



Fachbereich Psychologie

**Wenn es „Click“ macht:
Eine Grundlagenarbeit zur unmittelbaren Vertrautheit in
zwischenmenschlichen Beziehungen
in der Persönlichkeits- und Therapieforschung**

Master-Thesis

Zur Erlangung des Hochschulgrades „Master of Arts“
an der International Psychoanalytic University Berlin

Berlin, den 30. September 2017

Verfasst von:

Kiana Pielsticker
Stuttgarter Platz 16
10627 Berlin

und

Wega F. Fackeldey
Herrfurthstr. 29
12049 Berlin

Matrikelnummern:

2015, 2244

Erstprüfer:
Herr Prof. Dr. rer. nat.
Konrad Schnabel

Zweitprüfer:
Herr Prof. Dr. med. Dr. phil.
Horst Kächele

“Vulnerability is the only authentic state. Being vulnerable means being open, for wounding, but also for pleasure. Being open to the wounds of life means also being open to the bounty and beauty. Don’t mask or deny your vulnerability: it is your greatest asset. Be vulnerable: quake and shake in your boots with it. the new goodness that is coming to you, in the form of people, situations, and things can only come to you when you are vulnerable, i.e. open.”

(Russell, 1998, S. 114)

Inhaltsverzeichnis

<u>Gender-Hinweis.....</u>	<u>6</u>
<u>Zusammenfassung</u>	<u>7</u>
<u>Abbildungsverzeichnis.....</u>	<u>8</u>
<u>Tabellenverzeichnis.....</u>	<u>8</u>
<u>1 Einleitung.....</u>	<u>9</u>
<u>2 Forschungsgrundlagen und theoretische Einbindung.....</u>	<u>11</u>
2.1 Persönlichkeitsforschung.....	11
2.2 Beziehungsfördernde Konzepte in der Therapie	22
<u>3 Selbstoffenbarung/ „self-disclosure“ als Bindeglied zum Click-Phänomen</u>	<u>29</u>
3.1 Historischer Hintergrund.....	29
3.2 Selbstoffenbarung in der Persönlichkeitsforschung	31
3.3 Selbstoffenbarung im therapeutischen Kontext	43
<u>4 Das Click-Phänomen.....</u>	<u>51</u>
4.1 Click-Beschleuniger nach Brafman & Brafman	51
4.1.1 Verletzlichkeit.....	53
4.1.2 Resonanz.....	57
4.1.3 Ähnlichkeit	60
4.1.4 Gute Selbstbeobachter	63
4.2 Definition Click.....	68
<u>5 Hypothesen und sensibilisierende Konzepte.....</u>	<u>69</u>
5.1 Click-Persönlichkeit	69
5.2 Therapeutischer Click.....	73
<u>6 Methodische Herangehensweise und Forschungsdesign</u>	<u>75</u>
6.1 Vorerhebung.....	75
6.1.1 Gruppendiskussion 1	75

6.1.2	Gruppendiskussion 2	77
6.2	Stichprobenbeschreibung	77
6.2.1	Stichprobe Vorerhebung	78
6.2.2	Stichprobe Interview Click und NEO-FFI	78
6.2.3	Stichprobe Interview Therapie	78
6.3	Erhebungsinstrumente der Hauptuntersuchung.....	79
6.3.1	Problemzentriertes Interview.....	79
6.3.2	NEO-FFI.....	80
6.4	Analyseverfahren, Durchführung und Auswertung	81
6.4.1	Qualitative Sozialforschung	82
6.4.2	Allgemeine Gütekriterien qualitativer Forschung	83
6.4.3	Phänomenologische Analyse	84
6.4.4	Durchführung und Auswertung	86
7	<u>Ergebnisse</u>	<u>89</u>
7.1	Ergebnisse der Vorerhebungen	89
7.1.1	Atmosphäre und Dynamik der Gruppendiskussionen.....	89
7.1.2	Facetten des Click-Phänomens.....	89
7.2	Ergebnisse: Click-Persönlichkeit	91
7.2.1	Falldokumentation.....	91
7.2.2	Phänomene	92
7.2.3	NEO FFI-Ergebnisse	113
7.3	Ergebnisse: Therapeutischer Click.....	114
7.3.1	Falldokumentation.....	114
7.3.2	Phänomene	116
8	<u>Diskussion</u>	<u>128</u>
8.1	Diskussion: Click-Persönlichkeit und Grenzen.....	128
8.2	Diskussion: Therapeutischer Click und Grenzen	136
9	<u>Fazit und Ausblick</u>	<u>145</u>
	<u>Literaturverzeichnis</u>	<u>148</u>
	<u>Anhang.....</u>	<u>157</u>
	Anhang 1 Material Vorerhebung	157
	Anhang 2 Material Persönlichkeits-Click.....	160

Anhang 3 Material Therapie-Click	167
<u>Selbstständigkeitserklärung.....</u>	<u>169</u>

Gender-Hinweis

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichwohl für beiderlei Geschlecht.

Zusammenfassung

Der Click ist ein Phänomen, welches sich aus unterschiedlichen Facetten interpersoneller Aspekte zusammensetzen lässt und sich auf die Tiefe und Bedeutsamkeit zwischenmenschlicher Beziehungen auswirkt. Diese Forschungsarbeit durchleuchtet anhand zweier Teilbereiche intensiv jene Faktoren, welche zum einen den Click in unterschiedlichen Settings entstehen lassen und zum anderen die Eigenschaften, die es braucht, um überhaupt einen solchen Click erleben zu können. Bestehende theoretische Konstrukte beider Teilbereiche werden mit Click-verwandten Aspekten in Verbindung gebracht und untersucht (*Self-Disclosure, Empathie, Intersubjektivität, Responsivität, Dyadischer Effekt*). Die Fragestellung innerhalb des Abschnitts zur Untersuchung von Persönlichkeitseigenschaften seziert mit einem gemischten Forschungsdesign aus qualitativen und quantitativen Methoden theoriegeleitete Vorannahmen, welche u.a. die *Big Five* Persönlichkeitseigenschaften mit Click-Facetten in Bezug setzen. Die Ergebnisse dieses Forschungsbereichs generieren Eigenschaften einer sogenannten Click-Persönlichkeit, zu denen beispielsweise *Lebenseuphorie, starke Anpassungsfähigkeit* sowie *Extraversion* und *Verträglichkeit* gehören. Der Teilbereich der Therapieforschung erforscht im Rahmen eines qualitativen Forschungsdesigns die Möglichkeit eines Click-Erlebnisses im therapeutischen Setting und kommt hierbei zu dem Schluss, dass es einem Konglomerat aus bestimmten Interaktions- und Persönlichkeitsaspekten bedarf (z.B. Sympathie, Atmosphäre, therapeutische Selbstoffenbarung), um einen therapeutischen Click zu befördern.

Insgesamt wurden im Rahmen dieser Forschungsarbeit 24 Probanden innerhalb qualitativer Interviewdesigns befragt. Zudem haben 14 der Untersuchungsteilnehmer das NEO-FFI Testverfahren ($n_{\text{NEO-FFI}}=14$) bearbeitet. Eine Click-Persönlichkeit konnte nicht hinreichend nachgewiesen werden. Die Ergebnisse insgesamt zeigen aber, dass Click-befördernde Eigenschaften sowohl im Teilbereich der Therapieforschung als auch im Abschnitt der Persönlichkeitsforschung gefunden wurden und zudem in begünstigende und nicht-begünstigende Faktoren eingeteilt werden können.

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1 Ablaufmodell deduktiver Kategorieranwendung nach Mayring (2002)	82
Abbildung 2: Ablaufmodell Phänomenologischer Analyse nach Mayring (2002, S. 110) .	85
Abbildung 3: Durchschnittliche Ausprägungen (Prozentränge) der Big Five Faktoren von Clickern und nicht-Clickern	113
Abbildung 4: Häufigkeit der Phänomene über die Stichprobe verteilt.....	127
Abbildung 5: DES – Disclosure Expectation Scale (Vogel & Wester, 2003).....	168

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Allgemeine Gütekriterien qualitativer Forschung nach Mayring (2002)	84
Tabelle 2: Übersicht der Phänomene mit Definition, Interviewbeispielen und Interviewitems	108
Tabelle 3: Übersicht über nicht begünstigende Phänomene mit Defintition, Interviewbeispielen und –items.....	111
Tabelle 4: Übersicht der Grundvoraussetzungen für ein Click-Erlebnis	112
Tabelle 5: Übersicht über Häufigkeit und Definition der Phänomene und Zusatzfaktoren mit Interviewbeispielen	124

1 Einleitung

Die Ergründung positiver Emotionen steht im Vergleich zur Untersuchung der negativen Emotionen (wie bspw. Trauer oder Furcht) im Forschungsfeld der Psychologie bislang eher weniger im Fokus. Hierfür lassen sich mehrere Gründe anführen, u.a., dass sich die Untersuchung positiver Emotionen schwieriger gestaltet als erwartet (Fredrickson, 2003).

Mit der Untersuchung der positiven Emotionen beschäftigt sich die Positive Psychologie, als dessen Begründer der ehemalige APA (American Psychological Association) Präsident Martin E.P. Seligman genannt werden kann. Die positiven Emotionen stellen nicht den Fokus dieser Forschungsarbeit dar, jedoch bilden sie eine Art Basis des Click-Phänomens, welches in unserer Arbeit behandelt und untersucht werden soll und verdienen daher an dieser Stelle sowohl Erwähnung als auch Anerkennung.

Das Click-Phänomen kann als jener Moment der vollkommenen Erfüllung innerhalb einer persönlichen Begegnung beschrieben werden, in welchem der Zustand des *Flows* erreicht wird und in dem „alles stimmt“ - es entsteht ein Gefühl der Vertrautheit.

Die zwei Amerikaner Ori und Rom Brafman haben sich jahrelang mit der Untersuchung des Click-Phänomens beschäftigt und definieren den Click als: „*Spontane, tiefe und bedeutungsvolle Beziehung zu einer anderen Person oder zu der Welt um uns herum*“ (Brafman & Brafman, 2011, S.13).

In der vorliegenden Arbeit soll nachfolgend das Click-Phänomen näher beschrieben und die Thematik anhand zwei verschiedener Fragestellungen empirisch untersucht werden. Hierbei werden die Bereiche der Persönlichkeitspsychologie und der Therapieforschung im Fokus stehen. Die Persönlichkeitspsychologische Fragestellung untersucht hierbei die Beziehungen zwischen spezifischen Persönlichkeitseigenschaften basierend auf den Faktoren des NEO-Fünf-Faktoren-Inventars nach Costa und Mc Crae und der individuellen *Click-Fähigkeit*. Klicken Personen mit gewissen Persönlichkeitseigenschaften häufiger als andere? Zusätzlich wird es eine qualitative Erhebung geben, um gegebenenfalls begünstigende Click-Eigenschaften jenseits der Big Five zu ermitteln.

Die zweite Fragestellung dieser Arbeit ist dem Bereich der Therapieforschung zuzuordnen und soll das Phänomen des Clicks im Therapiesetting im Rahmen qualitativer Methodik anhand halbstrukturierter Interviews mit Patienten analysieren. Die Frage nach dem therapeutischen Click soll geklärt werden. Gibt es ihn? Welche Faktoren befördern oder verhindern einen therapeutischen Click? Ist er förderlich oder hinderlich für einen therapeutischen Erfolg? Und welche Rolle spielt die therapeutische Selbstoffenbarung in der Schaffung einer hilfreichen therapeutischen Beziehung? Die Untersuchung dieser Fragen soll im künftigen Forschungsverlauf als Basis für die Untersuchung der Auswirkungen von unmittelbarer Vertrautheit auf den Erfolg einer Therapie dienen.

Die vorliegende Forschungsarbeit untersucht in den folgenden Kapiteln den aktuellen Forschungsstand in den Themenbereichen der Persönlichkeits- und Therapieforschung mit den verbindenden Facetten zur Erforschung des Click-Phänomens. Es wird aufgezeigt, inwieweit ein Zusammenhang zwischen Persönlichkeitseigenschaften, selbstoffenbarendem Verhalten und den sogenannten Click-Beschleunigern (Verletzlichkeit, Resonanz und Ähnlichkeit) besteht, um deren Beziehung zum Click aus persönlichkeits- und therapiespezifischen Blickwinkeln zu durchleuchten. Innerhalb eines gemischten Forschungsdesigns mit quantitativen und qualitativen Forschungsmethoden werden mit Hilfe eines Fragebogeninventars (NEO-FFI) sowie problemzentriert halbstrukturierter Interviews Variablen analysiert und hieraus Schlussfolgerungen hinsichtlich möglicher Grenzen und künftiger Forschungsdesigns erhoben und diskutiert.

Da das Click-Phänomen noch nicht weitreichend untersucht ist und derzeit nur wenige fundierte Forschungsergebnisse präsent sind, sind beide Forschungsfragen der Grundlagenforschung zuzuordnen und dienen als Basis für weitere Untersuchungen innerhalb dieses spannenden Themenbereiches.

2 Forschungsgrundlagen und theoretische Einbindung

2.1 Persönlichkeitsforschung

Die Persönlichkeitsforschung befasst sich mit der Beschreibung von Persönlichkeitseigenschaften und den inter- und intraindividuellen Unterschieden zwischen einzelnen Personen und Personengruppen. Hierbei geht es um die Aufstellung von Erklärungsmodellen und darum Prognoseinstrumente (Testverfahren) zu entwickeln, welche Veränderungen der Persönlichkeit über die Zeit beschreiben und analysieren. Die zwei Hauptforschungsgebiete der Persönlichkeitsforschung sind hierbei die Differentielle Psychologie sowie die Persönlichkeitstheorien. Im deutschsprachigen Bereich sind wichtige historische Entwicklungslinien der Persönlichkeitsforschung gekennzeichnet durch eher geisteswissenschaftlich orientierte charakterologische, schichtentheoretische sowie typologische Konzepte, wohingegen sich die naturwissenschaftliche Ausrichtung mit der Messbarkeit und der experimentellen Untersuchbarkeit von Individuen befasst. Dieser Ansatz mündet in eine naturwissenschaftlich-nomothetische Erkenntnisperspektive (Persönlichkeitstheorien und Charakterologie) (Wenninger, 2000).

Nachfolgend soll anhand verschiedener Studien und ihrer Ergebnisse ein kurzer theoretischer Überblick über die für diese Arbeit relevanten Bereiche der Persönlichkeitsforschung gegeben werden. Hierbei stehen vor allem die Themen *Beziehung von Persönlichkeit (Big Five) und sozialen Beziehungen*, *Persönlichkeit und (alltägliche) Kommunikationsmuster* sowie *Persönlichkeit und Empathie* im Fokus.

Persönlichkeit und soziale Beziehungen

Die Studie von Cuperman & Ickes (2009) befasst sich mit dem prädiktiven Charakter der Big Five Faktoren, welcher sich zwar in den Anfängen der Forschung befindet, innerhalb der empirischen Welt aber von immer größerer Bedeutung wird. Verschiedene Publikationen zeigen, dass der Faktor *Gewissenhaftigkeit* als Prädiktor genutzt werden kann um Messungen von Mitarbeiter-Leistungen am Arbeitsplatz (*employee performance*) vorherzusagen.

Durch die Review von Ozer & Benet-Martinez (2006) lässt sich ein empirischer Zusammenhang zwischen verschiedenen Big Five Faktoren und den folgenden Kategorien aufzeigen: *happiness and subjective well-being, criminality and psychopathology, physical health and longevity, occupational choice and performance, volunteerism and community involvement*.

Verschiedene Forscher (*factor-analysts*) vertreten den Konsens, dass speziell die Faktoren *Extraversion* und *Verträglichkeit* einen essentiellen Einfluss auf das Sozialverhalten (*social behavior*) haben. Dementsprechend ist eine Domäne, um den prädiktiven Nutzen der Big Five zu erforschen, das Feld des menschlichen Sozialverhaltens.

Die meisten Studien, welche u.a. auch innerhalb der Ozer & Benet-Martinez (2006) Review zitiert werden, befassen sich mit dem menschlichen Sozialverhalten innerhalb der Peer-Gruppe, der Familie und in romantischen Beziehungen. Nur wenige Untersuchungen (z.B. Berry & Hansen, 2000; Funder & Sneed, 1993) befassen sich mit dem Zusammenhang der Big Five Faktoren und der Vorhersage von spezifischem Sozialverhalten (*specific social interaction behavior*), wie beispielsweise: *frequency of talking, smiling, gazing, verbal acknowledgments, nonverbal acknowledgments* (z.B. *head nods*), etc. . Jenes spezifische Sozialverhalten kann zum einen in Zusammenhang mit einigen Big Five Faktoren gebracht werden, zum anderen beeinflusst es auch maßgeblich die Qualität und Stimmung einer Interaktion, welche für die Click-Thematik von essentieller Bedeutung ist.

Cuperman & Ickes (2009) untersuchten auf Basis der Funder & Sneed (1993) Erhebung die dyadische Interaktion und setzen diese mit den Big Five Faktoren in Zusammenhang. Hierbei liegt der Fokus auf den *actor effects, partner effects* sowie auf den *actor & partner interaction effects*. Konsistent mit Funder und Sneed und einigen anderen Big Five Forschern (*factor analysts*) treffen die Autoren die Annahme, dass Extraversion und Verträglichkeit die zentralsten Big Five Faktoren für die dyadische Interaktion darstellen und hierfür die meisten Zusammenhänge innerhalb der Studie auffindbar sein sollten.

Die Autoren treffen in ihrer Untersuchung folgende Prognose für die Big Five Faktoren Extraversion und Verträglichkeit (Cuperman & Ickes, 2009, S. 668-669):

1. *Extraversion*: The dyad members' Extraversion scores should be positively correlated with the amount of talking that occurs, with the amount of personal self-disclosure, and with the degree to which the dyad members rate the interaction as „smooth, natural, and relaxed“ as opposed to „forced, awkward, and strained.“
2. *Agreeableness*: The dyad members' Agreeableness scores should be positively correlated with social behaviors that express interpersonal warmth and positive affect. These behaviors should include smiling, laughing, and eye contact. Agreeableness scores should also be positively correlated with the degree to which the interaction is rated as enjoyable.

Der Fokus der Autoren liegt zwar auf den Faktoren Verträglichkeit und Extraversion, allerdings besagt eine weitere Hypothese ihrerseits, dass die *dyad members scores* im Faktor Gewissenhaftigkeit positiv mit Verhalten korrelieren sollten, welches dem Interaktionspartner größere Aufmerksamkeit und Responsivität entgegenbringt. Die Studie zeigt 75 signifikante Big Five Effekte auf, wovon 33% auf Effekte mit dem Faktor Extraversion zurückzuführen sind, 51 % auf Effekte mit dem Faktor Verträglichkeit und nur jeweils 4%, 8% und 4% mit den anderen Big Five Faktoren (Gewissenhaftigkeit, Neurotizismus und Offenheit) in Verbindung stehen. Viele der Effekte die innerhalb der Untersuchung gefunden werden konnten sind konsistent mit den Ergebnissen von Funder & Sneed (1993).

Eine spannende Erkenntnis beispielsweise ist, dass *actors* die höhere Extraversionswerte aufweisen, weniger *first-person singular pronouns* nutzen, welches das Extraversionsverständnis Jung's (1971) bestätigt. Nach Jung tendieren Extravertierte mehr dazu ihre Aufmerksamkeit nach außen (*externally focused*), als auf sich selbst (*self-focused*) zu richten. Des Weiteren weisen extravertierte im Vergleich zu introvertierten Personen mehr Augenkontakt zu bzw. mit ihren Partnern auf und berichten weniger gehemmt (*self-conscious*) zu sein. Ebenfalls spannend ist, dass innerhalb dieser Untersuchung nicht der Umfang des Sprechens (*amount of talking*), sondern die Quantität des gemeinsamen Anschauens (*amount of mutual gazing*) Extravertierte von Introvertierten unterscheidet. Der Interaktionsstil extravertierter Personen ist ausgezeichnet durch Direktheit (*directness*), Ungehemmtheit (*lack of self-consciousness*) und ihrer sicheren Annahme von ihrem

Interaktionspartner gemocht und akzeptiert zu werden (*confident assumption of being liked and accepted by the interaction partner*). Die Ergebnisse der Studie ergeben hinsichtlich des Big Five Faktors Verträglichkeit, dass Personen mit ausgeprägten Werten eine höhere Frequenz und Dauer des Sprechens aufweisen. Jene weisen ein größeres selbstberichtetes Bedürfnis zu kommunizieren auf, welches mit der Anteilnahme des Interaktionspartners an der Konversation zusammenhängt. Verträgliche Personen (actors) weisen folgende Verhaltensweisen auf: *greater gazing, laughing and smiling*. Jene nehmen innerhalb sozialer Interaktionen stärker die aktiv freundliche, als lediglich eine passiv freundliche Position ein. Hohe Neurotizismuswerte hingegen führen zu mehr negativen Gefühlen innerhalb der Interaktion, welche ebenfalls auf den Partner projiziert werden. Hinsichtlich des Einflusses der Ähnlichkeit zweier Persönlichkeiten auf die Interaktionsqualität konnte herausgefunden werden, dass jeweils Extravertierte, Extravertierte und Introvertierte sowie Introvertierte einen positiven Effekt zusammen aufweisen, wohingegen zwei unverträgliche Personen einen negativen Einfluss aufeinander haben (Cuperman & Ickes, 2009).

Auch die Untersuchung von Nezlek, Schütz, Schröder-Abe und Smith (2011) befasst sich mit dem Zusammenhang zwischen den Big Five Faktoren und (täglicher) sozialer Interaktion im Hinblick auf die Qualität und Quantität dieser und kann dabei ähnliche Ergebnisse aufweisen. Die Untersuchung umfasst zwei verschiedene Stichproben (USA und Deutschland). Der interkulturelle Vergleich stellt hierbei eine Besonderheit dar.

Es hat sich gezeigt, dass sowohl in den USA als auch in Deutschland Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit in einem positiven Zusammenhang mit sozialer Interaktion stehen, wohingegen Neurotizismus in beiden Stichproben keine Korrelation mit sozialer Interaktion aufweisen konnte. Obgleich der Faktor Gewissenhaftigkeit eher mit organisatorischen Aspekten wie Strukturiertheit, Planung, etc. assoziiert ist und weniger mit sozialen Beziehungen, macht er innerhalb dieses Kontextes dennoch Sinn. Menschen, auf die Verlass ist, die organisiert und vorbereitet sind, gelten als verlässlichere Interaktionspartner und erfahren dadurch scheinbar mehr lohnende Interaktionen (Nezlek et al., 2011).

In der US-Stichprobe zeigt sich ebenfalls ein positiver Zusammenhang zwischen Extraversion, Offenheit und der Qualität sozialer Beziehungen. Ebenfalls korreliert Extraversion positiv mit sozialer Aktivität im Allgemeinen (Quantität), wohingegen jener Effekt innerhalb der deutschen Stichprobe nicht aufzuweisen war. Die Autoren führen diesen

Effekt auf normative Unterschiede innerhalb beider Kulturen zurück (Amerikanisch-offen vs. Deutsch-formell) (Nezlek et al., 2011).

Extraversion und Verträglichkeit sind jene Faktoren die den größten, reliablen Zusammenhang mit Reaktionen innerhalb sozialer Interaktion aufweisen (*reaction to social interaction*) konnten. Die Persönlichkeitsfaktoren wurden in der Nezlek et al. Untersuchung mit dem *BFI-44 (Big Five Inventory, 44 items)* erhoben. Verträglichkeit ist hierbei positiv mit Items wie „*helpful & unselfish*“ assoziiert, Extraversion hingegen mit Items wie „*generates enthusiasm*“. Es wird davon ausgegangen, dass Personen mit höheren Extraversions- und Verträglichkeitswerten dazu neigen qualitativ hochwertigere bzw. lohnendere Interaktionen zu führen (*more rewarding interactions*) (Nezlek et al., 2011).

In der Untersuchung von Barrett & Pietromonaco (1997) konnte ein positiver Zusammenhang zwischen Extraversion und der Intimität der Interaktion sowie ein negativer Zusammenhang zwischen Extraversion und Konflikten in Interaktionen festgestellt werden. Dieser lässt sich auch für den Faktor Verträglichkeit herausfinden.

Die Studie von White, Hendrick & Hendrick (2004) zeigt, dass Extraversion und Verträglichkeit positiv mit der Zufriedenheit in Beziehungen und Intimität assoziiert sind. Der Effekt zeigte sich bei Männern etwas ausgeprägter als bei Frauen. Damit konsistent, konnten auch Neyer & Asendorpf (2001) in ihrer longitudinalen Studie zeigen, dass Extraversion und Verträglichkeit in positiver Beziehung mit Nähe (*closeness*) und der Wichtigkeit der Beziehungen (*importance of relationships*) stehen. Bei Berry & Hansen (2000) zeigt sich, dass Verträglichkeit und Extraversion in einem positiven Verhältnis zur *self-and-observer-rated-interaction-quality* stehen. Nezlek et al. (2011) konnten bei der Untersuchung der Qualität sozialer Interaktion in der US-Stichprobe einen Zusammenhang zwischen den Faktoren Extraversion und Verträglichkeit und dem Aspekt *enjoyment of interactions* demonstrieren, welchen die Autoren einer hedonistischen Dimension zuordnen. Dieses Ergebnis ist spannend und konsistent mit einigen Modellen der Persönlichkeit, welche jene unter dem Blickwinkel affektiver Komponenten und von Temperament diskutieren (z.B. Clark & Watson, 1999).

Back et al. (2011) untersuchten ebenfalls das Zusammenspiel von Persönlichkeit und sozialen Beziehungen und haben sich hierbei einem vereinheitlichenden und integrativen

(Untersuchungs-)Gerüst (PERSOC) gewidmet, um jene komplexe Dynamik von Persönlichkeit und sozialen Beziehungen zu analysieren. PERSOC bezieht sich auf die Begrifflichkeiten *personality* und *social relationships*. Es beschreibt Prinzipien/Gesetzmäßigkeiten (*principles: 1. disposition principle, 2. interaction principle, 3. behaviour and perception principle, 4. processes principle*) und Prozesse (*processes: 1. dispositional expression, 2. social interaction, 3. dispositional development*), durch welche Dispositionen, soziales Verhalten und interpersonelle Wahrnehmung das Zusammenspiel und die Entwicklung von Persönlichkeit und sozialen Beziehungen charakterisieren. Das Gerüst (*framework*) kann innerhalb verschiedenster sozialer Beziehungen Anwendung finden. Die Reichweite ist dabei weit und reicht von engen Beziehungen bis hin zu flüchtigen Bekanntschaften. Die Autoren nennen folgende Anwendungsgebiete: *first encounters, short-term acquaintances, friendships, realtionships between working group members, educational or therapeutic settings, romantic relationships and family realationships*. PERSOC hat dabei eine erhebliche Auswirkung auf die Konzeptualisierung und die Erforschung von Persönlichkeit und sozialen Beziehungen und fördert somit ein profunderes und integrativeres Verständnis beider Forschungsbereiche (Back et al., 2011).

Bezogen auf die Click-Thematik erweisen sich die o.g. Ergebnisse als äußerst spannend. Fest steht, dass die Persönlichkeit einen starken Einfluss auf soziale Beziehungen hat oder sich sogar, so wie die letzte Untersuchung von Back et al. (2011) zeigt, beide Aspekte bedingen. Es benötigt zwar noch weitere theoretische sowie empirische Arbeiten, um eine Aussage darüber treffen zu können welche Persönlichkeitstypen innerhalb des sozialen Kontextes miteinander harmonieren und welche nicht, allerdings bietet die Arbeit von Cuperman & Ickes (2009) wichtige erste Erkenntnisse innerhalb dieser Forschungsfrage und kann damit als Basis für weitere Untersuchungen dienen. Es ist anzunehmen, dass die Ähnlichkeit zweier Personen in ihrer Persönlichkeit in einigen Fällen hilfreich dafür sein könnte, um Raum für Intimität, Resonanz und Selbstoffenbarung zu ermöglichen. Des Weiteren lassen die Ergebnisse mutmaßen, dass eben jener Raum für Intimität, Selbstoffenbarung und Resonanz durch Personen mit spezifischen Persönlichkeitseigenschaften leichter geschaffen werden kann. Eine positive, dyadische Interaktion scheint durch Faktoren wie Extraversion, Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit positiv begünstigt zu werden, während Neurotizismus, zumindest bezogen auf die Cuperman & Ickes (2009) Untersuchung, einem guten Gesprächsklima eher entgegenwirkt.

Des Weiteren ist es wichtig den soziokulturellen Hintergrund zu berücksichtigen, wenn es um die Entfaltung von Persönlichkeit geht. Soziale Beziehungen scheinen sich trotz gleicher Persönlichkeitseigenschaften innerhalb verschiedener kultureller Kontexte anders zu gestalten. Besonders spannend ist außerdem die Verbindung zwischen Extraversion, Verträglichkeit und einer hedonistischen Dimension (*enjoyable interactions*), welche Nezlek et al. (2011) in ihrer Untersuchung benennen konnten, da diese auf die affektive Komponente der Persönlichkeit bzw. des Temperaments hinweisen könnte.

