

The cover features a large, abstract graphic composed of several overlapping red circular lines and a solid red triangle. The background is white with a light blue circular area behind the main graphic. A dark blue rectangular box is positioned in the lower half of the cover, containing the author's name and the title.

Langmaack

# Einführung in die themenzentrierte Interaktion

Das Leiten von Lern- und Arbeitsgruppen  
erklärt und praktisch angewandt

**BELTZ**

Barbara Langmaack

**EINFÜHRUNG  
IN DIE  
THEMENZENTRIERTE  
INTERAKTION**

Barbara Langmaack

# **EINFÜHRUNG IN DIE THEMENZENTRIERTE INTERAKTION**

Das Leiten von Lern- und Arbeitsgruppen  
erklärt und praktisch angewandt

**BELTZ**

Über die Autorin:

Barbara Langmaack ist Ehe- und Lebensberaterin in Hamburg. Sie berät Firmen in Organisations- und Konfliktsituationen war neben der Fortbildungstätigkeit ihr Hauptarbeitsfeld. Sie hat mehrere Arbeiten und Bücher zur Themenzentrierten Interaktion veröffentlicht. Bei Beltz lieferbar sind auch ihr Lehrbuch »Wie die Gruppe laufen lernt« (gemeinsam mit Michael Braune-Krickau), das 2009 in 8., vollständig überarbeiteter Auflage erschien und ihr Buch »Soziale Kompetenz – Verhalten steuert den Erfolg«.

Dieses Buch ist erhältlich als:

ISBN 978-3-621-28549-0 Print

ISBN 978-3-621-28550-6 E-Book (PDF)

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Nutzung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages. Hinweis zu § 52 a UrhG: Weder das Werk noch seine Teile dürfen ohne eine solche Einwilligung eingescannt und in ein Netzwerk eingestellt werden. Dies gilt auch für Intranets von Schulen und sonstigen Bildungseinrichtungen.

6., neu ausgestattete Auflage 2017

5. Auflage 2011

© 2017 Beltz Verlag · Weinheim, Basel

Umschlagabbildung: [www.stefanielevers.de](http://www.stefanielevers.de) (Gestaltung),

Stephan Engelke (Beratung), nach einem Entwurf von Katrin Dommermuth, Hamburg

Satz: Druckhaus »Thomas Müntzer«, Bad Langensalza

Druck und Bindung: Beltz Bad Langensalza GmbH, Bad Langensalza

Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autoren und Titeln finden Sie unter:  
[www.beltz.de](http://www.beltz.de)

# Inhalt

	<b>Vorwort</b>	<b>11</b>
<b>1</b>	<b>Zum Aufbau dieses Buches – Wo findet der Leser was?</b>	<b>15</b>
	TZI – gestern – heute und morgen	
	Praxisanwendung im 21. Jahrhundert	16
<b>2</b>	<b>Einstieg und aufmerksam werden</b>	<b>19</b>
	1. Was ist und wie entstand Themenzentrierte Interaktion?	19
	2. Die Quelle im Blick behalten: Wer war Ruth Cohn?	21
	3. An wen wendet sich die TZI?	26
	4. Der Stammbaum der TZI	30
<b>3</b>	<b>Die Axiome</b>	<b>41</b>
	1. Axiome – keine alltagsfremden Sprüche	43
<b>4</b>	<b>TZI – Ein Grundkonzept zum Leben und Leiten</b>	<b>51</b>
	1. Das Dreieck einüben	51
	2. Das Kräftespiel von Dreieck und Eisberg	54
	3. Was hat es mit dem Eisberg auf sich?	56
	4. Auf dem Weg zu neuem Gleichgewicht	63
	5. Die Dreiecksbalance in der Gruppenarbeit	71
<b>5</b>	<b>Menschen wachsen weiter. Notizen zur Ich-Findung</b>	<b>73</b>
	1. Das Ich als Summe der Persönlichkeit	73
	2. »Leben entwickelt sich im Leben«	79

	3. Die Vergangenheit wirkt jetzt	81
	4. Über die Angst hinaus	86
<b>6</b>	<b>Notizen zum Wir</b>	<b>87</b>
	1. Jedes Ich lebt im Wir der Gruppe	87
	2. Seit Urzeiten: Leben im Verbund mit anderen	89
	3. Kriterien des Wir und Schritte auf dem Weg dorthin	93
	4. Wir-Gestaltung – Schritt für Schritt	95
<b>7</b>	<b>Rund ums Thema</b>	<b>99</b>
	1. Einleitung	99
	2. Kleine Themen – kleine Anker	
	Große Themen – große Anker	102
	3. Das gute Thema lockt und trifft: Vier Schritte zum Entwickeln des Themas	103
	4. Weitere Hinweise zum Entwickeln von Themen	107
	5. Themen formulieren – eine persönliche Aussage	110
	6. Der Prozess der Bearbeitung: Brücke zwischen Thema und Gesprächspartnern	111
	7. Nach der thematischen Arbeit – ein Blick auf den Prozess des Themas	113
<b>8</b>	<b>Kreise ums Dreieck – die komplexe Realität des Globes</b>	<b>115</b>
<b>9</b>	<b>Das erste Postulat: »Sei dein eigener Chairman!«</b>	<b>123</b>
	1. Chairman, was ist das?	123
	2. Das zweifache Hinschauen	126
	3. ... und entscheide dich dann!	131

