zwei Millionen Jahren damit angefangen haben, sich gegenseitig zu imitieren. Dadurch wird eine Serie von neuen, hilfreichen Verhaltensweisen möglich. Wenn einmal durch Versuch und Irrtum die Möglichkeit entstanden ist, Feuer zu machen oder einen Bogen herzustellen, dann stirbt diese Information nun nicht mehr mit ihrem Träger – sie kann sich mittels Imitation als Mem durch die ganze Population ausbreiten. Einfache Ansätze von Sprache, wie Warn- oder Lockrufe können beginnen, sich zu verändern und komplexer zu werden – durch Imitation. Fähigkeiten wie altruistische Zuwendung und geschicktes Betrügen gleichermaßen können erst entstehen und weiter verbessert werden, wenn es einen Mechanismus gibt, der verstehendes Einfühlen in einen anderen ermöglicht und damit eine genaue Vorhersage, wie der andere sich unter bestimmten Umständen verhalten wird. Ein „Gefühl von sich selbst“ als eigene Person kann zustandekommen, wenn, um das Verhalten anderer exakt vorhersagen zu können, die Fähigkeit entsteht, das eigene Verhalten exakt vorhersagen zu können – sich selbst zu erkennen gewissermaßen.

Die memetische Theorie könnte eine Reihe in der Tierwelt seltener und ungewöhnlicher Phänomene, die den Menschen betreffen, aufklären. Menschen haben ein, selbst im Verhältnis zu unseren nächsten Verwandten, den Menschenaffen völlig überdimensioniertes Gehirn, das sich auch noch in der evolutionsbiologisch gesehen enorm kurzen Zeit von etwa drei Millionen Jahren entwickelt hat. Blackmore (1999) schlägt als mögliche Erklärung vor, daß, als die Fähigkeit zur Imitation und zur Weitergabe von Memen einmal da war, diese die genetische Evolution in Richtung großes Gehirn unter Druck gesetzt haben könnte und schließlich in ihrem Einfluss auf die Menschheit stärker geworden sein könnte als der Einfluss der Gene. Die frühen Menschen, die am Besten imitieren und die meisten Meme behalten konnten, beherrschten mehr von den guten Überlebens- und Gesundheitstricks, konnten andere und sich selbst besser verstehen und fanden mehr und interessantere Geschlechtspartner – aber dafür brauchten sie ein immer größeres Gehirn, um die erforderliche Information verarbeiten zu können. Daher setzten sich in jeder Generation die Menschen mit den größten Gehirnen durch.

In ähnlicher Weise versucht Blackmore die ebenfalls fast dem Menschen einzigartige Sprache zu erklären. Wenn sich jene Verhaltensweisen durchsetzen, die Meme möglichst rasch und umfassend kopieren können, wäre das eine Erklärung für die Entstehung einer Sprache, die aus digitalen Elementen wie Buchstaben, Grammatik usw. besteht (und dadurch eine hohe Wiedergabegenauigkeit gewinnt), weiters natürlich Schrift, Buchdruck, bis hin zum Internet – alles ein Ergebnis unserer Imitationsfähigkeit, und ein Resultat einer memetischen Selektion, die auf Systeme selektiert, die besonders geeignet sind Meme weiterzuverbreiten. Eine differenzierte Sprache ist dazu besser geeignet als Zusehen oder einfache Rufe, Schrift besser als Sprache, Buchdruck besser als Tontafeln, EMail besser als Bücher usw. Für die Zwecke dieser Arbeit, die sich auf eine Form der Psychotherapie bezieht, die von manchen als Gesprächspsychotherapie bezeichnet wird, ist dabei besonders bemerkenswert, daß Blackmore annimmt, Sprache hätte sich entwickelt, um die memetische Evolution zu beschleunigen.

Interessant für unsere Zwecke ist noch der memetische Blickwinkel auf die beiden Phänomene des Altruismus und des „Selbst“. Evolutionsbiologen haben nämlich die größten Schwierigkeiten, altruistisches Verhalten zu erklären. Ein Lebewesen, das große Opfer für ein anderes Lebewesen zu bringen bereit ist, ohne daß das seinem eigenen genetischen Material dient, sollte sich eigentlich genetisch-evolutiv nicht gegen egoistischere Andere durchsetzen und in Folge aussterben. Dennoch findet sich Altruismus als eine relativ verbreitete und manchmal bewunderte Eigenschaft unter Menschen. Die memetische Evolution hat auch dafür eine Erklärung: Durch einführendes Verstehen steigt die Wahrscheinlichkeit für altruistisches Verhalten – und jemand, der sich so verhält, hat vielleicht keine gesteigerte Chance, seine Gene weiterzugeben, aber seine Meme – denn diverse psychologische Untersuchungen haben ergeben, daß man eher jemanden imitiert, den man mag (Blackmore 1999).

Eine weitere Überlebensstrategie von Memen ist, sich in sich gegenseitig unterstützenden Bündeln zusammenzufinden, die Blackmore als Memplexe, abgekürzt von Memkomplexe, bezeichnet. Memplexe entstehen, weil manche Meme sich in ihrem Inneren als Teil der Gruppe besser kopieren und ausbreiten können als auf sich allein gestellt. So wird etwa ein „altruistisches Mem“ sich vermutlich besser in einem Memplex namens „sozialistische Weltanschauung“ ausbreiten als auf sich allein gestellt oder in einem anderen Memplex namens „sozialdarwinistischer Thatcherismus“.

Wenig überraschend nimmt Blackmore an, daß das zentrale Memplex in unserer Psyche – die Summe all der Verhaltensweisen, Empfindungsformen und Gedanken, die wir in unserem Leben erlernt haben, unsere zentralen Meme – unser „Selbst“ ist, das, was wir meinen, wenn wir „ich selbst“ sagen. Dieses Selbst ist nur ein Teil unseres ganzen Organismus, der aus der jahrmillionenlangen Coevolution von Genen und Memen entstanden ist. Dieses Selbst kann mit dem Gesamtorganismus zusammenarbeiten, im Widerspruch zu diesem stehen, und es kann sich in manchen veränderten Bewußtseinszuständen auflösen. Als nächstes sehen wir uns an, wie man die recht verschiedenen Persönlichkeitstheorien – die personenzentrierte und die memetische – aufeinander beziehen kann. Aber vielleicht sind sie gar nicht so verschieden.

4. Vergleichende Darstellung der Foki beider Theorien

Im Mittelpunkt von Rogers Persönlichkeitstheorie steht die sich entwickelnde bzw. entfaltende Person, in jener von Dawkins und Blackmore eine memetische Maschine namens Mensch, deren kulturelle und persönliche Entwicklung durchleuchtet wird. Rogers Theorie ist eine sehr emotional gefärbte Beziehungstheorie die sich einfühlend auf Personen bezieht, Blackmores Theorie hingegen eine sehr kühle Analyse, wie sich Menschen gegenseitig imitieren und wie das im Wettstreit dessen, was sie als memetische Evolution bezeichnet, zum heutigen Menschen geführt hat.

Auf den ersten Blick könnten die beiden Theorien verschiedener nicht sein, aber obwohl sie sich in ihren Grundannahmen über den Menschen teils widersprechen, sind ihre Schlußfolgerungen von beachtlicher Ähnlichkeit. Beide Theorien sagen voraus, daß Menschen vor allem in Beziehungen lernen und als Hauptmotiv von einer evolutionären Kraft angetrieben werden, die eine starke Tendenz hat, die Komplexität von Personen zu steigern und den Umständen entsprechend konstruktiv zu wirken. Beide gehen von einem Selbst aus, das im Widerspruch zum Gesamtorganismus stehen und damit Probleme verursachen kann, auch wenn sie dieses Selbst in seiner Bedeutung für den Menschen sehr verschieden einschätzen. Beide nehmen eine Kraft an, die dieser persönlichen Entwicklung übergeordnet, aber ähnlich ist und die ganze Kulturen und Ökosysteme formen kann – Dawkins und Blackmore nennen sie „universellen Darwinismus“, Rogers „formative Tendenz“.

Meine Hypothese ist, daß sich Rogers „Aktualisierungstendenz“ als mit der memetischen Evolution des Individuums identisch herausstellen kann und wird. Rogers hat seine Theorie von Erfahrungen in Psychotherapien, selbsterfahrerischen Gruppen und der menschlichen Beziehungsdynamik abgeleitet. In Folge hat Rogers 1959 in seiner Arbeit für die American Psychological Association seine Theorie erstmals, und wie ich meine, großer Präzision ausformuliert. Dawkins und Blackmore haben ihre Theorie aus Reflexionen darüber, wie man persönliche und kulturelle Evolution mit der Annahme eines zweiten Replikators neben der DNA, dem Mem, verstehen könnte, hergeleitet.

Um die Parallelen zwischen den beiden Theorien zu belegen, werde ich Schritt für Schritt Rogers Ausführungen folgen und diese neufassen – aber in der Sprache und aus dem Blickwinkel der Memetik. Sowohl die Ähnlichkeiten als auch die Unterschiede zwischen den beiden Theorien sollten dabei klar hervortreten. Wenn meine Hypothese, daß die Aktualisierungstendenz und die memetische Evolution ein und daßelbe sind, zutrifft, dann sollte meine verfremdete Neufassung von Rogers Theoriegebäude aus der Reflexion heraus ein klares Bild ergeben weswegen die entsprechenden Prozesse so und nicht anders ablaufen. Und dieses Bild sollte mit der Erfahrung übereinstimmen.

II. Theorien der Persönlichkeit und deren Veränderung

1. Entwicklungstendenzen von Kindern

Rogers (1959a) postuliert daß ein Kind ursprünglich seine Erfahrung noch als Realität wahrnimmt, ohne Inkongruenzen zwischen Erfahrung und Selbst aufzuweisen – diese werden später erst erlernt. Es besitzt ein potentiell größeres Gewahrsein über seine innere Realität als irgendjemand anderer, weil niemand sonst vollständig seinen inneren Bezugsrahmen wahrnehmen kann. Außerdem weist es eine Tendenz zur Aktualisierung seines Organismus auf, um seine Bedürfnisse in der wahrgenommenen Realität zu befriedigen. Im Organismus des Kindes findet ein ganzheitlich organisierter Bewertungsprozess statt, der die Erfahrungen daran misst, ob sie den Organismus fördern bzw. erhalten oder ihn stören bzw. gefährden.

Blackmore (1999) impliziert, daß das Erleben und Erfahren eines Kindes anfänglich noch mehr von seiner genetischen Abstammung geprägt ist als dasjenige von Erwachsenen. Das Selbst – das zentrale Memplex – ist zu Beginn noch nicht vorhanden und wird in den ersten Lebensjahren durch Imitation der sozialen Umgebung erlernt, daher kann es anfangs noch nicht in Inkongruenzen zu den genetischen Tendenzen des Kindes geraten. Kein anderer Mensch kann die innere Realität eines anderen ebenso präzise wahrnehmen wie dieser selbst, weil er eine andere memetische Geschichte hat und einführendes Verstehen an eine natürliche Grenze stößt. Kinder kommen mit der Fähigkeit zu imitieren auf die Welt, um Sprache, die Benutzung von Werkzeugen und generell die Aufnahme von Memen zu ermöglichen, deren Entwicklungsgeschichte weit älter als das Kind selbst ist – und die seit langem darauf selektiert worden sind, diesem bei der Befriedigung seiner Bedürfnisse zu nützen.

In Folge beginnt im Gehirn des heranwachsenden Kindes ein Wettstreit unter Memen die hineinzugelangen versuchen, manche werden übernommen und weiter kopiert und manche nicht. Von jenen Memen, die sich in der Lebensumwelt des Kindes befinden, werden manche in dessen Psyche gelangen. Diese haben bereits eine lange evolutionäre Geschichte hinter sich – jene Meme, die Organismen schaden oder sie zerstören, hatten eine geringere Chance, sich auszubreiten. Sind Meme einmal in die Psyche gelangt, findet unter diesen eine weitere Selektion nach Nützlichkeit an der Erfahrung statt.

Der memetische Blickwinkel stimmt soweit mit dem von Rogers größtenteils überein, von einer wichtigen Ausnahme abgesehen: Der Organismus besitzt aus der Sicht memetischer Evolution keine Instanz, die einen „Bewertungsprozeß“ betreibt, sondern es findet ein Wettstreit zwischen Memen statt, die kopiert werden oder nicht. Langfristig gesehen werden die Memen, die kopiert werden und sich ausbreiten, den Organismen, in die sie gelangen, eher nützlich sein, denn die schädlichen Memen haben eine Tendenz mit ihren Organismen auszusterben – was auf daßelbe Ergebnis hinausläuft. Ebenso wie ein Schneckenhaus keinen intelligenten Designer benötigt hat, um schön zu werden, benötigen Meme keine Bewertungsinstanz, um nach Nützlichkeit selektiert zu werden.