Beziehung von Persönlichkeit und Empathie

Bereits zu einem früheren Zeitpunkt dieser Arbeit wurde die bedeutende Rolle von *Responsivität* für die Qualität sozialer Interaktionen und sozialer Beziehungen im Allgemeinen hervorgehoben und somit auch für die Click-Thematik. Für den Bereich der Empathieforschung ist die Responsivität ebenfalls von zentraler Bedeutung. Das Verständnis über die Gedanken und Gefühle anderer Personen ist ein zentraler Bestandteil sozialer Interaktion, aber führt jenes Verständnis zwangsläufig zu Liebenswürdigkeit und Sensibilität innerhalb zwischenmenschlicher Beziehungen?

Die Studie von Winczewski , Bowen & Collins (2016) befasst sich mit dem Zusammenhang zwischen Responsivität (*responsiveness*), dem Verständnis über die Gefühle und Gedanken einer Person (*empathic accuracy*) und der empathischen Fürsorge (*empathic concern*). Interpersonelle Responsivität - das Gefühl verstanden, bestätigt und von anderen umsorgt zu werden - spielt eine Kernrolle in Bezug auf die positive Gestaltung der Qualität sozialer Beziehungen und Interaktionen. Was genau aber befähigt Personen dazu, auf interpersoneller Ebene responsiv zu agieren? Die Autoren der Studie argumentieren, dass es hierfür nicht lediglich ein akkurates Verständnis der Thematik benötigt, sondern auch eine anteilnehmende Motivation (*compassionate motivation*). Hierbei stellen Winczewski et al. (2016) die Hypothese auf, dass das Verständnis über die Gefühle und Gedanken einer Person (*empathic accuracy*) responsives Verhalten nur fördert, wenn dieses mit einer wohlwollenden Motivation (*benevolent motivation*) und somit mit *empathic concern*, gekoppelt ist. Hierzu haben die Autoren in ihrer Studie 91 Paare (N=91) befragt und diese gebeten eine persönliche oder beziehungsbezogene Problematik zu diskutieren (*personal or relationship stressor*). Wie prognostiziert, haben die Ergebnisse gezeigt, dass das

Verständnis über die Gefühle und Gedanken einer Person (*empathic accuracy*) Responsivität fördert, wenn die empathische Fürsorge (*empathic concern*) beim Zuhörer hoch ausfällt. Des Weiteren konnte umgekehrt gezeigt werden, dass *empathic accuracy* nicht zu Responsivität führt, wenn (die) *empathic concern* im Zuhörer niedrig ist. Die Ergebnisse der Untersuchung liefern den ersten Beweis dafür, dass kognitive und affektive Formen der Empathie benötigt werden, um Responsivität zu fördern.

Die Untersuchung setzt den Fokus auf responsives Verhalten (*outcome variable*), da dieses als Schlüsselprädiktor und Kerneigenschaft für zufriedenstellende, sichere und gut funktionierende soziale Beziehungen angesehen wird. Auf allen Ebenen der *empathic accuracy* ist es so, dass Zuhörer die mehr emotionale Empathie verspüren, ihren Partnern gegenüber mehr Responsivität zeigen (Winczewski et al., 2016).

Dieses Ergebnis suggeriert, dass emotionale Empathie fürsorgliches Verhalten in engen Beziehungen mobilisiert (Canevello & Crocker, 2010; Collins et al. 2014), in einem ähnlichen Ausmaß in welchem es prosoziales Verhalten in Fremden fördert (Batson, 1991). Die Untersuchung zeigt, dass Zuhörer sich liebenswürdiger und responsiver gegenüber ihren Partnern verhalten, je stärker die emotionale Empathie ist, die sie während ihrer Konversation mit diesen verspüren. Die *empathic accuracy* allerdings verstärkt die Fähigkeit erfolgreich auf die Bedürfnisse des Partners zu reagieren und einzugehen (Winczewski et al., 2016).

Konsistent mit der *responsiveness theory* (Reis & Shaver, 1988), liefern diese Forschungsergebnisse den ersten Beweis dafür, dass sowohl ein akkurates Verständnis als auch eine fürsorgliche Motivation notwendig sind, um optimale Responsivität zu kreieren (Winczewski et al., 2016). Auch die fürsorglichsten Zuhörer sind beeinträchtigt, wenn sie die Gedanken und Gefühle ihres Partners nicht richtig verstehen können. *Empathic accuracy* gibt Zuhörern die Möglichkeit ein authentisches Verständnis und Bestätigung auszudrücken (Reis & Gable, 2015).

Ein weiteres spannendes Ergebnis der Winczewski et al. Untersuchung ist der Fakt, dass *empathic accuracy* und *empathic concern* keine Beziehung zueinander aufweisen ($r = .15$). Dieses Ergebnis liefert einen weiteren Beweis für die strikte Trennung von kognitiven und affektiven Formen der Empathie und suggeriert, dass Faktoren die zu akkuraten sozialen

Wahrnehmungen führen, sich von jenen differenzieren, die zu Mitgefühl führen (Batson , 2009).

Die Ergebnisse zeigen, dass beide Empathieanteile als Kernbestandteile für responsives Verhalten gelten und es ein Zusammenspiel beider benötigt, um optimale Responsivität zu erlangen. Allerdings liefern verschiedene Untersuchungen einen wachsenden Beweis dafür, dass *empathic accuracy* nicht nur von Eigenschaften des Zuhörers, sondern auch von der *readability* des Sprechers abhängig ist (z.B. Ickes , Buysse et al., 2000; Zaki , Bolger & Ochsner, 2008). Die Ergebnisse bilden eine gute Basis für zukünftige Untersuchungen und beleuchten den Wert integrativer Forschung im Bereich der Empathie.

Die Verbindung von Empathie und Responsivität kann anhand der o.g. Ergebnisse dargestellt und somit eine Verbindung dieser für die Qualität sozialer Beziehungen und Interaktionen aufgezeigt werden. Doch welche Verbindung besteht zwischen Empathie und Persönlichkeit? Nachfolgenden sollen wichtige Ergebnisse dieses Forschungsbereichs skizziert werden.

Die Studie von Melchers et al. (2016) befasst sich mit der Beziehung zwischen Persönlichkeitseigenschaften und Empathie. Zu diesem Zweck ist in einer internationalen Stichprobe (Spanien, Deutschland, China und USA) ein Zusammenhang zwischen Big Five Faktoren und Empathiewerten gemessen worden. Hierfür ist zum einen der *EQ (Empathy Quotient)* und der *Interpersonal Reactivity Index (IRI)* erhoben worden. Es lassen sich mittlere Effektstärken für die Verbindung von Persönlichkeit und Empathie feststellen. Hierbei stellen Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit die wichtigsten Prädiktoren für affektive und kognitive Empathie (gemessen mit IRI Subskalen), genauso wie für (die) *one-dimensional empathy* (gemessen mit EQ) dar. Empathie im fiktionalen Kontext weist den größten Zusammenhang mit dem Big Five Faktor Offenheit für neue Erfahrungen auf, während *personal distress*, welcher als Teilkomponente der Empathie gilt, mit dem Big Five Faktor Neurotizismus assoziiert werden kann. *Personal distress* dient der Erfassung der persönlichen Betroffenheit innerhalb Situationen, in welchen andere Menschen Nöten oder belastenden Situationen ausgesetzt sind. Eindeutige kulturelle Unterschiede haben sich innerhalb dieser Untersuchung nicht aufweisen lassen, was auf die internationale Anwendbarkeit des IRI und EQ und auf strukturell ähnliche Verbindungen zwischen

Persönlichkeit und Empathie über verschiedene Kulturen hinaus hindeuten lässt (Melchers et al., 2016).

Nach Richendoller & Weaver (1994) neigen Individuen, die sich leicht in das Denken und in Situationen anderer Personen hineinversetzen können, dazu, sozialer und extravertierter zu sein. Eysenck & Barrett (2013) argumentieren, dass die soziale Natur eher extravertierter Persönlichkeiten, aufgrund der großen Bedeutung die eben jene innerhalb sozialer Interaktionen habe, wahrscheinlich zu größerer Empathie führt. Darüber hinaus weisen Personen mit hohen Extraversionswerten bessere soziale Fähigkeiten auf, als jene mit niedrigen Extraversionswerten (z.B. Lieberman & Rosenthal, 2001; Li et al., 2010). Hierzu können Ergebnisse von Lieberman & Rosenthal (2001) bestätigen, dass nonverbale soziale Hinweise von extravertierten Persönlichkeiten besser interpretiert werden können, als von introvertierten Persönlichkeiten.

Die Untersuchung von Neumann, Chan, Wang & Boyle (2016) befasst sich ebenfalls mit dem Zusammenhang von Empathie (kognitive und affektive Komponenten) und Persönlichkeit innerhalb einer chinesischen Stichprobe. Hierbei können einige interessante Effekte festgestellt werden. Beispielsweise lässt sich *personal distress*, als Komponente affektiver Empathie, als ein positiver Prädiktor für Neurotizismus ($\beta = .49$) und ein negativer Prädiktor für Extraversion ($\beta = -.21$) erweisen. Des Weiteren hat sich *empathic concern* als signifikant positiver Prädiktor für Extraversion erwiesen.

Jene Ergebnisse sind konsistent mit der Vorstellung darüber, dass eine sozial qualifizierte, extravertierte Person gute Fähigkeiten dahingehend aufweist, anderen Personen Mitgefühl und Sympathie entgegenzubringen (Richendoller & Weaver, 1994).

Frühere Untersuchungen können außerdem bestätigen, dass extravertierte Individuen dazu tendieren warmherzig und emotional zu sein und ein starkes Interesse für andere Personen aufweisen. All diese Faktoren sind konsistent mit der positiven Beziehung zwischen *empathic concern* und Extraversion (Neumann et al., 2016).

Die negative Assoziation zwischen *personal distress* und Extraversion, welche ebenfalls in anderen Erhebungen nachgewiesen werden konnte, mag reflektieren, dass die

verstärkte emotionale Vulnerabilität, welche mit jenem Faktor assoziiert wird (Davis , 1983), eher in introvertierten Persönlichkeiten präsent ist (Neumann et al., 2016).

Des Weiteren stellt sich *personal distress* als einziger Prädiktor für Neurotizismus heraus (Neumann et al., 2016). Nach Eysenck & Barrett (2013) ist Neurotizismus gekennzeichnet durch emotionale Instabilität, bei welcher das Individuum launisch, reizbar, nervös, ängstlich und besorgt ist. Jene Charakteristiken könnten dazu führen, dass ein Individuum schneller negativ von der emotionalen Verfassung anderer Personen beeinflusst ist (Neumann et al., 2016).

Die oben aufgeführten Ergebnisse über die Themen Selbstoffenbarung, Empathie, soziale Beziehungen bzw. Interaktionen und Persönlichkeit sind aufschlussreich. Empathie in all ihren Formen sowie Responsivität haben eine essentielle Bedeutung für die Click-Thematik und weisen viele Schnittstellen zu anderen diskutierten Themenbereichen innerhalb dieser Arbeit auf.

Die Themen zu beleuchten ist deshalb von Bedeutung, da jene Aspekte die Stimmung und Qualität in zwischenmenschlichen Beziehungen erheblich beeinflussen. Wie nehmen wir unser Gegenüber wahr und wie nimmt dieser uns wahr? Gibt uns unser Interaktionspartner das Gefühl, uns ihm gegenüber offen und verletzlich zeigen zu können? Ist dieser responsiv und resonant und schafft er es feinfühlig mit den persönlichen Informationen umzugehen, die ihm offenbart werden? All diese Fragen sind entscheidend für die Click-Thematik. Das erarbeitete theoretische Konstrukt ist hilfreich, um eine erste Ordnung und einen Gesamteindruck zu gewinnen.

Ferner die Ergebnisse einen ersten Zugang zu der Verbindung von Persönlichkeitseigenschaften, sozialen Beziehungen und Empathie. Ebenfalls können Zusammenhänge darüber genannt werden, welche Persönlichkeitseigenschaften positive soziale Beziehungen begünstigen. Empirisch und bezogen auf die Effekte spielten hierbei die beiden Big Five Faktoren Extraversion und Verträglichkeit mit Abstand die prominenteste Rolle, gefolgt von Neurotizismus und Gewissenhaftigkeit, bei welchen sich ebenfalls empirische Zusammenhänge aufzeigen lassen. Der Faktor Offenheit wurde gelegentlich diskutiert, die Effekte fielen aber im Vergleich zu den anderen vier Faktoren eher gering aus.

Selbstoffenbarung, Verletzlichkeit, Empathie, Resonanz und Responsivität, wie jene Faktoren mit der Persönlichkeit in Verbindung stehen und welche bedeutende Rolle diese für die soziale Interaktion spielen, darüber dürfte dieses Kapitel groben Aufschluss gegeben haben und ebenfalls darüber, dass all diese Faktoren ein Grundgerüst bieten, welches für den Click-Effekt benötigt wird.

2.2 Beziehungsfördernde Konzepte in der Therapie

Aus Gründen der angenehmeren Lesbarkeit wird in den folgenden Kapiteln auf eine Unterscheidung der schulenspezifischen Nomenklatur in *Patient* und *Klient* verzichtet und die Begriffe nach der jeweiligen Passung verwendet.

Spätestens seit Carl Rogers seinen humanistisch geprägten, *klientenzentrierten* Therapieansatz vorgestellt hat, wird in den unterschiedlichen Therapieschulen immer größerer Wert auf die individuellen Bedürfnisse von Patienten gelegt. Rogers geht davon aus, dass durch die Einhaltung bestimmter therapeutischer Grundsätze eine für den Klienten hilfreiche therapeutische Beziehung und mit ihr Veränderung entstehen kann (Finke, 2004). Basis von Rogers' psychotherapeutischer Therapie sind zum einen die sechs notwendigen und hinreichenden Voraussetzungen zum psychologischen Wandel und zum anderen die Annahme, dass Menschen das Bedürfnis nach bedingungsloser aufbauender Wertschätzung haben und nach Selbstaktualisierung streben, bzw. eine *Aktualisierungstendenz* innehaben (z.B. Rogers, 1966, 1977; Rogers, Dorfman, & Nosbüsch, 1972).

Die therapeutische Beziehung wird durch die Grundhaltungen *Bedingungslose positive Wertschätzung*, *Empathie* und *Kongruenz* bestärkt. Ersteres spiegelt zum einen die Grundhaltung des humanistischen Ansatzes wider und beschreibt andererseits die angestrebte Wertfreiheit in der therapeutischen Beziehung. Die empathische Wahrnehmung des Klienten und seines Anliegens sowie die Kommunikation der eigenen Wahrnehmung dieser, bestimmen eine weitere therapeutische Grundhaltung nach Rogers. Die nächste Säule der therapeutischen Beziehungsarbeit ist die Kongruenz bzw. die *Echtheit* des Therapeuten, welche dieser etwa in Interventionsmomenten wie Konfrontation, Klärung des Beziehungsgehaltes oder *therapeutischer Selbstoffenbarung* einfließen lässt. Durch die Wahrung und Anwendung dieser Grundsätze ermöglicht der Therapeut den Klienten die

eigene, individuelle Entfaltung von empathischen, wertschätzenden und kongruenten Verhalten sich selbst gegenüber (Finke, 2004). Weitere Bedingungen für eine erfolgreiche therapeutische Beziehungsgestaltung nach Rogers sind ein Zustand der *Inkongruenz* des Klienten, der *psychologische Kontakt* zwischen Klient und Therapeut und die Wahrnehmung der therapeutischen *Grundhaltungen* - zumindest im Ansatz - durch den Klienten. Werden alle therapeutischen Bedingungen und Grundhaltungen eingehalten und befolgt und stets auf die individuellen Bedürfnisse der Klienten angepasst, ist psychotherapeutische Veränderung möglich (Vgl. Rogers, 1987). Der therapeutische Stil ist *nondirektiv*, d.h. nach Möglichkeit soll der Therapeut nicht wegweisend in das Gespräch eingreifen, sondern eine Atmosphäre von Sicherheit, Anteilnahme und Akzeptanz gegenüber dem Klienten schaffen. Die Wirkung dieses Ansatzes entsteht dann aus dem Zusammenspiel von therapeutischen Expertenwissen und gleichzeitiger Offenheit gegenüber einer besonderen, persönlichen Ebene innerhalb der therapeutischen Beziehung. Dann kann ein hilfreicher, personenzentrierter Prozess entstehen (Finke, 2004).

Neben der klienten- bzw. patientenzentrierten Therapieform von Rogers, gibt es viele weitere Konzepte, die eine therapeutische Beziehungsgestaltung und deren Nützlichkeit für den therapeutischen Prozess beschreiben. Im folgenden Kapitel werden daher weitere beziehungsfördernde Konzepte vorgestellt, die zur Reduzierung der empfundenen Inkongruenz der Patienten beitragen sollen.

Intersubjektivität, Gegenwartsmoment und Gegenseitigkeit

Die intersubjektive Perspektive im therapeutischen Kontext wird bereits Ende der achtziger bzw. Anfang der neunziger Jahre durch Stolorow et al. hervorgehoben (z.B. Stolorow, Atwood, & Branchaft, 1994; 1996). Die Autoren bedienen sich unter anderem des theoretischen Ansatzes der *Selbstpsychologie*, der sich mit der Aufrechterhaltung des Selbst in Abhängigkeit zu bedeutenden Personen für das Individuum beschäftigt (z.B. Kohut, 1981). Stolorow et al. verstehen die Verknüpfung von *Übertragung* und *Gegenübertragung* als „intersubjektiven Prozess im Kontext der unterschiedlich organisierten subjektiven Welten von Patient und Therapeut“ (Beucke, 2008, S. 7). Diese Sichtweise beschreibt eine therapeutische Beziehung, die sowohl von der „neurotischen Übertragung“ des Patienten als

auch von dem „subjektiv organisierten Erfahrungshintergrund“ des Therapeuten gestaltet wird (Beucke, 2008, S. 7; z.B. Stolorow et al., 1994; 1996, 2014).

Auch Jaenicke (2008) rückt den subjektiv emotionalen Erfahrungswert des Therapeuten in den Vordergrund psychotherapeutischer Theorie und Praxis, indem er der Arbeit mit der Übertragung des Patienten einen emotionalen Anteil des Therapeuten zugesteht und so ein dynamisch psychologisches Feld von Patient und Therapeut beschreibt. Er bezeichnet Konzepte, wie das der *isolierten Psyche* und daraus abgeleitete therapeutische Konzepte von *Neutralität*, *Objektivität*, *Abstinenz* oder *Anonymität* als „Mythen“, die insbesondere innerhalb der psychoanalytischen Schule eine therapeutische Haltung befördern sollen, welche sich abstandsgleich zu Freud's psychischen Instanzen *Es*, *Ich* und *Über-Ich* verhalten (ebd., S. 4). Ferner spricht Jaenicke hier von „Fiktionen“, welchen die traditionellen psychoanalytischen Konzepte unterliegen und stellt in seinem Werk diesen Konzeptionen die Bedeutsamkeit der Intersubjektivität in der therapeutischen Beziehung gegenüber (ebd., S. 4).

Die intersubjektive Haltung und Arbeitsweise basiert also auf der Verschmelzung empathischer und introspektiver Prozesse zwischen Therapeut und Patient, bei welcher der Therapeut sich bei seinen Interventionen sowie in der Reflexion seiner Haltung dem Patienten gegenüber, von seinem individuell biographischen Hintergrund leiten lässt (Altmeyer & Thomä, 2006; Bachhofen, 2012; Thomä, Kächele, Bilger, & Ahrens, 2006).

Ein weiteres, von dem Psychoanalytiker Daniel Stern geprägtes, intersubjektives Phänomen ist der *Gegenwartsmoment* oder „Now Moment“ (Stern et al., 1998). In einem sogenannten Gegenwartsmoment empfinden Therapeut und Patient eine spezielle, u.U. unbewusste Energie der subjektiven Verbundenheit, welche sie in das Hier und Jetzt ihres lebendigen Austauschs leitet (D. Davis, 2017). Das bis dahin geltende und gewohnte intersubjektive Feld, bzw. das *implizite Beziehungswissen* von Therapeut und Patient wird durch den Gegenwartsmoment erweitert und modifiziert (Giesemann, 2010). Der aus der Entwicklungspsychologie stammende Begriff des *impliziten Beziehungswissens* („implicit relational knowing“) beschreibt Erfahrungen des Kleinkindes in der Interaktion mit den Bezugspersonen, die in nichtsymbolischer Form als implizites Wissen in nicht-bewussten Strukturen abgespeichert werden, ohne verdrängt zu werden (Prager, 2003; Stern et al.,

1998). Diese Art des Wissens über Beziehungen kann auch in der Therapeut-Patient-Interaktion erworben, aktiviert und modifiziert werden (Prager, 2003).

Der Therapeut wird durch die spezielle und affektiv aufgeladene Situation eines Gegenwartsmoments intuitiv auf die Gelegenheit einer therapeutischen Reorganisation aufmerksam und hat die Möglichkeit eine bis dahin in der therapeutischen Dyade unbekannte Intervention oder Reaktion auszuprobieren, die jedoch auch entgleisen kann (Stern, 2005). Der Patient empfindet den Gegenwartsmoment möglicherweise als *Scheidepunkt* der therapeutischen Beziehung und spürt dessen mögliche Bedeutsamkeit für die weitere Zusammenarbeit (König, 2013). Dieser Moment wird als kurze, emotional gelebte Geschichte sowie als Grundbaustein psychisch bedeutsamer subjektiver Erfahrung beschrieben (Stern, 2005). Die Entscheidung, den Gegenwartsmoment für das therapeutische Vorankommen nutzbar zu machen, wird aufgrund der unbekannten Natur dieses Moments begleitet von Gefühlen der Anspannung sowie hoher Erwartung und verlangt daher eine gewisse Spontanität seitens des Therapeuten (Stern et al., 1998).

D. Davis (2017) beschreibt, basierend auf den Ergebnissen von Stern et al. (1998), dass drei Phasen diese subjektiven Erfahrungen des Gegenwartsmoments von Therapeut und Patient begleiten: die *Schwangerschaftsphase* („pregnancy phase“), in der das Gefühl entsteht, dass etwas bevorsteht, die *merkwürdige Phase* („weird phase“), welche den Beteiligten klar macht, dass ein neuer intersubjektiver Raum betreten wird und etwas unerwartetes geschehen wird und die *Entscheidungsphase* („decision phase“), in der der Therapeut entscheidet, ob der Gegenwartsmoment zugunsten einer für beide neuen intersubjektiven Erfahrung ergriffen wird oder nicht.

Dieser spezielle Moment führt, sofern er als Chance eines vertieften intersubjektiv-therapeutischen Beziehungsangebots begriffen wird, zu einem sogenannten *Moment der Begegnung* bzw. „Moment of Meeting“, in welchem der Therapeut tief in die subjektive Welt des Patienten eintaucht (D. Davis, 2015; Stern, 2005). Sowohl der Patient als auch der Therapeut spüren ein gegenseitiges Verständnis ihrer gegenwärtigen Gedankengänge bezüglich ihres unmittelbaren Beziehungserlebnisses (D. Davis, 2015). Dieser Prozess, vom *Gegenwartsmoment* zum *Moment der Begegnung*, bestimmt den Weg der weiteren Beziehungsgestaltung neu, indem er die Gesprächsinhalte neu und anders zusammenfügt und somit den implizit intersubjektiven Rahmen der Dyade neu definiert (D. Davis, 2015).

Diese intersubjektiv *co-konstruierten* Prozesse und ihre Nutzbarkeit werden bestärkt durch die Transparenz ihrer Kommunikation und Erläuterung an den Patienten, denn nur dann wird die Verwechslung mit privat emotionalen Tendenzen auf ein Minimum gesenkt und es kann eine *co-kreative* Zusammenarbeit zwischen Patient und Therapeut entstehen (Beucke, 2008; König, 2013).

Die bisher vorgestellten Konzepte therapeutischer Beziehungsförderung beschreiben, wie bedeutend das Einlassen auf die intersubjektive Dynamik in der Arbeit mit Patienten für beide Parteien ist. Es wird aber auch deutlich, dass die Stärkung der professionellen Beziehung zwischen Patient und Therapeut auf einem schmalen Grat zwischen Verbesserung und Verschlechterung dieser Dynamik verläuft. Zuletzt soll an dieser Stelle noch das beziehungsfördernde Konzept der *Mutualität* oder *Gegenseitigkeit* bzw. „mutuality“ vorgestellt werden.

Um einen ausgereiften Sinn für Gegenseitigkeit entwickeln zu können, sieht Jordan (1986) es zunächst als zentral, die Ganzheitlichkeit des Gegenübers würdigen zu können. Durch das beiderseitige Fließen von Empathie, Interesse und Anteilnahme, so Jordan, bestehe die Möglichkeit zur Balance in der therapeutischen Beziehung sowie zur Selbst-Bestätigung und Wahrnehmung des Selbst als Teil einer zwischenmenschlichen Einheit. Die Autorin spricht in diesem Zusammenhang von *gegenseitiger Intersubjektivität* bzw. „mutual intersubjectivity“ (ebd., S. 2) und meint damit das Interesse an, die Einstimmung auf und die Reaktionsbereitschaft für die subjektiven, inneren Erlebnisse des anderen, sowohl auf kognitiver als auch auf affektiver Ebene. Im Wesentlichen geht Jordan von fünf Aspekten aus, die die jeweiligen Akteure einer Beziehung verinnerlichen sollen, um die Ebene der gegenseitigen Intersubjektivität zu erreichen. Zusammengefasst beinhalten diese gegenseitiges Interesse, Offenheit für die Subjektivität des Gegenübers, die Bereitschaft zur Preisgabe innerer Gedanken und Gefühlsregungen sowie die Wertschätzung für ein Wachstum innerhalb der Beziehung (Jordan, 1986, S. 2 f.). Drei von diesen Punkten sollen im thematischen Sinne dieser Forschungsarbeit in den folgenden Absätzen inhaltlich kurz zusammengefasst werden:

Erstens soll ein Interesse an und ein kognitiv-emotionales Bewusstsein sowie eine Empfänglichkeit für die Subjektivität des Gegenübers durch Empathie bestehen (Atwood & Stolorow, 1984; Surrey, 1987).

Zweitens muss die Bereitschaft und Fähigkeit gegeben sein, seine inneren Zustände und Verfassungen dem Gegenüber in einer Form mitzuteilen, die es der anderen Person ermöglicht in die eigene „subjektive Welt“ einzutauchen, also in anderen Worten *Selbstoffenbarung* zu üben (Jordan, 1986, S. 2).

Drittens, so Jordan, sollen die eigenen Bedürfnisse anerkannt und wahrgenommen werden, ohne das Gegenüber bewusst oder unbewusst im Sinne der eigenen Bedürfnisbefriedigung zu manipulieren und dabei die Anliegen des anderen zu ignorieren (ebd., S. 2). Die empathische Einstimmung und die Kapazität, den momentanen psychologischen Zustand des Gegenübers wahrzunehmen und sich auf diesen einzustellen, beschreiben den elementaren Weg, der zu dieser Art der Gegenseitigkeit führt (Jordan, 1986).

L. Aron (1996) beschreibt, dass sich der Begriff der *Gegenseitigkeit* in der Psychoanalyse aus der dialektischen Beziehung zwischen *Wechselseitigkeit* auf der einen und *Verschiedenartigkeit*, *Autonomie* und *Isoliertheit* auf der anderen Seite entwickelt. Der Prozess der Psychoanalyse, so Aron, ist in vielerlei Hinsicht ein *gegenseitiger* Prozess, der auf einer gegenseitigen Beziehung basiert (ebd., Vorwort S. 5). Zudem spiegelt die Gegenseitigkeit von Therapeut und Patient die in dieser speziellen Beziehung konfliktreichen Bedürfnisse beider Parteien nach Nähe, Sicherheit, Bestätigung und Kontakt wider (L. Aron, 1996; 2006, S. 351 f.).

Ein weiterer Effekt der Gegenseitigkeit ist die *gegenseitige Selbstoffenbarung* in der therapeutischen Beziehung, welche zur Entwicklung von Intimität und Vertrauen beiträgt und zudem die therapeutische Zufriedenheit fördert (Simon, 1990). Auch Burke (1992) betont die enge Verbindung von Gegenseitigkeit und Selbstoffenbarung und beschreibt die Gegenseitigkeit in diesem Zusammenhang als eine Art Motor selbstoffenbarenden Verhaltens (ebd., S. 248 f.).

Weitere wissenschaftliche Forschungsergebnisse suggerieren eine Allianz zwischen Konzepten wie *Intersubjektivität*, *Gegenwartsmoment* und *Gegenseitigkeit* und der *Selbstoffenbarung* in (therapeutischen) Beziehungen (z.B. Cozby, 1973; Ignatius & Kokkonen, 2007; Jaenicke, 2008; Pedersen & Breglio, 1968; Stricker & Fisher, 1990; Vogel & Wester, 2003; Ziv-Beiman, 2013). Watkins (1990) empfiehlt vier Konzepte, die dem

Nutzen der Selbstoffenbarung zugrunde liegen: *Gegenseitigkeit, Modellieren, Verstärkung* und *sozialer Austausch*. Die Hypothese der Gegenseitigkeit suggeriert, wie zuvor beschrieben, dass das selbstoffenbarende Verhalten der einen, das selbstoffenbarende Verhalten der anderen Partei induziert (z.B. Cozby, 1973; Watkins, 1990). Die Modellierungshypothese beinhaltet, dass Patienten lernen, sich in der Therapie zu öffnen und ihr Innerstes zu zeigen, indem sie das selbstoffenbarende Verhalten des Therapeuten imitieren (Ziv-Beiman, 2013). Das Modell der Verstärkung besagt, dass Therapeuten selbstoffenbarendes Verhalten zeigen, um Patienten in ihrem Verhalten zu bestärken (ebd., S. 63). Das Beispiel des sozialen Austauschs schließlich, sieht die bestätigende Art des gegenseitigen Teilens von Therapeut und Patient als gewinnbringende Norm zur Gestaltung der therapeutischen Interaktion (Fisher, 1990).