<b>10</b>	<b>Das zweite Postulat: »Störungen haben Vorrang!«</b>	<b>135</b>
	1. Einleitung	135
	2. Quellen der Störung	140
	3. Störungen – Lauffeuer durchs Dreieck	143
	4. Horch, was kommt von draußen rein – Störungen aus dem Globe	145
	5. Störungen entgegenwirken	148
	6. ... und wenn es doch so weit kommt! Ansätze zur Störungsbearbeitung	149
<b>11</b>	<b>Gesprächsregeln – Förderer lebendiger Kommunikation</b>	<b>155</b>
	1. Allgemeine Überlegungen	155
	2. Praxisstudie: Eine Gruppe regelt ihr Zusammenleben	158
<b>12</b>	<b>Das Herz und der Schmerz sprechen mit. Notizen zur Körpersprache</b>	<b>163</b>
	1. Allgemeine Überlegungen	163
	2. Körpersprache ist aktiv und reaktiv	165
	3. Den Körper einbeziehen	167
<b>13</b>	<b>Wieso? Weshalb? Warum? Notizen zur Frageregel</b>	<b>171</b>
<b>14</b>	<b>Ich–Man–Wir: Sprechen im eigenen Namen</b>	<b>177</b>
<b>15</b>	<b>»Du bist so ...« Anmerkungen zu Interpretationen</b>	<b>179</b>

<b>16</b>	<b>Der Leiter: Lernquelle und Modellfigur</b>	<b>183</b>
	1. Der Leiter als Lernquelle	183
	2. Der Leiter als Modellteilnehmer	185
	3. Drehen am Bewusstheitsrad	185
	4. Aufmerksamkeit beim Leiten – sechsfach	188
	5. Wer leitet denn da heimlich mit? Biographische Spurensuche	191
	6. Immer nur geben? Anmerkungen zur Psychohygiene des Leiters	194
<b>17</b>	<b>Die Praxis soll es zeigen. Anwendungsbereiche der TZI</b>	<b>199</b>
	1. TZI in der Beratung	200
	2. TZI und Politik	211
	3. TZI in der Schule	225
	4. TZI – eine Herausforderung für Unternehmen? Wozu ein Unternehmen Persönlichkeiten als Führungskräfte braucht	232
	5. Das Projekt 18–27 TZI für junge Erwachsene	246
<b>18</b>	<b>Zum aktuellen Stand der TZI</b>	<b>263</b>
	Literatur	269
	Personen- und Sachregister	273



*Zu wissen, dass wir zählen  
mit unserem Leben  
mit unserem Lieben  
gegen die Kälte.  
Für mich, für Dich, für unsere Welt.  
RUTH COHN*

Diese Verse von Ruth Cohn, die mit ihrer ersten Zeile zugleich Titel ihres Gedichtbandes sind, sind die meistzitierten Worte in den vielen Nachrufen nach ihrem Tod am 31. Januar 2010.

Diese Verse drücken in einem Satz aus, was lebendig zu vermitteln auf den Seiten dieses Buches versucht wird.

Wer weiß denn noch verbindlich, dass seine Person zählt?

Zählen wir doch auf, für wen wir zählen: Der eine, der uns einfällt, ist wichtig. Und wenn uns keiner einfällt?

Ruth Cohn hätte gesagt: »Dranbleiben!«



Abb.: Dr. Ruth Cohn, Hasliberg, Juli 1999. © J. vom Scheidt, München



# Vorwort

Dieses Buch wird zum fünften Mal in der Taschenbuchreihe aufgelegt. Die Leitlinien der Themenzentrierten Interaktion, so wie ich sie dargestellt habe, stimmen weiterhin in ihrer ursprünglichen Aussage.

In einigen Kapiteln wird deutlich, dass seit der letzten Auflage die Zeit in schnellem Tempo weitergegangen ist, vor allem durch einschneidende Veränderungen auf dem Arbeitsmarkt und in der Arbeitsgestaltung sowie in der Gestaltung von Leben und Zusammenleben.

Beides, die Kontinuität von Inhalt und Aussage und das Reagieren auf Wandel und Veränderung von außen, gehört zum Grundgedanken von Ruth Cohn und von TZI.

Neben dem Streben nach ganzheitlichem Denken und Handeln, ausgedrückt im Ich-Wir-Es-Dreieck, steht das Wissen um die Störungsdynamik weiterhin im Mittelpunkt. Im Wesentlichen sind es diese beiden Strukturelemente zusammen mit der ethischen Grundeinstellung, ausgedrückt in den Axiomen, die das stabile Standbein der TZI ausmachen. Das Spielbein, das Einflüsse aus dem Umfeld und von einzelnen Persönlichkeiten aufgreift, will mitgestalten. Es ist der politische Ansatz, der versucht, Krisen als mögliche Chancen zu sehen und zu nutzen. So sind die Kapitel 5, 6 und 8 in besonderer Weise Indizien für die momentane rasche Veränderung in Wirtschaft und Politik sowie im Sozialgefüge. Sie verdienen von daher besondere Aufmerksamkeit. Mehr als die anderen Texte, aber gestützt durch sie, stehen diese Kapitel im Brennpunkt der Aktualität. Der Veränderung dem Umfeld entsprechend finden sich in Kap. 17 sowohl beibehaltene wie auch neue Praxisbeispiele.