2. Selbstkonzepte

Rogers (1959a) bezeichnet den Teil der Aktualisierungstendenz, der das Sein und Handeln des Individuums im Gewahrsein symbolisiert als Selbsterfahrung. Dieses Gewahrsein von Sein und Handeln entwickelt sich durch Interaktionen mit der Umwelt – insbesondere durch zwischenmenschliche Erfahrungen – zum Selbstkonzept.

Blackmore (1999) vermutet, daß das Selbst als der zentrale Memplex in unserem Gehirn sich entwickelt hat, um uns zu befähigen, unsere eigenen Handlungen besser voraussagen zu können, also in Rogers Begriffen, um uns Gewahrsein und Symbolisation des eigenen Seins und Handelns zu ermöglichen. Das würde verständlich machen, weswegen die Fähigkeit der Imitation, die uns zunächst dazu befähigt hat, die Handlungen anderer besser vorherzuahnen, in Folge durch Interaktionen mit anderen Personen ein Selbstkonzept zur Vorhersage der eigenen Handlungen hervorbringt. Inkongruenzen zwischen Selbst und organismischer Erfahrung äußern sich oft durch für die Person selbst seltsamem, widersprüchlichem Verhalten, anders formuliert in einer unkorrekten Vorhersage über das eigene Empfinden, Denken und Handeln.

3. Bewertungsprozesse

Nach Rogers (1959a) entwickeln Individuen in Folge ihres Gewahrseins von einem Selbst ein Bedürfnis nach positiver Beachtung. Dieses Bedürfnis wird von Rogers als allgegenwärtiger Wesenszug des Menschen eingeschätzt, und Standal (1959, unpublished doctoral dissertation) vermutet, daß es erlernt wird. Aufgrund der Selbstreferentialität gegenseitiger positiver Beachtung zwischen zwei oder mehr Personen ist diese imstande, sich in einer Endlosschleife weiterzuverstärken. Da die positive Beachtung anderer und der Nutzen für den Organismus sich voneinander signifikant unterscheiden können, kann sich folglich ein Bewertungskomplex für dessen Erfahrungen herausbilden, der diese mehr nach dem Nutzen für die positive Beachtung anderer selektiert als nach dem Wert für die Aktualisierung des Organismus.

Nach Blackmore (1999) werden sich im evolutionären Wettstreit, in möglichst viele Gehirne zu gelangen jene Meme eher durchsetzen, die Menschen dazu bewegen, in Kontakt mit anderen Menschen zu treten. Menschen, die auf die Beachtung durch andere wenig Wert legen, werden ihre Meme weniger häufig weitergeben, ebenso Menschen, die eher negativ als positiv auffallen. Dadurch entsteht parallel zur Formierung des Selbst-Memplex und durch diesen unterstützt ein Selektionsdruck für Meme in Richtung auf jene, die positive Beachtung fördern. Eine interessante Übereinstimmung zwischen der personenzentrierten und der memetischen Psychologie ist daher, daß auch Roger und Standal das Bedürfnis nach positiver Beachtung als erlernt ansehen, denn Meme, die den Wunsch nach positiver Beachtung fördern, fördern auch ihre eigene Beachtung, und wie schon erwähnt, werden Menschen eher imitiert die man sympathisch findet – die man positiv beachtet.

Finden sich zwei Personen gegenseitig sympathisch, hat das gleich zwei Vorteile für ihre Meme: Ab jetzt unterstützen sie sich gegenseitig beim Verbreiten ihrer Meme und haben eine ansteigende Tendenz dazu, voneinander solche zu übernehmen. Daraus läßt sich ein Selektionsdruck dafür erkennen, daß sich in Gruppen mit ähnlichen Memen gegenseitige positive Beachtung durchsetzen wird, aber nicht bedingungslose positive Beachtung – denn die sich entwickelnde Bedingung ist, daß die Meme der Gruppenangehörigen sich nicht „feindlich gesinnt“ sind. Meme, die dem Selbst-Memplex nützlich sind, können sich daher leicht von solchen zu unterscheiden beginnen, die eher dem gesamten Organismus nützen –

denn befindet sich ein Mensch einmal in einer Gruppe, die bestimmte Verhaltens-, Sicht- und Empfindungsweisen bevorzugt und andere ablehnt oder tabuisiert, tritt ein erhöhter Selektionsdruck für die Meme des Selbst-Memplex auf, nicht zu sehr aus der Reihe zu tanzen – weil sonst ihre Ausbreitungschancen in der Gruppe reduziert würden.

Auch hier zeigt sich wieder ein Unterschied zwischen personenzentriertem und memetischem Blickwinkel in der Sichtweise, aber nicht der Vorhersage des zu erwartenden Verhaltens. Aus memetischer Sicht entsteht nämlich kein Bewertungskomplex, aber ein Verhalten, das so aussieht, als gäbe es eine bewertende Instanz. Die memetische Frage wäre eher, welcher Selektionsdruck für die Meme sich mehr durchsetzen wird, derjenige der darauf abzielt in der Gruppe bleiben zu können, oder derjenige, der auf Nützlichkeit für den Gesamtorganismus abzielt, denn Meme, die dem Organismus zu sehr schaden, können sich ebenfalls nicht mehr gut ausbreiten.

Gut verstehen kann man diesen Zusammenhang, wenn man sich eine Runde Benutzer harter Drogen aus personenzentrierter und memetischer Perspektive vorstellt. Aus personenzentrierter Sicht kann sich ein Verhalten, das die Organismen der Benutzer so stark schädigt, unter Umständen aufgrund der positiven Beachtung durch die Anderen gegen die Gesamtaktualisierung durchsetzen. Die memetische Perspektive sagt daßelbe aufgrund memetischem Evolutionsdruck voraus – einerseits werden sich die Meme eines schwer Drogenabhängigen im Schnitt weniger gut durchsetzen als jene anderer Leute, weil er weniger lange lebt und vermutlich weniger oft positiv beachtet wird. Andererseits gibt es eine Subkultur, in der ein solcher Drogenbenutzer mit großer Sicherheit und in kurzer Zeit viele seiner Meme weitergeben kann. Die „Spaltung“ der Aktualisierungstendenz in sozusagen „Haupt“- und Selbstaktualisierung kann also memetisch gesehen als ein Wettlauf konfligierender Selektionsdrücke interpretiert werden.

4. Die Beziehung zu sich-selbst

Wie weit das Bedürfnis nach positiver Beachtung befriedigt wird oder nicht, wird im Laufe der persönlichen Geschichte des Individuums mit der dazugehörigen Gruppe von Selbsterfahrungen assoziiert und folglich in diese integriert. Dadurch, daß positive Beachtung oder auch Ablehnung nun auch unabhängig von Austauschprozessen mit anderen erlebt wird, wird ein Bedürfnis nach Selbstbeachtung erlernt. Dieses Bedürfnis nach positiver Selbstbeachtung führt dazu, daß die Person ihr eigenes signifikantes soziales Gegenüber werden kann (Rogers 1959a 36).

Wenn man die memetische Interpretation der Konsequenzen menschlicher Reaktionen auf positive Beachtung ansieht, entsteht die Frage, wieso die konfligierenden Selektionsdrücke auf die Meme und den gesamten Organismus nicht zu einem „Runaway-Prozess“ in Richtung auf sich ständig weiterverstärkende positive Beachtung und damit totale Konformität zu einer bestimmten Gruppe führen. Zwar sind die Vorteile von Konformität für die Ausbreitung bestimmter Meme für den Organismus nur kurzfristig nützlich und oft langfristig schädlich. Aus memetischer Sicht wäre das aber möglicherweise egal, wenn sich in der kürzeren Zeit nur genug konforme Meme ausbreiten könnten. In Koranschulen indoktrinierte Selbstmordattentäter haben vielleicht eine kürzere Lebensspanne als andere Menschen – und zerstören ihren Organismus – daher geben sie vielleicht ihre Gene nicht weiter. In Bezug auf andere Extremisten aus ihrem (ziemlich großen) Kulturkreis hingegen sind sie möglicherweise höchst erfolgreiche Verbreiter radikaler Islamistenmeme.

Es muß also auch einen Selektionsdruck für Individualismus geben, sonst hätten sich Menschen aus der Sicht der Evolutionspsychologie nie über die Stammesgesellschaften des Neolithikums mit ihren vermutlich kleinen, in sich hierarchisch konformen Strukturen hinaus entwickeln können, und die menschliche Entwicklungstendenz (von Rogers als Aktualisierungstendenz, von Dawkins und Blackmore als memetische Evolution bezeichnet) würde nicht auf Nützlichkeit für den Organismus selektieren, wie sie es anscheinend unter den geeigneten Bedingungen, die Rogers beobachtet und formuliert hat, tut. Wie schon erwähnt, vermutet Blackmore (1999), daß sich das Selbst als zentraler Memplex des Organismus dazu entwickelt haben könnte, um die eigenen Verhaltensweisen vorhersagen zu können, was subjektiv zu einem Gefühl der Kontrolle führen und objektiv den Organismus vor schädlichen und möglicherweise tödlichen Irrtümern bewahren würde – in anderen Worten, um genau die Rolle der positiven Selbstbeachtung übernehmen zu können, die nach Rogers die Aktualisierungstendenz dazu bewegen kann, in Richtung auf Kongruenz zu selektieren.

Der Selbst-Memplex bringt außerdem nicht nur auf dem Weg der langsamen genetischen Evolution dem Organismus Vorteile, sondern auch den Memen die in ihn eingebaut werden. Blackmore (1999 365) schreibt dazu: „(Vieles) ... spricht dafür, daß Meme einen Vorteil gewinnen, wenn sie sich mit dem Selbstkonzept einer Person verbinden. Es spielt keine Rolle wie sie das anstellen – sei es dadurch, daß sie starke Emotionen auslösen, sei es dadurch, daß sie besonders kompatibel mit bereits vorhandenen Memen sind ... – sie werden besser abschneiden als andere Meme. Die erfolgreichen Meme werden häufiger weitergegeben, wir alle treffen auf sie und werden daher ebenfalls mit derartigen Memen infiziert. Auf diese Weise werden alle unsere Selbst-(Mem)plexe verstärkt.“

Bei der Auffassung, was dieses Selbst bedeutet, nehmen Rogers und Blackmore wieder sehr unterschiedliche Haltungen ein. Während Rogers manchmal das kongruente Selbst als Inbegriff des Guten darstellt, vermutet Blackmore, daß das Selbst eine für den Organismus gar nicht so vorteilhafte Erfindung darstelle, weil es die Illusion eines „Ich“ erzeuge, das dann Inkongruenzen mit dem Gesamtorganismus aufbauen kann. Da aber auch Blackmore davon ausgeht, daß das Selbst-Memplex vermutlich die Funktion hat, das „eigene soziale Gegenüber“ sein zu können, um Gruppendruck standhalten, sich von Kulturen und Ideologien abgrenzen, Besitz haben und den Organismus vor zerstörerischen Entwicklungen bewahren zu können, stimmen die beiden Sichtweisen auch hier zwar nicht in der Interpretation, aber doch in der Vorhersage eines Bedürfnisses nach positiver Selbstbeachtung überein, wobei die memetische Psychologie auch eine Erklärung liefert, wie diese durch memetische Selektion zustandekommt.

5. Zwischen Individualisation und Anpassung

Die Bedingungen für Selbstbeachtung können sich genauso ambivalent und konfliktträchtig entwickeln wie jene, die sich in Bezug auf signifikante Andere herausbilden. Selektiert sich die Selbstbeachtung nach dem Maß oder dem Ausbleiben positiver Beachtung von Anderen, werden in Folge bestimmte Selbsterfahrungen allein deswegen vermieden (oder angestrebt), weil sie von weniger (oder mehr) Bedeutung für die Selbstbeachtung sind. Rogers (1959a) sagt, der Organismus habe eine Bewertungsbedingung erworben. Im fiktiven Falle, wenn ein Individuum ständig bedingungslose positive Beachtung Anderer erleben würde, könnte es bedingungslose positive Selbstbeachtung und keinerlei Bewertungsbedingungen entwickeln, und die Aktualisierung seiner organismischen Bewertung sowie psychischen Anpassung wäre von optimaler Funktionstüchtigkeit.