In den folgenden Kapiteln soll diese Verbindung anhand der Erläuterung des Begriffs der Selbstoffenbarung, sowohl im Rahmen der Persönlichkeits- als auch der Therapieforschung, verdeutlicht werden, um einem ganzheitlicheren Verständnis des Click-Phänomens näher zu kommen.

3 Selbstoffenbarung/ „self-disclosure“ als Bindeglied zum Click-Phänomen

Der englische Begriff „self-disclosure“ wird in der vorliegenden Arbeit durch seinen interpersonellen Bezug mit *Selbstoffenbarung* übersetzt. Die Intimität des Gegenstandes ist durch die Integration des Wortes „selbst“ stets präsent und stellt somit eine unmittelbare persönliche Verbindung zum Empfänger her. Diese persönliche Verbindung zum Thema wird in der vorliegenden Forschungsarbeit eingehend ausgearbeitet, so auch im folgenden Kapitel, welches zudem das theoretische Fundament des Clicks grundlegend erweitert.

Selbstoffenbarung geschieht, wenn eine Person einer weiteren Person etwas von sich erzählt. Die Kommunikation besteht aus persönlichen Informationen, welche „authentisch und nicht unecht“ und nicht aus einer anderen Quelle zugänglich sind. Es kann ferner nur von Selbstoffenbarung die Rede sein, wenn es sich um eine freiwillige und auf das Selbst bezogene Kommunikation handelt (z.B. Cozby, 1973; Jourard, 1971; Pearce & Sharp, 1973; Rosenfeld, 1979, S. 63). Die Möglichkeit der Selbstoffenbarung wird zudem in vielen Studien als Prädiktor für mentale Gesundheit (z.B. Jourard, 1959a), eine interaktionale Kosten-Nutzen-Analyse (Taylor & Altman, 1975), für selbstbeobachtendes Verhalten (Shaffer, Smith, & Tomarelli, 1982) oder für die Nähe in (therapeutischen) Beziehungen (Watkins, 1990; Ziv-Beiman, 2013) genannt. Selbstoffenbarung ist somit gleichzeitig ein Persönlichkeitskonstrukt und ein Prozess, der während des interpersonellen Austauschs mit anderen geschieht (Cozby, 1973).

3.1 Historischer Hintergrund

Bereits frühe Studien aus den 1970er und 1980er Jahren haben sich intensiv mit der Thematik der Selbstoffenbarung in zwischenmenschlichen Beziehungen und im psychologisch kommunikativen Kontext beschäftigt. Einflussreiche Arbeiten zur Thematik der Selbstoffenbarung hat beispielsweise Sydney Jourard (1971) geleistet. Seine grundlegende Forschungsfrage „Wer enthüllt was vor wem?“ kann sozusagen als roter Faden für seine Forschungsarbeit gesehen werden, welche davon ausgeht, dass mentale Gesundheit von der Bereitschaft und Fähigkeit abhängt, dass Menschen sich anderen Menschen aufrichtig und offen mitteilen.

Diese Erkenntnisse festigen zudem die Annahme, dass die Selbstoffenbarung eng mit Persönlichkeitszügen zusammenhängt. Taylor und Altman gingen beispielsweise von einem Zusammenhang von Persönlichkeit und Selbstoffenbarung im Kontext spezifischer Beziehungen (z.B. Langzeitbeziehung zum Partner), Umweltfaktoren und Gruppenprozesse aus (Taylor & Altman, 1975; Taylor, Wheeler, & Altman, 1973). Die Autoren haben herausgefunden, dass Seeleute während ihrer Zeit auf See in langen Beziehungen zu mehr Selbstoffenbarung tendieren, als ihre Kameraden in kürzeren Beziehungen. Der Umfang der Selbstoffenbarung ist hier zudem abhängig von der Länge der Abwesenheit der Seeleute: je länger der Aufenthalt auf See, desto regelmäßiger und umfangreicher die Selbstoffenbarung.

Ähnliche Zusammenhänge haben Pedersen und Breglio (1968) anhand einer Fragebogenstudie herausgefunden, welche die Verbindung von Selbstoffenbarung (anhand von fünf spezifischen Inhalten) und Persönlichkeit untersucht. Hier hat sich gezeigt, dass emotional instabile männliche Probanden überdurchschnittlich häufiger über Themen bezüglich ihrer Gesundheit, Persönlichkeit und äußeren Erscheinung sprechen, als emotional stabile Probanden.

Cozby (1973) betont in seinem Literaturüberblick die Verschmelzung von der Selbstoffenbarung aus einem *Persönlichkeitskonstrukt* und einem *Prozess*, der sich während der Interaktion mit anderen entwickelt (ebd., S. 73). Der Autor erwähnt unter anderem die Arbeiten von Sydney M. Jourard, der schon früh den Zusammenhang zwischen Selbstoffenbarung und Objektbesetzung (*cathexis*) im Therapiekontext untersucht und zudem ein Forschungsinstrument zur Erhebung des *wahren Selbst* innerhalb der Selbstoffenbarung in sozialen Kontexten entwickelt hat, den Jourard Self-Disclosure Questionnaire (JSDQ) (z.B. Jourard, 1959b, 1971; Jourard & Lasakow, 1958). Jourard (1971) begreift den Prozess der Selbstoffenbarung als reziprok und geht davon aus, dass Menschen in sozialen Kontexten ihr „wahres Selbst“ hinter ihrem „falschen Selbst“ verstecken, um sich beispielsweise vor Zurückweisung zu schützen oder schneller in favorisierte soziale Strukturen integriert zu werden. Bayne (1977) kritisiert an Jourard's Theorie, dass dieser den schwer fassbaren Prozess der Selbstoffenbarung zwischen Individuen zu stark durch vorherrschende Konstrukte versucht herunterzudeklinieren. Beispielsweise beanstandet Bayne den Aufbau des JSDQ, welcher Probanden zwar nach der Häufigkeit und Ausführlichkeit der jeweils relevanten Themen befragt, die sie mit den

Zielpersonen (z.B. Eltern, Geschwister, beste Freunde) besprechen, nicht aber nach den Inhalten oder der Wahrhaftigkeit und *Authentizität* der Aussagen.

Anekdotische Evidenz aus der Therapieprozessforschung legt zudem nahe, dass Patienten nach einer als erfolgreich empfundenen Therapie zwei entscheidende Ereignisse erinnern. Hierzu zählen zum einen entscheidende Interpretationen des Therapeuten, die die intrapsychische Struktur des Patienten tiefgreifend verändert und umgestaltet haben. Zum anderen sind es die Momente einer authentischen, zwischenmenschlichen Verbindung zwischen Therapeut und Patient, die diese Beziehung und die Sicht des Patienten auf sich selbst nachhaltig gewandelt haben (Stern et al., 1998, 2002).

In den folgenden Kapiteln soll nun der kontextuelle Zusammenhang der Selbstoffenbarung innerhalb der Persönlichkeitsforschung sowie innerhalb therapeutischer Settings durchleuchtet werden.

3.2 Selbstoffenbarung in der Persönlichkeitsforschung

Die Studie von Skoe & Ksionsky (1985) befasst sich mit der Verbindung von *Selbstoffenbarung* (*self-disclosure*) und Persönlichkeit. Hierbei steht die Frage im Zentrum, welche Persönlichkeitseigenschaften einer Person (*target personality characteristics*) dazu prädestinieren, dass man sich dieser gegenüber selbstoffenbarer zeigen kann. Für die Erhebung wurde die *BEM Q-Sort-Technique* genutzt, die zur Erfassung subjektiver Einstellungen und Meinungen geeignet ist. Es wurden 71 männliche und 73 weibliche Testpersonen (*undergraduate students*) gebeten, die Persönlichkeit jener Person zu beschreiben, welcher sie sich gegenüber am meisten und am wenigsten offenbaren. Zusätzlich wurden die Testpersonen darum gebeten, ihre eigene Persönlichkeit zu beschreiben. Faktorenanalysen zeigen, dass es mehrere Persönlichkeitstypen gibt, denen man sich jeweils am meisten oder am wenigsten offenbart. Die Ergebnisse legen u.a. dar, dass sowohl Männer wie auch Frauen sich eher Personen gegenüber offenbaren, die eine Persönlichkeit aufweisen, die ihrer eigenen ähnelt.

Nachfolgend sollen die Ergebnisse der Persönlichkeitsfaktoren („*factor types*“) aufgezeigt werden, die zu mehr bzw. weniger selbstoffenbarem Verhalten im Gegenüber

führen. Hierbei wird zwischen den Ergebnissen der männlichen und weiblichen Stichprobe unterschieden.

Männer offenbaren sich folgenden Persönlichkeitstypen („factor types“) am häufigsten:

Faktor (Prozent der Varianz)

1. *Principled, intellectual type (21%)*: Dieser Typus repräsentiert ein stark moralisches, intelligentes und autonomes Individuum. Neben Selbstbewusstsein und Unabhängigkeit, weist diese Person außerdem Ruhe und Humor auf. Sie ist weder ängstlich noch negativ.
2. *Vulnerable, Nurturant type (11%)*: Dieser Typus repräsentiert ein liebendes und gebendes Individuum, welches Personen wertschätzt und nicht machtorientiert ist. Jene Person ist warm, sympathisch, besorgt um andere und behandelt diese mit Respekt und Achtung. Das Individuum ist weder manipulativ noch behandelt es andere Personen herablassend. Gleichzeitig ist diese Person ängstlich, nicht risikofreudig und benötigt ein hohes Maß an Bestätigung.
3. *Extraverted type (10%)*: Dieser Typus repräsentiert ein stark durchsetzungsfähiges, ambitioniertes und attraktives Individuum. Jene Personen sind leistungsorientiert und möchten nicht von anderen dominiert werden. Des Weiteren sind sie philosophischen Fragen weniger zugeneigt.

Männer offenbaren sich folgenden Persönlichkeitstypen („factor types“) am wenigsten:

1. *Idealized, Flawless type (13%)*: Dieser Typus repräsentiert ein abhängiges, intelligentes Individuum mit Sinn für Humor. Dieser Typus ist nicht selbstbemitleidend, ängstlich oder maladaptiv in Stresssituationen.

Faktor 2,3 und 4 weisen ähnliche Faktorladungen auf:

2. *Moralistic type (9%)*: Dieser Typus repräsentiert eine unsichere, konservative und stark bewertende Person.
3. *Narcissistic type (9%)*: Dieser Typus repräsentiert eine lebendige, extrovertierte, aber stark selbstzentrierte Person, welche weder Wertschätzung für philosophische noch intellektuelle Fragestellungen aufweist.
4. *Cynical, Arrogant type (9%)*: Dieser Typus repräsentiert eine herablassende, machtorientierte und defensive Person, die stark kritisch gegenüber anderen Personen ist. Das Individuum ist ambitioniert und verhält sich nicht sympathisch gegenüber anderen Personen. Zusätzlich zeigt es keine gebenden Tendenzen gegenüber diesen.

Frauen offenbaren sich folgenden Persönlichkeitstypen („factor types“) am häufigsten:

Faktor (Prozent der Varianz)

1. *Principled Intellectual type (20%)*: Dieser Typus repräsentiert ein Individuum, welches ideal für den therapeutischen Beruf geeignet zu sein scheint. Jene Person interessiert sich für philosophische Fragestellungen und ästhetische Impressionen, wie beispielsweise die Schönheit der Natur, Kunst oder Musik. Eine solche Person ist intellektuell, rücksichtsvoll gegenüber ihren Mitmenschen, teilnehmend und gebend. Sie ist nicht manipulativ, hinterlistig oder opportunistisch.
2. *Extraverted type (17%)*: Dieser Typus repräsentiert eine extravertierte und lebendige Person, welche aktiv ist und sich weniger für philosophische Fragestellungen interessiert. Jene Person ist nicht ängstlich, anfällig für Schuldgefühle oder besonders sensitiv für ästhetische Impressionen. Konsistent hierzu, strebt diese Person, je nach sexueller Orientierung, stattdessen nach sinnlichen Erfahrungen mit dem präferierten Geschlecht.

3. *Vulnerable type (8%)*: Dieser Typus repräsentiert ein ängstliches und unsicheres Individuum, welches Bestätigung von anderen benötigt. Jene Person neigt zum Grübeln, zu Schuldgefühlen und ist launisch. Die Person ist nicht ambitioniert, produktiv oder bestimmend, aber hat dabei eine Kapazität für enge und warme Beziehungen.

Frauen offenbaren sich folgenden Persönlichkeitstypen („factor types“) am wenigsten:

1. *Ambitious type (12%)*: Dieses Typus repräsentiert ein stark produktives und intelligentes Individuum, welches nicht hinterlistig, negativ, selbstbemitleidend oder selbstzerstörend ist.

Faktor 2,3 und 4 weisen ähnliche Faktorladungen auf:

2. *Narcissistic type (8%)*: Dieser Typus repräsentiert ein hinterlistiges, durchsetzungsfähiges, maßloses Individuum, welches sich selbst als physisch attraktiv wahrnimmt und ein starkes Interesse am anderen Geschlecht aufweist. Jene Personen sind nicht unterwürfig oder von Schuldgefühlen geplagt.
3. *Defensive type (8%)*: Dieser Typus repräsentiert ein moralisches, reizbares, launisches Individuum, welches weder gelassen, warm noch anteilnehmend ist. Darüber hinaus erhält diese Person keine Einsicht und sie fungiert nicht als Ansprechpartner bei der Benötigung von Rat oder Bestätigung.
4. *Dependent type (7%)*: Dieser Typus repräsentiert ein konformes, unsicheres Individuum, welches Bestätigung von anderen Personen benötigt. Jene Person ist warm und gebend, aber nicht intelligent und interessiert an philosophischen Fragestellungen.

Obgleich es sich im Verhältnis um eine ältere Untersuchung handelt, konnten hinsichtlich der Persönlichkeits- wie auch Therapieforschung interessante Erkenntnisse gewonnen werden.

Spannend an diesen ist zum einen, dass die Persönlichkeitsfaktoren, die zu mehr Offenbarung führen, bei Männern und Frauen weitestgehend identisch sind, mit Ausnahme der auftretenden Reihenfolge.

Die drei Typen die zu mehr Offenbarung führen sind in beiden Stichproben der *Principled Intellectual type*, der *Extraverted type* sowie der *Vulnerable type*. Bei Frauen sowie Männern ist der *Principled Intellectual type*, mit seinem intellektuellen und selbstsicheren Wesen und seiner Integrität jener Typus, dem man sich am häufigsten offenbart. Die Intellektualität, gekoppelt mit dem konsistent ethischen Verhalten, reduziert wahrscheinlich, so die Autoren, das Gefühl der Vulnerabilität, welches mit der Selbstoffenbarung von persönlichen Thematiken in Verbindung steht.

Vorstellbar wäre, dass Personen mit derartigen Persönlichkeitseigenschaften wahrscheinlich besonders oft zu Rate gezogen werden, wenn es um das Lösen von konfliktreichen Situationen oder schwierigen Problemen geht. Die starke intellektuelle Ausprägung und Integrität erweckt zum einen das Gefühl von Vertrauen, gibt aber auch das Gefühl, dass das Gegenüber über jene kognitiven Fähigkeiten verfügt, die es zur Bewertung und Bewältigung einiger Situationen und Probleme benötigt. Wie bereits schon kurz im Verlauf der Arbeit erwähnt, ist dieser Typus prädestiniert für den therapeutischen Beruf.

Männer offenbaren sich am zweithäufigsten dem *Vulnerable type*, welcher bei der weiblichen Stichprobe den dritten Platz vertritt. Jener Typus wird wohl, so die Autoren, zu Rate gezogen, wenn es sich um Offenbarungen auf emotionaler Ebene handelt, wobei keine spezifischen Antworten oder Lösungen benötigt werden. Hierbei geht es eher um die Fähigkeit als ein unterstützender und sympathischer Zuhörer zu fungieren. Der *Extraverted type* (Platz zwei der weiblichen und Platz drei der männlichen Stichprobe) ermutigt scheinbar, so die Autoren, zur Selbstoffenbarung, da dieser zum einen durch seine lebendige und extrovertierte Art sympathisch auf seine Umwelt wirkt und dadurch viele Menschen anzieht. Zum anderen bietet er Personen ehrliche und direkte Meinungen.

Die Faktoren, die in beiden Stichproben jeweils zur *nicht-Selbstoffenbarung* führen, charakterisieren weitestgehend negative Persönlichkeitseigenschaften wie Arroganz, Missgunst, Dogmatismus, Empathielosigkeit, Selbstsüchtigkeit, eine geringe Wertschätzung für andere Menschen, ein geringes Maß an Intellektualität, etc., welche keine gute Voraussetzung dafür bilden, um sich als Gegenüber selbstoffenbarend und damit ebenfalls

vulnerabel zu zeigen. Selbstoffenbarung benötigt einen dyadischen Prozess, welcher nur dann funktional ist, wenn sich beide Seiten wertschätzend und interessiert entgegentreten, was unter der Voraussetzung jener Persönlichkeitseigenschaften nicht gegeben ist.

Der zweite interessante Aspekt, der durch die Studie dargestellt wird, ist die Bereitschaft sich eher selbstoffenbarend vor Personen zu zeigen, die der eigenen Persönlichkeitsstruktur ähneln. Jener Aspekt ist zum einen besonders spannend innerhalb des therapeutischen Kontextes, da die viel diskutierte Frage darüber, welche Eigenschaften es benötigt, um ein guter Therapeut zu sein, abgelöst werden könnte von der Frage, welcher Therapeut oder Berater die beste Passung für den jeweiligen Klienten hat, so die Autoren.

Jenes Ergebnis lässt sich ebenfalls positiv in Verbindung setzen mit einem der von Brafman & Brafman (2011) genannten Click-Beschleuniger - der *Ähnlichkeit*. Auch hierbei wird die These gestützt, dass die Ähnlichkeit zwischen zwei Personen selbstoffenbarendes Verhalten oder einen Click-Moment begünstigt. Diese Erkenntnis ist nicht nur für den therapeutischen Kontext von großer Bedeutung, sondern für jede Form interpersoneller Beziehungen. Hier könnte die These erstellt werden, dass die Ähnlichkeit der Persönlichkeit in Freundschaften oder Partnerschaften Intimität fördert, da diese durch Selbstoffenbarung begünstigt wird.

Durchaus spannend ist auch der persönlichkeitspsychologische Fokus auf die Eigenschaften des Gegenübers, welcher in der Untersuchung von Skoe & Ksionsky eine entscheidend wichtige Rolle erhalten hat. Selbstoffenbarung wird in der Literatur und Forschung in der Regel als Anteil der eigenen Persönlichkeit betrachtet. Es geht hier in der Theorie weitestgehend um die individuelle Fähigkeit sich selbstoffenbarend zu zeigen, die Persönlichkeit des Gegenübers steht hierbei weniger im Fokus.

Zwar kann der Moment der Offenbarung immer als ein *dyadischer, reziproker Prozess* verstanden werden, welcher durchaus ein wichtiges Modell in der bestehenden Literatur darstellt und in verschiedenen Modellen Erwähnung findet, wobei aber auch hier nicht die Persönlichkeit des Interaktionspartners im Fokus steht. Nachfolgend soll auf den *dyadischen, reziproken Prozess* eingegangen und eine Verbindung zur Selbstoffenbarung aufgezeigt werden.

Schmidt -Atzert (1986) beschreibt in dem Kapitel *Selbstenthüllung auf Gegenseitigkeit: Was Du mir verrätst, verrate ich auch Dir*, das Konzept des *dyadischen Effekts*. Hierbei wird die These vertreten, dass die eigene Selbstenthüllung zur Selbstenthüllung des Gegenübers führt. Jenes Phänomen ist in der Literatur als *dyadischer Effekt* oder *Reziprozitätseffekt* bekannt. *Reziprozität* existiert hierbei nicht nur beim Austausch intimer Informationen, vielmehr kann jenes Phänomen auch in wesentlich basaleren Kontexten beobachtet werden - ein Geschenk wird beispielsweise oft mit einem Gegengeschenk beantwortet, in der Regel erzeugen Einladungen Gegeneinladungen, freundliches und hilfsbereites Verhalten führt meistens zum gleichen Verhalten beim Gegenüber und Anredeformen (Du/Sie) werden häufig übernommen (etc.).

Reziprozität wird in der soziologischen Literatur als ein grundlegendes Phänomen innerhalb menschlicher Beziehungen diskutiert (z.B. Gouldner , 1960). Erstmals beschreibt Jourard (1959) den dyadischen Effekt. Hierzu hat dieser ein Experiment mit 15 Schwesternschülerinnen durchgeführt, in welchem er überprüft hat, ob die Menge der preisgegebenen Informationen mit der Menge der erhaltenen Informationen während einer Interaktion übereinstimmt. Die Korrelationen sind hierbei (bis auf eine Ausnahme) relativ hoch ausgefallen. Je mehr Informationen die Mädchen also von ihrem Gegenüber erhalten haben, desto mehr haben auch sie der anderen Person anvertraut und umgekehrt. Jourard & Landsman (1960) haben diesen Befund für männliche Studenten replizieren können. Es liegen darüber hinaus auch noch weitere Fragebogenuntersuchungen vor, aus denen ein positiver Zusammenhang zwischen gegebener und erhaltener Selbstenthüllung hervorgeht (z.B. Cozby, 1973).

Bei den oben genannten Studien wurde sich auf die Selbstangaben der Versuchspersonen bzgl. ihres Enthüllungsverhaltens verlassen. Es existieren allerdings ebenfalls Studien, bei welchen die Selbstenthüllung direkt gemessen werden kann. Hierbei werden Versuchspersonen entweder dazu aufgefordert im Labor private Informationen auszutauschen (z.B. Certner , 1973) oder die Versuchsperson wird mit einer instruierten Person zusammengebracht, die dazu angehalten wird entweder viel oder wenig von sich zu enthüllen (z.B. Chaikin et al., 1975). Jene Experimente finden dann unter einem anderen Vorwand statt, z.B. Experimente zum Thema Eindrucksbildung oder zum gegenseitigen Kennenlernen.

In Untersuchungen jener Art konnte das Reziprozitätsprinzip vielfach bestätigt werden und der dyadische Effekt gilt empirisch als das am besten gesicherte Phänomen innerhalb der Enthüllungsforschung (Schmidt-Atzert, 1986).

Die am häufigsten nachgewiesene Ursache für Enthüllung sei die Enthüllung selbst, so Archer (1979). Bestätigend hierfür äußern auch Derlega & Chaikin (1977), dass bei Fremden und Bekannten der beste Prädiktor für den Grad der Intimität von Person B das Intimitätsniveau ist, mit welchem Person A das Gespräch begonnen hat.

Aber was sind die Bedingungen für den dyadischen Effekt - ist Reziprozität eine unausweichliche Reaktion? Schmidt-Atzert (1986) nennt mindestens drei Voraussetzungen, die erfüllt sein müssen, um auf einem (relativ) ähnlichen Intimitätsniveau zu reagieren:

1. Die Intimität der vorangegangenen Enthüllung muss richtig eingeschätzt werden.
2. Man muss selbst über eine entsprechend intime Information verfügen.
3. Man muss bereit dafür sein jene Information mit dem Interaktionspartner zu teilen.

Fehlt ein Glied in dieser Kette, kann der Reziprozitätseffekt nicht zustande kommen. Des Weiteren ist Enthüllung nicht als die einzig adäquate Reaktion auf Enthüllung zu verstehen (Schmidt-Atzert, 1986). Es gibt einige angemessene und akzeptierte Alternativen auf Enthüllungen zu reagieren, ohne dabei selbst in einen Enthüllungsmodus eintreten zu müssen.

Zwei dieser Reaktionsmodi wurden von Berg & Archer (1982) benannt und nachgewiesen:

1. *Evaluative Intimität*
2. *Thematische Reziprozität*

Bei der *evaluativen Intimität* geht es um eine gefühlsmäßige Anteilnahme ohne dabei Informationen preiszugeben (z.B.: *Das tut mir sehr leid für Dich*). Die *thematische Reziprozität* herrscht dann vor, wenn zwar das Gesprächsthema beibehalten wird, das Intimitätslevel aber über oder unter dem vorangegangenen liegt. Ferner können Enthüllungen *inhaltlich kommentiert* werden (z.B.: *Da hast Du Dich aber geschickt*

verhalten), es können *Fragen gestellt* werden (z.B.: *Wann ist das passiert?*) oder mit der *Enthüllung nicht selbstgezogener intimer Informationen* geantwortet werden (z.B.: *Ich habe gehört, dass sich x in einer ähnlichen Situation befindet*). Ebenfalls ist es möglich in eine *Metakommunikation zu treten* (z.B.: *Dass Du mir davon erzählst ist ein Vertrauensbeweis*). Der dyadische Effekt tritt also nicht mit einer gesetzmäßigen Regelmäßigkeit auf, weshalb nachfolgend jene Aspekte skizziert werden sollen, die zum Auftreten des dyadischen Effektes führen (Schmidt-Atzert, 1986).

Ein zentraler Aspekt, welcher hierbei untersucht wurde, ist *die Gesprächssituation*. Eine Vielzahl von Studien (Labor-sowie Feldstudien) konnte allerdings zeigen, dass die äußeren Umstände, unter denen Enthüllungen ausgetauscht werden, keinen großen Einfluss darauf haben, ob der Intimitätsgrad von Enthüllungen und Gegenenthüllungen vergleichbar ist. Der dyadische Effekt kann somit als relativ situationsinvariant beschrieben werden (Schmidt-Atzert, 1986). Ausschließlich die Erwartung darüber, wie viel oder wenig in einer bestimmten Situation geäußert werden soll, vor allem innerhalb künstlicher Laborsituationen, in welchen die kommunizierte Erwartung des Versuchsleiters einen starken Einfluss hat, übertrifft nach Brewere & Mittelman (1980) den Einfluss der Erstenthüllung. Ob jener Befund auf Situationen des Alltags generalisierbar ist, bleibt zweifelhaft (Schmidt-Atzert, 1986).

Als zweiten, für den dyadischen Effekt interessanten Aspekt, nennt Schmidt-Atzert *das Gesprächsthema*. Hierbei stellt sich die Frage, welche Auswirkung eine kontinuierliche Intimitätssteigerung seitens einer Person auf den dyadischen Effekt hat. Bis zu welchem Grad folgt eine Person dem Intimitätslevel seines Interaktionspartners und ist bereit jene Intimität zu erwidern? Ergebnisse verschiedener Untersuchungen zeigen, dass die Preisgabe sehr intimer Informationen in der Regel eine ebenfalls intime Enthüllung im Gegenüber auslöst, hierbei wird allerdings das *extreme Intimitätsniveau* nicht eingehalten. Nahezu der identische Effekt konnte auch bei einer weniger extrem intimen Erstenthüllung nachgewiesen werden (Schmidt-Atzert, 1986).

Als dritten relevanten Aspekt führt Schmidt-Atzert *die Zusammensetzung der Dyaden* auf. Hierbei geht es um die *Personen*, welche miteinander Informationen austauschen. Ob eine Enthüllung Erwidierung findet oder nicht, könnte davon abhängig sein, welche Personen sich hier austauschen (*wer mit wem spricht*) und welche Beziehung diese

zueinander haben. Von allen drei genannten Aspekten, weist die Zusammensetzung der Dyaden die größte Schnittstelle zum Thema *Persönlichkeitsforschung* auf, da hierbei besonders die Frage im Fokus steht, welche Eigenschaften und Verhaltensweisen Selbstoffenbarung fördern. Hierzu bestätigend äußerte Cozby (1973), dass sich der Begriff *self-disclosure* sowohl auf ein *Persönlichkeitskonstrukt* als auch auf einen *interaktiven, interpersonellen Prozess* beziehe. Von Bedeutung ist an dieser Stelle ebenfalls die Frage, ob alle Personen auf Selbstenthüllung mit Selbstenthüllung reagieren oder ob der dyadische Effekt nur für bestimmte Menschen mit spezifischen Persönlichkeitseigenschaften gilt. Ein Zusammenhang zwischen Persönlichkeitseigenschaften und der Fähigkeit bzw. Bereitschaft, Enthüllung zu erwidern, erscheint plausibel, so Schmidt-Atzert.

Ein Persönlichkeitsmerkmal, welches entscheidend mit Selbstoffenbarung in Verbindung gebracht wird ist der Faktor *Neurotizismus*. Verschiedene Studien zeigen (z.B. Derlega et al., 1975; Cunningham & Strassberg, 1981), dass „normale“ Versuchspersonen differentiell auf hohe bzw. niedrige Offenbarung reagieren, Personen mit hohen Neurotizismuswerten hingegen nicht. Jene enthüllen ihrem Gegenüber unter der Bedingung hoher Intimität genauso viel wie unter der Bedingung niedriger Intimität, obgleich sie die hoch bzw. niedrig intime Enthüllung ihres Gesprächspartners durchaus unterschiedlich intim einschätzen (Cunningham & Strassberg, 1981).