Im begonnenen neuen Jahrtausend scheinen die Welle des persönlichen Aufbruchs und die Welle des wirtschaftlichen Wach-

tums der Siebzigerjahre abgeebbt zu sein und nicht mehr selbstverständlich. Verloren gegangen ist dabei auch ein großer Teil der autonomen Lebensgestaltung, die u. a. durch Berufswahl und Wahl des Lebensumfeldes ihren Ausdruck findet. Fast schwerwiegender noch zählt, dass die Finanzierung von sozialem Engagement eine Grenze von Bezahlbarkeit erreicht zu haben scheint – oder ist es doch eine Frage der Prioritäten- und Wertesetzung?

In diesem Zuge geraten auch Qualifizierung und Fortbildung in eine Rezession und das zu einem Zeitpunkt, an dem sie dringender denn je nötig wären, um Menschen zu helfen, konstruktive Antworten auf die neuen Herausforderungen auf dem Arbeitsmarkt zu finden.

1994 erschreckte die Zeitungsnotiz »An Frühpensionierung führt kein Weg vorbei« viele Menschen im mittleren Alter. Nicht nur in Japan waren damit 41- bis 51-Jährige gemeint. Heute – 2010 – wird diese Nachricht erweitert durch Überlegungen, das Ende der Berufstätigkeit nach oben hin zu öffnen. Immer öfter hört man die Benennung »Senioren« für Menschen ab 55, wobei gar nicht übersehen werden kann, dass 65-Jährige in der Regel keine »alten Leute« sind. Unter diesem Gesichtspunkt bekommt die Falldarstellung in Kapitel 4.3 noch einmal eine andere Dimension.

Der Globe, diese zweifache Bedeutung von Weltall und Augapfel, stellt uns verstärkt vor die Aufgabe, ohne Resignation die Balance zu suchen zwischen den Anforderungen des anfälligen Wirtschafts- und Politikklimas und der Fürsorge für den eigenen Augapfel als sensibles Organ und Symbol für das eigene Selbst. Dabei ist das Wissen um die anderen und um das Verbundensein mit ihnen unerlässlich.

TZI wird im Wesentlichen durch die Lehre und durch das Handeln der Lehrenden vermittelt. So können diese Texte bei der Allgemeingültigkeit auch nur Texte aus meiner Sichtweise sein, mit denen ich zugleich die Anregung gebe, auch bei anderen TZI-Lehrern und Interpreten zu schauen, zu erleben und zu lernen, die jetzt aktiv am Gestalten und Verbreiten der TZI beteiligt sind.

In der vorliegenden Auflage ist neben aktuellen Praxisberichten ein neues Text-Kapitel dazugekommen.

Es widmet sich der Entwicklung der Methode und versucht eine Einschätzung der Weiterverbreitung der TZI.

Einige Denkanstöße, wie die TZI auch in der Laptopgesellschaft auf die Lebens- und Arbeitsgestaltung Einfluss nehmen kann und einer Automatisierung das notwendige Gegengewicht zu psychisch erfüllendem Leben zur Seite stellt, sollen darauf hinweisen, wie das Umfeld der bedeutende Impulsgeber für die Anwendung der TZI bleibt.

Barbara Langmaack, Hamburg im September 2010



# 1

## Zum Aufbau dieses Buches – Wo findet der Leser was?

Der Hauptinhalt dieses Buches soll das Konzept der TZI sein, welches einen Kompass anbietet, der Einzelnen oder Gruppen hilft, ethische Normen und zeitgemäße Wertorientierungen zum Maßstab ihres Denkens und Handelns zu machen.

Das Konzept der TZI allein als Methode darzustellen käme einem Hausbau gleich, dem das Fundament fehlt und der ohne Einbindung in die Umgebung dastehen müsste. Die TZI lebt von der Zusammengehörigkeit von Haus, Dach und Fundamenten, auf die die Umgebung Einfluss nimmt. Sie ist ein aus Axiomen, Postulaten und dem Vier-Faktoren-Modell bestehendes Ganzes.

Im folgenden Kapitel dieses Buches findet sich vor einer Einführung in das gesamte Ensemble die Einladung an die Leser, den persönlichen Lebensweg der Finderin und Lehrmeisterin der TZI, Ruth Cohn, nachzuvollziehen. Die drängende Frage nach gesund erhaltenden Lebensumständen und mehr Lebendigkeit, die sie sich stellte, führte letztendlich dazu, dass dieses Konzept so wurde, wie es wurde, und viele Menschen erreichte.