Daß die mögliche Inkongruenz der Aktualisierungstendenz in „Haupt“- und Selbstaktualisierung aus der Sicht der memetischen Psychologie als ein Wettlauf konfligierender Selektionsdrücke zwischen sich isolierenden Gruppen (mittels bedingter bzw. selektiver positiver Beachtung, auch auf Kosten des Organismus) und dem Selbst-Memplex (als das „eigene soziale Gegenüber“, zum Schutz des Organismus) gesehen werden kann habe ich schon erwähnt. Aus der Sicht der memetischen Psychologie würde die personenzentrierte Bewertungsbedingung also schlicht der Selektion durch die positive Beachtung signifikanter Anderer entsprechen, die Selbstbeachtung dem durch Erfahrung erlernten Selektionsdruck des Selbst-Memplex, den Organismus zu erhalten.

Es ist umstritten, ob Evolution zu „Verbesserungen“ führt – da es sich um einen ungerichteten Prozess handelt – aber die „universellen Darwinisten“ nehmen an, daß jeder Prozess, bei dem sich die Komplexität eines Systems erhöht, sich als ein Evolutionsprozess herausstellen wird, der die Eigenschaften der Replikation, Retention, Variation und Selektion aufweist. Die Auseinandersetzungen dazu unter Evolutionsforschern erinnern ein wenig an jene, die im Rahmen der personenzentrierten Psychologie um die Frage geführt werden, ob es sich bei der Aktualisierungstendenz um eine „positive, konstruktive, gute“ oder eine neutrale Kraft handelt. Blackmore (1999 37-56), die sich zu den „universellen Darwinisten“ zählt, meint, daß die Antwort auf diese Frage davon abhängen würde, was man unter positiv und konstruktiv versteht. Es steht ja außer Frage, daß Evolutionsprozesse langfristig gesehen zu höherer Komplexität führen – Einzeller sind „primitiver“ als der heutige Homo Sapiens, Space Shuttles komplexer als Faustkeile und ein Erwachsener handelt (meistens) effektiver als ein Neugeborenes. In den Worten Rogers könnte man sagen, Evolution hätte unter geeigneten Bedingungen eine konstruktive und förderliche Tendenz.

Betrachten wir nun Rogers fiktive „fully functional person“, die bedingungslos positive Selbstbeachtung erlebt und keine Bewertungsbedingungen hat. Aus memetischer Sicht würde die Memselektion ausschließlich durch das Selbst-Memplex ohne Konflikt mit der gesamten organismischen Erfahrung zum Schutz des Organismus stattfinden, und es fände keine Memselektion statt, die nur auf die positive Beachtung durch Andere gerichtet ist. In einem solchen Fall würden die Meme, die zukünftig in das Selbst-Memplex aufgenommen werden, allein nach optimaler Funktionalität für den Organismus selektiert werden – und „die Aktualisierung der organismischen Bewertung sowie psychischen Anpassung wäre von optimaler Funktionstüchtigkeit“ – denn die Komplexität des evolvierenden Systems, nämlich des Organismus, würde durch den umgebremsten Evolutionsprozess optimal wachsen.

6. Selektive Wahrnehmung durch Anpassungsdruck

Rogers (1959a) beschreibt, wie das Individuum in Folge des erlebten Anpassungsdrucks durch Andere beginnt, seine Erfahrungen selektiv wahrzunehmen. Sie werden nur korrekt im Gewahrsein symbolisiert wenn sie den bisher etablierten Bewertungsbedingungen entsprechen. Wenn nicht, werden sie stattdessen entstellt, verzerrt oder überhaupt nicht als Selbsterfahrungen erkannt. In Folge werden diese Erfahrungen nicht korrekt symbolisiert in die Selbststruktur eingebaut, was zu Zuständen der Inkongruenz zwischen Selbst und Erfahrung und in Folge zu psychischer Fehlanpassung und Verletzlichkeit führt.

Nach Blackmore (1999) beeinflussen die Meme nicht nur unsere Verhaltensweisen, Gedanken und indirekt durch die Assoziation dieser beiden mit den Gefühlen auch diese, sondern sind mit ihnen auf einer sehr fundamentalen Ebene identisch – denn sie sind auf eine sehr direkte Art und Weise die Symbolisierungen der entsprechenden organismischen Erfahrungen und Abläufe. Ein „Ohrwurm“-Meme wie „I wish you a merry christmas“ ist mit bestimmten emotionalen Empfindungen assoziiert, die Fähigkeit, einen Nagel gerade einzuschlagen oder die Idee, es könnte einen Gott geben (meist) durch Imitation erlernt. Das Lied mit seiner emotionalen Färbung, die handwerkliche Fähigkeit und der Glaube an Gott sind Meme. Und nicht alle Meme können in jedes Gehirn gelangen – sie befinden sich in einem Selektionswettbewerb, der mit der Entstehung des Selbst-Memplex in den ersten Lebensjahren auch im Inneren der Psyche abzulaufen beginnt.

Wie schon erwähnt, entsprechen die Bewertungsbedingungen aus memetischer Perspektive jenem Teil der memetischen Selektion, die nicht notwendigerweise auf den Erhalt des Organismus und des Selbst-Memplex gerichtet und damit für diese nicht generell nützlich ist. Das bedeutet, daß Meme, die aus dem Selbst-Memplex ausselektiert werden oder gar nicht erst in die Psyche gelangen dem Gewahrsein nur verzerrt oder gar nicht zugänglich sind – da die Qualität der Vorhersagen über die eigenen Verhaltensweisen, Gedanken und Emotionen (um die zu ermöglichen sich das Selbst-Memplex überhaupt entwickelt hat) dadurch immer schlechter wird.

In Folge gelangen auch potentiell nützliche Meme (alias Symbolisierungen bestimmter Verhaltensweisen, Gedanken oder emotionaler Reaktionsmuster) nicht mehr in das Selbst-Memplex. Wieder kommen die beiden Sichtweisen zu einer gemeinsamen Vorhersage: In Folge treten Zustände der Inkongruenz zwischen dem Selbst-Memplex und der organismischen Erfahrung auf, was man als psychische Fehlanpassung bezeichnen kann und was zu einer erhöhten Verletzlichkeit des Organismus führt – die noch als solche wahrgenommen werden kann, ohne daß ihre Ursache symbolisiert wird.

7. Widersprüchliches Verhalten

Rogers (1959a) formuliert folglich eine Theorie zu widersprüchlichem Verhalten, das im personenzentrierten Ansatz als ein, wenn nicht das primärste Symptom pathologischer Entwicklungen in der Psyche aufgefasst wird. Stimmen Selbst und Erfahrung nicht mehr überein (werden sie inkongruent), führt das dazu, daß Verhaltensweisen nur mehr dann korrekt im Gewahrsein symbolisiert werden, wenn diese mit dem Selbstkonzept übereinstimmen. Verhaltensweisen hingegen, die jene Aspekte der Erfahrung des Organismus fördern, erhalten und aktualisieren würden die nicht Eingang in das Selbst gefunden haben, werden nun entweder nicht mehr zur Kenntnis genommen oder derart selektiv wahrgenommen, daß sie sich doch wieder in Übereinstimmung mit dem Selbst zu befinden scheinen.

Wendet man die Memetik auf das personenzentrierte Menschenbild an, zeigen sich bald Übereinstimmungen zwischen der personenzentrierten Erfahrung und den Vorhersagen der memetischen Theoriebildung. Blackmore (1999) beschreibt, wie aus einer zweiten Form der Evolution neben der genetischen – eben der memetischen Evolution – ein enorm effektives Werkzeug zur Entwicklung von Verhaltensweisen, Gedankengängen und emotionaler Komplexität hervorgehen konnte, das viel schneller funktioniert als die langsamen Anpassungsalgorithmen der Genetik. Gleichzeitig entsteht durch die Art der Informationsverarbeitung der menschlichen Wahrnehmung durch den Filter der Meme, den verstärkten sozialen Gruppendruck durch die Fähigkeit der Imitation und dem Erscheinen

eines (fast) einzigartigen Mechanismus namens Selbst-Memplex auch ein erhöhtes Risiko für Widersprüche zwischen der hauptsächlich genetisch geprägten organismischen Erfahrung und der hauptsächlich memetisch entstandenen Informationsverarbeitung.

Laufen die organismische Erfahrung und die memetische Verarbeitung einmal gegenläufig auseinander, haben auch „autotoxische Meme“, das sind solche, die dem Organismus direkt Schaden zufügen, eine erhöhte Chance, in das Selbst-Memplex aufgenommen zu werden. Dadurch werden manche Erfahrungen nicht mehr oder verzerrt symbolisiert (weil die passenden Meme – und damit deren nützliche Vorhersagen und Ablaufprotokolle des eigenen Verhaltens und Erlebens – zu diesen fehlen) oder es werden Erfahrungen symbolisiert, die im organismischen Erleben gar nicht vorhanden waren (toxische Meme). Gewinnt sozusagen der Selektionsdruck für in das Selbst-Memplex internalisierte Konformitätsmeme gegen den Selektionsdruck, einen den Organismus schützenden Selbst-Memplex zu erhalten, wird das Verhalten und Empfinden einer solchen Person immer widersprüchlicher und für den Organismus bedrohlicher ablaufen.

8. Bedrohung & Abwehr

Rogers (1959a 53) leitet aus der Möglichkeit der Inkongruenz von Selbst und Erfahrung „die psychologische Basis für das, was wir üblicherweise als neurotisches Verhalten bezeichnen“ ab: Erfahrungen, die nicht in Übereinstimmung mit den im Selbst gespeicherten Bewertungsbedingungen zu bringen sind, führen zu einem zunächst unterschwelligen Gefühl der Bedrohung. Würden solche Erfahrungen korrekt im Gewahrsein symbolisiert, könnte das Selbst keine geschlossene Gestalt behalten und das Bedürfnis nach Selbstbeachtung würde frustriert. Das wiederum würde zu einem Angstzustand führen, und als Reaktion, die das verhindern soll, treten daher Abwehrprozesse auf, die zur Entstellung oder Verleugnung jener Wahrnehmungen und Erfahrungen dienen, die nicht in Übereinstimmung mit den im Selbst internalisierten Bewertungsbedingungen zu bringen sind. Konsequenzen solchen Abwehrverhaltens sind aufgrund der Verzerrung oder Unterdrückung von Information Wahrnehmungsrigidität, verabsolutierte Erfahrungen und ungenaue Realitätswahrnehmung.

Ich habe schon argumentiert, wie auch aus memetischer Sicht vorhergesagt werden kann, daß Inkongruenz zwischen dem Selbst-Memplex und der Erfahrung des Organismus zu einer erhöhten Verletzlichkeit des Gesamtorganismus führen muß, die noch als solche wahrgenommen werden kann, aber ohne daß ihre Ursache noch symbolisierbar wäre. Kann das Selbst-Memplex die eigenen Verhaltens- und Empfindungsweisen nicht mehr korrekt vorhersagen und entsteht damit eine Wahrnehmung von Kontrollverlust oder des „nicht-zu-mir-gehörens“ von Teilen der eigenen Erfahrung, ist dies aufgrund der genetischen Evolution mit Todesangst belegt – und entspricht im Ergebnis dem, was üblicherweise unter „neurotischem Verhalten“ verstanden wird.

Eine memetische Perspektive auf die Abwehrprozesse findet einen ähnlichen Unterschied der Sichtweisen wie schon bei den Bewertungsbedingungen: Auch die Abwehrprozesse haben sozusagen keine „Instanz“, die sie durchführt, sondern es handelt sich bei ihnen aus dieser Sicht ebenfalls um das Resultat zweier konkurrierender Selektionsdrücke auf die Meme der Person: Zwischen denen, die schon „drin“ (in der Psyche oder gar im Selbst-Memplex) sind versus jenen, die noch „hinein“ wollen einerseits, und denen, die den Organismus erhalten (und damit indirekt, wie schon erwähnt, diesen durch Komplexitätssteigerung fördern und sich dadurch länger verbreiten können) versus jenen toxischen Memen, die dem Organismus schaden (und sich vielleicht kurzfristig besser verbreiten können). Die Vorhersage des zu erwartenden Verhaltens ist hingegen wieder sehr ähnlich.

Je nachdem welcher der beiden schon erwähnten Selektionsdrücke sich in Richtung auf organismische Nützlichkeit oder internalisierte positive Beachtung Anderer durchsetzt, wird die Inkongruenz sich wieder reduzieren oder weiter ansteigen und in Folge in Richtung auf Gesundheit oder zunehmende Pathologie bewegen. Ist im zweiten Fall das Selbst-Memplex mit zu vielen toxischen Memen infiziert, läuft es Gefahr, bei der Aufnahme zu vieler neuer Meme auseinanderzufallen (es hat nur eine begrenzte Anzahl Platz), also wird der entsprechende interne Selektionsprozess zunehmend rigider. Blackmore (1999 281-323) schildert am Beispiel von manchen Religionen und New Age-Strömungen, wie die interne Feedbackschleife aus internalisierter bedingter positiver Beachtung rigide, generalisierte und ungenaue Wahrnehmungstereotypen durch immergleiche Selektion an sich selbst hervorbringen kann.