Ein weiterer Big-Five Faktor, der in Bezug auf selbstoffenbarendes Verhalten untersucht wurde, ist der Faktor *Extraversion*. Hierbei lässt sich durch diverse Studien (fünf von neun) ein positiver Zusammenhang zwischen hohen *Sociability*- und Extraversionswerten und selbstoffenbarendem Verhalten nachweisen (Cozby, 1973).

Ein weiteres Merkmal, welches für den dyadischen Effekt von Bedeutung zu sein scheint, ist *self-monitoring*. Jener Aspekt hat bereits zu einem früheren Zeitpunkt dieser Arbeit Erwähnung gefunden und ist eng assoziiert mit der Click-Fähigkeit. Shaffer et al. (1982) zeigen in ihrer Studie, dass Personen mit hohen *self-monitoring*-Werten das Intimitätsniveau des Gesprächspartners erwidern, Personen mit niedrigen Werten hingegen nicht, obgleich sie erkennen, dass dieser viel bzw. wenig von sich enthüllt. Die Autoren treffen hier die Annahme, dass Personen mit hohen Werten womöglich hedonistischer orientiert seien und den Nutzen der reziproken Enthüllung für die weitere Bekanntschaft mit ihrem Gesprächspartner erkennen.

Verschiedene Studien können zeigen, dass der dyadische Effekt ebenfalls stark von der Beziehung der Gesprächspartner abhängt. Bei Experimenten mit asymmetrischen Partnern (Schüler-Lehrer; Student-Professor) lässt sich keine Reziprozität beobachten. Ebenfalls zeigt sich, dass die Reziprozität bei gegenseitiger Bekanntschaft (Freunde, Familie, etc.) eingeschränkt ist. Fremde reagieren auf Enthüllung unmittelbar auf gleicher Intimitätsstufe, während Freunde, Bekannte, Ehepartner, etc. teilweise nicht geradeswegs reagieren, sondern die Reaktion teilweise verzögert äußern (z.B. Tage später). Das Gleichgewicht von gegenseitigen Enthüllungen stellt sich innerhalb dieser Konstellationen eher über einen längeren Zeitraum ein (Schmidt-Atzert, 1986).

Zusammenfassend lässt sich an dieser Stelle sagen, dass sich der dyadische Effekt als robustes Phänomen erwiesen hat, welches sich keinesfalls nur auf Laborsituationen beschränken, sondern sich in alltäglichen Lebenssituationen beobachten lässt. Auf eine Enthüllung des Gegenübers mit Selbstenthüllung zu reagieren stellt hierbei eher die Regel als die Ausnahme dar. Dennoch gibt es auch hierbei Ausnahmen, bei welchen es sich nicht um Zufälle zu handeln scheint. Aufschlussreich hierbei sind vor allem die Ergebnisse einiger Studien die zeigen, dass sowohl Personen mit höheren Neurotizismuswerten als auch jene mit niedrigeren *self-monitoring*-Werten auf intime Enthüllungen nicht anders reagieren als auf wenig intime Äußerungen. Beide Personengruppen können gut zwischen intimen und nicht-intimen Aussagen differenzieren, weshalb anzunehmen ist, dass die nicht-Erwidern von Intimität eher auf motivationale Gründe zurückzuführen ist. Sollte die Missachtung sozialer Normen hierfür der Grund sein, müssten jene Menschen, die sich nicht reziprok verhalten, auch andere Eigenschaften aufweisen, die derartige Tendenzen unterstützen, wie etwa *Nonkonformität*. Diese Annahme lässt sich allerdings bisher empirisch nicht bestätigen (Schmidt-Atzert, 1986).

Wie aber ist der dyadische Effekt zu erklären? Hierbei sind drei Hypothesen von zentraler Bedeutung, die das Zustandekommen jenes Effektes darlegen sollen:

1. *Die Sympathie-Hypothese*
2. *Die Modell-Hypothese*
3. *Normen-Hypothese*

Bei der *Sympathie-Hypothese* wird davon ausgegangen, dass Menschen die Offenheit ihres Gesprächspartners erwidern, weil sie ihn aufgrund dieser als sympathisch bzw. vertrauenswürdig erleben und es ihnen dadurch leichter fällt sich diesem Menschen gegenüber zu öffnen und anzuvertrauen. Die *Modell-Hypothese* vertritt den Ansatz, dass der Gesprächspartner als Modell angesehen wird bzw. wirkt, welches einer Person zeigt, wie viel Offenheit in dieser Situation angebracht ist oder nicht. Bei der *Normen-Hypothese* stehen Konventionen und Normen im Fokus, die eine Person gefühlsmäßig dazu verpflichten, auf eine Enthüllung ebenfalls mit einer Enthüllung zu reagieren. Alle drei Hypothesen können nebeneinander existieren, da keine die andere ausschließt. Denkbar ist, dass sich alle drei Effekte im konkreten Fall addieren lassen oder es Situationen gibt, in welchen eine Hypothese das konkrete Verhalten mehr greift als die andere (Schmidt-Atzert, 1986).

Zur Sympathie-Hypothese lässt sich offenkundig sagen, dass sowohl Vertrauen als auch Sympathie erhöht sind, wenn es zur Erwidern der Enthüllung kommt, allerdings kann Reziprozität auch ohne Sympathieerhöhung zustande kommen. Keinesfalls lassen sich also alle Fälle von Enthüllungsreziprozität mit Sympathie erklären (Schmidt-Atzert, 1986).

Laut Schmidt-Atzert ist die Modellhypothese die insgesamt am wenigsten überzeugendste, ein Modelleffekt mag zwar vorhanden sein, reicht aber keinesfalls zur Erklärung des dyadischen Effektes aus. Aus seiner Sicht ist die Normen-Hypothese die überzeugendste, obgleich hierbei nur einige indirekte empirische Belege vorliegen.

Durch die aufgeführten Studien und ihre Ergebnisse lässt sich an dieser Stelle zusammenfassend sagen, dass selbstoffenbarendes Verhalten ein Konstrukt darstellt, welches sich sowohl aus Persönlichkeit als auch aus Interpersonalität zusammensetzt. Deutlich wird, dass nicht nur die Persönlichkeitseigenschaften des Informationsgebenden, sondern auch jene des Zuhörers bzw. Informationsempfängers von Bedeutung zu sein scheinen. Die Studie von Skoe & Ksionsky (1985) beleuchtet diesen Aspekt sehr deutlich. Auch die Sympathie-Hypothese unterstützt die Idee, dass Sympathie und Vertrauen dazu führen, dass Personen sich ihrem Interaktionspartner selbstoffenbarend zeigen und gegenüber diesem bereit sind, intime Informationen von sich preiszugeben. Auch hier ließe sich schlussfolgern, dass die Zuneigung, die Sympathie und das Vertrauen, welche die

Offenbarung im Informationsgebenden auslösen, auf Eigenschaften und Verhaltensweisen des Zuhörers basieren könnten.

Fest steht, Offenbarung führt zu Gegenoffenbarung und diese führt zu einem Gefühl von Intimität und Vertrautheit und somit zu einem gut und wohligh wahrgenommenen Kontext. Jener Zustand ist eng verbunden mit dem von Brafman & Brafman (2011) genannten Verletzlichkeits-sowie Resonanzaspekt, welche beide als primäre Click-Beschleuniger gelten.

3.3 Selbstoffenbarung im therapeutischen Kontext

Der fließende Übergang zu therapeutischen Kontexten wird bei der Untersuchung zurückliegender Literatur zum Thema Selbstoffenbarung schnell deutlich. Es gibt zwei Seiten, von denen aus diese Thematik betrachtet werden kann und die gleichzeitig miteinander im Austausch stehen - die des Patienten und die des Therapeuten. Viele wissenschaftliche Arbeiten haben sich mit den jeweiligen Blickwinkeln beschäftigt und Konsens scheint zu sein, dass der Grad der persönlichen Selbstoffenbarung seitens der Therapeuten so gering wie möglich gehalten werden sollte, um dem Patienten einen größtmöglichen Raum für seine individuellen Themen zu bereiten und somit gleichzeitig Abstand von einer schadhaften Verschmelzung persönlicher Ebenen beider Interaktionspartner zu nehmen (z.B. Audet, 2011; Cohen, 2005; Curtis, 1982; Farber, Berano, & Capobianco, 2004; Peterson, 2002). Vielmehr geht die Mehrheit der Wissenschaftler davon aus, dass es einen kritischen Punkt der therapeutischen Selbstoffenbarung gibt, bis zu welchem Patienten von dieser Interventionsmethode profitieren (z.B. Knox, Hess, Petersen, & Hill, 1997; Roberts, 2005; Stricker & Fisher, 1990; Taylor & Altman, 1975; Ziv-Beiman, 2013).

Unter Betrachtung der Klienten-Perspektive, untersucht Audet in ihrer Studie den Nutzen von therapeutischer Selbstoffenbarung und kommt zu dem Schluss, dass die unmittelbare therapeutische Selbstoffenbarung zur Vertrauensbildung, Humanisierung und Lockerung des Settings beiträgt. Klienten werden mithilfe dieser Art der Selbstoffenbarung durch den Therapeuten bestärkt, ihre eigenen Themen ohne Angst vor Verurteilung und Bewertung durch einen „übermächtigen“ Therapeuten zu teilen (Audet, 2011, S. 87).

Eine weitere Perspektive zur Selbstoffenbarung durchleuchten Farber et al. (2004) in ihrer Studie. Die Autoren haben eine phänomenologische Perspektive zum Prozess und den Konsequenzen der Patienten-Selbstoffenbarung im psychotherapeutischen Setting untersucht und herausgefunden, dass die Empfindungen der Patienten vor und während ihrer Selbstoffenbarung zwar stark zwischen *Unsicherheit*, der *Angst vor Verurteilung* und *Anspannung* schwanken, sich aber danach in *Stolz*, *Erleichterung* und *Sicherheitsempfinden* auflösen. Teilnehmer dieser Studie waren der Ansicht, dass Selbstoffenbarung einen essentiellen Teil einer gelingenden Psychotherapie darstellt und zudem stark von der Qualität der therapeutischen Beziehung abhängig ist (ebd., S. 344).

Yalom (1995) vertritt zudem den Ansatz, dass die Einstellung gegenüber der therapeutischen Selbstoffenbarung eine Art Gradmesser der unterschiedlichen therapeutischen Schulen ist. Unter Berücksichtigung verschiedener Therapieansätze und –schulen, soll in den folgenden Kapiteln dieser kritische Punkt, sein Mehrwert und u.U. seine Beeinträchtigung in Bezug auf die therapeutische Beziehung herausgearbeitet werden.

Therapieformen und therapeutische Selbstoffenbarung

Bereits Freud (z.B. 1914; 1916-17) hat sich mit dem Thema der Selbstoffenbarung i.S. einer freien Assoziation auseinandergesetzt, indem er diese als Basis jeder erfolgreichen therapeutischen Intervention voraussetzt und damit für lange Zeit einen therapeutischen Standard festgelegt hat. Hierbei geht er allerdings vom Patienten als grenzenlos Selbstoffenbarenden aus und nicht vom Therapeuten. Dennoch hat selbst Freud vor seinen Analysanden Selbstoffenbarung praktiziert, indem er ihnen beispielsweise von seinen Träumen oder frühen Kindheitserfahrungen erzählt hat (Goldstein, 1994). Möglicherweise nutzt Freud also die eigene Selbstoffenbarung als eine Form der therapeutischen Intervention in seiner psychoanalytischen Praxis, um in seinem Gegenüber ebenfalls selbstoffenbarende Momente anzuregen (z.B. Goldstein, 1994; Peterson, 2002). Neben indirekten Faktoren, wie der Dekoration des Behandlungsraumes oder dem Tragen eines Eherings, definiert Goldstein (1994) die *therapeutische Selbstoffenbarung* zudem als bewusstes verbales oder verhaltensmäßiges Teilen von eigenen Gedanken, Gefühlen, Einstellungen, Interessen, Erlebnissen oder von faktischen Informationen über die Therapeuten (ebd., S. 419).

Die klassische Rolle des Therapeuten sieht lange Zeit keine therapeutische Selbstoffenbarung vor und durch Konzepte wie *Abstinenz* und *Neutralität*, die eine (professionelle) Distanz des Therapeuten unterstützen sollen, wird dessen Expertenrolle u.U. noch bestärkt (z.B. Audet, 2011). Die bereits in den vorherigen Kapiteln beschriebenen Phänomene von *Gegenwartsmoment*, *Gegenseitigkeit* und *Intersubjektivität* (z.B. L. Aron, 2006; Burke, 1992; Jordan, 1986) verdeutlichen jedoch die Verwobenheit des Therapeuten als Person und der Thematik des Patienten (Audet, 2011). Mittlerweile gibt es daher viele Studien, die den Nutzen der therapeutischen Selbstoffenbarung ergründen. Peterson (2002) beispielsweise sieht selbstoffenbarende Momente in der therapeutischen Arbeit als untrennbar mit dem Therapeuten verbunden und plädiert, unter Betrachtung der unterschiedlichen theoretischen Betrachtungsweisen therapeutischer Schulen, für eine Einbindung professionell selbstoffenbarender Momente unter Wahrung ethischer Grundsätze.

Audet (2011) unterscheidet zwei Arten der therapeutisch genutzten, zielgerichtet verbalen Selbstoffenbarung, die *unmittelbare* („immediate“) und die *indirekte* („non-immediate“) Selbstoffenbarung (ebd., S. 86). Erstgenannte beschreibt Situationen, in denen Therapeuten unmittelbar auf Aussagen oder emotionale Regungen von Patienten eingehen. Diese Art der Selbstoffenbarung geschieht im Hier und Jetzt und hat daher einen authentisch *selbstinvolvierenden* und zwischenmenschlichen Charakter. Unter indirekter Selbstoffenbarung versteht die Autorin *intrapersonliche Selbstoffenbarungen*, die Rückschlüsse auf die private Seite des Therapeuten zulassen, etwa Aufschluss über Werte, private Erlebnisse oder Einstellungen des Therapeuten geben. Diese Art der Selbstoffenbarung führt den Fokus im therapeutischen Setting weg vom Patienten und ist somit tendenziell nicht förderlich für die therapeutische Beziehung (ebd., S. 86).

Unterschiedliche theoretische Perspektiven produzieren differenzierte Positionen zur Thematik der Patienten-Therapeuten-Offenbarung. Audet (2011) fasst verschiedene theoretisch therapeutische Konzepte bezüglich ihrer Einstellung zur Selbstoffenbarung von Therapeuten zusammen und kommt zu dem Schluss, dass humanistisch geprägte Therapeuten beispielsweise eher zu selbstoffenbarem Verhalten tendieren, um ihre Fehlbarkeit gegenüber dem Klienten zu verdeutlichen und durch die so entstehende „Verletzbarkeit und Menschlichkeit“ die Basis für eine „aufrichtige Beziehung“ zu gestalten (S. 87; auch: Jourard, 1971; Rogers, 1966). Traditionelle Psychoanalytiker hingegen sind

nach Audet darauf bedacht, klare Grenzen zwischen ihrer eigenen Person und den Patienten zu ziehen, um den Prozess der Übertragung so wenig wie möglich durch *individuelle Präsenz* zu „verzerren“ (Audet, 2011., S. 87). Jüngere psychoanalytische Strömungen stehen der therapeutischen Selbstoffenbarung jedoch offener gegenüber und nutzen diese, um Prozesse der Gegenübertragung transparenter zu vermitteln und für das Fortkommen der Patienten nutzbar zu machen. Die Autorin nennt in diesem Zusammenhang außerdem die kognitiv verhaltenstherapeutische Schule, welche aktiv mit selbstoffenbarenden Momenten arbeite, um den menschlichen Faktor der Zusammenarbeit zu normalisieren und gleichzeitig neue Perspektiven und Denkprozesse zu bestärken (ebd., S. 87). Im Folgenden soll nun exemplarisch näher auf einzelne Therapieschulen und ihre Haltung zur therapeutischen Selbstoffenbarung eingegangen werden.

Selbstoffenbarung in der Psychoanalyse:

Nach Peterson (2002), schätzen traditionell gesinnte Autoren der psychoanalytischen Schule die therapeutische Selbstoffenbarung als störend ein, da diese den Raum der Übertragung beeinträchtigt. Die Selbstoffenbarung steht dieser Ansicht nach mehr für ein „Symptom der Gegenübertragung“ des Therapeuten und trägt in diesem Sinne zu einer Abwendung vom Patienten bei (ebd., S. 22).

Den Nutzen und das gleichzeitige Paradox von Selbstoffenbarung und Selbstbeherrschung (*self-containment*) beschreibt Cohen (2005), indem sie klassische und konservative psychoanalytische Konzepte einem moderneren Konstrukt der Patienten-Therapeuten Beziehung gegenüberstellt. Mit Freud's Veröffentlichung seiner *Recommendations to Physicians Practicing Psychoanalysis* (1915), so Cohen, habe er Richtlinien geschaffen, an die sich nach Ansicht der Autorin viele Analytiker im Patientenkontakt gehalten haben, um die fragile „Kunst und Wissenschaft der Untersuchung des Unbewussten“ eines anderen Menschen bestmöglich ausführen zu können (ebd., S. 32). Der effektivste Weg einen Analyseprozess mit Übertragungen auszuüben sei daher nach Freud, sich an die drei Grundpfeiler „Anonymität“, „Abstinenz“ und „Neutralität“ zu halten (ebd., S. 32). Laut Cohen kreiert der Therapeut durch selbstoffenbarende Momente ein vermenschlichendes und dadurch vertrauensbildendes Verhältnis zwischen Therapeut und Patient. Der Therapeut erscheint durch wohlplatziertes Teilen bestimmter, sich selbst betreffender Informationen, nicht mehr als moralisch übergeordnetes und unfehlbares Ideal, sondern gewinnt aus Sicht des Patienten an Profil und lädt so wiederum zu

selbstoffenbarenden Verhalten ein. Zudem entsteht seitens des Patienten der Eindruck eines „sicheren therapeutischen Containers“ (Cohen, 2005, S. 34). Neben den bereits erläuterten positiven Faktoren von Selbstoffenbarung im psychoanalytischen Setting, nennt Cohen weitere Faktoren, welche für Patienten eine unterstützende Funktion innehaben. Hierzu gehört der Punkt der „validierenden Realität“ nach Simon (1990), bei dem Therapeuten als eine Art Korrektiv agieren und Äußerungen von Patienten durch selbstoffenbarende Momente ein realistisches Feedback geben. Therapeuten gehen demnach authentisch auf Wahrnehmungen der Patienten ein und geben diesen somit eine Validierung. Die einvernehmliche Realität zwischen Patient und Therapeut wird somit bewahrt und genährt (Cohen, 2005). Ferner trägt, nach Cohen, die angemessene therapeutische Selbstoffenbarung zu einer *Egalisierung* der von Grund auf asymmetrischen Beziehung zwischen Therapeut und Patient bei. Diese Begradigung stärkt wiederum die therapeutische Beziehung und fördert hierdurch das Wohlbefinden der Patienten. Weitere Effekte selbstoffenbarenden Verhaltens von Therapeuten können die Milderung von „therapeutischen Sackgassen“, das Beheben entwicklungspsychologischer Defizite seitens der Patienten oder Momente der Selbsterkenntnis seitens der Patienten sein (ebd., S. 35). Neben den genannten Vorteilen, birgt die therapeutische Selbstoffenbarung auch Risiken für die Beziehung zwischen Patient und Therapeut. Cohen warnt hier beispielsweise vor unangemessenem *Timing* und der nichtvorhandenen *Passung* von Intervention und Bedürfnis der Patienten. Werde sich nicht an ethische Vorgaben, die Einhaltung moralischer und individueller Grenzen sowie an nonverbal oder verbal geäußerte Wünsche der Patienten gehalten, riskierten Therapeuten einen Bruch in der Patienten-Beziehung oder gar die Verschlechterung der Symptomatik.

Selbstoffenbarung in der Systemischen Therapie:

Aufgrund ihrer Ursprünge aus der Familientherapie, ist eines der prägnanten Merkmale des systemischen Arbeitens die Fokussierung auf den sozialen Kontext der Patienten (bzw. Klienten), auf *das Außen*. Beziehungsgeflechte werden mithilfe des systemischen Therapeuten erforscht, analysiert und zusammen mit dem Klienten hinterfragt, um anhand der so „freigelegten“ Beziehungsstrukturen auf die individuelle Problematik der Klienten eingehen zu können (z.B. Boszormenyi-Nagy & Spark, 2001; Reich, 2010; Schlippe & Schweitzer, 2013; Wienands, 2015).

In der systemischen Therapie werden Patienten nicht als „Opfer“ ihrer Störungsbilder gesehen, sondern als sogenannte *Indexpatienten*¹ oder *Symptomträger*, die innerhalb eines problematischen Beziehungssystems (z.B. Familie) ein oder mehrere Symptome zeigen und daher häufig direkte oder indirekte Auslösende einer Therapie sind (Schlippe & Schweitzer, 2013; Suhr, 2005).

In der systemisch therapeutischen Arbeit wird häufig mit Methoden gearbeitet, die den Therapeuten aktiv in den Therapieprozess involvieren und so die Beziehung zu den Klienten stärken sollen. Hierzu gehören etwa Methoden wie *Transparenz* oder *Joining* (z.B. Bickel-Renn, 2010; Girsberger, 2012; Roberts, 2005). Transparentes Verhalten des Therapeuten kann sich beispielsweise auf persönliche Wertvorstellungen des Therapeuten beziehen oder das Teilen bestimmter, auf den Klienten passende Lebensereignisse sowie bestimmter konzeptueller Modelle beinhalten. Beim Joining versucht der Therapeut sich an bestehenden Wertesystemen und individuellen Ressourcen des Klienten zu orientieren, um eine tragfähige und vertrauensvolle Beziehung zu den Klienten herzustellen und somit ein kooperatives Arbeitsbündnis einzugehen (Vgl. Girsberger, 2012; Roberts, 2005). Beide Arbeitsweisen sind Teil therapeutisch selbstoffenbarenden Verhaltens und zielen auf den Beziehungsaufbau zum Klienten und zur Schaffung eines vertrauensvollen Settings hin, welches dem Klienten erlaubt alle nötigen Facetten von sich zu offenbaren (Roberts, 2005).

Selbstoffenbarung in der Kognitiv-Behavioralen Therapie:

In der Geschichte der Selbstoffenbarung als verhaltenstherapeutische Intervention gab es in den letzten Jahrzehnten viele Kontroversen. Tatsächlich aber knüpft die Offenbarung persönlicher Reaktionen des Therapeuten vor dem Patienten an traditionelle verhaltenstherapeutische Prinzipien von Verstärkung an, die davon ausgehen, dass Verhalten durch dessen Konsequenzen aufrechterhalten wird (Goldfried, Burckell, & Eubanks-Carter, 2003). Entgegen der Kritik von Wolpe (1984), welcher die Technik der therapeutischen Selbstoffenbarung aufgrund der intimen Komponente nicht innerhalb verhaltenstherapeutischer Verfahren verorten möchte, sieht Lazarus (1985) diese Interventionsform als nützlich im Sinne einer vertieften Beziehungsgestaltung zwischen Klient und Therapeut. Als Anwendungsbeispiel nennt Lazarus zudem modellierende und verhaltensprobende Techniken, welche in Kombination mit *unmittelbarer* bzw. *selektiver*

¹ In der systemischen Therapie gilt die Person, die ein bestimmtes Symptom zeigt als Indexpatient (Vgl. Schlippe & Schweitzer, 2013)

therapeutischer Selbstoffenbarung die Vorbildfunktion des Therapeuten positiv unterstützen (Lazarus, 1985, S. 1419). Vertiefend beschreibt der Autor Verhaltensbeispiele von Therapeuten, welche ihr eigenes Verhalten beispielsweise im Zusammenhang mit Erfahrungen von Angst in engen Räumen als *Modell* für die Behandlung der Problematik klaustrophobischer Patienten genutzt und hierdurch klassisch verhaltenstherapeutische Techniken, wie „Rapport, Empathie, Identifikation, Spezifität und Modellieren“ integriert haben (ebd., S. 1419).

Zudem birgt diese *unmittelbare* („immediate“, s.o.) Form der therapeutischen Selbstoffenbarung die Möglichkeit zur Abbildung des vom Patienten angestrebten Verhalten, da der Therapeut während der Interaktion auf *effektives* und *ineffektives* Verhalten des Patienten eingeht und somit adaptives interpersonelles Verhalten fördern und problematischem Verhalten entgegenwirken kann (Goldfried et al., 2003, S. 557 f.). Goldfried et al. (2003) sehen Selbstoffenbarung im verhaltenstherapeutischen Kontext daher, ähnlich wie Lazarus, als hilfreiche Intervention. Die Autoren erklären, dass es in der Verhaltenstherapie um die Fortschritte zwischen den Therapiesitzungen geht und daher jede Intervention, die diese Fortschritte befördert, zulässig ist (ebd., S. 557). Zudem sollen Therapeuten während der Sitzungen stets auf ihre bewusst oder unbewusst vom Patienten wahrgenommene Vorbildrolle bedacht sein und ihr Verhalten, ihre Einstellungen und ihre Emotionen dementsprechend einfließen lassen (ebd., S. 557).

In der kognitiv-behavioralen therapeutischen Arbeit wird therapeutische Selbstoffenbarung heute als Interventionsmethode u.a. zur Stärkung der therapeutischen Beziehung, zur Normalisierung der von Patienten wahrgenommenen Schwierigkeiten und zur Bearbeitung negativer Interpretationen von Emotionen und Verhalten angewendet. Zudem sollen positive Erwartungen und die Motivation gegenüber den Veränderungsmöglichkeiten der Patienten gefördert und erwünschte Verhaltensweisen modelliert und bestätigt werden (Dryden, 1990; Goldfried et al., 2003).

Die aufgeführten Beispiele schulenspezifischer Anwendungsmethoden verdeutlichen den essentiellen, integrativen und beziehungsstiftenden Charakter therapeutischer Selbstoffenbarung. Allerdings kann therapeutische Selbstoffenbarung auch zu Schwierigkeiten führen, wenn etwa Therapeuten hierdurch nach der Anerkennung ihrer Patienten suchen oder ein Bild eigener Unfehlbarkeit vermitteln. Diese Motive führen zur

Schädigung der therapeutischen Beziehung, da Therapeuten sich den Patienten zu sehr nähern beziehungsweise zu sehr auf Distanz gehen (Dryden, 1990). Es wird davon ausgegangen, dass das erhöhte Interesse in therapeutische Selbstoffenbarung der letzten Jahrzehnte, sowohl in der theoretischen als auch anwendungsbezogenen Forschung, zwei übergeordneten Trends folgt. Zum einen der Veränderung des Fokus' von *intrapersonellen* zu *interpersonellen* Prozessen, wobei Leidensdruck, Pathologie und Heilung zunehmend als Vorgänge betrachtet werden, die ihren Ursprung und ihre Konzeptualisierung in einer interpersonellen Sphäre finden. Zum anderen wird die therapeutische Beziehung verstärkt als primäre Quelle von Heilungsprozessen innerhalb des therapeutischen Prozesses anerkannt, was wiederum eine Verbindung zwischen theoretischen und anwendungsorientierten Perspektiven untermauert (Farber, 2003a, 2003b; Farber et al., 2004).

Ziv-Beiman (2013) fasst die folgenden Ergebnisse vielfältiger Untersuchungen der therapeutischen Selbstoffenbarung zusammen: therapeutische Selbstoffenbarung ist weit verbreitet; unmittelbare therapeutische Selbstoffenbarung trägt zu einer erfolgreichen therapeutischen *Allianz* bei und fördert die *Vielfalt* therapeutischer Ziele; die Anwendung indirekter therapeutischer Selbstoffenbarung bleibt von Therapeuten und Patienten kontrovers betrachtet und der *moderate Gebrauch* therapeutischer Selbstoffenbarung fördert erwiesenermaßen die therapeutische Beziehung (ebd., S. 65).

Es wird deutlich, dass die Thematik der Selbstoffenbarung in der Persönlichkeitsforschung und Therapieforschung eine essentielle Rolle spielt und zudem sowohl in persönlichen als auch in therapeutischen Beziehungen als nützliche Kommunikationsform bzw. –Intervention dient. Insbesondere der selbstinvolvierende und verletzliche Aspekt der *Selbstoffenbarung* verdeutlicht den engen Zusammenhang zu den in den folgenden Kapiteln u.a. beschriebenen Click-Beschleunigern *Verletzlichkeit*, *Resonanz* und *Ähnlichkeit* und repräsentiert daher einen wesentlichen und für die vorliegende Arbeit essentiellen Blickwinkel auf die Definition des Click-Phänomens.

4 Das Click-Phänomen

Die beiden Geschwister Ori und Rom Brafman widmen sich in ihrem Werk: *Click- Der magische Moment in persönlichen Begegnungen (2011)* der Thematik des Click-Phänomens. Lange Jahre haben sie zu dieser Thematik geforscht und ihre Ergebnisse in dem o.g. Werk zusammengefasst. Sie beschreiben den Click als jenen Moment, in welchem einfach *alles passt*. Dieses Gefühl könne, ganz unabhängig vom Kontext, in diversen Konstellationen auftreten - innerhalb des Mannschaftssports, in Teams, in Arbeitsbeziehungen, in libidinösen Beziehungen sowie Freundschaften. Der Click ist hierbei ein magischer Moment, ein Moment tiefer Vertrautheit (Brafman & Brafman, 2011). In genauer Definition beschreiben die beiden Autoren den Click als: „*Spontane, tiefe und bedeutungsvolle Beziehung zu einer anderen Person oder zu der Welt um uns herum*“ (ebd., S.13).