Im Text findet sich ein Abschnitt, der mit »Stammbaum der TZI« überschrieben ist. Damit ist die Frage nach dem gemeinsamen Nenner der Humanistischen Psychologie und dem Bindeglied der dort angesiedelten Methoden untereinander neu gestellt. Was ist Kern dieser Verfahren und wo knüpft Ruth Cohn mit der TZI an, womit beansprucht sie einen eigenen Ansatz, womit bereichert sie den humanistischen Gedanken?

In Kapitel 3 ist von den Axiomen als Fundamenten der TZI zu lesen, wonach wir uns in den Kapiteln 4 bis 16 der TZI als Kompass zum Leben, Arbeiten und Lernen zuwenden, ehe die Texte in Praxisbeispiele münden. Es ist von einzelnen Bausteinen die Rede, so von der Ich-Wir-Es-Balance, dem Globe, den Postulaten und der Themenfindung.

Auch zur Rolle und zum Selbstverständnis leitender Menschen finden sich hier TZI-orientierte Anregungen.

Einen Exkurs in die Praxisanwendung der TZI in verschiedenen Berufsbereichen bietet das Kapitel 17. Dabei soll deutlich werden, dass es sich um ein Konzept handelt, welches den Zielgruppen und den Arbeitsaufträgen entsprechend variabel anwendbar ist. Dieses Buch ist kein Leitfaden zum Planen und Leiten von Gruppen. Wer hier mehr erfahren möchte, sei hingewiesen auf Langmaack und Braune-Krickau, »Wie die Gruppe laufen lernt« (2010), im gleichen Verlag. Dort findet sich ein Leitfaden für die Durchführung von Seminaren unterschiedlicher Zielgruppen und Arbeitsaufträge auf der Grundlage der TZI.

## **TZI – gestern – heute und morgen Praxisanwendung im 21. Jahrhundert**

Die TZI ist in den mehr als 30 Jahren, in denen sie in Europa gelehrt wird, eine der bekanntesten Vertreterinnen der Humanistischen Psychologie geworden.

In vielfältigen Seminaren können persönliches Wachstum und Qualifizierung für den Beruf erworben werden. Auch das Lehren von TZI kann ein weiterer Ausbildungsschritt sein.

Als Ruth Cohn in den 70er-Jahren nach Europa kam, ging es dort im sozialen und politischen Gefüge um andere Inhalte als heute: Sie kam in ein geteiltes Deutschland, in dem der Krieg äußere sichtbare Schäden hinterlassen hatte, und – es wurde rasch für sie spürbar – vor allem deutliche Spuren in den Menschen. Sie traf auf eine Generation, die die Verbrechen des Krieges miterlebt hatte, im eigenen Leben als Kind oder junger Erwachsener. Aus diesem Erleben heraus waren sie am Wiederaufbau unmittelbar beteiligt. Mehr noch als nach wirtschaftlichem Aufbau wuchs das Bedürfnis nach autonomer psychischer Ausdrucksform. Erst einmal angestoßen, wurde die Anregung »Du darfst, du kannst ..., sei du selbst«, zu der Ruth Cohn Lust und Mut machte, fast gierig aufgegriffen.



In den 80er-Jahren wurde dieses Drängen nach Emanzipation durch den Blick auf ein systemisches Weltbild und auf den Menschen als Beziehungswesen erweitert.

»Es war Glück und Zufall, dass TZI in diese geschichtliche Epoche traf«, sagte Ruth Cohn zur relativ raschen Verbreitung der TZI in diesen ersten Jahren in Europa.

Entsprechend dem damals noch wenig strukturierten Ausbildungskonzept sahen auch die Profile der ersten Ausbilder anders aus, bunter, exzentrischer, mutiger, sicher auch experimentierfreudiger. Sie hatten näher noch an der eigenen Person oder der ihrer Eltern erlebt, wie es sich anfühlt, nach auferzwungenen Wertsetzungen zu leben.

Diese Freiheit der TZI-Umsetzung, wie diese Lehrgeneration sie lebte, ist heute nicht mehr zu finden. Im 21. Jahrhundert geht es nicht mehr in erster Linie um persönliche Freiheit, wohl aber um konstruktive Verbundenheit mit Menschen und Systemen. Die gesellschaftliche Großlage ist ebenso einem Wandel unterlegen wie die sehr subjektive Anspruchslage des Einzelnen. Identität und Zugehörigkeit werden gefordert und zugleich verschlissen.

Aber die Grundgedanken und Anregungen der TZI werden sich auch bei weiterer Globalisierung nicht ändern. Es wird weiterhin darauf ankommen, die gesellschaftliche und ökonomische Großlage kleinschnittig so zu gestalten, dass der Globe, dieses Weltall und dieser Augapfel zugleich, am Leben bleibt und den Einzelnen individuell sein lässt.

Schon 1992 hat Ruth Cohn geäußert: »Ich halte es für möglich, dass in 50 Jahren die TZI nicht mehr angemessen ist.« Vielleicht aber wird man dann erst recht – in 50 Jahren – begeistert sein von der Einfachheit und Direktheit der TZI und ihrer zentrale Bedeutung geben in einer medialen Welt.



