

Was ist eigentlich **Themenzentrierte Interaktion (TZI)**?

Ursprung und Entstehungsgeschichte:

Ruth Cohn (* 1912), Diplom-Psychologin und Gruppentherapeutin begann noch während ihrer Zeit der Emigration in Amerika, in den Fünfzigerjahren ihre ersten Gedanken zur Themenzentrierten Interaktion zu verfassen. Sie war mit vielen Pionieren der psychotherapeutischen Entwicklung dieser Zeit vertraut, so mit Carl Rogers (Gesprächstherapie) oder Virginia Satir (Familientherapie, und ließ sich von Fritz Perls in Gestalttherapie ausbilden. In den Sechzigerjahren gründete sie das Institut for Living-Learning (später umbenannt in RCI, Ruth Cohn Institut International), welches sich noch heute mit Ausbildung, Forschung und Praxis von TZI bebeschäftigt

Die Methode und ihre Instrumente im Überblick:

Das zentrale Anliegen des überwiegend pädagogischen Konzeptes von Ruth Cohn, die als Berliner Jüdin vor dem Nationalsozialismus floh, ist es Gruppen ein lebendiges Miteinander-Lernen zu ermöglichen, den Kommunikations- und Kooperationsstil von Gruppen zu verbessern. Dabei stellt Cohn vier Prinzipien in den Vordergrund:

1. die Person, die sich selbst, den anderen und dem Thema zugewandt ist (= Ich)
2. die Gruppenmitglieder, die durch die Zuwendung zum Thema und ihre Interaktion zur Gruppe werden (= Wir)
3. das Thema und die von der Gruppe behandelten Aufgaben (= Es)
4. das Umfeld, das die Gruppe beeinflusst und von ihr beeinflusst wird (= Globe)

Diese Vier Punkte sind alle gleich wichtig und beeinflussen sich gegenseitig. In der zwischenmenschlichen Kommunikation sollte immer wieder eine dynamische Balance zwischen den vier Punkten geschaffen werden. So entsteht ein Klima, in dem der Einzelne sowohl in seinen kognitiv-rationalen als auch in seinen emotional-sozialen Fähigkeiten ernst genommen und unterstützt werden kann. Allerdings legitimiert TZI nicht dazu, überwiegend Beziehungsprobleme zu besprechen. Konflikte kommen nur dann zur Sprache, wenn sie den Arbeitsprozess stören.

Bei der Arbeit mit TZI sind verschiedene Axiome relevant, die die zwischenmenschliche Beziehung erleichtern sollen:

- Das existenziell-anthropologische Axiom verdeutlicht die beiden Pole, zwischen denen sich Menschen permanent bewegen: der Eigenständigkeit und der Abhängigkeit.

„Der Mensch ist eine psycho-biologische Einheit und ein Teil des Universums. Er ist darum gleichermaßen autonom und interdependent. Die Autonomie des Einzelnen ist um so größer, je mehr er sich seiner Interdependenz mit allen und allem bewusst wird. Menschliche Erfahrungen, Verhalten und Kommunikation unterliegen interaktionellen und universellen Gesetzen. Geschehnisse sind keine isolierten Begebenheiten, sondern bedingen einander in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Cohn sagt dazu auch: „Du bist weder allmächtig noch ohnmächtig, sondern partiell mächtig“

- Das ethisch-soziale Axiom bezieht sich auf die Wert- und Sinnhaftigkeit der menschlichen Existenz

„Ehrfurcht gebührt allem Lebendigen und seinem Wachstum. Respekt vor dem Wachstum bedingt bewertende Entscheidungen. Das humane ist wertvoll, Inhumanes ist weltbedrohend.“

- Das pragmatisch-politische Axiom führt den Menschen seine Grenzen klar vor Augen. Persönliche Freiheit ist wichtig, steht aber nicht über allem.