4.1 Click-Beschleuniger nach Brafman & Brafman

Im ersten Kapitel widmen sich die Autoren dem Thema der *Magie* und beschreiben jene als Grundelement des Clicks. Die Magie könne sich bereits in ersten Begegnungen mit unbekannten Menschen zeigen. Es gehe hier um jene Begegnungen, die von Anfang an eine starke Intensität und Emotionalität aufweisen. Man fühle direkt eine Art Verbundenheit, bedingt durch eventuelle Gemeinsamkeiten, wie z.B. die selbe Art des Humors oder aber man hege eine besondere Form der Bewunderung für sein Gegenüber, für dessen Leidenschaft oder Charakter. Auch der Fakt sich nicht verstellen zu müssen, natürlich und man selbst sein zu können, seien Anteile des magischen Moments. Alles fühle sich auf Anhieb einfach gut und richtig an, man verstehe sich sofort und es entstehe ein spontanes und direktes Gefühl der Vertrautheit. Kurz gesagt: Es clickt (Ebd.).

Die Autoren beschreiben das Click-Phänomen als magisch, weil es Personen in einen euphorisierenden Seelenzustand versetzt, der mit dem Gefühl des Verliebtseins verglichen werden kann. Eine neurowissenschaftliche Studie (Aron , Fisher, Mashek, Li & Brown, 2005), die sich mit dem biologischen Hintergrund des Click-Effektes im Liebeskontext beschäftigt, zeigt, dass sich Personen, die sich als „irrsinnig verliebt“ bezeichnen, unter einem Magnetresonanztomografen (MRT) eine hohe Aktivität in den jeweiligen

Gehirnbereichen zeigen, welche für die Dopaminabsorption zuständig ist. Jene Aktivität ist hierbei genauso stark, als stünden die Personen unter Drogeneinfluss. Dopamin ist der Neurotransmitter, welcher das Lustzentrum des Gehirns stimuliert und den Menschen Euphorie empfinden lässt und ihm ein stark gesteigertes Lebensgefühl schenkt. Diese Form des Rausches ist beachtlich und aus rein biochemischer Perspektive hat dieser die gleichen Auswirkungen wie Nikotin, Amphetamine oder Kokain auf den menschlichen Körper. Unter Anbetracht dieser Information ist die euphorisierende Wirkung des Clicks äußerst schlüssig, denn das intensive Gefühl der Lebendigkeit, sei es ausgelöst durch sportliche Aktivität, infolge einer menschlichen Begegnung oder weil wir uns mit der Welt verbunden fühlen (*Flow*), erhöht die Dopaminzufuhr im menschlichen Gehirn (Brafman & Brafman, 2011).

Magie im Kontext des Clickens lässt sich also zusammenfassend beschreiben als ein Gefühl *unmittelbarer Vertrautheit* und *Verbundenheit* und jene besonderen (zwischenmenschlichen) Momente wirken *euphorisierend* und *erregend*. Ebenfalls untersucht wurde die Entstehung dieser magischen Momente mit dem Fokus auf jene positiven Emotionen, die zu einem früheren Zeitpunkt unserer Arbeit bereits Erwähnung gefunden haben: *Warum gehen wir enge, bedeutsame Beziehungen ein? Was passiert mit uns emotional und psychisch, wenn wir es tun? Und warum löst eine solche Erfahrung so intensive und lustvolle Gefühle aus?* (Ebd., S.20).

Die Autoren haben hierzu verschiedene Studierende der Psychologie gebeten sich an ein besonderes oder unvergessliches Ereignis innerhalb ihres Lebens zu erinnern, welches für sie eine magische Qualität besitzt. Es zeigt sich, dass die berichteten Geschichten aller Teilnehmer zwar äußerst unterschiedlich ausfallen, bei einer übergroßen Mehrheit handeln die Erzählungen allerdings von einem intensiven interpersonellen Kontakt. Die konkreten Geschichten und Inhalte hierzu variieren von Person zu Person, wichtig und spannend festzuhalten sind an dieser Stelle aber besonders zwei Punkte (Ebd.):

1. Alle Personen beschreiben die jeweiligen Momente, ob es dabei um den ersten Kuss, das erste Verliebtsein oder die Beziehung zur eigenen Mutter geht, mit weitestgehend identischen Worten: *euphorisch*, *prickelnd* und *besonders*.

2. Obgleich die Personen sehr verschiedene Erfahrungen gemacht und sich die Wege zu jenem magischen Moment sehr unterschiedlich gestaltet haben, haben sie diesen jedoch *identisch* erlebt.

Es dürfte grob deutlich geworden sein, worum es sich bei dem Click-Phänomen als solches handelt und welchen starken Einfluss jenes auf unsere körperlichen sowie seelischen Empfindungen hat. Im Folgenden soll auf die Entstehungsgründe des überspringenden Funkens eingegangen und diese erläutert werden. Es geht hierbei um die Kräfte, die solche Verbindungen ermöglichen oder gar beschleunigen - die sogenannten „Click-Beschleuniger“, worunter fünf verschiedene Aspekte gefasst werden können (Brafman & Brafman, 2011):

1. *Verletzlichkeit*
2. *Nähe*
3. *Resonanz*
4. *Ähnlichkeit*
5. *Sicherer Ort*

Zur Untermauerung der in der vorliegenden Abschlussarbeit bearbeiteten Forschungsfragen, soll im Folgenden nun näher auf drei dieser Aspekte eingegangen werden: *Verletzlichkeit*, *Resonanz* und *Ähnlichkeit*. Anschließend werden Persönlichkeitstypen, sogenannte „gute Selbstbeobachter“ beschrieben, die dazu neigen, den Click-Effekt bei anderen Menschen auf natürliche Art und Weise zu bestärken. Schließlich wird unter Berücksichtigung der bis dahin präsentierten und aufgearbeiteten Literatur und Forschungslage, eine dieser Abschlussarbeit zugrundeliegende Definition des Click-Phänomens gegeben.

4.1.1 Verletzlichkeit

Verletzlichkeit wird von den beiden Autoren als der erste sogenannte Click-Beschleuniger benannt. Die Fähigkeit sich verletzlich und selbstoffenbarend zu zeigen kann, entgegen vieler Vermutungen, im Kontext der zwischenmenschlichen Beziehungen als *Stärke*

betrachtet werden. Jene Eigenschaft hilft einen intimen und bedeutenden Kontakt, eine unmittelbare Verbindung, mit unserem Gegenüber herzustellen.

„Wenn wir uns zu unserer Verletzlichkeit bekennen, hilft das der anderen Person, uns zu vertrauen, und zwar genau deshalb, weil wir uns emotional, psychisch oder körperlich auf ein Risiko einlassen. Andere Menschen reagieren darauf meist damit, dass auch sie selbst offener und verletzlicher auftreten. Die Tatsache, dass beide Personen ihre Schutzmechanismen aufgeben, schafft die Voraussetzung für eine schnellere, engere persönliche Verbindung.“ (Brafman & Brafman, 2011, S.43)

Die beiden Autoren differenzieren zwischen fünf möglichen Stufen der Kommunikation bezogen auf ein Verletzlichkeitsspektrum. *Phatische Äußerungen* liegen hierbei am Ende dieses Spektrums. Sie stellen eine Form der sozialen Höflichkeit dar und es erfolgt keine Preisgabe von Emotionen (Beispiel: *Wie geht es Ihnen?*). Auf der zweiten Stufe liegen *realitätsbezogene Äußerungen*, hierbei findet ein Austausch von objektiven Daten (z.B. Wohnort, Studiengang, etc.) statt. Auf der dritten Stufe liegen *evaluative Äußerungen*, bei welchen Ansichten über Situationen oder Personen offengelegt werden, wie beispielsweise die persönliche Bewertung eines Films oder einer Person. Alle drei Stufen bilden dabei eine Kommunikation, die *gedankenorientierte Informationen* vermittelt. Uns gegenüber Menschen auf Kommunikationsebene verletzlich zu zeigen gelingt aber erst, wenn die Schwelle hin zu einer zweiten Art der Kommunikation überschritten und eine emotional verbindende Interaktion eingegangen wird. Für jene Formen der Interaktion sind die letzten zwei Stufen von Bedeutung. Bei der vierten Stufe findet eine Offenbarung der gefühlsbasierten Perspektive statt. *Ich bin traurig, dass Du nicht hier bist*. Der Sprecher offenbart hier etwas Persönliches und Emotionales in seiner Aussage. In der Regel wird diese Art der Kommunikation auf nahestehende und bereits vertraute Personen begrenzt. Die fünfte Ebene ist jene, welche am seltensten betreten wird, oft nicht einmal mit Menschen, die einem sehr nah stehen. Es ist die Stufe der größten emotionalen Verletzlichkeit und sie birgt ein Risiko in sich, da hier die Preisgabe des Innersten erfolgt (Ebd.).

Ein Beispiel für die fünfte Stufe, die Ebene größter Verletzlichkeit, soll nachfolgend demonstriert werden: „*Als Du neulich zu mir sagtest, ich könnte nicht gut mit Kindern umgehen, hat es mir buchstäblich die Sprache verschlagen- und ich war verletzt. Glaubst*

Du wirklich, ich wäre so unsensibel? Dass ich kein guter Vater wäre? Ich glaube, tief im Herzen habe ich Angst, dich bald zu verlieren“ (Brafman & Brafman, 2011, S.51).

Intensive Begegnungen, jene die sich magisch, verbindend und vertraut anfühlen, können also, so die Autoren, gefördert werden indem wir den Kommunikationsstil von der phatischen Ebene zur Stufe größter Verletzlichkeit bewegen. Ein Beweis hierfür zeigt sich im Beispiel der *Touchy-Feely-Gruppe* der University of Stanford, welche Ori Brafman während seiner Studienzeit selbst besucht hat. Die *Touchy-Feely-Gruppe* ist ein Kurs der Stanford Business School, welcher sich dem Thema der zwischenmenschlichen Dynamik widmet, aber bei den meisten Personen nur unter dem Namen *Touchy-Feely-Gruppe* bekannt ist. Ziel und Inhalt des Seminars ist eine Kommunikation auf emotionaler Ebene. Jeder Teilnehmer wird hierbei dazu angehalten innerhalb der Gruppe über seine Gefühle zu sprechen und diese mit anderen Kursteilnehmern zu teilen. Der Fokus liegt dabei im „Hier und Jetzt“, also ein Status quo-Abbild der eigenen Gefühlswelt. Das Setting umfasst einen geschützten Raum, für welchen klare Regeln vereinbart werden, u.a. das Versprechen, dass die Inhalte der Teilnehmer geschützt sind und diese geteilten Informationen den Seminarraum nicht verlassen dürfen. Die Themen der Kursteilnehmer reichen hierbei von Gefühlen nach dem Ende einer Beziehung bis hin zum Kampf gegen Essstörungen und Krebserkrankungen. Kurz gesagt, die Teilnehmer teilen ihre intimsten Erlebnisse und öffnen sich einander in einem außergewöhnlichen Ausmaß, machen sich verletzlich und reißen dabei bewusst jegliche Mauern ein, welche sie sich im alltäglichen Umgang mit Menschen aufgebaut haben, um sich vor Schmerz, Furcht und möglicher Beschämung zu schützen. Die Bereitschaft sich selbst so intim und verletzlich zu zeigen, erzeuge in den anderen Teilnehmern ein größeres Vertrauen ihnen gegenüber, es fördere das Gefühl der Nähe und Verbundenheit. Zu beobachten sei, dass die Teilnehmer vertrauensvoller und offener miteinander umgehen und sich wohler miteinander fühlen. Innerhalb der Gruppe entstehe also ein Click-Effekt (Ebd.).

Ein weiteres spannendes Ergebnis zu dieser Thematik zeigt die Untersuchung von Moon (2000), die ihre Studenten der Harvard Business School gebeten hat, mit einem von der Forscherin entwickelten Computerprogramm zu interagieren. Hierbei fordert das Computerprogramm die Probanden dazu auf, sehr intime und persönliche Fragen zu beantworten. Die Themen reichen von großen Lebensenttäuschungen, über Charaktereigenschaften, welche sie stolz stimmen bis hin zu Situationen, in welchen sie sich

verletzt gefühlt haben. Die meisten der Studierenden zögern dabei sich auf jene Fragen einzulassen und formulieren ihre Antworten zurückhaltend. Bei der Frage nach Schuldgefühlen gibt die große Mehrheit nicht die Wahrheit an (*Ich glaube ich habe eigentlich keine Schuldgefühle*) oder umgeht die Frage (*Ich weiß nicht* oder *Das geht keinen etwas an*). Im zweiten Schritt erhält eine weitere Probandengruppe die gleichen Fragen, diese aber werden mit einem selbstumhüllenden Kontext versehen. Für die zweite Forschungsrunde werden erneut nur Studierende rekrutiert, ebenfalls innerhalb der Harvard Business School. Bevor die direkte Frage zum Thema Schuldgefühle platziert wird, teilt das Computerprogramm eine Information: *Manchmal hängt sich dieser Computer auf, ohne dass der Benutzer den Grund dafür erkennt. Das geschieht meistens zur ungelegensten Zeit und ist für den Benutzer äußerst lästig. Über was in Ihrem Leben empfinden Sie die größten Schuldgefühle?* Um deutlich zu machen, dass die Studierenden mit einem Computerprogramm und nicht mit einem realen Menschen kommunizieren, vermeidet Moon innerhalb des Experiments das Pronomen ‚Ich‘, stattdessen identifiziert sich der Computer mit der Bezeichnung ‚dieser Computer‘.

Die Selbstenthüllung des Computers zeigt, dass die Probanden es ihm gleichtun und sich ehrlicher, unverblümter und somit verletzlicher in ihren Antworten präsentieren. Zum Thema Schuldgefühle antwortet die zweite Gruppe wesentlich freimütiger. Die Äußerungen der Probanden reichen hierbei u.a. von Themen der Masturbation (Schuld und Religion), über Schuldgefühle darüber ihre Familie verlassen zu haben oder erfolgreicher als diese zu werden, bis hin zu dem Gefühl grausam zur eigenen Mutter zu sein. Die Spannweite der Themen zeigt sich hierbei also weit und tiefgreifend. Zum Ende der Untersuchung beschreiben signifikant viele Personen den Computer mit den Worten *freundlich, angenehm, sympathisch* und *hilfreich*.

Viele der genannten Beispiele zeigen, welchen massiven Einfluss das Thema der Verletzlichkeit auf das Gefühl von Nähe und Verbundenheit in interpersonellen Beziehungen hat. Verletzlichkeit und somit die in der Forschung bereits vielfach diskutierte und sehr relevante Thematik der *self-disclosure* (*Selbstoffenbarung*) stellt also einen wichtigen Aspekt des Click-Phänomens dar. Fest steht, Verletzlichkeit ist dann am effektivsten, wenn sie authentisch und ehrlich ist. Jene Bereitschaft, darauf zu reagieren, ist in uns psychologisch so stark verankert, dass wir uns jemandem, der sich uns gegenüber

verletzlich zeigt, ebenfalls offener darbieten und zwar gänzlich unabhängig davon, ob es sich hierbei um eine reale Person oder einen Computer handelt (Brafman & Brafman, 2011).

4.1.2 Resonanz

Der nächste Click-Beschleuniger *Resonanz* wird gebildet aus zwei Teilaspekten- dem *Flow* und der *Präsenz*.

Der Flow wird als jener Moment verstanden, in welchem „einfach alles stimmt“, man ganz und gar in den Dingen aufgeht, die man sich vorgenommen hat und man sich als Person mit seiner Umgebung im völligen Einklang befindet. Es ist ein Gefühl der Lebendigkeit, gleichzeitig eine Art Trancegefühl, eine Stimmigkeit zwischen Körper, Geist und der unmittelbaren Umwelt. Das Gefühl des Flows ist jedem Menschen bekannt, manchmal lässt sich nur schwer beschreiben, was in jenem Moment gerade in einem Menschen vorgeht. Einen Flow kann man beim Sport erleben - es ist der Moment, in welchem sich ein Spieler an der oberen Leistungsgrenze befindet und ihm alles zu gelingen scheint oder aber man erreicht diesen Zustand bei einem Kaffee mit einer Freundin, bei welchem man sich so sehr in ein Gespräch vertieft fühlt und die Zeit um einen herum vergisst. Auch ein Arbeitsprojekt, welches anfangs zäh erscheint, kann sich von einem Moment auf den anderen verändern, plötzlich läuft die Arbeit wie von selbst und ein konstruktiver Arbeitsprozess ist aktiviert. Wenn jenes Befinden erreicht ist, spricht man von einem Zustand der Resonanz, welches aus einem überwältigenden Gefühl der Verbundenheit mit der Umwelt entsteht und diese Verbundenheit erhöht die Intensität der Interaktionen (Ebd.).

Auch der Psychologe Csikszentmihalyi (1990) hat sich in seinem Werk mit dem Thema des Flows beschäftigt, welches ebenfalls große Ähnlichkeiten zu Maslows bekanntem Konzept der *peak experience* aufweist, welche einen ekstatischen Zustand beschreibt, innerhalb dessen das Individuum Staunen und Wunder erfährt und welcher sich von Alltagserfahrungen deutlich unterscheidet. Maslow, welcher zu einem der Pioniere der humanistischen Psychologie zählt, setzt ebenfalls den Fokus auf die positive Psychologie (z.B. Maslow, Frager, & Fadiman, 1970).

Csikszentmihalyi (1990) befragt für seine Untersuchung Sportler, Künstler und Chirurgen, um zu erfahren wie diese jene Momente erleben, in welchen sie völlig absorbiert sind und sich auf dem Höhepunkt ihres Spiels oder ihres Berufes befinden. Csikszentmihalyi selbst beschreibt jene Momente als Flow, in welchem eine Person vollständig wach und aufmerksam ist und diese sich an ihrem absoluten Leistungslimit bewegt. Sein Ziel ist es, jene Bedingungen zu identifizieren, unter welchen am ehesten ein solcher Flow erzeugt wird. Jener Zustand umfasst etwas Besonderes, etwas sehr schwer zu Fassendes, etwas, was man sich nicht einfach herbeiwünschen kann. Als wesentliche Voraussetzungen für den Zustand des Flows nennt Csikszentmihalyi aber das richtige Maß an Herausforderung sowie die Beherrschung einer Aufgabe.

Der zweite wichtige Bestandteil der Resonanz ist die Präsenz. Diese stelle man sich am besten auf einem Kontinuum vor, wobei man hier am einen Ende völlig abgetrennt von der Umgebung sei und die Menschen um einen herum nicht mehr wahrnehme. In einer überfüllten U-Bahn beispielsweise, ist man zwar umgeben von anderen Menschen und körperlich präsent, aber man geht in der Regel keine Verbindung mit ihnen ein, vielmehr wird der Kontakt zu diesen eher vermieden. Am anderen Ende des Kontinuums befinde sich die sogenannte *transformative Präsenz*, welche als bedeutungsvolle Interaktion beschrieben wird, die das Leben der Beteiligten auf besondere und tiefe Weise berührt (Brafman & Brafman, 2011).

In allen medizinischen Berufsbildern, ob als Arzt, als Psychotherapeut oder in der Krankenpflege, spielt das Thema der Präsenz im Patientenkontakt eine essentiell wichtige Rolle. Tavernier (2006) beschreibt in ihrem Aufsatz im Bereich der Pflegeforschung vier Elemente, welche uns zur Präsenz befähigen.

1. *Intentionalität*
2. *Gegenseitigkeit*
3. *Individualität*
4. *Achtsamkeit*

Intentionalität steht dabei für eine Interaktion, die mit Absicht und bewussten Erwartungen eingegangen wird. Der Interaktion wird eine ungeteilte Aufmerksamkeit

geschenkt - weder ist diese Aufmerksamkeit bloß vorgegeben, noch ist man im Moment dieser mit anderen Dingen beschäftigt.

Gegenseitigkeit steht für ein gemeinsames Miteinander, wobei hier der Fokus auf gemeinsamen Aspekten des Vertrauens und der Aufrichtigkeit liegt. Es geht nicht um eine beratende Funktion, die es einzunehmen gilt, sondern man ist offen und bereit die andere Person an dem Punkt einzufangen, an welchem sie sich gerade befindet.

Individualität bezieht sich auf den Aspekt der Authentizität. Hierbei steht die eigene Echtheit im Fokus, es geht dabei vor allem darum eigene emotionale Reaktionen bewusst zu erleben.

Der letzte Bestandteil der Präsenz ist die *Achtsamkeit*. Hierbei geht es um das aktive Zuhören und die aktive Teilnahme an einer Interaktion, wobei man sich selbst als reaktiven Bestandteil der Interaktion versteht und sein Gegenüber darum bittet sich ausführlicher mitzuteilen.

Spannend hierbei ist, dass die Macht der Präsenz auch dann noch anhält, wenn die Interaktion bereits vorbei ist. Studien zum Thema Präsenz in der Beziehung zwischen Pflegepersonal und Patienten können zeigen, dass Patienten ein wesentlich höheres Maß an Vertrauen und Sicherheit empfinden, wenn das Pflegepersonal sich auf intensive und authentische Weise auf die Patienten einlässt. Diese Erkenntnis ist in erster Linie logisch und einleuchtend. Interessant ist allerdings, dass die Patienten sich auch noch Wochen später bestärkt gefühlt haben und ihr geistig-seelisches sowie ihr körperliches Wohlbefinden signifikant verbessert war (Dunnice & Slevin, 2000).

Jenes Muster ist auch bei anderen Interaktionsformen zu finden, hierbei kann ein einziges Gespräch einen gravierenden Einfluss auf eine gesamte Beziehung haben. Wenn Resonanz erreicht wird - also eine Verbindung von Flow und Präsenz - ändert sich eine Beziehung nicht nur vorübergehend, sondern sie verändert vielmehr die Menschen um einen herum. Brafman & Brafman (2011) schreiben in diesem Zusammenhang: „*Wenn wir mit jemandem zusammen sind, der sich im Zustand der Resonanz befindet, dann gelingt es uns leichter, selbst in diesen Zustand zu kommen*“ (ebd., S. 106).

Es ist die Resonanz, die einen mit anderen Menschen in eine spezielle Form der Verbindung versetzt oder einer Person eine magische Ausstrahlung verleiht. Diese ist dabei aber keinesfalls unvorhersehbar, vielmehr kann ein Zustand des Flows und der Resonanz erreicht werden, indem man sich bewusst und in voller Präsenz zeigt und der Interaktion hingibt. Bei der Präsenz geht es darum, mit Absicht auf eine andere Person zuzugehen, ihr zuzuhören und mit ihr zu kommunizieren, dabei mit dem eigenen Selbst in Verbindung zu bleiben und darauf zu achten, wer und was einen umgibt (Brafman & Brafman, 2011).

4.1.3 Ähnlichkeit

Das Diktum „Gegensätze ziehen sich an“ ist ein gesellschaftlich weit verbreiteter Glaubenssatz in Bezug auf Beziehungen. Im Zusammenhang mit dem Click-Phänomen, beschreiben Brafman und Brafman (2011) unterschiedliche Beziehungskonstellationen, die auf der Basis von *Ähnlichkeit* funktionieren. Die Effekte von Ähnlichkeit auf so unterschiedliche Beziehungstypen wie Liebesbeziehungen, Studien- oder Arbeitsbeziehungen werden unter Einbezug verschiedenster Faktoren (z.B. gleiche Interessen, Namen, Fingerabdrücke) bzw. auf die Beziehungsqualität hin beschrieben. Hinsichtlich dieser Aspekte der Ähnlichkeit werden im Folgenden entsprechende Studien kurz vorgestellt.

Den Effekt von Ähnlichkeit auf Attraktion untersucht Byrne (1997), indem er anhand von Fragebögen Studenten nach ihren Interessen und Überzeugungen (z.B. Musik, Bücher, Filme, Religionseinstellung, Politik, etc.) befragt. Die Aussagen der Fragebögen analysiert der Forscher und teilt die so extrahierten Attribute daraufhin in eine Kategorie mit *wichtigen Lebensthemen* und *Alltagsvorlieben und Neigungen* ein. Anschließend präsentiert er die Studenten mit den Ergebnissen der selben Fragebogenstudie gleichgeschlechtlicher Kommilitonen, die er zuvor hinsichtlich gleicher Attribute fingiert hat. Er weist die Studenten vier Gruppen zu, die er auf Basis der unterschiedlichen Arten von Übereinstimmung in den Antworten unterteilt: 100-prozentige Übereinstimmung aller Attribute, keinerlei Übereinstimmung, Übereinstimmung in wichtigen Lebensthemen (Religion, Werte), Übereinstimmung in Alltagsansichten und Geschmäckern (Musikgeschmack, Hobbies). Die Studenten bewerten danach die fingierten Antworten der

von Byrne ausgedachten Kommilitonen auf Kategorien wie *Anziehungskraft*, *Intelligenz*, *Wissen* und *Moral* (ebd., S. 421).

Die Ergebnisse dieses sozialpsychologischen Experiments zeigen, dass sich ein hohes Maß an Übereinstimmung positiv auf die Bewertung von Attraktivität, Intelligenz, Moral und Bildungsgrad des Gegenübers auswirkt. Ferner zeigt sich, dass das Verhältnis inhaltlicher Übereinstimmung zugunsten der generellen Übereinstimmung in den Aussagen verhält. Zu dem Zusammenhang von Ähnlichkeit und Anziehungskraft kann Byrne (1997) demnach nachweisen, dass das *Ausmaß* der Übereinstimmung einen höheren Stellenwert für die Anziehungskraft des Gegenübers hat als die *Inhalte* der Übereinstimmungen (ebd., S. 425).

Diese Ergebnisse legen nahe, dass Ähnlichkeit, in welcher Gestalt auch immer, zu höheren Sympathiewerten führt (Brafman & Brafman, 2011). Gemeinsamkeiten haben eine soziale Komponente und verbindende Wirkung, sie unterstützen darin, andere Menschen als Teil der *Ingroup* zu betrachten. Die Ingroup beschreibt eine Gruppe von Individuen mit gleichen Merkmalen, welche sie wiederum von anderen Individuen unterscheiden (ebd., S. 126). Mitgliedern der eigenen Ingroup werden positivere Attribute zugeschrieben, die sich beziehungsfördernd verhalten. Situationen, die beispielsweise durch ein Gespräch Ähnlichkeiten im Gegenüber offenbaren, lösen automatisch eine „Ingroup-Reaktion“ aus (ebd., S. 126).

Die Forscher Burger, Messian, Patel, del Prado, und Anderson (2004) haben u.a. die Effekte zufälliger Ähnlichkeiten auf *mitwirkendes Verhalten* („compliance“) untersucht. Probandinnen (Studentinnen; N=82) wurden offiziell zu einer Studie zum Thema „Kreativität“ eingeladen und gebeten, neben anderen Gegenständen, 1-Dollar-Noten zum Untersuchungstermin mitzubringen (ebd., S. 38). Im Anschluss an das vorgeschobene Experiment, wurden die Probandinnen von Versuchsleiterinnen angesprochen, die als Mitarbeiterinnen einer Hilfsorganisation getarnt waren, und um eine Spende gebeten. In der Kontrollgruppe, trugen die Mitarbeiterinnen Namensschilder mit den Vornamen der Probandinnen. Die simple Übereinstimmung der Vornamen hatte den Effekt der doppelten Spendensumme (ebd., S. 39). In ähnlichen Studienkonstrukten mit fingierten Rahmenbedingungen haben die Forscher weitere Effekte von Übereinstimmungen auf das Verhalten der Versuchsteilnehmer untersucht (ebd., S. 35).

Die Forscher gehen unter Betrachtung der unterschiedlichen Studien davon aus, dass die Übereinstimmung bzw. Ähnlichkeit einzelner Merkmale einen großen Einfluss auf die empfundene Anziehungskraft und Sympathie des Gegenübers hat (Burger et al., 2004). In Anbetracht des zuvor erwähnten *Ingroup-Effekts*, liegt daher die Annahme nahe, dass Menschen ihrem Gegenüber aufgeschlossener, freundlicher und hilfsbereiter begegnen, wenn sie dieses aufgrund von Ähnlichkeiten als Teil ihrer Ingroup anerkennen (Brafman & Brafman, S. 129 f).

Aus einer Langzeitstudie zur Erforschung des Effekts von Ähnlichkeit auf die Qualität von Geschäftsbeziehungen geht laut Smith (1998) hervor, dass Vertriebsmanager das Verhältnis zu ihren Lieferanten, mit denen für mindestens drei Monate eine Geschäftsbeziehung besteht, als insgesamt förderlicher beurteilen, zu denen Ähnlichkeiten bezüglich ihrer Einstellungen zu *Professionalität*, *Geschäftsethik* und *Verantwortungsgefühl* bestehen. Zudem bestehen in den von Smith untersuchten Geschäftsverbindungen ähnliche Familien- oder Eheverhältnisse und ähnliche Ansichten zu Arbeit und Geschlechterfragen. Ferner beschreibt Smith (1998), dass Geschäftsbeziehungen mit nachweisbaren Ähnlichkeiten beider Parteien eine offene Kommunikation auf der Basis eines vertrauensvollen Austauschs befördern.