9. Psychische Störung

Rogers (1959a) betrachtet ein hohes Maß an Inkongruenz von Selbst und Erfahrung weiters auch als Auslöser für jene Prozesse von Zusammenbruch und Desintegration, die üblicherweise als psychotisches Verhalten bezeichnet werden. Tritt eine bestimmte Erfahrung, die eine solche Inkongruenz beinhaltet so plötzlich und deutlich in Erscheinung, daß der Abwehrprozess durch sie unterlaufen wird, erlebt das Individuum zunächst Angst, deren Ausmaß sich proportional zur ausgelösten Bedrohung der Selbststruktur verhält. Versagt der Abwehrprozess, zerbricht die Gestalt der Selbststruktur an der gewahrgewordenen Erfahrung massiver Inkongruenz, woraus sich ein Zustand der Desorganisation entwickelt, in dem die Selektionskriterien für Verhalten zwischen den Resten des Selbst und der komplett gewahrgewordenen Wahrnehmung hin- und herwechseln.

Laufen die beiden beschriebenen memetischen Selektionsdrücke zu weit auseinander, zerbricht das Selbst-Memplex, das nach Blackmore (1999 360-368) in den unverbundeneren Rand-Memen der Psyche „schwimmt“, weil es dem Selektionsdruck nicht mehr gewachsen ist. In Folge werden die beiden Selektionskriterien gleichermaßen immer weiter Meme in die Psyche aufnehmen, ohne daß es noch zu irgendeiner Selektion nach Nützlichkeit käme – manchmal werden die aufgenommenen Meme irgendwie mit den Wahrnehmungen des Organismus verknüpft sein, ohne Rücksicht auf die Reste des Selbst zu nehmen, manchmal werden Meme aufgenommen werden, die irgendwie mit den restlichen Memen des gesprengten Selbst zu tun haben, auch wenn sie wenig oder nichts mehr mit den Erfahrungen des Gesamtorganismus gemeinsam haben.

Ich habe schon erwähnt, daß sich daraus eine Wahrnehmung von ansteigendem Kontrollverlust oder des „nicht-zu-mir-gehörens“ von Teilen der eigenen Erfahrung vorhersagen läßt, die aufgrund der genetischen Evolution mit Todesangst belegt ist, da es sich um eine unvorbereitete Erfahrung des „Ich-Verlusts“ handelt. Von einer Person in einem solchen Zustand der Desorganisation ist aus memetischer Sicht ein wirrer, unzusammenhängender Fluß widersprüchlicher Ideen und Erfahrungen zu erwarten, die in ihrem Aufbau innen (Selbst-Memplex) und außen (Umweltwahrnehmungen des Organismus) nicht mehr zu trennen vermögen. Diese Vorhersage entspricht durchaus der Erfahrung, die jemand macht, der einem Psychotiker gegenübersteht und der Ablaufbeschreibung der „Desorganisation des Selbst“ von Rogers (1959a 54-55).

10. Psychische Gesundheit

Rogers (1959a) beschreibt auch die Gesundung von psychischen Störungen, die aus der personenzentrierten Perspektive als Spezialfall der Persönlichkeitsentwicklung aufgefaßt werden kann. Es handelt sich um den Prozess der Reintegration von Erfahrung, wodurch sich wieder zunehmende Kongruenz zwischen dieser und dem Selbst entwickeln kann. Dazu ist nach Rogers das Erleben von bedingungsloser positiver Beachtung durch einen signifikanten anderen Menschen nützlich, der empathisches Verständnis zeigt. Kann das Individuum zumindest diese Beachtung wahrnehmen, werden seine bestehenden Bewertungsbedingungen dadurch geschwächt oder aufgelöst und die eigene bedingungslos positive Selbstbeachtung gestärkt. Folglich werden Abwehrprozesse seltener, weil die bisher als bedrohlich erlebten Erfahrungen korrekt im Gewahrsein symbolisiert und in die Selbststruktur aufgenommen werden. Daher macht das Individuum weniger bedrohliche Erfahrungen, die psychische Ausgeglichenheit verbessert sich und der organismische Bewertungsprozess selektiert wieder nach Funktionalität.

Blackmore (1999) folgert, argumentativ der universalen Evolutionstheorie folgend, daß je schneller sich umso verschiedene Meme von Psyche zu Psyche ausbreiten können, umso genauer sie kopiert werden (Retention) mit der Einschränkung, kleine „Fehler“ oder „Mutationen“ zuzulassen (Variation) und sich damit scharfer Selektion aussetzen (da nur eine begrenzte Zahl an Memen in einem Gehirn bzw. einer Psyche Platz finden), die memetische Evolution umso effektiver voranschreiten wird. Je effektiver die memetische Evolution, umso komplexere und langfristig gesehen auch effizientere Systeme werden aus ihr hervorgehen. In unserem Fall wären das Psychen und Organismen. Ergeben sich daher konkurrierende Selektionsfaktoren, ist die Geschwindigkeit und organismische Nützlichkeit der memetischen Entwicklung reduziert und kann im Extremfall auch durch inkompatibel auseinanderlaufende Prozesse blockiert werden.

Da die „Spaltung“ der Aktualisierungstendenz in „Haupt“- und Selbstaktualisierung memetisch gesehen als solch ein Wettlauf konfligierender Selektionsdrücke interpretiert werden kann, würde die memetische Psychologie auf das Problem der Gesundung angewandt vorhersagen, daß dazu die konkurrierenden Selektionsfaktoren aneinander angenähert werden müssten. Da Evolution unter geeigneten Bedingungen eine konstruktive und förderliche Tendenz zur Steigerung der Komplexität des Systems in dem sie wirkt aufweist, hätte eine solche Reintegration der beiden Selektionsmechanismen eine förderliche Wirkung auf die Funktionalität des Organismus.

Ich habe bereits argumentiert, wie die memetische Psychologie aufgrund ihrer Grundannahmen über den memetischen Evolutionsprozess die Vorhersage liefern kann, daß zwei oder mehr Personen, die sich unter der Bedingung der Übernahme ähnlicher Meme gegenseitig positive Beachtung geben, in einen Feedbackprozess geraten können, in dem Meme nicht mehr nach Nützlichkeit für das noch gesunde Selbst-Memplex und dadurch indirekt meist auch dem Organismus selektiert werden. Anstelle dessen setzen sich nur mehr Meme durch, die dazu geeignet sind die positive Beachtung echter oder introjizierter Anderer zu gewinnen. Daraus wiederum lässt sich die ganze Spanne pathologischer Verhaltensweisen, die Rogers beschreibt, vorhersagen.

Erlebt jetzt ein Mensch aber bedingungslose positive Beachtung durch einen signifikanten Anderen, hört der „Runaway-Prozess“, der durch die memetische Selektion nach positiver Beachtung hervorgerufen wird, auf, in Konkurrenz zur Selektion durch die Bedürfnisse des Gesamtorganismus zu treten. Ist dieses Gegenüber auch noch empathisch, versteht also den inneren Bezugsrahmen seines inkongruenten Gegenüber, dann ist die Wahrscheinlichkeit, Meme voneinander zu kopieren, sich also gegenseitig zu imitieren sehr hoch (denn die Empathie ist aus der Perspektive der memetischen Psychologie eine Fähigkeit, die direkt auf Imitation aufbaut). Ist die derart sympathische Person auch noch kongruent in der Beziehung, werden auch ihre Meme eher kongruent sein, das heißt nicht in Widerspruch zu den Bedürfnissen des menschlichen Organismus treten.

Dadurch werden die Barrieren für neue Meme, die durch den Konflikt in der Wahrnehmungsverarbeitung entstanden sind und die sich aus personenzentrierter Perspektive als Bewertungsbedingungen, Abwehr und Wahrnehmungsrigidität äußern, abgebaut. Als Ergebnis kann das Wiederingangkommen eines integralen Entwicklungsprozesses der Person, eine zunehmende Flexibilisierung und Differenzierung in Verhalten und Empfinden sowie größere Kreativität vorhergesagt werden – was wiederum auch mit der personenzentrierten Persönlichkeitstheorie übereinstimmt.

Zusammenfassend würde ich sagen, daß die personenzentrierte Theorie zu Veränderung, Wachstum, pathologischer Entwicklung und Erkrankung von Personen durch den Blickwinkel der memetischen Psychologie eine interessante Verfremdung und Verstärkung erfährt. Aus diesem Blickwinkel bleibt die Aktualisierungstendenz nicht länger eine „als Axiom anzunehmende“ (Rogers 1959a 22) mysteriöse Kraft, sondern zeigt sich als logische Konsequenz einer Form der persönlichen und sozialen Evolution. Die Beobachtungen von Carl Rogers und vielen personenzentrierten Therapeuten und Beratern, daß bestimmte Bedingungen Menschen gesunden oder erkranken lassen, ergeben aus dem Blickwinkel der memetischen Evolution einen neuen Sinn, denn einige Ergebnisse, die Rogers rein aus der Erfahrung abgeleitet und beschrieben hat, können aus der memetischen Perspektive auf einer theoretischen Ebene verstanden und tiefgehend erklärt werden.

III. Theorien zu Beziehungen und Therapie

1. Psychische Gesundheit und Familiengeschichte

Aus Erfahrungen in personenzentrierten Psychotherapien mit Familien (Rogers April 1953) können Schlußfolgerungen zur optimalen Entwicklung von Kindern gezogen werden. Demzufolge werden Kinder umso geringer ausgeprägte Bewertungsbedingungen für die Wahrnehmung ihrer (Selbst)Erfahrung aufweisen und umso funktionaler nach ihren organismischen Bewertungsprozessen leben, was wiederum psychische Ausgeglichenheit ermöglicht, je mehr die Eltern ihnen gegenüber bedingungslose positive Beachtung ausdrücken und empathisch den inneren Bezugsrahmen des Kindes verstehen. Eltern können dies aber nur in dem Ausmaß leisten, in dem sie imstande sind selber bedingungslose Selbstbeachtung zu erleben und daher im Ausdruck der eigenen Gefühle kongruent bleiben zu können.

In Kapitel II.1 habe ich ausgeführt, wie aus Sicht der Memetik die Psyche der frühen Kindheit noch mehr von genetisch entstandenen Strukturen geprägt ist als im späteren Alter, und daß das Selbst-Memplex sich erst noch entwickeln muß. Blackmore (1999 121-143) vermutet, daß das große Gehirn sich vor allem dazu entwickelt hat, um die Fähigkeit zu imitieren in für fast alle anderen Spezies einzigartigem Ausmaß zu entwickeln – in Folge kann angenommen werden, daß die Fähigkeit der Imitation genetisch programmiert ist. In den ersten Lebensjahren von Kindern sind die wichtigsten Bezugspersonen, von denen in Folge auch die meisten Meme übernommen werden, die Eltern. Im Kapitel II.4 habe ich argumentiert, daß man auch aus memetischer Sicht das Selbst-Memplex als eine Struktur interpretieren kann, die sich entwickelt hat, um die Verbreitung der überlebensfähigsten Meme abzusichern und daher seit sehr langer Zeit einer besonders auf den Schutz des Organismus gerichteten Selektion unterliegt.

Wenn wir mit diesen Überlegungen im Hinterkopf den problematischen Wettlauf von Selektionsdrücken, der entsteht, wenn die Selektionskriterien für den Selbst-Memplex und den Gesamtorganismus auseinanderlaufen ansehen, dann wird klar, daß dieser besonders gefährlich für die frühe Entwicklung von Organismus und Selbst-Memplex werden kann. Sind die Eltern in Rogers Worten formuliert inkongruent, nur bedingt positiv beachtend und verstehen sie das Erleben des Kindes oft nicht, können die in den Kapiteln II.7, II.8 und II.9 beschriebenen Problemprozesse in einem weit umfassenderen Ausmaß chronisch erlernt werden, als das bei den Inkongruenzen des Erwachsenenalters der Fall ist. Die memetische Perspektive sagt also für die frühe Kindheit eine erhöhte Lernfähigkeit und auch Traumatisierbarkeit durch die Familiengeschichte voraus, was sowohl mit der allgemeinen Erfahrung als auch Rogers` Beobachtungen übereinstimmt.