„Freie Entscheidung geschieht innerhalb bedingender innerer und äußerer Grenzen. Erweiterung dieser Grenzen ist möglich. Freiheit im Entscheiden ist größer, wenn wir gesund, intelligent, materiell gesichert und geistig gereift sind, als wenn wir krank, beschränkt oder arm sind oder unter Gewalt und mangelnde Reife leiden. Bewusstsein unserer universellen Interdependenz ist die Grundlage humaner Verantwortung.“

Basierend auf diesen Axiomen formulierte Ruth Cohn zwei Regeln und mehrere Hilfsregeln, die keinesfalls einfältig sondern differenziert und von tiefem Verständnis durchdrungen, sehr wirkungsvoll sind:

1. Postulat: „Sei deine eigene Chairperson“ – Kenne die eigenen Gefühle und Bedürfnisse und übernimm dafür Selbstverantwortung. Agiere im Prinzip der selektiven Authentizität.
2. Postulat: „Störungen haben Vorrang“ – Störungen in Gruppensituationen, so sie die Arbeit am Thema verhindern, werden beachtet und bearbeitet, da sie sich sowieso ihre Form des Ausdruck suchen. Begrenzt wird dieses Postulat allerdings von der Verantwortung für das Gemeinwohl der Gruppe.

Hilfsregeln, die die Zusammenarbeit in Gruppen / Teams verbessern und vereinfachen können sind nach Cohn:

- Rede per „Ich“ und nicht per „man“
- Wenn Du eine Frage stellst, sage, warum du fragst und was deine Frage für dich bedeutet.
- Sei authentisch und selektiv in deiner Kommunikation.
- Interpretiere möglichst nicht.
- Verallgemeinere nicht.
- Kennzeichne persönliche Eindrücke deutlich.
- Nur einer redet zur gleichen Zeit

Einsatzgebiete in Beratung & Training:

Die Anwendungsfelder von TZI liegen überall dort wo Einzelne, Teams/Gruppen und Organisationen miteinander verantwortungsvoll miteinander arbeiten, leben und lernen wollen. Vor allem als Methode Gruppen zu leiten sowie in der Seminarpraxis hat sich das Arbeiten mit TZI über Jahrzehnte bewährt.

Bezüge zu anderen Methoden:

Das TZI-System ist mit jeder anderen Methode vereinbar, die nicht explizit dem Wertesystem, das ausdrücklich humanistischer Natur ist, entgegensteht.

Wie viele therapeutische Richtungen, so ist auch die Themenzentrierte Interaktion in engem Zusammenhang anderer Ideen entstanden. So findet sich im ersten Axiom von der Einbindung des Menschen in den Kosmos und die gegenseitige Abhängigkeit die grundlegende Idee der Systemtheorie wieder.

Auch das zweite Axiom ist geprägt von dem damaligen Zeitgeist. Die Betonung der Sinnhaftigkeit erinnert deutlich auch an Frankls Logotherapie. Mit einem Sinn, so glaubte Frankl wird man lebensfähig. Nach Cohn führt es zu einem wertorientierten Handeln. Das Herausheben der Verantwortung bei Ruth Cohn zielt auf die Beobachtung, die Viktor Frankl teilt: Freiheit ohne Verantwortung wird destruktiv.

Ein wichtiges Element bei Cohn ist die bewusste Entscheidung in der Kommunikation. Sie soll nicht einfach spontan ablaufen, sondern wohl überlegt. Den gleichen Anspruch an Bewusstheit formulieren Fritz Perls, von dem sich Ruth Cohn hat beeinflussen lassen, und Feldenkrais in Bezug auf körperliche Haltungen.

Anders formuliert und um eine Idee erweitert (den Appell: Was will ich mit meiner Aussage erreichen?) hat Friedemann Schulz von Thun das Modell von Ruth Cohn. Seine „vier Seiten einer Nachricht“ sind auch als „Vier-Ohren-Modell“ sehr bekannt geworden, in manchen Kreisen sogar bekannter als Cohn selbst.