## 2 Einstieg und aufmerksam werden

### 1. Was ist und wie entstand Themenzentrierte Interaktion?

*»Zu wissen, dass jeder Mensch zählt, ob schwarz, weiß, rot, gelb oder braun. Die Erde zählt. Das Universum zählt. Mein Leid zählt, Dein Leid zählt. Wenn du dich nicht um mein Leid scherst und mir dein Kummer gleichgültig ist, so werden wir beide von Hunger, Massenmord, Krankheit ausgelöscht werden.«*

RUTH COHN

In diesem Credo ist die Philosophie der Humanistischen Psychologie ausgedrückt, deren Wertmaßstäbe und Handlungsanweisungen auch Leitlinie für die *Themenzentrierte Interaktion* sind. Diese ist inzwischen unter dem Kürzel TZI im Lehr- und Lernbereich, im therapeutischen und sozialen Arbeitsfeld und in Wirtschaft und Politik als eine Methode des lebendigen Lernens bekannt geworden, die individuelle, zwischenmenschliche und sachliche Aspekte zu einem Konzept verbindet, das alle Chancen hat, Lebens- und Arbeitsprobleme nicht nur vordergründig auf der intellektuellen oder technischen Ebene zu verstehen und zu lösen, sondern Kopf, Herz und Hand gleichermaßen als am Geschehen beteiligt anzusehen und einzubeziehen. Andersherum ausgedrückt wird jedes Geschehen im Leben immer im Zusammenspiel von Verstand, Emotion, Körperwahrnehmung und Beziehung gestaltet und gewinnt erst aus allem im Verbund seine Bedeutung. Gleichzeitig wirkt die Umwelt, in der es geschieht, in das Geschehen hinein. Dieses Zusammenspiel und seine Untrennbarkeit zu akzeptieren, handzuhaben und Nutzen aus ihm zu ziehen, dazu bietet TZI ein Konzept an. Es ist vornehmlich Anregung und Leitfaden für die Praxis des tägli-

chen Lebens, Lernens, Arbeitens und nicht eigentlich als therapeutische Methode konzipiert. In ihrem oben genannten Credo zielt sie allerdings auf Verhaltensänderung sowie auf Bewertungsänderung und erzielt damit allerdings nicht selten therapeutische Wirkung.

Der intellektuell klingende Name *Themenzentrierte Interaktion* wurde tatsächlich zunächst, so erzählt Ruth Cohn, die Urheberin der TZI, im Nachdenken darüber gesucht und gefunden. Er gewinnt schnell an Praxisbezug, wenn wir wissen, dass TZI dazu dient, Themen, Lernstoff, Sachen, Ideen, Zielformulierungen und andere Aufgaben ins Zentrum der beteiligten Personen zu stellen (*themenzentriert*), um diese dann im Hin und Her zwischen allen Beteiligten zu bearbeiten (*interaktionell werden zu lassen*). Darüber hinaus setzt sich die TZI mit diesem Namen sowohl von »themenlosen« Therapiegruppen wie auch von akademischen Arbeitskreisen oder Konferenzen ab. Erstere präferieren den Einzelnen und sein Thema, für die anderen beherrscht das Thema, an dem die Gruppe arbeitet, die Personen. So genannter »Stoff« wird per Einwegkommunikation vermittelt.

Die Theorie und die Methodik der TZI verdanken wir der Psychotherapeutin Ruth Cohn, die sie von 1955 an in den USA entwickelte. Ruth Cohn arbeitete zunächst ausschließlich im therapeutischen Rahmen und hatte wenig Kontakt zu damals sich konstituierenden nicht therapeutischen Gruppen. TZI entstand genau genommen durch Situationen und Probleme in ihrem Beruf als Psychotherapeutin und durch ihre Erfahrungen mit Kindern, mit Eltern und in Schulen. Es war Ruth Cohns Idee, mehr Menschen therapeutisch zu erreichen, als dies über die Couch des Analytikers möglich war. Sie suchte nach einem Konzept, das überall »funktioniert« und das Menschen wenn möglich uneingeschränkter leben ließ und therapeutische Betreuung nur in Ausnahmefällen nötig machte. Wie wir aus Ruth Cohns Lebensdaten (Kap. 1.2) erfahren werden, war sie schon in den Anfängen ihrer Praxis mit der Tatsache konfrontiert – die später erst recht für ihre Wahrnehmungen in Europa zutraf –, dass die Einzeltherapie nicht ausreichte, um einmal verlorene psychische Gesundheit wiederzuerlangen. Sie fragte damals und bis heute nicht danach, wie man diese Einzelbehandlung intensivieren und zugleich kos-

tengünstiger gestalten könne, sondern stelle eine ganz andere Frage:

- ▶ »Was muss man tun, damit Menschen nicht erst in psychotherapeutischer Einzelbehandlung wieder zu relativ gesunden Menschen werden oder nur in Extremsituationen auf besagter Couch landen?«

Oder positiv ausgedrückt:

- ▶ »Dem ursprünglich gesunden Menschen ein solches Leben ermöglichen, in dem er gesund bleiben kann – wie kann das gelingen?«

Diese Frage ließ Ruth Cohn nicht mehr los, die Antwort darauf ist das Konzept der TZI, wie es hier im Zusammenhang dargestellt werden soll. Wer sich auf TZI einlässt, wird mehr als eine Methode oder bloße Moderationstechnik erfahren, auch ein Mehr an Entwicklungs- und Veränderungsanstößen für sein eigenes Leben. Die Werthaltung der TZI macht aus einer reinen Methode eine Leitlinie für ganzheitliches Leben. Die einzelnen TZI-Elemente werden in der Lebensgestaltung spürbar.