Sind umgekehrt die Eltern in dieser sensiblen Phase besonders empathisch, bedingungslos positiv beachtend und kongruent, ist aufgrund des eindeutigeren memetischen Selektionskriteriums eine ebenfalls sehr stabil gesunde Persönlichkeit zu erwarten. In diesem Fall übernehmen Kinder in dem Stadium, in dem das Selbst erst entsteht, besonders viele Meme von den Eltern (denn diese sind empathisch, und jemand, den man mag, imitiert man eher), diese Meme sind den organismischen Prozessen des Kindes angemessen (denn die Eltern sind selbst kongruent) und das Kind ist psychisch ausgeglichen, denn es kommt zu keinen internen Selektionswettläufen, die seine Entwicklung blockieren könnten (weil die Eltern bedingungslos positiv beachtend sind). Folglich, wie in Kapitel II.10 ausgeführt, wird die memetische Evolution des Kindes einen besonders komplexen und effizienten Organismus hervorbringen – in den Worten Rogers ist eine optimale Entwicklung des Kindes gewährleistet.

2. Voraussetzungen therapeutischer Entfaltungsprozesse

Rogers (1959a) beschreibt als Kernstück der personzentrierten Theorie, daß, damit therapeutische Entwicklungsprozesse in Gang kommen können, bestimmte Bedingungen erforderlich sind. Dann nämlich, wenn sich zwei Personen in Kontakt befinden, von denen sich eine in einem Zustand der Inkongruenz befindet und in Folge verletzlich oder voller Angst ist, während die andere in der Beziehung kongruent ist, der inkongruenten Person gegenüber bedingungslos positive Beachtung empfindet und empathisch deren inneren Bezugsrahmen wahrnimmt. Grundvoraussetzung für das Zustandekommen des Kontakts ist die noch vorhandene Fähigkeit der inkongruenten Person, die Beachtung und das empathische Verständnis der kongruenten Person wenigstens in geringem Ausmaß wahrnehmen zu können.

Auf den kombinierten Überlegungen aus Kapitel II. aufbauend können wir diesen Prozess auch problemlos aus der memetischen Perspektive verstehen. Ein therapeutischer Entwicklungsprozess (verstanden als Bewegung hin zu Zuständen höherer Komplexität) kann unter folgenden Bedingungen in Gang kommen: Wenn zwei Personen voneinander Meme übernehmen (sich in Kontakt befinden), eine davon einem stärkeren internen Selektionswettbewerb ausgesetzt und damit auch in ihrer Memweitergabe blockierter ist als die andere (eine Person ist eher inkongruent, die andere eher kongruent mit allen Konsequenzen die das mit sich bringt), die kongruente Person auch noch empathisch ist (und daher eher imitiert wird, da ihre weitergegebenen Meme zu den bereits vorhandenen der inkongruenten Person passen) und bedingungslos positiv beachtend agiert (was, wie in Kapitel II.10 argumentiert, den Wettbewerb der Selektionsdrücke der inkongruenten Person entschärft und damit auch Platz für die Aufnahme neuer Meme schafft) und der inkongruenten Person sympathisch ist (die sich in zumindest geringem Ausmaß beachtet und verstanden fühlt) was dazu führt, daß die kongruente Person eher imitiert wird.

Die memetische Psychologie würde folglich zwei Vorhersagen zum Ablauf einer erfolgreichen personzentrierten Therapie treffen. Die eine, für unseren Vergleich nicht zentral wichtige, aber aufschlußreiche Schlußfolgerung wäre, daß Klienten weit mehr Meme vom Therapeuten übernehmen würden als umgekehrt. Aufschlußreich daran ist dennoch, daß dies etwa eine Erklärung für ansonsten nicht leicht verständliche Beobachtungen wie etwa jener bieten könnte, wonach auch Klienten nondirektiver Therapien nach einiger Zeit beginnen, in der Symbolik ihrer Therapeuten zu träumen, selbst wenn sie sich mit dieser nie bewusst auseinandergesetzt haben.

Die zweite, für uns wesentlichere Vorhersage impliziert, daß sich der Unterschied zwischen Therapeut und Klient während der Therapie immer mehr reduziert (denn der Wettbewerb der Selektionsdrücke im inkongruenteren Klienten nimmt ab), der Klient langfristig immer komplexere und dem Organismus nützlichere Formen des Wahrnehmens, Verhaltens und Empfindens erfahren würde (wie in Kapitel II.5 zum Thema „universeller Darwinismus“ näher ausgeführt) und daß es sich bei diesem Entwicklungsprozess um eine ungerichtete, in ihrem Verlauf unvorhersagbare Bewegung hin zu höherer Differenziertheit handelt, die durch direkte Prozessinterventionen eher gestört wird (weil Evolution nach Blackmore (1999 29f.) keine teleologischen, d.h. zielgerichteten Elemente beinhaltet, aber höhere Komplexität hervorbringt). Alle diese Details dieser logisch aus der memetischen Perspektive abgeleiteten Strukturen eines solchen Entwicklungsprozesses stimmen mit den Erfahrungen personzentrierter Therapieprozesse punktgenau überein.

3. Voraussetzungen für die Entfaltung einer Gruppe

Rogers (1959a) formuliert ähnliche Bedingungen für das Ingangkommen der Entwicklung einer ganzen Gruppe. Demnach nehmen Gruppenkonflikte und Spannungen ab, wenn ein Gruppenleiter vorhanden ist, der zu den einzelnen Gruppenteilnehmern separate Kontakte hat, die beidseitig jeweils die Voraussetzungen für therapeutische Entwicklungsprozesse erfüllen. Folglich verbessert sich durch Reduktion der gegenseitigen Abwehr auch die Kommunikation zwischen den Gruppenteilnehmern.

Wenn wir aus memetischer Sicht analog zu den im Kapitel III.2 beschriebenen Entfaltungsprozessen jene einer ganzen Gruppe mit einem kongruenten (bzw. mit einem relativ eindeutigen Selektionskriterium für die Aufnahme neuer Meme versehenen) Facilitator und mit etwas weniger kongruenten (d.h. einem stärkeren internen Wettlauf der Selektionsdrücke ausgesetzt und damit auch in ihrer Memweitergabe reduzierten) Teilnehmern, deren Kontakte (Memaustausche) mit dem Facilitator die personzentrierten (und, wie ich ausgeführt habe, implizit auch memetischen) Bedingungen für Wachstum (bzw. Komplexitätssteigerung) erfüllen betrachten, dann können wir davon ausgehen daß zwischen dem Facilitator und den individuellen Teilnehmern die in diesem Kapitel beschriebenen Prozesse in Gang kommen.

Anfangs wäre zu erwarten, daß die Teilnehmer mehr Meme vom Facilitator als voneinander übernehmen würden. Weiters sollte diese Konstellation zu einer ungerichteten, in ihrem Verlauf unvorhersagbaren Entwicklung (bzw. Komplexitätssteigerung) der Individuen führen, und folglich komplexere und differenziertere Formen von Wahrnehmung, Verhalten und Empfinden als zuvor hervorbringen. Im Gegensatz zu einem Zweiersetting sollte dies im weiteren Verlauf nicht nur auf die individuellen Personen, sondern auch ihr soziales System (die Gruppe) zutreffen, da auch diese(s) den memetischen Evolutionsdrücken ausgesetzt ist.

Einerseits wäre die entwicklungsförderliche Reduktion des Wettlaufs zwischen den bereits mehrmals beschriebenen memetischen Selektionsdrücken aufgrund der Aufteilung der Aufmerksamkeit des Facilitators effektiv vermutlich geringer als in einem therapeutischen Zweiersetting, andererseits würde in einer solchen Konstellation der in Kapitel II.3 beschriebene „Runaway-Prozeß“ aufgrund des memetisch entstehenden Gruppendrucks statt Meme für bedingte positive Beachtung eher solche für bedingungslose positive Beachtung fördern (d.h., entsprechende Meme würden sich eher ausbreiten). In Folge würden sich die beiden differierenden Selektionskriterien für positive Beachtung und Selbst-Memplex selbst systematisch näher aneinander „meta-selektieren“, und die Teilnehmer würden immer mehr Meme voneinander annehmen.

Blackmore (1999) meint, daß die menschliche Fähigkeit zu sprechen, generell differenziert zu kommunizieren, sich ursprünglich durch memetischen Druck auf die Gene entwickelt hat – um mehr Meme verbreiten zu können. Steigt die Zahl der Meme, die die Teilnehmer auch voneinander annehmen, steigt die Härte der memetischen Selektion, aber es können nur begrenzt viele Meme in ein Gehirn gelangen – der Wettkampf zwischen den Memen nimmt also zu. Also wäre zu erwarten, daß in einer personzentriert agierenden Gruppe nicht nur die Differenziertheit von Wahrnehmungen, Verhalten und Empfinden der Teilnehmer voneinander steigt, sondern auch durch die beiden sich annähernden Memselektionsdrücke angetrieben immer mehr und immer bessere Kommunikation stattfindet, weil sich die Meme besser ausbreiten können, die diese fördern. Das alles sind Vorhersagen, die sich in völliger Übereinstimmung mit dem aus dem personzentrierten Blickwinkel zu erwartenden Resultat befinden.

4. Der Therapieprozess von Einzelpersonen

Rogers (1959a) beschreibt sehr differenziert den in Gang gekommenen Therapieprozess. Man kann diesen in die memetische Perspektive verfremden, wobei sowohl Ähnlichkeiten als auch Unterschiede deutlich sichtbar werden. Ein wichtiges „Übersetzungskriterium“ ist, zu bedenken, daß die Meme aus der Sichtweise der memetischen Psychologie den spezifisch menschlichen Formen des Verhaltens, Wahrnehmens und Erlebens sowie den diversen Symbolisierungen von Emotionen äquivalent sind (Blackmore 1999). In Folge kürze ich Rogers Abschnitt der Prozessbeschreibung mit „PZA“ für „personenzentrierter Ansatz“, die memetische Verfremdung mit „MP“ für „Memperspektive“ ab.

1. (PZA): Zunächst können Gefühle zunehmend freier ausgedrückt werden, haben mehr Bezug zum Selbst, die Objekte von Gefühlen und Wahrnehmungen werden besser differenziert, die Wahrnehmung wird extensionaler und in Folge die Erfahrungen exakter symbolisiert.

1. (MP): Zunächst können im Selbst-Memplex mehr Meme aufgenommen werden, die differenzierter die Repräsentation konkreter Gefühle und Wahrnehmungen sowie deren Kommunikation ermöglichen. In Folge kann das eigene zukünftige Verhalten, Empfinden und Erleben vom Selbst-Memplex korrekter vorhergesagt werden.

2. (PZA): Durch die bedingungslos positive Beachtung des Therapeuten sowohl gegenüber Kongruenz als auch Inkongruenz, Angst als auch Abwesenheit von Angst fällt es dem Klienten folglich zunehmend leichter, Bedrohungsgefühle aufgrund von Inkongruenz zwischen seinen Erfahrungen und Selbstkonzept wahrzunehmen und auszudrücken.

2. (MP): Durch die bedingungslos positive Beachtung des Therapeuten ausgelöst (dieser Prozess aus memetischer Perspektive wurde im Detail in Kapitel II.10 diskutiert) finden weniger Selektionswettläufe statt und der Organismus ist folglich weniger Bedrohungen ausgesetzt, denn das Selbst-Memplex kann solche genauer und realistischer vorhersagen. Da die Komplexität und damit Differenziertheit des Individuums aufgrund des gestiegenen und eindeutigeren memetischen Evolutionsdrucks anwachsen (dies wegen der im Kapitel II.5 zum Thema „universeller Darwinismus“ ausgeführten Prozesse) verbessert sich außerdem die von Menge und Qualität der zur Verfügung stehenden Meme abhängige Fähigkeit diese Informationen zu kommunizieren.

3. (PZA): Daraufhin wird es ihm möglich, jene Gefühle wahrzunehmen, die zuvor der Gewährleistung nicht oder nur entstellt zugänglich waren, worauf sein Selbstkonzept sich zu reorganisieren beginnt, um diese Erfahrungen zu integrieren – wodurch die Kongruenz zwischen Selbst und Erfahrung wieder anwächst.

3. (MP): Durch den reduzierten Wettlauf zwischen den verschiedenen Selektionsdrücken werden die Vorhersagen, die der Selbst-Memplex über Verhalten und Empfinden des eigenen Organismus macht eindeutiger und besser. Da durch den erhöhten Selektionsdruck auf die Meme immer mehr und immer bessere für Verhaltens-, Wahrnehmungs- und Empfindungsformen zur Verfügung stehen, wird das Selbst-Memplex im Durchschnitt für den Organismus funktionalere Meme integrieren.