Den Einfluss von Ähnlichkeit auf die Qualität ehelicher Beziehungen haben Caspi, Herbener, und Ozer (1992) untersucht. Die Autoren finden in ihrer Analyse von Archivdaten von über 300 in ihren 20ern und 30ern verlobten Paaren heraus, dass das Level an Ähnlichkeit in der Ehe über den Zeitraum von mehr als 20 Jahren konstant bleibt. Dieses Level setzt sich dabei zusammen aus Ansichten zu *Politik*, *Religion*, *Ästhetik*, *Kameradschaft* und *Treue*. Die Berechnung der Konstanz ergibt sich aus der Untersuchung der Veränderung zwischen zwei Messzeitpunkten, wobei die erste Messung zum Zeitpunkt der Verlobung ansetzt und der zweite Messzeitpunkt nach zwanzig Jahren. Caspi et al. (1992) gehen davon aus, dass die konstante Ähnlichkeit sich durch ähnliche Lebensumgebungen und geteilte Erlebnisse im Laufe der gemeinsam erlebten Jahrzehnte ergibt. Paare gleichen sich also nicht im Laufe der Jahre aneinander an, sie erhalten sich vielmehr ihr gemeinsames Level an Ähnlichkeiten durch gemeinsame Erfahrungen und das gleiche soziale Umfeld. Die Partner sehen sich aufgrund ihrer Ähnlichkeiten als Teil einer Ingroup (eheliche Verbindung) und stärken diese so gegenseitig und über lange Zeiträume hinweg (Brafman & Brafman, 2011).

Die bis hierhin vorgestellten Click-Beschleuniger Verletzlichkeit, Resonanz und Ähnlichkeit beschreiben verschiedene Möglichkeiten des in-Beziehung-Tretens. Diese sind jeweils in Verbindung mit räumlichen, persönlichen und einstellungsorientierten Gegebenheiten und Faktoren zu betrachten. Im folgenden Kapitel soll eine weitere ursprüngliche Facette beschrieben werden, die einen wichtigen Schritt hin zur Click-Persönlichkeit vorstellt: die sogenannten *guten Selbstbeobachter*.

4.1.4 Gute Selbstbeobachter

An dieser Stelle sollen Personen Erwähnung finden, die ein besonderes Talent zum Klicken mit sich bringen. Es handelt sich um jene Menschen, die besonders gut in und reich an sozialen Kontakten sind und für die Interaktionen und Beziehungen belebend wirken. An dieser Stelle gibt es wohl die größte Schnittstelle zur Persönlichkeitspsychologie.

Die Brafman Brüder sprechen in ihrem Werk von sogenannten *Naturtalenten*. Hierbei handelt es sich um Personen, die nicht selten mit drei oder vier sozialen Verpflichtungen an einem Abend jonglieren müssen. Sie bewegen sich unbeschwert innerhalb sozialer Anlässe und kommen dabei schnell und zeitgleich intensiv mit anderen Personen in Kontakt. Besonders auffällig sei hierbei die Diversität ihrer sozialen Begegnungen. Als Beispiel für ein solches Naturtalent nennen die beiden Autoren Dina Kaplan, eine Mittdreißigerin aus New York, die einen Online-Media-Service betreibt. Kaplans Briefkästen seien jeden Frühling mit diversen Hochzeitseinladungen gefüllt, darunter nicht nur Einladungen von Freunden, sondern auch von flüchtigen Bekanntschaften. Auf sozialen Anlässen komme sie mit verschiedensten Personen in intensiven Kontakt - sie freundet sich mit einem Fotografen an, führt ein langes Gespräch mit einem Produzenten und vereinbart einen Termin mit einem Personalmanager, den sie vor einigen Minuten erst kennenlernt hat (Brafman & Brafman, 2011). Dina Kaplan beschreibt sich selbst auf sozialen Anlässen wie folgt:

„Es ist immer eine Art magischer Moment, wenn eine Verbindung entsteht. Selbst auf einer überlaufenen Party oder Konferenz mit zweihundert Gästen weiß man, dass man in Kontakt bleiben wird. Vielleicht für Jahrzehnte. Beide wissen es. Man braucht noch nicht einmal darüber zu sprechen. Beide wissen

einfach, dass das der Moment einer neuen Freundschaft ist, der Funke ist übergangen. So läuft es ständig.“ (Brafman & Brafman, 2011, S.162)

Auf so unmittelbare Art und Weise Kontakt zu Menschen herzustellen, kann als eine Rarität angesehen werden und beschreibt keinesfalls die Norm, aber dennoch existieren Menschen wie Dina Kaplan, denen es aufgrund besonderer Fähigkeiten leichter fällt eine Form der unmittelbaren Vertrautheit herzustellen, als anderen. Sie kann ohne Zweifel als eine freundliche, charismatische und attraktive Person beschrieben werden. Jene Faktoren haben zwar Einfluss auf unsere Wahrnehmung, allerdings steht auch außer Frage, dass nicht jede attraktive und extravertierte Person, eine magische Reaktion auslöst (ebd.).

Betrachtet man die Persönlichkeitspsychologie, geht man in der Regel davon aus, dass sich Persönlichkeitseigenschaften stabil verhalten - großzügige Menschen würden sich in realen Lebenssituationen großzügig verhalten, impulsive Menschen impulsiv und optimistische würden das Glas halb voll sehen. Sie würden sich laut der Persönlichkeitstheoretiker immer in Übereinstimmung mit ihren angeborenen Charaktermerkmalen verhalten. Die Realität zeigt allerdings, dass die Persönlichkeit zwar eine Instanz ist, die das Verhalten lenkt, aber eben nur in Teilen. Als Beispiel hierfür soll noch einmal das Impulsivitätsbeispiel angeführt werden. Impulsive Menschen verhalten sich zwar im Durchschnitt impulsiver als nicht impulsive Personen, allerdings zeigen sie sich in manchen Situationen ebenfalls sehr besonnen, entgegen der eigentlichen Erwartung. Andersherum verhalten sich besonnene Menschen, aufgrund bestimmter Auslöser, in manchen Situationen sehr impulsiv. Was hier deutlich wird ist, dass die Persönlichkeit zwar bis zu einem gewissen Grad eine Rolle spielt, der soziale Kontext aber nicht ausgeschlossen werden darf. Dieser beeinflusst das Verhalten, bestimmt es aber nicht (ebd.).

Snyder (1974), Doktorand der Stanford University, erläutert in seiner Arbeit zur Selbstbeobachtung, dass die Persönlichkeiten verschiedener Menschen unterschiedlichen Anpassungsfähigkeiten unterliegen. Hierbei erklärt er, dass es manchen Personen besser gelinge ihre Eigenschaften innerhalb verschiedener Kontexte anzupassen. Betrachtet man zwei Frauen, die beide optimistisch sind, bringt die eine Frau ihren Optimismus vielleicht in jeder neuen Situation an. Sie ist optimistisch bei der Arbeit, mit Freunden und beim Anlegen von Geld in Aktien. Die andere Frau hat eine anpassungsfähigere Persönlichkeit. Diese Frau schätzt soziale Situationen instinktiv ein und reguliert ihren Optimismus entsprechend.

Stehen beispielsweise Entlassungen am Arbeitsplatz an, weicht ihr natürlicher Optimismus in Unbehagen und Furcht, womit sie sich an die Gefühle der Menschen um sie herum anpasst. Sie nimmt also von Situation zu Situation soziale Signale auf und evaluiert intuitiv welches Auftreten und Verhalten sinnvoll und angemessen für die jeweilige Situation erscheint. Laut Snyder haben manche Personen gelernt, dass ihre emotionale Erfahrung und ihre Affektäußerung in ihrem Umfeld entweder fehlt am Platz oder nicht vorhanden sind. Jene Personen prüfen (beobachten und kontrollieren) ihre Selbstpräsentation und ihr expressives Verhalten. Somit neigen einige Personen eher dazu soziale Signale aufzunehmen und ihr Verhalten an diese anzupassen. Menschen, die diese Fähigkeiten besitzen werden von Snyder als *high-self-monitors/gute Selbstbeobachter* bezeichnet. Jene Menschen reagieren äußerst sensibel auf soziale Kontexte und können sich auf diese einstellen.

Personen mit starker sozialer Anpassungsfähigkeit nehmen ihrem Gegenüber innerhalb des Kontaktes viel Arbeit ab. Jene Personen können sich leicht auf die andere Person einstellen. Wenn diese bemerkt, dass ihr Interaktionspartner aufgekratzt und überschwänglich ist, wird jene sich selbst ebenfalls lebhaft in das Geschehen einbringen. Zeigt sich das Gegenüber ernst, wird jene Person es demjenigen gleichtun und sich der Person gegenüber ruhig und introspektiv verhalten. Man kann hier somit von einer Ergänzung des Verhaltens des Gegenübers sprechen und nicht nur lediglich von einer Spiegelung. Wichtig hierbei zu erwähnen ist, dass Personen mit starker sozialer Anpassungsfähigkeit ihr Verhalten zwar ständig je nach Situation modulieren, dabei aber keinesfalls unauthentisch sind. Vielmehr kann man diese Modulation als eine sehr starke Form der Sensibilität für soziale Kontexte verstehen und damit einhergehend wissen jene Personen, welches Verhalten in einer Situation erforderlich ist, damit sich ihr Gegenüber wohl und wertgeschätzt fühlt. Damit einhergehend lässt sich sagen, dass sich zu Personen mit einem starken sozialen Einfühlungsvermögen schneller Vertrauen fassen lässt, da sie anderen Menschen das Gefühl vermitteln vor ihnen man selbst bleiben zu können (Brafman & Brafman, 2011).

Snyder (1974) entwickelte eine Skala, mit welcher das Maß der Anpassung in sozialen Situationen gemessen werden kann. Hierbei haben Personen mit geringer sozialer Anpassungsfähigkeit eher Items wie „*Es fällt mir schwer, das Verhalten anderer Personen nachzuahmen*“ oder „*Es fällt mir schwer, mich mit meinem Verhalten auf unterschiedliche*

Menschen und Situationen einzustellen“ zugestimmt. Personen mit hoher sozialer Anpassungsfähigkeit finden sich bei Items wie *„Ich kann auch zu Themen, über die ich kaum etwas weiß, eine Rede aus dem Stehgreif halten“* wieder.

Snyder nennt als Erkenntnis aus seiner Untersuchung, für welche er ausführliche Interviews mit seinen Probanden in ihrem jeweiligen sozialen Umfeld geführt hat, drei wesentliche Eigenschaften, die Personen mit hoher sozialer Anpassungsfähigkeit auszeichnen:

1. Die ungewöhnlich stark ausgeprägte Fähigkeit ihre emotionalen Äußerungen zu modulieren und soziale Signale wahrzunehmen.
2. Schnelle Auffassungsgabe dafür, welches Verhalten in der jeweiligen Situation angemessen ist.
3. Gabe, mühelos Einfluss auf die Wahrnehmung anderer zu nehmen.

Eine Untersuchung von Kilduff & Day (1994) zeigt, dass Personen mit hohem sozialen Einfühlungsvermögen, entgegen aller Erwartungen, im beruflichen Kontext eher dazu neigen sowohl ihre Arbeitsstelle wie auch die Firma, in welcher sie tätig sind, häufig zu wechseln. Es zeigt sich, dass sie keine Probleme an ihrem Arbeitsplatz aufweisen, ganz im Gegenteil sind jene Personen sehr beliebt und erhalten häufiger Beförderungen als andere Kollegen. Allerdings sind diese durch ihre starke Anpassungsfähigkeit eher bereit dazu das Unternehmen zu wechseln als andere, wodurch sie in der Regel deutlich größere Karriereschritte machen als der Rest ihrer Kollegen.

Eine weitere Untersuchung von Kilduff mit einem anderen Forschungsteam (Mehra, Kilduff, & Brass, 2001) zeigt, dass Personen mit hoher Anpassungsfähigkeit am Ende immer im Zentrum des von ihnen beigetretenen Netzwerkes stehen. Die Erreichung dieser Stellung gelinge ihnen bemerkenswert schnell. Sie nehmen die Position der Vermittler und Verbindungsperson ein, durch welche Informationen weitergeleitet und Freundschaften gebildet werden. Des Weiteren sind jene Personen im Zentrum der „Kaffeeküchenbeziehungen“ und ihnen wird die Schlüsselrolle im Team zugeteilt. Ein besonderes bemerkenswertes Ergebnis der Studie demonstriert, dass eine Person mit hoher Anpassungsfähigkeit achtzehn Monate benötigt, um die gleiche Sichtbarkeit und

Beziehungsdichte in der gesamten Firma zu erlangen, für die eine schwach anpassungsfähige Person dreizehn Jahre benötigt.

Nun stellt sich die Frage, ob jene Personen sich taktisch geschickter verhalten als eine Durchschnittsperson und sich den Weg nach oben erschmeicheln. Das Experiment von Cheng & Chartrand (2003) befasst sich mit der Motivation von Personen mit hoher Anpassungsfähigkeit. Untersucht wird hierbei das Spiegelungsverhalten dieser. Im Fokus steht die unbewusste Adaption des Fußwackelns einer anderen Person (hier: einer Wissenschaftlerin). Beobachtet wird das Spiegelungsverhalten (Fußwackeln) der Testpersonen ohne ihr Wissen und unter Vorgabe der Anwesenheit einer Doktorandin, einer High-School-Schülerin und einer Kommilitonin. Das Ergebnis zeigt, dass Personen mit starker Anpassungsfähigkeit ihr Fußwackeln um das zehnfache steigern, wenn Sie glauben die andere Teilnehmerin sei ihre Kommilitonin. Hierbei wird deutlich, dass jene Personen keinesfalls strategisch vorgehen, ansonsten hätten sie viel eher das Verhalten der Doktorandin spiegeln müssen als das ihrer Kommilitonin, da diese ihnen akademisch voraus ist. Cheng & Chartrand erklären, dass die Kommilitonin als Teil der Peer-Gruppe verstanden wird, während die Doktorandin und die High-School-Schülerin als Außenstehende betrachtet werden, welche die Testpersonen vermutlich nie wiedersehen würden. Die Spiegelreaktion erfolgt gänzlich unbewusst, vielmehr spiegeln Personen mit starkem Einfühlungsvermögen ihre Peers, ohne sich dessen bewusst zu sein, was den Strategievorwurf ihres Verhaltens widerlegt.

Besonders gehe es bei diesen Personen wohl um das eigene Aufblühen und die Mühelosigkeit innerhalb sozialer Beziehungen. Sie sehen diese als bereichernd für sich und ihr Leben an und sie wissen um die Energie, die eben bei jenen besonderen Begegnungen freigesetzt wird, wenn es zu einer unmittelbaren Vertrautheit kommt: *„Das ist der Grund, warum Interaktionen, bei denen es einen Click-Effekt gibt, nicht nur die Intensität unserer Beziehung mit der anderen Person beeinflussen - sie wecken zugleich das Beste in uns selbst“* (Brafman & Brafman, 2011, S. 180).

4.2 Definition Click

Aufbauend auf dem bisher ausgeführten theoretischen Grundbau, kann der Click zusammenfassend als eine spezielle Art des *in Beziehung Tretens* verstanden werden, wobei Beziehungen hier, unabhängig von ihrer zeitlichen Dauer, als spontan, tief und bedeutungsvoll beschrieben werden. Es geht also um den Moment der *unmittelbaren Vertrautheit* zwischen zwei Individuen, oder auch innerhalb einer *Peer-Group*, bei dem es unabhängig von der Art der späteren Beziehung (Liebesbeziehung, Freundschaft, kollegiale Zusammenarbeit) Momente ähnlich der Verliebtheit geben kann. Es kann in diesem Zusammenhang also von einer *energetisierenden* und *anregenden* Wirkung gesprochen werden.

Im therapeutischen Setting wird der Click-Moment u.a. als „Bauchentscheidung, als Ahnung oder Intuition“ beschrieben (Bickel-Renn, 2010, S. 5) und kann phänomenologisch mit Konzepten wie Intersubjektivität, Gegenseitigkeit oder dem Erleben des Gegenwartsmoments assoziiert werden. Der verknüpfende Moment von dem Grad an therapeuten- oder patienteninitiiertem *Selbstoffenbarung* besteht in der Verbindung zu zentralen Click-Beschleunigern, wie der *Verletzlichkeit*, *Resonanz* oder *Ähnlichkeit* (z.B. Brafman & Brafman, 2011; Burke, 1992; Wittgenstein, 1966). Diese Phänomene sind ineinander verstrickt und bedingen sich, da es bei ihnen um die Erschaffung einer Basis von Beziehungen geht, die sich innerhalb filigraner, individueller und empfindlicher Grenzen bewegen.

5 Hypothesen und sensibilisierende Konzepte

In qualitativen Untersuchungen sind Forscher, neben der Kenntnis über die historische und aktuelle Forschungslage auf ihr persönliches und analytisches Vorwissen angewiesen, um die Konzeption, Durchführung und Auswertung ihrer Untersuchung entwickeln zu können (Mey & Mruck, 2010). In den folgenden Abschnitten sollen daher aus dem persönlichen und analytischen Vorwissen sowie unter Einbeziehung der beiden im Vorfeld durchgeführten Gruppendiskussionen und der jeweiligen theoretischen Forschungsgrundlagen, *sensibilisierende Konzepte* zu den Bereichen der Persönlichkeits- und Therapieforschung präsentiert werden.

5.1 Click-Persönlichkeit

Im empirischen Teil dieser Arbeit (Persönlichkeitsforschung), soll die Frage über die Existenz einer Click-Persönlichkeit Beantwortung finden. Gibt es Menschen, die aufgrund ihrer Persönlichkeitsdispositionen häufiger klicken als andere? Beim Klicken geht es um einen speziellen Gefühlszustand, eine besondere Verbindung mit einer Person oder der Welt um einen herum. Ist Klicken ein Zustand, der zufällig passiert und gleich häufig bei jedem Menschen eintreten kann, gänzlich losgelöst von persönlichen Dispositionen oder existieren spezifische Eigenschaften, die eben jenen „magischen Moment“ fördern, beschleunigen oder gar initiieren? Da dieser Zustand von mehreren Faktoren geprägt zu sein scheint, wie der theoretische Teil dieser Arbeit zeigt (z.B. Selbstoffenbarung, Verletzlichkeit, Resonanz, Responsivität, Empathie, dem dyadischen Effekt, self-monitoring, etc.), liegt allerdings die Annahme nah, dass Personen existieren, die jenen besonderen Zustand aufgrund ihrer Persönlichkeitsdispositionen häufiger erleben als andere.

Hierzu sollen nachfolgend einige Hypothesen aufgeführt werden. Diese beziehen sich sowohl auf theoriegestützte Annahmen als auch auf Gedankenkonstrukte, welche sich innerhalb des Forschungsprozesses gebildet haben (Bezug qualitative Erhebung; Interviews). Die Hypothesen sollen nachfolgend skizziert und zu einem späteren Zeitpunkt im Ergebnis-sowie Diskussionsteil differenzierter betrachtet und diskutiert werden.

Fokussiert man sich auf den Aspekt des self-monitorings oder, wie Brafman & Brafman (2011) es beschreiben, auf die „Click-Naturtalente“, erscheinen hohe Ausprägungen in Verträglichkeitswerten (gute Adaptierbarkeit innerhalb sozialer Kontexte) und Extraversion (Geselligkeit, Gesprächigkeit, Kontaktfreudigkeit, etc.) äußerst sinnvoll. Beide Big-Five Faktoren können in Bezug auf die Click-Thematik zu den prominentesten und relevantesten Faktoren gezählt werden. Jene stehen in positiver Verbindung zu sozialer Interaktion, Empathie, self-monitoring, Selbstoffenbarung, etc. und sind somit zentral für das Click-Erlebnis.

Neben hohen Extraversionen sowie Verträglichkeitswerten, ist ebenfalls anzunehmen, dass Personen, welche zum Clicken neigen, ebenfalls ausgeprägtere Empathiewerte aufweisen, da es einen Zusammenhang zwischen Empathie und Responsivität gibt und diese eine zentrale Bedeutung für den Click aufweist.

Da das Clicken einen durchweg positiven Gefühlszustand (unabhängig davon, ob die Themeninhalte positiv oder negativ geprägt sind) umfasst, kann die Annahme getroffen werden, dass Personen die einen ausgeprägteren Hedonismus aufweisen, eher für Click-Erlebnisse prädestiniert sind, weil sie für diese (positiven) Begegnungen offen(er) zu sein scheinen. Mit Hedonismus ist in diesem Kontext ein Lustprinzip gemeint, welches als eine Art *Lebenseuphorie* betitelt werden kann. Jener Punkt lässt sich wahrscheinlich ebenfalls zu Aspekten des Extraversionsfaktors zählen, allerdings kann dieser nicht alle Anteile dieser Kategorie greifen. Zusätzlich wäre es denkbar, dass Personen mit höherer Dopaminausschüttung (Glücksgefühl) eher dafür prädestiniert sind Click-Erlebnisse zu empfinden. Jener Gesichtspunkt könnte mit dem Aspekt Hedonismus bzw. Lebenseuphorie gekoppelt sein, lässt sich aber in dieser Erhebung nicht nachweisen.

Des Weiteren lässt sich annehmen, dass Personen, welche zum Clicken neigen, sich innerhalb sozialer Interaktionen gänzlich leichtfüßig bewegen und diese als etwas Schönes wahrgenommen werden. Jene Annahme deckt sich mit den Beschreibungen von Brafman & Brafman (2011) zur Thematik der Click-Naturtalente. Hierbei darf keine Anstrengung empfunden werden. Das Interesse muss authentisch und soziale Interaktionen dürfen nicht mit negativen Gefühlen verbunden sein, sondern lediglich mit etwas Positivem.

Aller Wahrscheinlichkeit nach, wirkt sich eine starke Anpassungsfähigkeit (Bezug *self-monitoring*) innerhalb sozialer Kontexte ebenfalls begünstigend auf ein Click-Erlebnis aus.

Ein weiterer Aspekt, welcher von Bedeutung sein könnte, ist die *Kontrolliertheit* einer Person. Kontrolliertheit, welche anteilig zu Temperamentsfacetten und zum Faktor Gewissenhaftigkeit gezählt werden kann, könnte sich in hoher Ausprägung kontraproduktiv auf ein Click-Erlebnis auswirken. Klicken lebt von Spontanität und wird dadurch genährt. Es ist jener Zauber des Moments, welcher Auflösung und Hingabe umfasst. Jene Aspekte stehen mit Kontrolliertheit eher im Widerspruch. Diese Annahme widerspricht den Ergebnissen einiger Studien, welche einen positiven Zusammenhang zwischen Gewissenhaftigkeit und Click relevanten Aspekten aufzeigen konnten (z.B. Aufmerksamkeit und Responsivität, soziale Interaktion und Empathie). Die Annahme darüber, dass sich Kontrolliertheit negativ auf ein Click-Erlebnis ausüben könnte entstammt Phänomenen der qualitativen Untersuchung dieser Arbeit und soll daher differenzierter zu einem späteren Zeitpunkt dieser Arbeit beleuchtet und diskutiert werden.

Leitgedanken und Thesen zusammengefasst:

1. Hohe Werte in Verträglichkeit und Extraversion sind begünstigende Persönlichkeitsdispositionen für ein Click-Erlebnis.
2. Höhere Empathiewerte (z.B. Responsivität, Feinfühligkeit, etc.) begünstigen ein Click-Erlebnis.
3. Ausgeprägte Lebens euphorie begünstigt Click-Erlebnisse.
4. Personen, welche zum Klicken neigen, bewegen sich leichtfüßig innerhalb sozialer Interaktionen und nehmen diese als etwas Schönes wahr. Hierbei darf keine Anstrengung empfunden werden. Das Interesse muss dabei authentisch sein und soziale Interaktionen dürfen nicht mit Anstrengung verbunden werden, sondern lediglich mit etwas Positivem.
5. Überdurchschnittliche Anpassungsfähigkeit wirkt sich begünstigend auf ein Click-Erlebnis aus.

6. Ein hohes Maß an Kontrolliertheit hat kontraproduktive Auswirkungen auf ein Click-Erlebnis; ggf. Schnittstelle zum Faktor Gewissenhaftigkeit (Tendenz geringere Ausprägung bei Clickern)

Die Hypothese 1 bezieht sich vor allem auf das erarbeitete theoretische Gerüst dieser Arbeit und fokussiert hierbei die Big Five Faktoren Extraversion und Verträglichkeit, welche sich für diese Forschungsthematik als besonders prominent herausgestellt haben. Hypothesen 2, 3, 4, 5 & 6 beziehen sich auf Phänomene der qualitativen Untersuchung, sind aber weitestgehend übereinstimmend mit den theoretischen Erkenntnissen dieser Arbeit.

Wie jede Forschungsarbeit, beinhaltete auch diese einen Forschungsprozess, welcher den ersten Zugang zur Thematik, die Formung von Ideen, Gedanken und Thesen umfasst sowie die Entscheidung für ein Erhebungstool. Zu Beginn dieser Forschungsarbeit bestand die Idee, die Erhebung auf quantitative Weise, mithilfe einer Regressi^{on}analyse durchzuführen. Grundlage hierfür sollte das NEO-FFI sowie ein selbstkonstruierter Click-Fragebogen sein. Hierbei hätte eine Regressionsanalyse Aussage darüber treffen sollen, ob es Zusammenhänge zwischen Persönlichkeitseigenschaften von Personen gibt, welche häufiger klicken als andere (Click-Persönlichkeit). Hierbei stellte sich das Problem, dass die Konstruktion eines Click-Fragebogens innerhalb dieser Forschungsarbeit das zeitliche Ausmaß überschritten hätte. Die Validierung des Fragebogens wäre innerhalb des zeitlichen Rahmens nicht möglich, allerdings notwendig gewesen, um ein statistisch aussagekräftiges Ergebnis vorzuweisen. Derzeit existiert weltweit kein Erhebungstool zur Messung der Click-Fähigkeit, weshalb man auf ein bestehendes Testkonstrukt hätte zurückgreifen müssen, um eine quantitative Erhebung durchführen zu können. Hierbei baten sich Testverfahren zum Thema Self-Disclosure (z.B. RSDS) oder self-monitoring an, welche das Click-Konstrukt im Sinne der in dieser Arbeit verwendeten Definition zwar anteilig, allerdings nicht vollständig umfasst hätten und sich deshalb als nicht zufriedenstellend erwiesen. Aus jenen Limitationen heraus, wuchs die Idee einer qualitativen Erhebung. Spannend hierbei war vor allem der Fokus darauf, neue Persönlichkeitsfacetten zu benennen, die mit der Click-Fähigkeit in Verbindung stehen, jenseits der fünf Faktoren des NEO-FFI. So festigte sich die Idee eine qualitative Erhebung zur Hypothesenbildung (begünstigende Persönlichkeitsfacetten) durchzuführen und einem zusätzlichen Vergleich der Big Five Faktoren innerhalb der Stichprobe, erhoben durch das NEO-FFI, da jene in der Theorie

immer wieder von Bedeutung gewesen sind und diese ebenfalls mit den o.g. ausformulierten Leitgedanken bzw. Hypothesen dieser Arbeit in Verbindung stehen.

5.2 Therapeutischer Click

Basierend auf persönlichem Interesse und Vorwissen, den Ergebnissen der beiden Vorerhebungen sowie dem erarbeiteten theoretischen Fundament aus unterschiedlichen Bereichen der Therapieforschung in Bezug auf Intersubjektivität, Gegenwartsmoment, Gegenseitigkeit und Selbstoffenbarung (z.B. Beucke, 2008; Farber et al., 2004; Knox et al., 1997; Prager, 2003; Simon, 1990; Watkins, 1990; Ziv-Beiman, 2013), werden vor dem Hintergrund des hierdurch spezifizierten Click-Phänomens Forschungsfragen formuliert, die nach Faktoren und Konstellationen fragen, welche einen sogenannten *therapeutischen Click* entstehen lassen, beziehungsweise befördern: Ist es möglich, den Moment der unmittelbaren Vertrautheit in Beziehungen auf eine therapeutische Beziehung zu übertragen? Wenn es einen Click in therapeutischen Beziehungen gibt, woran lässt er sich erkennen und wie lässt er sich nutzen, bzw. kann er von Nutzen sein? Welche Momente, Eigenschaften oder Gegebenheiten fördern diesen Moment und welche stören ihn?

Aus diesen Forschungsfragen ergeben sich für den weiteren Forschungsprozess zur Ergründung eines therapeutischen Clicks folgende sensibilisierende Konzepte:

Therapeuten-Selbstoffenbarung:

Wie in der Click-Definition bereits erwähnt, besteht eine enge Verbindung zwischen dem Click-Beschleuniger *Verletzlichkeit* und dem Konzept der *Selbstoffenbarung* (z.B. Audet, 2011; Brafman & Brafman, 2011; Cohen, 2005). Letzteres Konzept kann ferner in die Bereiche von *Patienten-* und *Therapeuten-Selbstoffenbarung* unterteilt werden und ist aufgrund seiner Sensibilität in Bezug auf das Therapiesetting bis heute Gegenstand der Therapieforschung (z.B. Knox et al., 1997; Norcross, 2002; Peterson, 2002; Simon, 1990; Ziv-Beiman, 2013). Im Rahmen der vorliegenden Forschungsarbeit wird angenommen, dass therapeutische Selbstoffenbarung während der Behandlung zwar hilfreich zur Etablierung einer tragfähigen therapeutischen Beziehung und für die Entstehung eines therapeutischen Clicks ist, diese aber in der ihrer Anwendung und der *Art und Weise* ihrer Präsentation differenziert werden muss.