## **2. Die Quelle im Blick behalten: Wer war Ruth Cohn?**

»Wer ist Ruth Cohn?« hieß es noch in der vorherigen Ausgabe dieses Buches.

Ruth Cohn ist am 30. Januar 2010 im Alter von fast 98 Jahren gestorben.

Trotz der geänderten Überschrift bleibt für mich die Frage in der Gegenwartsform, denn ich kenne nur wenige sozialpsychologische Konzepte, bei denen der ethische Hintergrund, die Methode und die Person, die dieses initiiert hat und verkörpert, so untrennbar miteinander verwoben sind. Das wichtigste Instrument ist immer der Mensch und dies besonders da, wo es sich unmit-

telbar um Einzelne und um Gruppen und deren erfülltes Leben handelt.

Auf dem Hintergrund des Lebens und Erlebens von Ruth Cohn erhalten die Überzeugungen und Arbeitsinstrumente ihre eigentliche Berechtigung und ihr Gewicht. Nicht aus den Augen verlieren sollten wir dabei das ursprünglichste Anliegen Ruth Cohns, nämlich ein Konzept zu entwickeln, welches dem gesunden Menschen erlaubt, gesund zu leben.

»So hat uns Ruth Cohn nicht nur die TZI hinterlassen, sondern auch den Auftrag, diesen Schatz weiterwachsen zu lassen, angepasst an die Entwicklung der Menschen und des Globes«, so formulierte Matthias Kröger in seiner Trauerrede.

Ruth Cohn soll auf den folgenden Seiten auch immer wieder selbst zu Wort kommen, denn keine theoretische oder methodische Anregung kann persönliche Authentizität ersetzen. Ruth Cohns eigenes Werk »Gelebte Geschichte der Psychotherapie« ist ein kaum zu übertreffender Beweis hierfür.

In ihrem Wirken und in ihren Werken hat diese herzenskluge Frau uns mehr als eine Methode hinterlassen. Sie hat unserem Denken und Handeln unbekannt Räume geöffnet. Wer daher TZI ausschließlich als eine erlernbare Methode ansieht, dem verweigert sie sich. Die Kernaussagen der TZI müssen ins Leben integriert werden. So hat Ruth Cohn es gewollt und vermittelt.

Ruth Cohn als Repräsentantin einer geschichtlichen Epoche

**1912:** In einer wohlhabenden jüdischen Familie in Berlin geboren: »Meine Kindheitserinnerungen von Recht und Ungerechtigkeit, von sinnlosen Normen und Wahrheitsliebe, von Schuld, Reue und Vergebung, sie fanden Platz im Heimatrahmen eines ökonomisch sicheren und menschlich im Wesentlichen liebevollen Elternhauses.« (Cohn & Farau 1989)

**1932:** Als noch nicht 20-Jährige wurde Ruth Cohn mit dem Raum gewinnenden Nationalsozialismus konfrontiert.

»Mich faszinierte die Möglichkeit, Menschen, denen es schlecht ging, von ihren Leiden zu befreien und gleichzeitig ihre Lebensgeschichte kennen zu lernen. Ich betrachtete

mich damals als Lyrikerin, suchte jedoch, quasi ›nebenbei, nach einem ›realistischen‹ Beruf, in dem ich in oben gesagter Weise arbeiten konnte.« (Cohn & Farau 1989)

1933: Ruth Cohn verließ Deutschland als knapp 20-Jährige am 31. März, dem Tag vor dem ersten Judenboykott. Sie ging in die Schweiz, wo sie ihre Universitätsstudien fortsetzte. Zentral jedoch war das außerakademische Studium der Psychoanalyse in der Internationalen Gesellschaft für Psychoanalyse. Innerlich und äußerlich nah an den Ereignissen in Deutschland wuchs ihr Wunsch, einen Weg zu finden, um nicht nur einige wenige Privilegierte zu heilen, sondern die psychodynamischen Kenntnisse für größere Kreise zugänglich machen zu können. Ihr eigenes Erleben, ihre Lebensumstände in Berlin und als jüdischer Flüchtling blieben die emotionale Basis für ihre Suche nach solchen Möglichkeiten. »Und durch all die Studienjahre war da die quälende Frage, ob man nicht Psychoanalyse und psychodynamische Kenntnisse nutzen könne, um großen Menschengruppen zu helfen, anstatt nur einzelnen Patienten.« (Cohn 1990)