4. (PZA): Daher werden immer weniger Erfahrungen als bedrohlich erlebt, Wahrnehmungsverzerrungen nehmen ab, und die Abwehr wird reduziert, sodaß auch die bedingungslos positive Beachtung des Therapeuten ohne Bedrohungsgefühl erlebt werden kann.

4. (MP): Daher stellen immer weniger Erfahrungen eine Gefahr für den Organismus dar, was auch korrekt im Selbst-Memplex repräsentiert wird (bzw. die Person erlebt in Folge weniger Bedrohung), immer weniger Meme werden nur aufgrund potentieller Bedrohungen nicht aufgenommen, die Wahrnehmung von Umwelt und Organismus wird differenzierter.

5. (PZA): So empfindet schließlich der Klient zunehmend eine bedingungslose positive Selbstbeachtung, erfährt sich selbst als den Ort seiner eigenen Bewertung und reagiert folglich auf Erfahrungen weniger im Sinne seiner Bewertungsbedingungen, und mehr im Sinne seines organismischen Bewertungsprozesses.

5. (MP): Folglich werden Meme zunehmend nach den Bedürfnissen des Organismus selektiert, denn das Selektionskriterium „orientiert“ sich mehr „innen“ am Organismus und dem mit dessen Verhalten jetzt widerspruchsfreieren Selbst-Memplex als nach „draußen“ an der Beachtungschance durch andere. Wegen der geringeren Widersprüchlichkeit der aufgenommenen Meme werden immer mehr der in die Psyche integrierten Meme auch im Selbst-Memplex verankert.

Die wichtigste Vorhersage, die sich daraus für die Resultate eines personenzentrierten Therapieprozesses ergibt, ist die Entfaltung einer komplexeren, also differenzierteren und widerspruchsfreieren Psyche sowie Kommunikationsfähigkeit, erhöhter Kreativität und dem Gefühl, auch bei großer Erfahrungsoffenheit die eigenen Handlungen und Empfindungen korrekt vorhersagen zu können, was zu einem Gefühl erhöhter Kontrolle führt. Auch hier stimmen die konkreten Vorhersagen der memetischen Theorie trotz verschiedener Interpretation mit der personenzentrierten Erfahrung gut überein.

5. Der Therapieprozess von Gruppen

Ist ein Gruppenleiter vorhanden, der zu den einzelnen Gruppenteilnehmern separate Kontakte hat, die jeweils die Voraussetzungen für therapeutische Entwicklungsprozesse erfüllen, steigt nach Rogers (1959a) dadurch die Fähigkeit zu differenzierter Wahrnehmung und Extensionalität an, und das Gefühl der Bedrohung im Erleben der Gruppenteilnehmer wird reduziert. In Folge werden Kommunikationen korrekter wahrgenommen, weil der Kontakt der Gruppenmitglieder weniger abwehrend ist und mehr gegenseitige Kongruenz zulässt. Das wiederum führt dazu, daß diese in die Lage geraten, empathisch die Bezugsrahmen der Anderen wahrzunehmen, und es entsteht ein sich selbst verstärkender Prozess, der die selben Eigenschaften wie der Therapieprozess einer Einzelperson entwickeln kann.

In Kapitel III.3 habe ich zur Evolution von Gruppen aus memetischer Sicht festgestellt, daß sie zu „einem ungerichteten, in seinem Verlauf unvorhersagbaren Entwicklungsprozess der Individuen führen würde, der komplexere und differenziertere Formen von Wahrnehmung, Verhalten und Empfinden hervorbringt“ und in Folge ein memetischer Selektionsdruck für „immer mehr und immer bessere Kommunikation“ entsteht. Im Kapitel III.4 habe ich den Ablauf einer personenzentrierten Therapie zusammengefasst als einen Prozess, der „die Entwicklung einer ... widerspruchsfreieren Psyche sowie Kommunikationsfähigkeit, erhöhter Kreativität und dem Gefühl, auch bei großer Erfahrungsoffenheit die eigenen Handlungen und Empfindungen korrekt vorhersagen zu können“ zur Folge hat. Wir können diese beiden

Überlegungen kombinieren. Als wesentliche Merkmale des Therapieprozesses von Gruppen aus der memetischen Perspektive können wir einen zwar in seinem Verlauf, nicht aber den Ergebnissen unvorhersagbaren Entwicklungsprozess der Individuen und der Gruppe vorhersagen:

Die memetischen Selektionsdrücke der organismischen Erfahrung und des Selbst-Memplex werden sich zunächst aneinander annähern, und dadurch die Zirkulation von mehr und verschiedenartigen Memen als zuvor zulassen, was wir aus Rogers` Perspektive als sinkende Abwehr und verschwindende Bewertungskomplexe sowie steigende Erfahrungsoffenheit deuten würden. Es entsteht ein sich selbst verstärkender Prozeß immer strengerer Memeselektion, wodurch laut des „universellen Darwinismus“ (Blackmore 1999 37-56) die Gesamtkomplexität und Differenziertheit des Systems (in diesem Fall der Organismen, Selbst-Memplex und auch des sozialen Systems) steigt. Es sollten also sowohl intra- als auch extrapsychisch immer komplexere, widerspruchsfreiere und differenziertere Formen von Wahrnehmung, Verhalten, Empfinden und Kommunikation auftreten. Intrapsychisch führt das durch zunehmende Differenzierung des Selbst-Memplex zur gesteigerten Fähigkeit, das eigene Verhalten und Empfinden korrekt vorhersagen zu können – was Gefühle der Bedrohung und des Kontrollverlustes auch bei hoher Erfahrungsoffenheit (bzw. „Memdurchlässigkeit“) verhindert.

Daß im Falle von Therapieprozessen von Gruppen aus dem memetischen Blickwinkel nicht nur die Individuen, sondern auch das gesamte soziale System von der memetischen Evolution betroffen ist, kann als Parallele des „universellen Darwinismus“ zu Rogers` „formativer Tendenz“ aufgefasst werden.

6. Ergebnisse von therapeutischen Prozessen

Rogers (1959a) vermutet, daß bestimmte Entwicklungen aus persönlichen Wachstumsprozessen dauerhaft anhalten. Auch diese Ergebnisanalyse personenzentrierter therapeutischer Prozesse können in die memetische Perspektive verfremdet werden:

1. (PZA): Größere Kongruenz, Erfahrungsoffenheit und geringere Abwehr führen zu realistischerer, objektiverer Wahrnehmung, verbesserter Problemlösekapazität, und einer psychisch ausgeglicheneren Selbststruktur, die sich näher an optimaler Funktionalität befindet.

1. (MP): Ein durch eindeutige Gerichtetheit erhöhter Selektionsdruck ohne Wettläufe zwischen Individualisations- und Anpassungsdrücken und eine in Folge hohe Durchlässigkeit (Offenheit) der Psyche für Meme führt aufgrund der resultierenden Komplexitätssteigerung und Widerspruchsfreiheit von Selbst-Memplex und Organismus zu psychosomatischer Ausgeglichenheit sowie optimal funktionalen Memen (bzw. imitierten Formen des Verhaltens, Empfindens und Wahrnehmens) für die Wahrnehmungs- und Problemlösungskapazität des Organismus.

2. (PZA): Aufgrund der zunehmenden Kongruenz von Selbst und Erfahrung reduziert sich die Verletzlichkeit durch Bedrohungen, die Kongruenz zwischen Selbst und Selbstideal nimmt zu (weil das Idealselbst realistischer und erreichbarer wird) und psychosomatische Spannungs- und Angstzustände reduzieren sich.

2. (MP): In Folge ist das Selbst-Memplex eher in der Lage, das Verhalten des eigenen Organismus korrekt vorherzusagen, und reduziert dadurch Bedrohungen für den Organismus. Da das wie erwähnt auch vom Selbst-Memplex korrekt vorhergesagt wird, steht zu erwarten, daß sich Angstzustände und entsprechende psychosomatische Beschwerden reduzieren.

3. (PZA): Da dadurch die positive Selbstbeachtung wächst, wird der Ort der Bewertungen in Folge als innerhalb des eigenen Organismus erlebt, was zu mehr Selbstvertrauen und Eigenverantwortung führt, da diese Bewertungen nun hauptsächlich durch den organismischen Bewertungsprozess bestimmt werden. Folglich können andere aufgrund der geringeren Bedrohungsgefühle realistischer und exakter wahrgenommen werden.

3. (MP): Das Selektionskriterium der memetischen Evolution des Organismus „orientiert“ sich mehr „innen“ am Organismus und dem mit dessen Verhalten jetzt widerspruchsfreieren Selbst-Memplex als nach „draußen“ an der Beachtungschance durch andere. In Folge kann das Verhalten des Gesamtorganismus erfolgreicher durch das Selbst-Memplex vorhergesagt werden. Das führt, wie schon mehrmals argumentiert, zu geringerer Bedrohung des Organismus, der Wahrnehmung von geringerer Bedrohung für den Organismus, funktionalerer Wahrnehmung und einem Gefühl der selbstverantwortlichen Kontrolle.

4. (PZA): Da der Anteil der Erfahrung, die in die eigene Selbststruktur eingebaut wird, ansteigt, nehmen jene Anteile des eigenen Verhaltens, die als „nicht zu mir gehörig“ (Rogers 1959a 45) interpretiert werden ab, und das Verhalten wird als mehr unter eigener Kontrolle erlebt – „kreativer, neuen Situationen und ... Problemen gegenüber flexibler und ... eher in der Lage, ... eigene Absichten und Werte auszudrücken.“ (Rogers 1959a 45)

4. (MP): Da die Menge der Meme, die in das Selbst-Memplex eingebaut werden, ansteigt, nehmen jene Anteile des Verhaltens des Gesamtorganismus, die von diesem nicht korrekt vorhergesagt werden können ab, und das Verhalten wird als mehr unter eigener Kontrolle erlebt. Die ansteigende Komplexität (und damit Differenziertheit) der Psychosomatik der Person führt auch aus der memetischen Perspektive zu größerer Kreativität, Flexibilität und Problemlösungskapazität. Außerdem ist der Organismus eher in der Lage, eigene Meme zu verbreiten.

5. (PZA): Rogers (1959a) vermutet darüberhinaus, daß dies in der sozialen Umwelt dazu führt, daß das Verhaltens des sich entwickelnden Menschen durch Andere mehr akzeptiert wird und er als reifer und sozialisierter wahrgenommen wird, wobei diese Schlußfolgerung von Wascher (1994 65-71) kritisiert und als politische Naivität Rogers gedeutet wird.

5. (MP): Darüber hinaus ist zu vermuten, daß ein solcher Organismus in seiner sozialen Umwelt mehr Meme zu verbreiten imstande ist. Ob er in Folge auch gleich positiver beachtet wird, ist eine andere Frage, die vermutlich nicht nur mit der angenommenen „Reife“ der Person, sondern auch mit den politischen Bedingungen in ihrem Umfeld (den Ergebnissen der memetischen Kulturevolution) zusammenhängen wird. Nicht ohne Grund liegen die englischen Begriffe „famous“ und „infamous“ nahe aneinander – erhöhte, wenn auch nicht unbedingt positive Beachtung finden aber Menschen beider Varianten.

Auch die dauerhaften Ergebnisse von Entwicklungsprozessen stellen sich aus Sicht beider Theorien als ziemlich weitgehend synonym heraus. Vor allem am Punkt 4 wird erkennbar, wie präzise die theoretischen Konstrukte der memetischen Evolutionstheorie die konkreten Beobachtungen personenzentrierter Entwicklungsprozesse vorhersagen.

7. Selbst-Regulation

Rogers (1959a) leitet aus der praktischen Arbeit mit Therapieklienten den philosophischen Schluß ab, daß Individuen unter bestimmten definierbaren Bedingungen dazu imstande sind, sich selbst zu leiten, zu regulieren und zu kontrollieren. Individuen können sich der Inkongruenzen zwischen ihrem Selbst und ihrer Erfahrung gewahr werden und ihr Selbstkonzept in Richtung auf die Integration abgewehrter Erfahrungen reorganisieren, und sich so von Zuständen psychischer Fehlanpassung in Richtung auf psychische Ausgeglichenheit weiterentwickeln. Diese Tendenz zu persönlicher Entwicklung, die Rogers als Aktualisierungstendenz bezeichnet, verwirklicht sich in jeder zwischenmenschlichen Beziehung, in der die drei personenzentrierten Bedingungen gegeben sind: Die Partner sind kongruent in der Beziehung, erleben bedingungslose positive Beachtung einander gegenüber und erfahren empathisches Verständnis füreinander.