Gegenseitigkeit:

Der Aspekt der *Intersubjektivität* und *Gegenseitigkeit* in der Therapie (z.B. L. Aron, 2006; Beucke, 2008; Jaenicke, 2008) wird im Rahmen der in dieser Forschungsarbeit verwendeten Click-Definition im Zusammenhang mit *Resonanz* (Brafman & Brafman, 2011) innerhalb zwischenmenschlicher Begegnungen betrachtet. Ferner wird das Konzept der Resonanz in die beiden Aspekte *Flow* und *Präsenz* unterteilt, welche sich auf die individuelle *Passung* in zwischenmenschlichen Beziehungen beziehen (Brafman & Brafman, 2011; Cohen, 2005). In der genaueren Betrachtung eines therapeutischen Clicks wird daher vom Einfluss der Gegenseitigkeit von Patient und Therapeut auf ebendiesen ausgegangen.

Sicherheit:

Neben der Verbindung zur therapeutischen Selbstoffenbarung, wird davon ausgegangen, dass zur *Patienten*-Selbstoffenbarung weitere Aspekte gegeben sein müssen, um auf diese individuelle und verletzbare Seite innerhalb eines professionellen Settings zugreifen zu können (Farber, 2003a). Hierzu, so die hypothetische Annahme, zählen eine sichere *Atmosphäre* des therapeutischen Raums und die *Präsenz* des Therapeuten. Es wird daher angenommen, dass für einen therapeutischen Click die empfundene Sicherheit des Patienten gegeben sein muss.

Spontanität und Anpassungsfähigkeit:

Die Definition des Clicks beschreibt u.a. den Aspekt der *unmittelbaren Vertrautheit*. Diese Facette birgt, neben dem Gesichtspunkt der Sicherheit in der Übertragung zum therapeutischen Setting eine *Spontanität* und *Anpassungsfähigkeit* (Brafman & Brafman, 2011) in sich, die im Rahmen dieser Forschungsarbeit in Verbindung zu einem therapeutischen Click gebracht wird.

Es wird also zusammenfassend davon ausgegangen, dass die Kombination aus *Selbstoffenbarung* seitens des Therapeuten, *Gegenseitigkeit*, *Sicherheit*, *Spontanität* und *Anpassungsfähigkeit* eine zentrale Bedeutung für die Entstehung eines *therapeutischen Clicks* innehaben.

6 Methodische Herangehensweise und Forschungsdesign

6.1 Vorerhebung

Aufgrund der Vielschichtigkeit und sozialen Komponente der Click-Thematik wurden unterstützend zur Definitionsentwicklung und als Grundlage der weiteren qualitativen Erhebungsinstrumente insgesamt zwei Gruppendiskussionen im Rahmen der Vorerhebung durchgeführt. Bei der Planung und Durchführung der Diskussionen wurde sich weitestgehend an Empfehlungen von Mayring (2002) sowie Mey und Mruck (2010) orientiert.

Gruppendiskussionen haben den Vorteil, dass subjektive Bedeutungsstrukturen im Umfeld der Gruppe durch den Diskurs offenbart werden und Rationalisierungen somit durchbrochen werden können. Subjektive und kollektive Einstellungen werden in diesem Rahmen leichter geteilt als in Einzelerhebungen (Mayring, 2002). Nach Mey und Mruck (2010) dienen Gruppen als Repräsentanten eines umfassenden makrosozialen Gegenstandes, wobei davon ausgegangen wird, dass ihre Sinnzuschreibungen nicht in der Situation selbst produziert werden, sondern „im Diskurs *reproduziert* und somit *repräsentiert*“ werden (ebd., S. 437).

6.1.1 Gruppendiskussion 1

Die erste Gruppendiskussion fand am 19.01.2017 in den Räumlichkeiten der Business School Berlin (BSP) statt. Im Vorfeld wurden die Kursteilnehmer von der Dozentin über die Möglichkeit der freiwilligen Teilnahme an der Vorerhebung aufgeklärt. Zu Beginn des von den Autorinnen der vorliegenden Arbeit (i.F. Testleiterinnen) geleiteten Termins wurde den Teilnehmern eine kurze Einleitung präsentiert, in der sie sowohl über die Anonymität aller möglichen personenbezogenen Daten informiert wurden als auch über den weiteren Verlauf der Sitzung. Inhaltlich wurde zunächst nicht weiter auf die Click-Thematik eingegangen, um die Teilnehmer im Vorfeld der folgenden Kleingruppenerhebung nicht zu beeinflussen.

Für die Kleingruppenerhebung wurden aus der Großgruppe (N=29) zunächst 5 Personen nach dem Losverfahren ausgewählt. Diese Personen wurden angewiesen, nacheinander zu der Testleiterin in einen Nebenraum zu kommen. Hier wurde mit ihnen ein

circa fünfminütiges halbstrukturiertes Interview zum Thema „Wohngemeinschafts-Casting“ (s. Anhang) geführt. Die Testleiterin nahm hierbei die Rolle der möglichen zukünftigen Mitbewohnerin ein. Das Setting wurde aufgrund seiner sozialen und teilweise intimen Komponente und interpersonellen Dynamik gewählt. Das Interview umfasste u.a. Items zu den Themen „gemeinsamer Humor“, „Werte“, „Interessen“ und „Selbstoffenbarung/Verletzlichkeit“, die in insgesamt vier offenen Fragen eingebunden waren. Während dieser Zeit führte die zweite Testleiterin mit der Großgruppe den gewohnten Seminarinhalt durch.

Im Anschluss an das Interview wurden die fünf Teilnehmer gebeten einen kurzen Fragebogen zur „Interpersonellen Dynamik“ auszufüllen (s. Anhang). Die insgesamt fünf Items reichten von offenen Fragetypen bis zu einer fünfstufigen Likert-Skala und entstanden inhaltlich aus den bis dato aus der Literaturrecherche abstrahierten Definitionsparametern. Abgefragt wurden beispielsweise das *empfundene Vertrauen* gegenüber dem Gesprächspartner, eine Einschätzung über die geteilten bzw. nicht-geteilten *Werte* und *Interessen* (Item 3: „Was glaubst du hat Dein Gegenüber empfunden, als Du von Deinen persönlichen Interessen erzählt hast; z.B.: war er/sie interessiert/ zugewandt/ offen/ distanziert/ gelangweilt/ involviert/ uninteressiert/...)?“) sowie über das Wohlbefinden bei persönlichen Themen (Item 4: „Auf einer Skala von 0 – 5, wie wohl hast Du Dich damit gefühlt, über persönliche Themen zu sprechen? 0=sehr unwohl; 5=sehr wohl“). Andere Items umfassten das *Zeitempfinden* des Gesprächs und den *Flow*. Die Testleiterin füllte ihrerseits denselben Fragebogen aus, um im Nachhinein die Übereinstimmung zwischen den Gesprächsparteien zu überprüfen. Ferner wurden die Kleingruppenteilnehmer gebeten, ihren Kommilitonen nach Möglichkeit bis zum Ende der Sitzung keine Hinweise auf die Interviewsituation zu geben, um die folgende Gruppendiskussion so wenig wie möglich zu beeinflussen.

Im nächsten Schritt wurde die Großgruppe nach dem Zahlenprinzip (jeder Teilnehmer bekam entweder die Zahl 1 oder 2 zugeteilt) in zwei Gruppen aufgeteilt, wobei eine Gruppe (n=15) im Seminarraum blieb und die andere Gruppe (n=14) den zuvor für das Interview genutzten Raum aufsuchte. In beiden Gruppen wurde jeweils ein Protokollant ausgewählt, der gleichzeitig als stiller Beobachter fungierte. Anhand eines Diskussionsleitfadens (s. Anhang) wurden in beiden Gruppen parallel Diskussionen zum Thema Click durchgeführt. Nach circa 45 Minuten wurden die Gruppen wieder zu einer

Großgruppe zusammengeführt und zunächst die beiden Protokollanten gebeten, ihre Mitschriften und Beobachtungen zu teilen. Im Anschluss wurden alle Kursteilnehmer eingeladen ihre Eindrücke mit der Großgruppe zu teilen. Die Diskussionsergebnisse wurden von den Testleiterinnen an einer Flipchart gesammelt. Schließlich wurden die Kursteilnehmer vollumfänglich über den Hintergrund der Gruppendiskussion und des zu Beginn geführten „WG-Castings“ in Kenntnis gesetzt und die Möglichkeit für weitere Rückfragen zu der vorliegenden Forschungsarbeit eröffnet.

6.1.2 Gruppendiskussion 2

Die zweite Gruppendiskussion fand am 20.06.17, ebenfalls in den Räumlichkeiten der BSP Berlin, statt. Im Vorfeld der Erhebung wurden die Kursteilnehmer auch hier von der Dozentin über die Möglichkeit der freiwilligen Teilnahme an der Gruppendiskussion aufgeklärt. Zudem wurde, mit dem Einverständnis der Gruppe, die Gruppendiskussion auf Tonband aufgenommen (s. USB-Stick im Anhang).

Der Aufbau der zweiten Gruppendiskussion unterscheidet sich insofern von der vorangegangenen Gruppendiskussion, als dass die Teilnehmer hier zu Beginn der Sitzung über die geplante Forschungsarbeit aufgeklärt und bereits mit einer ersten Definition des Click-Phänomens vertraut gemacht wurden. In der Folge wurde in der Großgruppe eine offene Diskussion angeregt, bei der sich die Beiträge der Teilnehmer aus persönlichen Erlebnissen und intuitiven Gedankenimpulsen und Ideen zusammensetzten. Basis stellte hierbei die zuvor gehaltene Kurzpräsentation zum Thema Click dar. Abschließend wurde eine Metadiskussion zur Bewertung der Diskussion geführt. Teilnehmern wurde auch bei der zweiten Erhebung das Angebot für weitere forschungsbezogene Informationen gemacht und Kontaktdaten der Testleiterinnen zur Verfügung gestellt.

6.2 Stichprobenbeschreibung

In den folgenden Kapiteln werden die Stichproben der einzelnen Erhebungen beschrieben. Diese umfassen die Teilnehmer der beiden Gruppendiskussionen im Rahmen der Vorerhebung, die Stichprobe für den Teil der Persönlichkeitsforschung mit dem NEO-FFI Fragebogen und Click-Interview sowie die Interviewteilnehmer im Therapiesetting.

6.2.1 Stichprobe Vorerhebung

An den Vorerhebungen nahmen an beiden Erhebungszeitpunkten insgesamt 53 männliche und weibliche Studenten der BSP Berlin teil. Die Teilnehmer waren überwiegend Bachelorstudenten der Wirtschaftspsychologie im Alter zwischen 18 und 34 Jahren. Die Teilnehmer der ersten Erhebung (Gruppendiskussion 1; $n=29$) befanden sich zum Erhebungszeitpunkt im ersten Semester und nahmen an dem Seminar „Qualitative Forschungsmethoden I“ teil. Die Seminarteilnehmer der zweiten Erhebung befanden sich im zweiten Semester und nahmen am Seminarkurs „Allgemeine Psychologie II“ teil (Gruppendiskussion 2; $n=24$ Studenten). Neben den beiden Testleiterinnen war zudem die Dozentin anwesend und nahm ebenfalls an der Gruppendiskussion teil ($N=54$).

6.2.2 Stichprobe Interview Click und NEO-FFI

Die Stichprobe umfasst 14 Probanden ($N=14$), darunter neun weibliche und fünf männliche Personen im Alter von 19-32 Jahren. Es handelt sich bei der Stichprobe um eine heterogene Gruppe. Unter den Probanden befinden sich:

- eine Modedesignerin (Diplom, weiblich, 32 Jahre)
- zwei Studierende der Humanmedizin (weiblich, 23 Jahre, männlich, 25 Jahre)
- eine Personal-und Organisationspsychologin (M.Sc., weiblich, 29 Jahre)
- zwei Psychologinnen (B.A., weiblich, 30 Jahre & M.A., weiblich 29 Jahre)
- acht Studierende der Wirtschaftspsychologie (B.A., vier männliche Probanden (Durchschnittsalter 21,25 Jahre), vier weibliche Probandinnen (Durchschnittsalter 20,25 Jahre))

6.2.3 Stichprobe Interview Therapie

Basis der Ergründung möglicher Parameter für einen Click-Moment im therapeutischen Kontakt bilden die problemzentrierten, halbstrukturierten Interviews mit 10 Probanden ($N=10$; $n_{\text{weiblich}}=4$; $n_{\text{männlich}}=6$), die sich zum Zeitpunkt der Erhebung in therapeutischer Behandlung befunden ($n_{\text{Therapie}}=6$) oder kürzlich eine Therapie abgeschlossen haben ($n_{\text{ExTh}}=4$). Das Alter der Probanden rangiert zwischen 24 und 43 Jahren ($\mu_{\text{Alter}}=31$). Die

Probanden sind aus dem professionellen Kontext einer verhaltenstherapeutischen Praxis ($n_{\text{Praxis}}=1$), dem universitären Kontext ($n_{\text{Uni}}=3$) sowie dem Bekanntenkreis ($n_{\text{Bekannt}}=6$) der Forscherinnen rekrutiert worden und bilden damit eine heterogene Gruppe (z.B. Ärzte, Psychologen, Lehrer, Bürofachangestellte, Projektleiter).

6.3 Erhebungsinstrumente der Hauptuntersuchung

6.3.1 Problemzentriertes Interview

Zu dem problemzentrierten Interview werden alle Formen der offenen und halbstrukturierten Befragungen zusammengefasst. Hierbei wird den Befragten der Raum für eine freie Antwortgestaltung geboten. Jene dient der möglichst nahen Synthese eines offenen Gesprächs. Das Interview ist hierbei auf eine *konkrete Problemstellung* zentriert, welche von dem Interviewenden eingeführt wird und auf welche dieser im Laufe des Interviews immer wieder Bezug nimmt. Die Problemstellung wird hierbei im Vorfeld vom Interviewer analysiert und zentrale Aspekte erarbeitet (*Problemanalyse*). Jene sind innerhalb eines Interviewleitfadens zusammengefasst und werden im Interviewverlauf angesprochen. Ein besonderes Merkmal des problemzentrierten Interviews stellt die bereits erwähnte *Offenheit* dar, welche der Stärkung der *Vertrauensbeziehung* zwischen Interviewer und Befragten dienen soll. Der Interviewte soll sich hierbei während des Interviews ernst genommen und nicht ausgehorcht fühlen. Eine möglichst symmetrische, gleichberechtigte und offene Beziehung zwischen beiden Parteien ist hierbei erwünscht und soll die Offenheit, Ehrlichkeit und Reflektiertheit des Befragten während der Interviewsituation fördern. Das Interview beinhaltet drei verschiedene Fragentypen. *Sondierungsfragen* bilden hierbei den ersten Fragentypus und demonstrieren allgemein gehaltene Einstiegsfragen. Weiterhin existieren *Leitfadenfragen*, welche die wesentlichsten Themenbereiche des Interviewleitfadens abbilden. Den dritten Fragentypus stellen die *Ad-hoc-Fragen* dar, die der Interviewer an wichtigen Passagen spontan und frei formulieren darf und welche der Vertiefung bedeutender Themenbereiche dienen. Das gesammelte Material wird in der Regel in Form einer Tonaufnahme oder eines Interviewprotokolls festgehalten. Das problemzentrierte Interview eignet sich hervorragend für theoriegeleitete Forschung, da es durch die Problemanalyse keinen rein explorativen Charakter besitzt. Die teilweise Standardisierung

des Leitfadens erleichtert ebenfalls die Vergleichbarkeit und die Auswertung der Interviews (Mayring, 2002, 2010; Mey & Mruck, 2010).

6.3.2 NEO-FFI

Das NEO- Fünf- Faktoren- Inventar ist ein faktorenanalytisch- konstruierter Persönlichkeitsfragebogen zur Erfassung fünf verschiedener Persönlichkeitsmerkmale: Neurotizismus (N), Extraversion (E), Offenheit für Erfahrungen (O), Verträglichkeit (V) und Gewissenhaftigkeit (G).

Skala Neurotizismus (N): Hohe Werte weisen darauf hin, dass Personen leichter aus dem seelischen Gleichgewicht zu bringen, schneller negative Gefühlszustände erreichen und vor allem ängstlicher sind, als Personen mit niedrigeren Werten innerhalb dieser Dimension.

Skala Extraversion (E): Hohe Werte innerhalb dieser Dimension sprechen für Geselligkeit, (soziale) Aktivität, Heiterkeit und Optimismus.

Skala Offenheit (O): Hohe Ausprägungen innerhalb dieser Dimension weisen auf Wissbegierde, Experimentierfreudigkeit und eine Begeisterungsfähigkeit sowie Offenheit für Neues hin.

Skala Verträglichkeit (V): Hohe Werte sprechen für eine verständnisvolle, wohlwollende und kooperative, allerdings auch konfliktscheue Persönlichkeitsstruktur.

Skala Gewissenhaftigkeit (G): Ein hoher Wert in dieser Dimension spricht für Zielstrebigkeit, Ausdauer, Zuverlässigkeit, Genauigkeit und Diszipliniiertheit.

Im Jahr 1992 wurde der NEO-FFI von Costa & MacCrae entwickelt. Der Fragebogen wurde anhand des Big-Five-Modells der Persönlichkeitspsychologie entwickelt, welchem die oben genannten fünf Persönlichkeitsfaktoren zugrunde liegen.

Bei Bearbeitung des NEO-FFI müssen die Testpersonen 60 Items auf einer fünffach-abgestuften Likert-Skala beantworten. Hierbei handelt es sich um eine Selbsteinschätzung der Testpersonen. Die Beantwortung reicht hier von *starker Ablehnung* bis hin zu *starker Zustimmung*. Der Fragebogen besteht insgesamt aus 60 Items, wobei jeweils 12 Items zugehörig zu den einzelnen Dimensionen (N, E, O, G, V) sind. Die Bearbeitungsdauer liegt bei ca. 10-15 Minuten.

Ergebnisse und Interpretation:

Die Auswertung des Fragebogens erfolgte mithilfe einer Schablone. Jeder Antwortmöglichkeit ist ein Zahlenwert zugeordnet (Beispiel N: 0, 1, 2, 3, 4). Der Summenwert einer Dimension wird anhand der addierten Antworten pro Dimension ermittelt. Die Mittelwertberechnung erfolgt, indem man den Summenwert durch die Anzahl beantworteter Items teilt. Der erhaltene Mittelwert pro Dimension wird dann wiederum mit 12 multipliziert, um die Testwerte zu erhalten. Wurden alle Items beantwortet ist der Summenwert der Dimension gleich der Testwert der Dimension.

Risiko und Nachteil des NEO-FFI:

Selbstbeurteilungen in einem Fragebogen enthalten immer das Risiko Fragen nach sozialer Erwünschtheit zu beantworten, also jene Antwort-Optionen zu kreuzen, die sozial erwünscht sind, anstatt die, welche die Realität der Testperson wirklich wiedergeben.

6.4 Analyseverfahren, Durchführung und Auswertung

Die Datenauswertung im Rahmen der (Vor-)Erhebungen für diese Forschungsarbeit erfolgt in Anlehnung an den Prozess einer *deduktiven Kategorienanwendung* nach Mayring (2000). Für diese Anwendung ergibt sich das Ablaufmodell aus *Abbildung 1*.

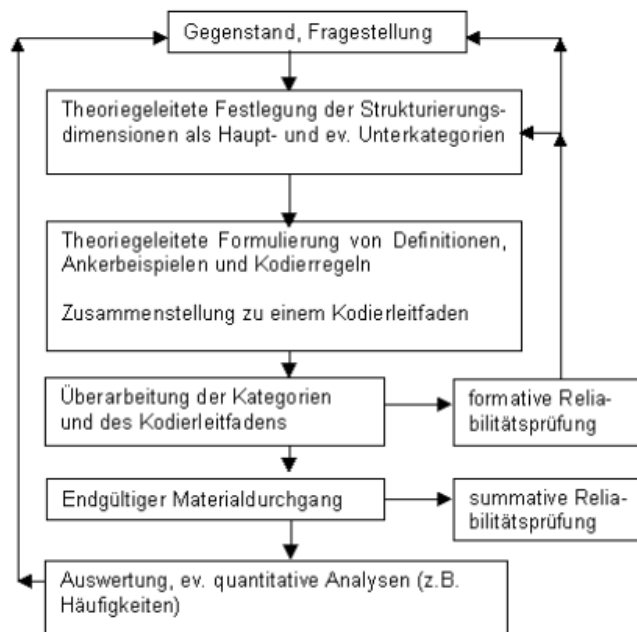


Abbildung 1 Ablaufmodell deduktiver Kategorieanwendung nach Mayring (2002)

Zudem werden die Prozesse der phänomenologischen Datenanalyse als Gerüst der Auswertung genutzt und in den folgenden Abschnitten näher erläutert (s. Kapitel 8.4.3).

6.4.1 Qualitative Sozialforschung

Das Denken in qualitativen Zusammenhängen ist für die Wissenschaft seit den 1980er Jahren immer wichtiger geworden. Mayring (2002) deutet die qualitative Sozialforschung als eine Art Sammelbegriff für vor allem:

„soziologische [...] aber auch erziehungswissenschaftliche [...] Ansätze, die sich einig sind in ihrer Kritik an den weit verbreiteten sozialwissenschaftlichen Forschungsinstrumenten: Skalen, Tests, Fragebögen, standardisierte Instrumente lassen die Versuchspersonen nicht zu Wort kommen, sondern reduzieren sie auf das Reagieren auf vorgegebene Kategorien (Kreuzchen machen).“ (ebd., S. 9)

Aus dieser Definition geht die gleiche Interdisziplinarität hervor, wie sie auch in der aktuellen Persönlichkeits- und Therapieforschung anzutreffen ist. Eine qualitative Untersuchung stellt das Subjekt in den Vordergrund. Es wird versucht, individuelle Perspektiven im Forschungsfeld begreifbar zu machen. Alle Theorie bleibt grau, wenn in

der Lebensumwelt nicht auch praktische Befunde für bestimmte Mechanismen und Muster aufgezeigt werden können. Der Mensch bildet demnach das Zentrum der wissenschaftlichen Analyse. Ausgehend von dieser Prämisse hat Mayring (2002, S. 20 ff.) fünf Postulate entwickelt:

1. Gegenstand humanwissenschaftlicher Forschung sind immer Menschen, Subjekte. Die von der Forschungsfrage betroffenen Subjekte müssen Ausgangspunkt und Ziel der Untersuchung sein. (Subjektbezogenheit)
2. Am Anfang einer Analyse muss eine genaue und umfassende Beschreibung der Problematik stehen. (Deskription)
3. Der Untersuchungsgegenstand der Humanwissenschaften liegt nie völlig offen, er muss auch durch Interpretation erschlossen werden. (Interpretation)
4. Humanwissenschaftliche Gegenstände müssen immer möglichst in ihrem natürlichen, alltäglichen Umfeld untersucht werden. (realitätsnahe Alltagssituation)
5. Die Verallgemeinerung der Ergebnisse humanwissenschaftlicher Forschung stellt sich nicht automatisch über bestimmte Verfahren her; sie muss im Einzelfall schrittweise begründet werden. (Verallgemeinerbarkeit)

Diese Axiome helfen dabei, qualitatives Denken dahingehend zu verankern, möglichst unverfälschte Forschungsergebnisse zu erzielen. Im nächsten Kapitel sollen nun kurz die *inhaltsanalytischen Gütekriterien* beschrieben werden, die die Übertragbarkeit der eben genannten Prämissen auf den aktuellen Forschungsstandard ermöglichen sollen (Mayring, 2010).

6.4.2 Allgemeine Gütekriterien qualitativer Forschung

Um den Standards empirischer Forschung gerecht zu werden, ist es wichtig, die erzielten Ergebnisse anhand mehrerer Kriterien auf deren qualitativen Wert hin zu untersuchen. Mayring (2002) kritisiert die klassischen Gütekriterien – Validität, Reliabilität und Repräsentativität - der quantitativen Forschung und bezweifelt, dass diese ohne weitere Modifizierung auf qualitative Methoden übertragbar sind. Davon ausgehend entwickelt er

sechs allgemeine, auf die qualitative Forschung anwendbare Kriterien. Diese werden in der folgenden *Tabelle 1* benannt und definiert:

Tabelle 1: Allgemeine Gütekriterien qualitativer Forschung nach Mayring (2002)

Gütekriterium	Definition
Verfahrensdokumentation	<ul style="list-style-type: none"> - Liefert einen detaillierten Überblick zum Forschungsprozess - Stellt Nachvollziehbarkeit sicher - Vereint Klärung des Vorverständnisses, Zusammenstellung der Analyseinstrumente, Durchführung und Auswertung der Datenerhebung
Argumentative Interpretationsabsicherung	<ul style="list-style-type: none"> - Schlüssiges argumentatives Belegen der Interpretationsergebnisse - Vorverständnis muss adäquat sein - Überprüfung von Alternativdeutungen
Regelgeleitetheit	<ul style="list-style-type: none"> - Systematisches, an Verfahrensregeln haltendes Analyseverfahren nötig, um Qualität der Interpretationen zu gewährleisten
Nähe zum Gegenstand	<ul style="list-style-type: none"> - Forschung muss dicht an der Alltagswelt des untersuchten Subjekts sein - Interessensübereinstimmung mit Forschungsfeld - Mehrwert für den Beforschten
Kommunikative Validierung	<ul style="list-style-type: none"> - Ergebnisse werden dem Beforschten vorgelegt und diskutiert, um Interpretationsergebnisse abzusichern
Triangulation	<ul style="list-style-type: none"> - Einbeziehung verschiedener Datenquellen, Theorien, Methoden oder Interpreten für eine umfassendere Analyse - Kombination quantitativer und qualitativer Methoden ist denkbar

6.4.3 Phänomenologische Analyse

Die Phänomenologie findet ihre Wurzeln bei Edmund Husserl (1859-1938), welcher diese als philosophische Methode begründet hat. Jene wurde seither anhand unterschiedlichster Akzente (z.B. Scheler, Heidegger & Sartre) weiterentwickelt, wodurch sie den Eingang in die einzelnen sozialwissenschaftlichen Disziplinen gefunden hat. Phänomenologie wird als die *Lehre konkreter Erscheinungen* beschrieben. Die sorgfältige und ausführliche Deskription der Forschungsgegenstände, gilt hierbei als zentral bedeutend. Der Fokus der

Methode liegt auf den Bedeutungsstrukturen und Intentionen einzelner Personen. Das Ziel der Analyse ist zum tiefsten Kern und somit zum Wesen der Dinge vorzustoßen, also nicht so sehr an der Oberfläche der Erscheinungen zu bleiben. Hierbei liegt der Fokus vor allem auf den kongruierenden Eigenschaften des Phänomens.

In Anlehnung an den von Mayring (2002) vorgeschlagenen Ablaufprozess, dargestellt in *Abbildung 2*, werden im Folgenden die einzelnen Schritte kurz zusammengefasst.

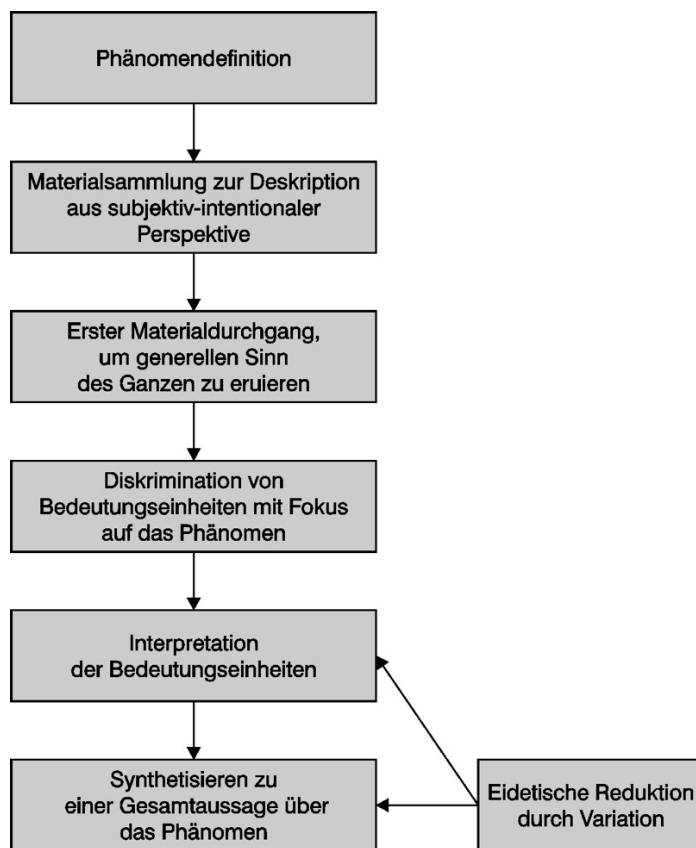


Abbildung 2: Ablaufmodell Phänomenologischer Analyse nach Mayring (2002, S. 110)

Der wichtigste und erste Schritt hierbei ist es die Phänomene zu definieren. Danach folgen vier weitere Schritte, wobei der Analytiker einerseits einen Durchgang durch das gesamte Material durchziehen muss, um den generelleren Sinn des Ganzen zu ermitteln. Dieser allgemeine Eindruck des Materials ist äußerst wichtig, da das Vorgehen wenig formalisiert ist und daher im Einzelfall immer inhaltlich begründet werden muss. In einem zweiten Schritt geht es um die Findung von Bedeutungseinheiten- wo wird ein Gegenstand angesprochen, wo sind wichtige Aussagen zu finden. In einem dritten Schritt werden diese

Bedeutungseinheiten dann auf das Phänomen hin interpretiert. In einem vierten Schritt findet eine Vereinheitlichung statt und die interpretierten Bedeutungseinheiten werden verglichen, verknüpft und zu einer allgemeinen Phänomeninterpretation synthetisiert. Allgemein sind Phänomenologische Analysen in ihren bisherigen Anwendungsfeldern sehr weit gestreut, weshalb eine genauere Eingrenzung schwierig ist. Die kritische, heuristische und deskriptive Funktion kann innerhalb der Phänomenologischen Orientierung in der Forschungslandschaft allerdings als zentral bedeutend angesehen werden (Mayring, 2002).