1941: Ruth Cohn emigrierte in die USA. Ihr erster Praxisraum dort war ein schäbiges Hotelzimmer. »Man hatte mir gesagt, dass appearances notwendig seien, z. B. eine Renommieradresse, um eine Praxis zu eröffnen. Dies traf nicht zu, weil ich von Anfang an nicht daran glaubte«, sagte sie zu diesem Bündel von Wichtigkeiten (Cohn & Farau 1984; Cohn 1990). Sie behielt Recht, die Patienten kamen auch ohne Renommieradresse. In ihrer Praxis – und nicht nur dort – ließ sie sich konfrontieren mit einer Situation, die nicht nur in New York und den USA galt, sondern später auch in Europa: Es gab weit mehr Menschen, die einer Psychotherapie bedurften, als es Therapeuten gab, die die notwendige Zeit und die Couch, die für all diese Menschen nötig gewesen wäre, zur Verfügung stellen konnten. Ganz zu schweigen von den Kosten, die die breite Masse gar nicht bezahlen konnte. Die Sehnsucht, diese Situation zu ändern, hat sie nicht mehr losgelassen. Damals hatte sie die Antwort auf die drängende Frage nach mehr

psychischer Gesunderhaltung noch nicht gefunden. Diese formulierte sich erst Schritt für Schritt und erhielt Klarheit in einem Traum, den wir im methodischen Zusammenhang erfahren.

- 1946:** »Man sagte mir, dass ein Gesetz vorbereitet würde, nach dem nur Ärzte Psychoanalyse praktizieren dürften, mit der möglichen Ausnahme von Kinderanalyse. So bereitete ich mich auf Kinderanalyse vor. Ich wollte nicht einsehen, dass Probleme von Kindern geringfügiger sein sollten als die von Erwachsenen, nur weil Kinder kleiner sind.«
- 1955:** Praktisch die Geburtsstunde der TZI: ein Workshop zum Thema »Gegenübertragung«. Eine neue und für diese Zeit »unmögliche« Sache war, dass Ruth Cohn als Leiterin ihre eigenen Schwierigkeiten mit einer Patientin einbrachte.

Es war die Abkehr von der damals für Therapeuten bestimmenden »neutral-abstinenten« Haltung der klassischen Psychoanalyse; ein Mutsprung hin zu Sichtbarkeit und menschlich-partnerschaftlicher Verhaltensweise einer Therapeutin. Ruth Cohn demonstrierte Studierenden mit einem eigenen Fall ihre Schwierigkeiten mit einer Patientin. »Es war eine schwere, doch zweifellos die fruchtbarste Entscheidung meines professionellen Lebens.«

Durch eine große Anzahl solcher Gegenübertragungsworkshops führten ihr Denken und Handeln zu einer Arbeitsstruktur, die Gruppenleitenden aller Berufe und Tätigkeiten zu einer speziellen Ausbildung in dieser Weise helfen sollte.

- 1964:** Die erste beständige TZI-Gruppe wurde gegründet. Es waren erfahrene Therapeuten, die seelische Probleme besprechen wollten und dabei die körperlichen einbezogen. »Dein Körper gehört dir!« Dieser Satz, den sie als 16-Jährige an einem Kiosk in Berlin gelesen hatte, hatte Ruth Cohn erschreckt und verzaubert zugleich und von da an nicht mehr losgelassen. »Mit der holistischen (ganzheitlichen) Auffassung vom Menschen habe ich erkannt, dass nicht nur Krankheit von jedem Punkt der Seele und des Körpers her entstehen kann, sondern auch Gesundheit.« (Cohn & Farau 1989; Cohn 1990)



- 1966: Mit zehn erfahrenen Kollegen Gründung des Ausbildungs- und Praxis-Instituts WILL (Workshop Institute for Living-Learning) in New York (Cohn 1990).
- 1969: Anlässlich eines Kongresses kam Ruth Cohn erstmals wieder nach Deutschland und machte »ihre Methode« als Referentin bei den Lindauer Psychotherapietagen bekannt. Sie fand damit unerwartet großen Anklang hauptsächlich bei Ärzten und Psychotherapeuten, von denen später mehrere die ersten TZI-Lehrer im deutschsprachigen Raum wurden.
- 1972: Nach Workshop-Reisen in Europas deutschsprachigen Ländern und in London: Gründung von WILL-Europa, dem europäischen Verein zur Verbreitung und Lehre von TZI mit Sitz in der Schweiz. Ruth Cohn ist in diesen Jahren »Pendlerin« zwischen Amerika und Europa, in denen sie TZI bekannt macht. Ruths Gabe, Menschen mit dem, was ihr am Herzen lag, in ihren Bann zu ziehen, kam ihr und ihrer Sache hier zugute. Sie selbst drückte es so aus: »Ich fand das Europa in den Sechzigerjahren sozusagen als ein therapeutisches Entwicklungsland vor und offen für meine Idee.«
- 1973: Im August 1973 begegneten sich Ruth Cohn und Werner Rietz, Leiter von verschiedenen Institutionen der politischen Bildung in Vlotho. Ruth Cohn begleitete einen Modellversuch, den Werner Rietz ins Leben gerufen hatte. Vier Monate arbeitete sie täglich mit unterschiedlichsten Zielgruppen wie Eltern, Lehrern und Parteienvertretern und fand hier überzeugende Möglichkeiten für ihren Ansatz der »Bevölkerungstherapie«.
- 1974: Von diesem Jahr an lebte Ruth Cohn in der Schweiz: »Ende 1971 wurde mir klar, that you can't burn the candle at both ends.« Eine Praxis in New York und eine Lehrtätigkeit auf zwei Kontinenten wurden zu viel. »So suchte ich in Amerika und Europa nach einem Ort, an dem ich gern leben würde und wo ich am besten mit TZI arbeiten könnte. Das fand ich nach einigen anderen Versuchen in der École d'Humanité, einem internationalen humanistisch-holistischen Internat im Berner Oberland. Dies ist der Wohnsitz meines Lebens und Wirkens geworden.« (Cohn & Farau 1989; Cohn 1990)