Hier zeichnet sich wieder der möglicherweise gravierendste Unterschied zwischen memetischen und personenzentrierten Grundannahmen ab. Manche, aber nicht alle personenzentrierten Theoretiker scheinen zumindest teilweise von einer Art „wahrem Selbst“ auszugehen. Blackmore (1999 360-386) erklärt das Selbst überhaupt zu einer zwar dem Organismus prinzipiell nützlichen, nichtsdestoweniger fiktiven Illusion eines „Ich“. Die Beweislage für die Extreme beider Annahmen scheint sich allerdings auf gleichermaßen dünnem Eis zu bewegen.

Mein Vorschlag beim Vergleich beider Theorien wäre hier wieder, die Unterschiede dieser unüberprüfaren Grundannahmen zugunsten der gemeinsamen Vorhersageleistung schlicht zu ignorieren. Ob wir das Gefühl der Kontrolle ausschließlich aus der korrekten Vorhersage des eigenen Verhaltens herleiten oder aus der Annahme eines freien Willens, wir von einem Geist-Körper- oder einem Gehirn-Somatik-Dualismus oder keinem von beiden überzeugt sind spielt im Ergebnis, nämlich der korrekten Vorhersage unserer Verhaltensweisen und wie wir sie unter bestimmten Bedingungen beeinflussen können, keine Rolle.

Wir können unter Beachtung dieser Überlegungen die von Rogers angenommene Fähigkeit zur Selbst-Regulation memetisch folgendermaßen verfremdet übersetzen: Unter bestimmten definierbaren Bedingungen sind Individuen dazu imstande, ihr eigenes Verhalten (bzw. das des Gesamtorganismus) mittels des Selbst-Memplex korrekt vorherzusagen und Differenzen zwischen dieser Vorhersage (des Selbst-Memplex) und ihrer (des Organismus`) Erfahrung wahrzunehmen und sich so von Zuständen psychischer Fehlanpassung (zwischen Selbst-Memplex und Organismus) in Richtung auf psychische Ausgeglichenheit (zwischen diesen) weiterzuentwickeln. Diese Tendenz zu persönlicher Entwicklung, die Blackmore als memetische Evolution bezeichnet, verwirklicht sich in jeder zwischenmenschlichen Beziehung, in der folgende drei Bedingungen gegeben sind: Es gibt keinen Wettlauf der Selektionsdrücke für positive Beachtung und für die Bedürfnisse des Organismus, die Partner imitieren einander und nehmen voneinander viele Meme an.

Wieder stimmen die Annahmen der beiden Theorien nicht überein, während sich die Vorhersagen gegenseitig erklären und ergänzen.

IV. Roger`s Konzept psychischer Gesundheit und die Memetik

1. Erfahrungsoffenheit

Eine der wichtigsten im Verhalten von Personen beobachtbaren Eigenschaften der Aktualisierungstendenz ist nach Rogers (1959a) das Konstrukt der „Offenheit für Erfahrung“. Personen sind dann „erfahrungsoffen“, wenn sie sich nicht bedroht fühlen – sich also im Gegenteil des Zustandes der Abwehr befinden. Erfahrungsoffenheit kann sich auf den gesamten Organismus beziehen oder auf Teile davon. Eine fiktive Person, die völlig erfahrungsoffen wäre, würde jede Erfahrung vollständig im Gewahrsein und im Selbstkonzept symbolisieren, und ihre Aktualisierungstendenz könnte sich voll, da zwischen Selbst und Erfahrung ohne Widerspruch, entfalten.

Zu Beginn dieser Arbeit habe ich behauptet, daß sich Rogers Aktualisierungstendenz als mit der memetischen Evolution des Individuums identisch herausstellen würde. Nachdem ich im Detail darzulegen versucht habe, daß sich aus der memetischen Theorie heraus viele der Beobachtungen Rogers und anderer personenzentrierter Theoretiker annähernd deckungsgleich nachmodellieren und schlüssig erklären lassen, versuche ich gegen Ende aufzuzeigen, daß dies auch auf die wichtigsten Konstrukte, die sich auf psychische Gesundheit – auf „memetisch“ vielleicht als „optimale Evolutionsgeschwindigkeit“ übersetzbar – der personenzentrierten Theoriebildung in ihrem Verhältnis zur Aktualisierungstendenz zutrifft.

„Erfahrungsoffenheit“ wäre dann etwa „Offenheit für Memaufnahme und –weitergabe“. Diese wäre dann besonders hoch, wenn der Organismus nicht bedroht ist und sich nicht vor „toxischen“ Memen besonders schützen muß. Diese kann sich auf Teile oder auf den ganzen Organismus beziehen. Eine fiktive Person, deren Memselektion ohne Widerspruch zwischen Selbst-Memplex und Organismus verläuft, würde höchste Offenheit für Memaufnahme und –weitergabe aufweisen, wenige oder keine Meme völlig ausfiltern, und aufgrund des hohen Selektionsdrucks auf die eingehenden Meme (weil trotzdem nur begrenzt viele im Selbst-Memplex und der restlichen Psyche Platz haben) würde die memetische Evolution sich voll entfalten – d.h., in sehr kurzer Zeit sehr hohe Komplexität hervorbringen, mit all den bereits besprochenen zu erwartenden Resultaten.

2. Gewahrsein

Rogers (1959a) setzt Gewahrsein und Bewußtsein, Gewähr- und Bewußtwerdung gleich, er versteht darunter die symbolische Repräsentation eines Teiles der Erfahrung. Erfahrungen, die „frei, ohne defensive Verleugnung oder Verzerrung symbolisiert werden können, ... sind der Gewährwerdung zugänglich ...“ (Rogers 1959a 24) Die Aktualisierungstendenz kann umso besser und ungebrochener arbeiten, je mehr der Gesamterfahrung des Organismus dem Gewahrsein zugänglich ist.

Blackmore (1999) sieht Gewahrsein und Bewußtsein, Gewähr- und Bewußtwerdung als Eigenschaft des Selbst-Memplex an, welchen man als eine psychische Symbolisierung der Vorhersagen über das zukünftige Verhalten des eigenen Organismus ansehen könnte. Je präziser und unverzerrter diese Vorhersagen funktionieren, desto weniger Selektionsdruckwettläufe werden zwischen den Inhalten des Selbst-Memplex und den Bedürfnissen des Gesamtorganismus entstehen und vice versa, und umso besser und ungestörter wird die memetische Evolution die Komplexität des Organismus steigern.

3. Symbolisierung

Da Rogers nicht in die Falle verfällt, zwischen der „wirklichen Realität“ und der Erfahrungswirklichkeit unterscheiden zu wollen – was sich in den letzten paar tausend Jahren als vermutlich unmöglich herausgestellt hat – ist sein Begriff der Symbolisierung ein sehr anspruchsvoller. Diese philosophisch weitreichende Problematik wird an der Beobachtung sichtbar, daß unsere Symbole mit den Erfahrungen, die sie repräsentieren, nicht unbedingt übereinstimmen.

Rogers (1959a 24) schreibt dazu: „... Alle Gewährleistung ist von transaktionaler Natur, insofern ist sie eine Konstruktion aus unserer eigenen Vorerfahrung und eine Vermutung oder Vorhersage über die Zukunft.“ Auf diese Weise können Symbolisierungen an der Erfahrung überprüft werden: Wenn etwa ein Psychoterapeut, der elektrische Ströme in seinem Körper vermutet, die elektrischen Ströme in seinem Körper überprüfen und mit den Charakteristika anderer elektrischer Ströme vergleichen würde, dann würde er die in seiner Gewährleistung enthaltene Hypothese und Symbolisierung überprüfen. Rogers (1959a 24f.) formuliert: „Wenn wir von exakter Symbolisierung im Gewahrsein sprechen, so meinen wir, daß Hypothesen im Rahmen unserer Gewährleistung dadurch erhärtet (oder widerlegt, Anm.) werden, daß wir sie durch Versuch testen.“

Symbolisierung kann daher als Reflexion über einen Teil der Erfahrung, die in Folge durch Symbole ausgedrückt oder repräsentiert wird, welche dem Zweck dienen, immer passendere Aussagen über das zukünftige Verhalten der Welt, anderer Personen und des eigenen Selbst zu ermöglichen verstanden werden. Die Aktualisierungstendenz wird umso effizienter arbeiten, je exakter die eigenen Symbolisierungen mit der Erfahrung übereinstimmen.

Nach Blackmore (1999) sind Symbole Meme, und Symbolisierungen daher Meme, die als Werkzeuge für die Interpretation unserer Wahrnehmungen dienen können. Jede Gewährleistung von Erfahrung ist daher auch aus memetischer Sicht von konstruktivistischer und transaktionaler Art. Nützliche Meme sind insofern solche, die Vermutungen oder Vorhersagen über die Zukunft ermöglichen, die dem Selbst-Memplex als Hypothesen dienen, welche sozusagen „im Versuch getestet“ werden – nämlich selektiert. Meme, die ihren Wirten (uns) nicht nützlich sind, sterben langfristig aus – Psychoterapeut-Meme z.B. können sich meistens nicht schnell, lange und weit genug verbreiten. Wir übersetzen also direkt:

Meme können daher als Reflexion über einen Teil der Erfahrungen des Organismus verstanden werden, die in Folge innerpsychisch ausgedrückt oder repräsentiert werden, und welche dem Zweck dienen, immer passendere Aussagen über das zukünftige Verhalten der Welt, anderer Personen und des eigenen Organismus zu ermöglichen. Die memetische Evolution wird umso effizienter arbeiten (d.h., umso schneller erhöhte Komplexität hervorbringen), je exakter die in der Psyche enthaltenen Meme mit den Erfahrungen des Organismus übereinstimmen.

4. Selbststruktur

Selbststruktur ist ein Begriff, der sich nach Rogers (1959a) auf die organisierte, in sich geschlossene Gestalt bezieht, von der Personen sprechen, wenn sie von „sich-selbst“ reden. Diese Gestalt kann ganz, teilweise oder gar nicht im Gewahrsein symbolisiert werden und ist ein fließender Prozess. Die Selbststruktur kann als die Symbolisierung der eigenen Person in ihren Beziehungskontexten im Gewahrsein des Gesamtorganismus verstanden werden. Je präziser dies geschieht, desto weniger geraten Erfahrung und Selbststruktur in Konflikt und desto besser entfaltet sich die Aktualisierungstendenz.

Das Selbst-Memplex ist ein Begriff, der sich nach Blackmore (1999) auf die organisierte, in sich geschlossene Gestalt aus Memen bezieht, von der Personen sprechen, wenn sie von „sich-selbst“ reden. Dieses zentrale Memplex ist ein fließender Prozess, der Vorhersagen über das zukünftige Verhalten des eigenen Organismus liefern kann, die ganz, teilweise oder gar nicht eintreffen können, was in Folge ganz, teilweise oder gar nicht zu einem Gefühl der Kontrolle über das eigene Verhalten führt. Das Selbst-Memplex kann als die Symbolisierung der eigenen Person in ihren Beziehungskontexten im Gesamtorganismus verstanden werden. Je präziser dies geschieht, desto weniger geraten die Selektionskriterien der organismischen Erfahrung und der Strukturen des Selbst-Memplex in einen konflikthaftern Wettlauf und desto besser entfaltet sich die komplexitätsteigernde Eigenschaft der memetischen Evolution.

5. Positive Beachtung

Der Begriff „positive Beachtung“ schließt Haltungen wie „Wärme, Liebe, Respekt, Sympathie und Anerkennung“ ein. Eines der entscheidenden Elemente der meisten persönlichen Entwicklungen ist die positive Beachtung durch einen wichtigen anderen Menschen. Empfindet ein Mensch positive Beachtung auch für jene Erfahrungen eines Anderen, vor denen sich dieser fürchtet oder für die er sich schämt, so kann das behilflich sein, Veränderungen zuzulassen – also ist diese Art von Verhalten förderlich für die Aktualisierungstendenz.

Positive Beachtung ist, wie schon erwähnt, nach Standal und Rogers ein erlerntes Bedürfnis, und aus der memetischen Perspektive lässt sich herleiten, daß sich ein solches Bedürfnis, wenn wir memetische Selektion als gegeben annehmen, sogar entwickeln muß. Sie kann, wie unter anderem im Kapitel I.3 diskutiert, dadurch zum wichtigen Selektionskriterium für neue Meme werden und die memetische Evolution damit zu Gunsten oder Ungunsten des Organismus, in dem sie stattfindet, beeinflussen.

Richtet sich das Selektionskriterium für positive Beachtung auf die Aufnahme vieler neuer Meme aus, steigt der Selektionsdruck auf diese an (weil nur begrenzt viele in eine Psyche gelangen können) – also ist diese Art von Verhältnis förderlich für die Geschwindigkeit der memetischen Evolution, die umso schneller erhöhte Komplexität hervorbringen wird. In Folge wird der Organismus weniger Bedrohung ausgesetzt sein und weniger empfinden, eher Veränderungen zulassen und eine differenziertere Wahrnehmung entwickeln – alles Resultate, die wir auch aus personenzentrierter Sicht erwarten würden.

V. Gefolgte Parallelen zwischen memetischer Evolution und Aktualisierungstendenz

1. Zur Entwicklung des Individuums

Aus personenzentrierter Sicht ist der singuläre Antrieb persönlicher Entwicklung die Aktualisierungstendenz, aus memetischer Sicht die memetische Evolution. Die Aktualisierungstendenz „fördert und erhält“ (Rogers 1959a) den Organismus unter „geeigneten Bedingungen“, die in der Struktur der zwischenmenschlichen Beziehungen der Person in Vergangenheit und Gegenwart vorhanden waren oder eben nicht. Die memetische Evolution fördert und erhält den Organismus unter ebenfalls geeigneten Bedingungen, und ich habe versucht zu zeigen daß es dieselben Bedingungen wie diejenigen sind, die die personenzentrierte Perspektive postuliert.

Die beiden Theorien haben verschiedene Interpretationen zu diesen Mustern – der personenzentrierte Ansatz sieht einen Wettkampf zwischen gruppeninternen Bewertungsbedingungen versus der Interessen des Gesamtorganismus durch nur bedingt positive Beachtung als problematisch, der memetische Ansatz hingegen einen Wettlauf der Selektionsfaktoren, der zu Ungunsten des Gesamtorganismus geht – aber beide Interpretationen sagen dieselben Abläufe individueller Entwicklung (oder Degeneration) unter denselben Bedingungen voraus. Sowohl aus personenzentrierter als auch aus memetischer Sicht spielt in Gesundheit und Krankheit des Organismus – der von beiden Seiten als ganzheitlich modelliert wird – ein Selbst die Hauptrolle, das im Wesentlichen in der frühen Kindheit erlernt wurde und dessen Funktion die Erhaltung des Organismus ist.

Aus personenzentriertem Blickwinkel bleibt die Aktualisierungstendenz „ein Motiv ... welches in diesem theoretischen System als Axiom vorausgesetzt wird“ (Rogers 1959a 22). Aus der memetischen Perspektive hingegen ist die memetische Evolution eine logische Konsequenz aus den Strukturen unseres Bewußtseins. Wenn die memetische Evolution und die Aktualisierungstendenz dieselben Eigenschaften haben und daher das Argument vorgebracht werden kann, daß es sich um zwei Beschreibungen desselben Phänomens handelt, hätte damit der personenzentrierte Ansatz ein gewichtiges theoretisches (und möglicherweise längerfristig empirisch überprüfbares) Argument, um was es sich bei der Aktualisierungstendenz eigentlich handelt und wie und weswegen sie vom psychosomatischen Gesamtorganismus hervorgebracht wird.

2. Zur Entwicklung von Beziehungen

Die personenzentrierte Persönlichkeitstheorie besagt, daß der möglicherweise größte Einfluß auf Gesundheit oder Krankheit von Individuen durch vergangene und gegenwärtige Beziehungen zustande kommt. Herrschen in diesen Beziehungen die Eigenschaften der Kongruenz (Widerspruchsfreiheit zwischen Selbstkonzept und Gesamtorganismus), Empathie (die Fähigkeit, den inneren Bezugsrahmen eines anderen einführend, aber ohne Identifikation zu verstehen) und bedingungsloser positiver Beachtung (von Erfahrungsinhalten) vor, kann sich die Aktualisierungstendenz in Folge frei entfalten und das Individuum entwickelt sich gesund. Ist das nicht der Fall, wird die Person krank.

Die Theorie des „universellen Darwinismus“ besagt, daß Evolution generell unter bestimmten Bedingungen die Komplexität und Differenziertheit von Systemen, im Falle von Individuen also deren Differenziertheit und Leistungsfähigkeit erhöht. Je mehr Meme in je kürzerer Zeit zwischen Menschen ausgetauscht werden können, und je besser diese zum Erhalt des

Organismus geeignet sind, desto förderlicher wird die memetische Evolution den Organismen sein, in denen sie stattfindet.

Aus memetischer Sicht hat sich das Selbst-Memplex entwickelt, weil dadurch die Handlungen des eigenen Organismus besser vorhergesagt werden können und damit sein Überleben und Sicherheit geschützter ist, und weil, wie in Kapitel II.4 ausgeführt, dadurch manchmal „Runaway-Prozesse“ der totalen Anpassung an Gruppen verhindert werden können. Die entstehenden Möglichkeiten für Konflikte zwischen dem Selbst-Memplex und dem Gesamtorganismus sind in Art und Konsequenz aus der Melperspektive dieselben wie die, die aus der personenzentrierten Erfahrung mit Inkongruenzen herzuleiten wären. Der pathologische „Runaway-Prozess“ entsteht in beiden Theorien folgerichtig aus bedingter positiver Beachtung, und die Fähigkeit der Empathie ist ohne die Möglichkeit der Imitation nicht erlernbar – folglich gibt es ohne Empathie keine Imitation, keinen Austausch von Memen, keinen memetischen Evolutionsdruck, keine memetische Entwicklung.

Gegenwärtige Beziehungen und die persönliche Geschichte mit Beziehungen bilden also aus beiden Perspektiven aufgrund derselben Prozesse dieselben Entwicklungschancen – oder Katastrophen – aus, wobei die memetische Theorie auch noch Erklärungen zu den komplizierteren Beziehungsphänomenen liefert, die Rogers erst in seinen späteren Arbeiten zu beachten begann – nämlich die Einflüsse kultureller, religiöser und politischer Kontexte auf die persönliche Entwicklung.

3. Zur Entwicklung von Gruppen

Rogers (1959a) beschreibt, wie unter ähnlichen Bedingungen wie in Zweiersettings auch die Entwicklung von Gruppen förderlich beeinflusst werden kann. Unter denselben Bedingungen wie den besprochenen treten in Gruppen Prozesse auf, die zu zunehmender Komplexität und Kommunikationsfähigkeit führen. Auch aus memetischer Sicht ist unter denselben Umständen zusätzlich zu den in Kapitel V.2 beschriebenen Entwicklungen ein ansteigender memetischer Selektionsdruck hin auf mehr (weil dann mehr Meme versendet werden können) und bessere (weil dann die Eigenschaft der Retention mehr zur Geltung kommt) Kommunikation zu erwarten, und die komplexitäts- und damit differenziertheitssteigernde Eigenschaft jeder Form von Evolution wirkt nun nicht nur auf die Personen, sondern auch die Gruppe – das soziale System selbst – ein. Wieder stimmen die Vorhersagen beider Theorien überein – und die memetische Perspektive liefert außerdem eine ganz undogmatische Erklärung für die in personenzentrierten Selbsterfahrungsgruppen beobachteten Abläufe.

4. Kulturelle Entwicklung

In Kapitel III.6 habe ich erwähnt, daß man Rogers` Annahme, Menschen mit gesteigert wirksamer Aktualisierungstendenz würden von ihrer Umgebung generell „mehr akzeptiert“ und als „reifer und sozialisierter“ (Rogers 1959a 45) wahrgenommen werden vermutlich als politische (bzw. folglich auch religiöse und kulturelle) Naivität deuten muß (Wascher 1994). Allerdings sollten als Gegenbeispiel an dieser Stelle auch Rogers` durchaus erfolgreiche Experimente mit Großgruppen wie etwa in Irland erwähnt werden, in denen er versuchte, die Entwicklung von Gruppen auf die Verbesserung der Kommunikation und Beziehungsqualität zwischen verfeindeten politischen, religiösen und kulturellen Systemen anzuwenden.

Im Gegensatz zur personzentrierten Modellbildung, die eher von der psychosomatischen Entwicklung und Erkrankung von Individuen ausgeht und indirekt auf größere Gruppen und schließlich Kulturen schliesst ist die memetische Psychologie ursprünglich von Überlegungen zur Evolution von Kulturen, politischen Ideologien und Religionen ausgegangen und hat sich von dort zum Verhalten einzelner Individuen vorgearbeitet. Eine interessante Implikation des der Memetik zugrundeliegenden universellen Darwinismus wäre, daß die Entwicklung sozialer Systeme denselben Prinzipien folgt, wie jene von Individuen.

Das bedeutet, daß sich rasant entwickelnde Personen nicht unbedingt von ihrer sozialen Umgebung als besonders reif oder sozialisiert betrachtet würden (was in deutlichem Widerspruch zur Erfahrung steht), denn in die Sprache des personzentrierten Ansatzes übersetzt würde die Kombination beider Theorien die Existenz von etwas wie den „Bewertungsbedingungen“ für ganze Kulturen implizieren. Das ist eine Vorhersage, die an vielen politischen Systemen, Religionen, Kulte und Kulturen beobachtet werden kann, und meiner Ansicht nach das praktische und theoretische Potential einer Kombination der beiden in dieser Arbeit diskutierten Perspektiven gut illustriert.

5. Die „formative Tendenz“

Relativ spät in seiner Arbeit, die sich vom Einzelnen zum Allgemeinen, von der Erfahrung zur Theorie bewegte, hat Rogers das Konzept der „formativen Tendenz“ entwickelt. Diese Idee entsprang aus der Beobachtung, daß anscheinend dieselben Entwicklungsprozesse, die etwa zu spiralförmigen Schneckenhäusern führen, in ganz anderen Kontexten und Dimensionen zu spiralförmigen Galaxien führen, die Wachstums- (und Krankheits-) Prozesse von Individuen Parallelen zu jenen ganzer Kulturen aufweisen usw. Da Rogers bereits die Aktualisierungstendenz, rein aus der Erfahrung folgernd, als eine mysteriöse Kraft angenommen hatte, erschien ihm die formative Tendenz noch rätselhafter, und in Folge betrachten manche personzentrierte Theoretiker seine diesbezüglichen Ideen als Teil einer eher fragwürdigen Spätphase seines Werkes.

Die Memetik hat sich im Gegensatz zur personzentrierten Psychologie vom Allgemeinen zum Einzelnen entwickelt, und geht dabei vom sogenannten „universellen Darwinismus“ aus, der vermutet, daß sich alle Prozesse, in denen Entwicklung im Sinne von Komplexitätssteigerung stattfindet, als eine Form von Evolution mit Replikatoren, die dem Spiel von Retention, Variation und Selektion unterworfen sind, herausstellen werden. Ich möchte daher mit der Vermutung schließen, daß eine gegenseitige Betrachtung und Synergie der beiden Theorien dem personzentrierten Ansatz eine Bestätigung Rogers` auch in dieser Allgemeinheit erbringen wird. Denn diese impliziert, daß Personen, Beziehungen, Gruppen und Kulturen ebensowenig einen intelligenten Designer oder mysteriöse Kräfte benötigen, um zu entstehen, sich zu erhalten und wachsen, wie Schneckenhäuser, andere Lebewesen oder Spiralarme. Alles, was sie brauchen, ist die jeweils lokale Variante der formativen Tendenz alias universellem Darwinismus, zum Beispiel die Aktualisierungstendenz alias memetische Evolution auf der Ebene des Individuums.

VI. Literaturverzeichnis

Wenn nicht anders angegeben, bezeichnen die Jahreszahlen das Erscheinungsjahr der Erstveröffentlichung; die Seitenzahlen im Text beziehen sich auf die hier angeführte deutschsprachige Übersetzung.

BLACKMORE, SUSAN (1999, deutsch 2000), Die Macht der Meme oder die Evolution von Kultur und Geist, Original: Oxford (Oxford University Press) 1999, Deutsche Übersetzung: Heidelberg/Berlin (Spektrum Akademischer Verlag GmbH.) 2000

DAWKINS, RICHARD (1976), The selfish Gene, Oxford (Oxford University Press) 1976

ROGERS, CARL R. (1953 April), The implications of client-centered therapy for family life, Chicago (unpublished document) April 1953

ROGERS, CARL R. (1959a, deutscher Nachdruck 1998), Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen, Original: New York/Toronto/London (American Psychological Association) 1959, Deutscher Nachdruck: Köln (Greven & Bechthold GmbH.) 1998

STANDAL, S. (1954), The need for positive regard: a contribution to client-centered theory, Chicago (University of Chicago) 1954

WASCHER, W./FRENZEL P. (1994), Der personenzentrierte Ansatz und multikulturelle Kommunikation Vol. III, Linz (Ed. Sandkorn) 1994