- 1979: Ruth Cohns Arbeit wurde mit der Verleihung der Ehrendoktorwürde durch die Universität Hamburg geehrt: »To the Doctor of Doctors!«, telegraphierte die WILL-New-York-Gruppe zu diesem Anlass (Festschrift für Ruth C. Cohn 1980).
- 1993: Verleihung des großen Verdienstkreuzes der Bundesrepublik Deutschland in Anerkennung ihrer Verdienste um die seelische Entwicklung und Gesunderhaltung mit Breitenwirkung.
- 1994: Verleihung der Ehrendoktorwürde der Universität Bern, Fachbereich Psychologie. In ihrer Dankesrede geht Ruth Cohn auf das Zu-viel-Verantwortung-Tragen für andere als ein unverantwortliches Tun ein, wenn dabei die Verantwortung für sich selbst vernachlässigt wird. Damit löste sie bei ihren akademischen Zuhörern ziemlich ungewöhnliche Fragen aus, die sie mit der ihr eigenen Ernsthaftigkeit, Klugheit und dem ihr immer zur Verfügung stehenden und nie verletzenden Humor beantwortete.
- 2001 bis
- 2010: Als Ruth Cohn körperlich gebrechlicher wurde – und nicht nur deshalb –, zog sie zu ihrer Freundin und Kollegin Helga Herrmann nach Düsseldorf, wo sie auch am 30.01.2010 gestorben ist.
- Aber sie war auch dort und bis ins hohe Alter aktiv an der Entwicklung von TZI interessiert und beteiligt.
- Ihre Trauerfeier war Trauer und Feier, so wie es ihr entsprach und gebührte.

### 3. An wen wendet sich die TZI?

Die Themenzentrierte Interaktion richtet sich

- an Menschen, die wissen wollen, wie man Arbeits- und Lernsituationen so strukturieren kann, dass die Menschen nicht nur vom Kopf her beteiligt sind, sondern sich als ganze Person ernst genommen fühlen;
- an solche, die wissen wollen, was man tun kann, damit politi-

- sche und wirtschaftliche Maßnahmen humane Ziele verfolgen und dementsprechende Wege gehen;
- und an solche, die nicht überzeugt sind, dass Hans nicht mehr lernt, was Hänschen nicht gelernt hat, sondern die an Wandel und Entwicklung glauben und dies verwirklichen wollen.
  - Sie wendet sich auch an Menschen, die sich mit ihrem eigenen Denken und Handeln authentisch zeigen wollen. Hierzu gehören auch solche Menschen, die mit der Ungleichbewertung von Mann und Frau und der maskulinen Dominanz – auch ausgedrückt in der Sprache – nicht einverstanden sind. Trotzdem werden sie hier die »männliche« Sprache immer an Stellen finden, wo sonst Schrägstriche oder Doppelformulierungen zum Ausgleich nötig wären. Diese dienen zwar der Sache, indem sie Aufmerksamkeit für das eigentliche Problem wecken. Sie dienen aber nicht der Lesbarkeit und führen zu einem Schreibstil, der den Fokus beim Lesen verschiebt.

TZI will vom positivistischen Wissenschaftsansatz wegführen, der davon ausgeht, dass nur die so genannten objektiven Wahrnehmungen glaubwürdig seien und messbare Relevanz hätten. TZI geht davon aus, dass auch subjektive Phänomene, solche, die nur von der Person selbst wahrgenommen und bezeugt werden, Realität sind und Wirklichkeit beinhalten. Bei TZI geht es immer um das Zusammenführen von Objektivem und Subjektivem und um die gleiche Wertigkeit beider. Von daher sind auch Menschen angesprochen, die äußere und innere Realität besser aufeinander abstimmen wollen.

Hier trifft der Kopfmensch auf denjenigen, der sich mehr von seinen emotionalen Eindrücken leiten lässt. Sie könnten neugierig aufeinander werden, sich akzeptieren und anfreunden, denn je mehr ein Mensch seine Emotionen in sein Tun einbeziehen kann, umso leistungsfähiger wird er.

Den objektiven Fragen »Wie lautet unser Auftrag? Was ist unser Lernziel?« gesellen sich die subjektiven Fragestellungen hinzu: »Was bedeutet dir dieser Auftrag, dieses Lernanliegen? Was geht er jeden Beteiligten persönlich an? Wie viel Angst oder Freude macht er mir?«