6.4.4 Durchführung und Auswertung

Click-Persönlichkeit

Durchführung:

Innerhalb der Erhebung haben 14 Probanden ein ca. 45-60-minütiges *problemzentriertes, halbstrukturiertes Interview* durchlaufen, bei welchem der Fokus auf Persönlichkeitseigenschaften-und Facetten gelegen hat, welche die Click-Fähigkeit begünstigen bzw. hemmen (für Leitfragen bzw. Fragebogen s. Anhang). Jener Erhebungsteil hat, klassisch für die qualitative Forschung, den Fokus auf gänzlich neue Einblicke, Phänomene und Erkenntnisse des Forschungsconstructes gelegt. Die Interviewfragen wurden auf Basis der zwei durchgeführten Gruppendiskussionen und der erarbeiteten Theorie konzipiert. Hierfür haben die allgemeinen Gütekriterien für qualitative Forschung gegolten.

Des Weiteren haben die Probanden den NEO-FFI Fragebogen erhalten. Die Erhebung hat dem Vergleich der Big Five Testwerte innerhalb der Stichprobe gedient. Jedes der Interviews, mit Ausnahme zweier Telefoninterviews, wurde unter Einverständnis der Probanden aufgezeichnet. Die Auswertung und Analyse der Daten orientiert sich hierbei an der *Phänomenologischen Analyse*.

Auswertung:

Nach der Erhebung der Daten erfolgt im ersten Schritt die Auswertung der Fragebögen (NEO FFI) für jeden einzelnen Probanden. Die Ergebnisse dieser werden miteinander verglichen, in ein Verhältnis gesetzt und nachfolgend in der Diskussion analysiert und interpretiert. Für

die Auswertung des qualitativen Teils erfolgt eine Beschreibung und Zusammenfassung der Interviews (Interviewdynamik und Zusammenfassung prägnanter Phänomene). Die erhobenen Phänomene werden innerhalb eines dritten Schrittes (Diskussion) analysiert und interpretiert. Die Beschreibung der Interviewdynamik ist deshalb von zentraler Bedeutung, da sich in dieser, im Verständnis qualitativer Forschung, ein Abbild des Forschungskonstruktes widerspiegelt und diese phänomenologisch zum Forschungsgegenstand gezählt und nicht abgegrenzt wird. Der Forscher versteht sich innerhalb qualitativer Forschung als Teil des Gegenstandes, unabgegrenzt von diesem und ähnlich wie in psychoanalytischen Settings werden auch hier Gefühle von Übertragung und Gegenübertragung genutzt und fließen in den Forschungsprozess ein (Mayring, 2002).

Therapeutischer Click

Aufbauend auf der theoretischen Auseinandersetzung, dem Vorwissen und den explorativen Vorerhebungen, welche zur Ergründung des Click-Phänomens in Bezug auf beide in dieser Abschlussarbeit vorgestellten Forschungsbereiche gedient haben, wurde im Verlauf der dezidierten Erhebung im Bereich des therapeutischen Settings anhand von problemzentrierten, halbstrukturierten Interviews nach Faktoren gesucht, die den sogenannten therapeutischen Click explorativ und hypothesengenerierend beschreiben.

Bei dem Interview zum „Therapeutischen Click“ handelt es sich um ein problemzentriertes, halbstrukturiertes Interview, welches in dieser Erhebung mit 10 Probanden mit einer durchschnittlichen Interviewdauer von circa 38 Minuten durchgeführt wurde. Die 7 Interviewitems setzen sich – aufbauend auf den zuvor beschriebenen sensibilisierenden Konzepten - aus Fragen zur anfänglichen *Sicherheit* bezüglich der Fortführung der Therapie mit dem jeweiligen Therapeuten (z.B. „*War von Anfang an, z.B. nach Probatorik oder Erstgespräch klar, dass die Therapie bei diesem Therapeuten/dieser Therapeutin fortgesetzt wird? Wenn Ja, weil:/Wenn Nein, weil:...*“), zur *Stimmung* in den erlebten Therapiesitzungen (z.B. „*Wie haben Sie/hast Du die erlebten Therapiesitzungen mit dem/der Therapeut/in wahrgenommen?*“), zu *Eigenschaften* von Therapeuten (spezifisch individuell und idealisiert), sowie zur therapeutischen *Selbstoffenbarung* zusammen („*Für wie hilfreich erachten Sie/erachtest Du es, wenn Therapeuten ihre eigenen Erlebnisse und Erfahrungen oder auch persönliche Einstellungen mit Ihnen/Dir als Patient/Klient teilen?*“).

Die Zusammensetzung einiger Items hat sich zudem an das Inventar von Vogel und Wester (2003) angelehnt (DES – Disclosure Expectation Scale, s. Anhang).

Durchführung:

Das Setting der Interviews hat sich flexibel an die Bedürfnisse der einzelnen Probanden angepasst (z.B. räumliche Nähe; während der Mittagspause; geringer Fahrweg). Einleitend sind alle Probanden anhand sogenannter *Vorinformationen* über den geplanten Ablauf des Interviews aufgeklärt worden, beispielsweise über die Freiheit in der Antwortgestaltung, bezüglich der Tiefe und Ausführlichkeit des geteilten persönlichen Inhalts. Allen Probanden ist in diesem Zusammenhang versichert worden, dass es sich bei der Interviewsituation um einen *wertfreien* und *geschützten* Rahmen (z.B. „*Dies ist ein geschützter und wertfreier Raum*“) handele, innerhalb dessen sie so detailliert und intim wie gewünscht über die Forschungsthematik sprechen können. Diese Vorinformationen haben zudem Hinweise auf die Anonymität und Verschlüsselung personenbezogener Daten beinhaltet (z.B. „*Die freigegebenen Informationen werden anonymisiert und die Identität jedes Teilnehmers ist geschützt.*“). Probanden wurden zudem nach ihrem Einverständnis zur Tonbandaufzeichnung der Interviews sowie der Verwendung der hierdurch gewonnenen Informationen gefragt (z.B. „*Das Interview wird für Forschungszwecke aufgezeichnet. Ich bitte Sie mit ja zu antworten, wenn Sie damit einverstanden sind*“ und „*Ebenfalls bitte ich Sie, einmal mit ‚ja‘ zu antworten, wenn Sie damit einverstanden sind, dass ich Ihre hier erhobenen Daten für den empirischen Teil meiner Forschungsarbeit nutze*“.).

Das Ziel dieser Forschungsarbeit, die Erforschung der Click-Thematik, ist nach individuellem Interesse und Sicherheitsbedürfnis (z.B. Bedürfnis nach Struktur, um Dauer oder Tiefe des Interviews einschätzen zu können) der Probanden entweder kurz *vor* dem Interview oder *hinterher* erläutert worden. Wenn die Thematik vor den Interviews erklärt wurde, ist von der Interviewerin stets darauf geachtet worden, dass so wenig richtungsweisende Hinweise wie möglich Verwendung fanden (z.B. Wichtigkeit andeutende Betonung von Begrifflichkeiten innerhalb der Click-Thematik).

7 Ergebnisse

7.1 Ergebnisse der Vorerhebungen

In den folgenden Abschnitten werden die Ergebnisse der beiden Vorerhebungen präsentiert. Diese schließen sowohl die Beschreibung der Diskussionsatmosphäre als auch die Zusammenfassung der erhobenen Facetten des Click-Phänomens mit ein. Darüber hinaus werden die in den Interviews auftkommenden Stichworte aus Gründen der besseren Illustration in Anführungszeichen geführt.

7.1.1 Atmosphäre und Dynamik der Gruppendiskussionen

Obwohl sich die zuvor beschriebenen Gruppendiskussionen in ihrem Aufbau unterscheiden, vereint sie eine jeweils aufgeschlossene, neugierige, persönliche und verbindende Atmosphäre. Um zunächst eine *kognitive Nähe* (Helfferich, 2009) zwischen den Forschungsleiterinnen und den Gruppen herzustellen, wurde vor beiden Gruppendiskussionen zum einen ein Einblick in den professionellen Werdegang und psychologischen Hintergrund der Forscherinnen gegeben. Eine kurze Einleitung zum Gegenstand der Untersuchung hat in der zweiten Gruppendiskussion zu einem Spannungs- und Interessenaufbau hinsichtlich des weiteren Verlaufs der Sitzung geführt. Der Ausblick auf eine gemeinsame Abschlussdiskussion hat sich zudem motivierend und versichernd auf die Teilnehmer ausgewirkt.

Ferner ließ sich zu beiden Zeitpunkten der Vorerhebung beobachten, dass die Teilnehmenden intuitiv eine Verknüpfung zu der vorgestellten Thematik herstellen konnten und so in der Lage waren, auf einer persönlichen, fast intimen Weise an den Diskussionen zu partizipieren und ihre Gedanken zu teilen.

7.1.2 Facetten des Click-Phänomens

Im folgenden Kapitel sollen nun Facetten des Click-Phänomens Erwähnung finden, die aus den beiden Gruppendiskussionen im Vorfeld der Hauptuntersuchungen herausgefiltert wurden.

Hervorzuheben ist, dass die Unterscheidung und Abgrenzung des Click-Phänomens von *Sympathie* und *Attraktivität* ein wesentlicher Aspekt in der Auseinandersetzung der Teilnehmenden war. Ferner wurden atmosphärische Aspekte genannt, wie der Click als „Wohlfühlfaktor“ oder „der Click erschafft die Verbindung zwischen zwei Menschen“. Der Faktor der Sicherheit wurde in Äußerungen über „Vertrauen“, „Verletzlichkeit“, „Beständigkeit“, „Verlässlichkeit“ oder dem „Gefühl willkommen zu sein“ (therapeutischer Kontext) deutlich. Auf den spontanen Charakter des Click-Phänomens lassen Äußerungen von der „Tagesform“, einer Art „Ausnahmestand“ und dem Click als „Moment“ schließen. Beziehungseigenschaften werden durch Bezeichnungen wie „freundschaftlich“ oder „Symbiose“ angesprochen.

Gefühlsbezogene Eigenschaften, Stimmung und Dynamik im Zusammenhang mit einem Click-Erlebnis wurden mit Begriffen wie „Humor“, „Losgelassenheit“, „Euphorie“, „Empathie“ und „Gesprächsdynamik“ betont und mit „Stresssituationen und Konkurrenz“ gegenübergestellt („soziale Vergleiche“). Zudem wurde diskutiert, ob es einen „langfristigen Effekt“ des Click-Phänomens gibt und ob hierbei „gleiche Kontexte“ oder „Erlebnisse“ (z.B. Festivals, Klassenfahrt, Arbeitskollegen, Internatsschüler) eine wesentliche Rolle spielen. Altersunterschiede scheinen bei den Teilnehmenden eine untergeordnete Rolle zu spielen.

Weitere offene Fragen innerhalb der Gruppendiskussion waren, ob sich die „Persönlichkeitstypen“ und „Temperamente“ der „clickenden“ Individuen ähneln müssen und ob beispielsweise gleichgeschlechtliche Individuen „besser klicken als andere“. Zudem wurde dem Click-Phänomen eine „heilsame Wirkung“ zugesprochen: „Stresssituationen und Konkurrenz (z.B. in Unternehmen) entstehen nicht“. Ein weiterer interessanter Aspekt ist durch die Frage entstanden, ob „Menschen mit Geschwistern tendenziell mehr Clicks erleben, als Menschen ohne Geschwister“. Die Intensität des Click-Moments wurde zudem mit biologischen Abläufen und „rauschaften Zuständen“ in Verbindung gebracht.

Der Click wurde zu dem als „door opener“ bezeichnet (auch: „der Click erschafft die Verbindung zwischen Menschen“), was bedeutet, dass dieser Moment dann je nach Konstellation (z.B. sexuelle Präferenz) oder Setting (z.B. Therapie), unterschiedliche Arten von Beziehungen entstehen lässt oder bereits bestehende Beziehungen stärkt („innere Verbundenheit“, „unmittelbare Vertrautheit“).

Auf Grundlage der Vorerhebungen wurden folgende Aspekte sowohl im Rahmen der Click-Definition als auch in der Entwicklung der Untersuchungsinstrumente für die Hauptuntersuchungen in besonderem Maße berücksichtigt: *Empathie, Vertrauen, Ähnlichkeit, Verletzlichkeit, Intensität, Spontanität, Humor, Sympathie, Nähe, Euphorie, Attraktion* und *Dauer*.

7.2 Ergebnisse: Click-Persönlichkeit

In den folgenden Kapiteln sollen die Ergebnisse der Erhebung zur Thematik der Click-Persönlichkeit vorgestellt werden. Dies geschieht in Form einer Falldokumentation, welche sich aus dem Bereich der *Interviewdynamik* und der Beschreibung der *Phänomene* zusammensetzt. Letztere fügen sich aus den anhand der Interviewanalyse selektierten Bedeutungseinheiten zusammen. Zusätzlich wird zugunsten der Übersichtlichkeit eine zusammenfassende *Phänomen-Tabelle* präsentiert. Abschließend werden die Ergebnisse der NEO-FFI Erhebung in Form einer Grafik zusammenfassend dargestellt.

7.2.1 Falldokumentation

Interviewdynamik:

Die meisten Interviews sind gekennzeichnet von einer offenen, motivierten, zugewandten und positiven Dynamik. Die Probanden haben sich der Thematik gegenüber aufgeschlossen und interessiert gezeigt. Alle Studienteilnehmer sind aus eigener Motivation zu den Interviews erschienen. Einige hatten bereits erste Berührungspunkte mit der Thematik (Teilnehmer der Gruppendiskussionen, Probanden aus dem Bekanntenkreis, etc.). Der Erzählstil hat sich frei, aufgeschlossen und ungehemmt gestaltet und authentisch gewirkt. Die Teilnehmer ließen freie Assoziationen zu und haben einen Einblick in ihre Gefühlswelten erlaubt. Die Intensität der Ausführungen hat von Proband zu Proband variiert. Einige Interviews waren von sehr blumigen und ausführlichen Beschreibungen gekennzeichnet, andere waren knapper und distanzierter, was die Rolle des Interviewers aktiver gestaltete. Ebenfalls waren einige Interviews von Gedankenpausen gekennzeichnet, für welche sich die Probanden Raum genommen haben, was den Eindruck einer intensiven Auseinandersetzung mit der Thematik vermittelt hat. Nach den Interviews äußerte ein

Großteil der Probanden, dass es ihnen nicht leicht gefallen sei alle Fragen zu beantworten. Die starke Introspektion habe einige der Teilnehmer angestrengt, dennoch hätten sie alle das Interview als bereichernd und spannend empfunden. Viele der Teilnehmer haben zudem berichtet, dass ihnen das Interview großen Spaß bereitet habe.

Insgesamt lässt sich die Interviewatmosphäre als sehr positiv beschreiben. Die Interviewdynamik hat bei allen Interviews zwischen einem lebendigen Austausch und sehr feinfühligem und sensiblen Momenten zwischen Proband und Interviewer geschwankt. Die Atmosphäre kann hierbei als sehr vertraut, offen und sensitiv beschrieben werden.

Die Akquise der Probanden hat sich besonders für die weibliche Stichprobe äußerst einfach gestaltet, wohingegen die Rekrutierung männlicher Probanden etwas schwieriger ausgefallen ist. Für beide Zielgruppen lässt sich aber nicht von einer Rekrutierungsproblematik sprechen, was, so ist es anzunehmen, mit der Click-Thematik als solches in Verbindung stehen könnte, welche von einem anziehenden Charakter geprägt ist.

7.2.2 Phänomene

Nachfolgend sollen die prägnanten Phänomene der qualitativen Erhebung erläutert werden. Fokus dieser ist es, Persönlichkeitseigenschaften- und Dimensionen, jenseits der Big Five zu definieren, welche ein Click-Erlebnis fördern bzw. hemmen könnten und herauszufinden welche Eigenschaften ggf. Click-Persönlichkeiten aufweisen.

Die genaue Definition einer Click-Persönlichkeit hat sich allerdings schwieriger gestaltet als gedacht, wie die Erhebung gezeigt hat. Vielmehr muss hier zwischen drei Typen differenziert werden:

1. Personen, welche sowohl mit vertrauten als auch mit fremden Menschen einen Click-Moment erleben
2. Personen, welche zwar mit vertrauten, aber so gut wie nie mit fremden Menschen einen Click-Moment erleben
3. Personen, die nur selten oder nie einen Click-Moment erleben

Da die Definition des Clicks einen spontanen Moment und das Gefühl einer plötzlichen Verbundenheit beinhaltet, wird in dieser Untersuchung nur Gruppe 1 als *Clicker-Gruppe* definiert. Im Fokus stehen also jene Phänomene, welche die drei Gruppen voneinander differenzieren. Dabei soll vor allem auf Phänomene geachtet werden, die prägnant für Clicker (Gruppe 1) und nicht-Clicker (Gruppe 2 und 3) sind.

Innerhalb dieser Erhebung konnten *fünf* von vierzehn Testpersonen der Gruppe der Clicker (Gruppe 1) zugeordnet werden. Darunter befinden sich zwei männliche und drei weibliche Probanden.

Begünstigende Faktoren für ein Click-Erlebnis:

1. *Lebenseuphorie*
2. *(Neue) zwischenmenschliche Beziehungen und soziale Interaktionen als Bereicherung*
3. *Anpassungsfähigkeit*
4. *Empathie*

Lebenseuphorie & (neue) zwischenmenschliche Beziehungen und soziale Interaktionen als Bereicherung:

Es wird deutlich, dass alle Personen, die als Clicker definiert werden können, eine Eigenschaft teilen, die als *Lebenseuphorie* betitelt werden kann. Jene Personen sind dem Leben und den Menschen gegenüber allgemein zugewandt und können *als lebensfroh, positiv und energetisch* beschrieben werden, was ebenfalls Auswirkungen auf die Interviewdynamik gezeigt hat. Das Phänomen der Lebenseuphorie steht in einem Zusammenhang mit dem zweiten, innerhalb der Erhebung ermittelten Phänomen: *(Neue) zwischenmenschliche Beziehungen und soziale Interaktionen als Bereicherung*.

Die Probanden, welche jene Eigenschaften aufweisen, sind von *Lebenslust* und *Neugierde auf Menschen* angetrieben. *Soziale Beziehungen* werden als *stark bereichernd* wahrgenommen, es existieren kaum bis *keine Hemmungen* im Erstkontakt mit Menschen, *Interaktionen* werden als *selbstverständlich, leichtfüßig* und *vertrauensvoll* beschrieben und sind angetrieben von einem *ausgeprägten und authentischen Interesse am*

Interaktionspartner. Neue Menschen und Kontakte wirken attraktiv und erstrebenswert, dabei bestehen keinerlei Ängste und Hemmungen in Kontakt zu treten. Die *Interaktionen*, auch mit *fremden Menschen*, werden oft als *tiefgründig*, *bedeutend* und *belebend* beschrieben. Jene Probanden verwenden in ihren Erzählungen *blumige Ausdrucksweisen* und sprechen von *Magie* und *Lebensliebe*. Sie beschreiben ebenfalls Momente *völliger Erfüllung* und *des Glücks*, in welchen sie sich in einer *Blase* mit einem (manchmal fremden) Menschen befinden und sie nichts außer diesem Moment wahrnehmen.

Interviewbeispiele:

Es handelt sich bei den folgenden Interviewbeispielen nicht um wörtliche Zitate der Probanden (Transkription des Tonbands), sondern um eine Zusammenfassung der Interviewmitschriften des Interviewenden. Die Beschreibungen sind detailgetreu und akkurat und geben den gesprochenen Inhalt und die Stimmung der Probanden auf authentische Weise wieder.

Magischer Moment:

„Ein magischer Moment, der weckt einen auf, man wird aktiv, raus aus dem passiv sein, das ist ein positives Gefühl! Man freut sich, dass es diese Menschen gibt, das ist positiv. Es ist so als würde man sich mega lang kennen, man ist ohne Hemmungen und nicht angespannt, wenn man miteinander spricht.“ (Interview LBO)

„Ein magischer Moment ist ein Seelenmoment, Herzensmoment. Es ist wie verliebt sein. Die Zeit steht still, man hat wahnsinnig schöne und gute Gespräche, es ist tiefsinnig, man fühlt sich vertraut und nah, obwohl man sich gar nicht unbedingt gut kennt. Es ist ein Gefühl der Verliebtheit, aber anderes, irgendwie mehr verliebt ins Leben, in einen Moment, der anhalten soll.“ (Interview KK)

„Der andere und ich, da gibt es dann eine Verbindung, die macht total glücklich, die ist sehr belebend. Der Moment belebt mich, manchmal so, dass ich schlecht einschlafen kann.“ (Interview KK)

Eine Begegnung ist magisch und erstrebenswert, wenn sie tiefgründig, resonant, gegenseitig, offen, ehrlich, eine Mischung aus traurig und fröhlich ist, alles ist erlaubt, man ist vertieft ineinander, man findet sich spannend, man kann schwer voneinander lassen, weil die gemeinsamen Themen so spannend und ehrlich sind und einen so mitreißen.“ (Interview KK)

„Ein magischer Moment ist ein gar nicht geschützter Raum, ich bin allein mit einer Person bei mir oder in einer Bar, in einer bubble, ich erschaffe es mir.“ (Interview AEA)

„Ich hatte einen magischen Moment in einer Bar, ich war allein, hatte Begegnung mit einer fremden Frau, nicht sexuell, es war ein richtig cooles Gespräch, wir waren uns sehr ähnlich.“ (Interview AEA)

„Es braucht nicht zwingend eine bedeutsame Beziehung, um den magischen Moment mit jemandem zu erleben. Man ist auf einer Wellenlänge, es ist ein entspannter Moment, der andere versteht einen, den Humor, die Gesten, ein Gefühl von alles stimmt. Hab ich häufig mit verschiedenen Leuten.“ (Interview CK)

„Ich kann Leute mitreißen durch Fröhlichkeit und sie mich auch. Wiedergabe von guter Laune. Pusht einen.“ (Interview CK)

„Wenn ich Leute neu kennenlerne habe ich ein inneres Interesse wer die sind, was dahintersteht. Manchmal bin ich mit einer Person nur noch zu zweit, vorher waren wir in der Gruppe, man war da schon wie in einer Blase.“ (Interview MJ)

„In der Blase verabschiedet man andere Personen, das Gespräch wurde unterbrochen, aber man war trotzdem nur zu zweit und fokussiert, es ging nur

um mich und die andere Person, die anderen erinnere ich nicht.“ (Interview MJ)

Häufigkeit dieser magischen Momente:

„Häufiger! Und ich strebe auch danach. Es bereichert mich, ich habe Lust auf's Leben und Lust auf Menschen und Lust auf neue und tiefsinnige Begegnungen.“ (Interview KK)

„Häufiger! Bin extrovertiert, gehe auf andere zu, dadurch erweitere ich den Kreis und man erhöht die Wahrscheinlichkeit! Sexuell und nicht sexuell. Man hat das Gefühl sich abzuknutschen, aber man macht es dann nicht.“ (Interview AEA)

„Bei der ein oder anderen Frau bin ich schwer beeindruckt, begeistert, mit der will ich befreundet sein, eine Wellenlänge, ich lass mich einnehmen, riesen Begeisterung für den Mensch“ (Interview CK)

Alles-stimmt-Momente:

„Tolle Menschen, Verbundenheit, manchmal gar nicht bedingt durch Worte, Freiheit, man ist schwerelos, alles fühlt sich gut und lebendig an und man bekommt Energie, man braucht kaum Schlaf, man fühlt Liebe zu sich und der Welt um einen herum.“ (Interview KK)

„Hab sie häufig. Bin offen. Die Stimmung stimmt, es gibt ein Nähe Gefühl und emotionalen inhaltlichen Tiefgang, das Zeitgefühl verschwindet. Da ist ein kompletter Fokus auf das Gespräch, es ist authentisch, wie in einer bubble“ (Interview AEA)

„Man ist aus dem Häuschen vor Glück, wenn man auf Person trifft und spontan richtig guten Kontakt hat, alles summiert sich, Verliebtsein ins Leben, Begegnungen bestärken das.“ (Interview CK)

*„Man hat ein eigenes Ding mit einer Person oder einem Ort, nur man selbst versteht es, es ist eine stille Kommunikation zwischen zwei Dingen.“
(Interview LBO)*

Soziale Kontexte:

„Ich liebe Genuss und finde neue Menschen bereichernd und freue mich über neue Begegnungen.“ (Interview KK)

„Dadurch fühl ich mich lebendig, mit dem Leben und der Menschheit verbunden. Das macht das Leben doch so lebenswert. Tiefe, schöne, kostbare Momente, einzigartige Momente, Verbundenheit.“ (Interview KK)

*„Begegnungen sind bereichernd und machen Welt zu einem schöneren Ort.“
(Interview CK)*

„Gerne immer mehr. Deshalb bin ich in Berlin. Ich mag ausgehen, mag es auch andere Mädchen kennenzulernen, macht Spaß, ist belebend, viele gute Gespräche. Das ist positiv.“ (Interview CK)

„Ich erlebe neue soziale Kontexte als euphorisierend, ich selbst achte auf Stimmung und Akzeptanz, man macht auch irgendwie ne Show.“ (Interview MJ)

„Finde ich positiv, bereichernd, kann ruhig oder aufregend sein, auch wenn die Person gar nicht zu einem passt, ist es trotzdem interessant.“ (Interview LBO)

Starke Anpassungsfähigkeit:

Eine starke Anpassungsfähigkeit innerhalb sozialer Kontexte scheint prädestinierend für ein Click-Erlebnis und somit eine unabdingbare Eigenschaft für Clicker zu sein. Dieses

Phänomen stützt sich auf das Theoriegerüst dieser Arbeit, denn bereits Brafman & Brafman (2011) sprachen von *Click-Naturtalenten* und ihrer Gabe sich besonders schnell an soziale Kontexte adaptieren zu können. Auch innerhalb dieser Erhebung spricht die Phänomenlage dafür, wenngleich auch nicht in letzter Instanz hinreichend, aber dennoch notwendig (Eigenschaft ebenfalls unter nicht-Clickern vorhanden).

Alle Personen beschreiben sich als *stark anpassungsfähig* und innerhalb sozialer Kontexte schwer zu kategorisieren. Vielmehr erscheint es so, als wären jene Personen dazu in der Lage in Gruppen *verschiedene Rollen* anzunehmen und sich Stimmungen und Settings anzugleichen, nicht auf eine unauthentische, sondern vielmehr auf eine angenehme Art und Weise, mit jener Fähigkeit bestückt wahrzunehmen, was innerhalb eines Kontextes benötigt wird und passend erscheint. Hierzu zählt auch die Fähigkeit sich selbst zurücknehmen zu können, wenn es der Kontext verlangt und sich Gesprächsdynamiken anzupassen und die eigene Aktivität bzw. Passivität (z.B. Zuhören) anzugleichen.

In Abgrenzung zu den zwei vorausgehend genannten Phänomenen, geht es hierbei nicht um die Lebenseuphorie oder die Bereicherung, die jene Personen durch zwischenmenschliche Beziehungen und soziale Interaktionen erleben, sondern viel mehr um die Fähigkeit *verschiedene Rollen innerhalb der sozialen Welt* anzunehmen, hierfür ein natürliches Gespür aufzuweisen und dabei authentisch zu bleiben. Die Phänomene weisen zwar einen Bezug zueinander auf, sind aber dennoch von verschiedener Natur.

Interviewbeispiele:

Anpassungsfähigkeit:

„Ich bin bei unterschiedlichen Menschen unterschiedlich.“ (Interview CK)

„Ich bin offen, direkt, authentisch, meinem Gesprächspartner soll es gutgehen, ich höre mehr zu als ich rede.“ (Interview AEA)

„Ich komme mit vielen, eigentlich mit allen Menschen gut klar.“ (Interview MJ)

„Ich finde neue soziale Situationen spannend, auch wenn herausfordern ist, sich möglichst schnell anzupassen an die andere Person, macht aber Spaß, ich arbeite auch gern mit Menschen die ich neu kennenlerne.“ (Interview MJ)

Rolle innerhalb einer Gruppe:

„Man kann auch alles sein! Ich kann alles sein.“ (Interview AEA)

„Ich bin sowohl Anführer und Meinungsmacher, weil ich sehr aktiv bin, aber ich bin auch eine Vermittlerin, weil ich sehr kooperativ, teamfähig und sensibel bin und mich Gruppen und ihren Themen gut annehmen kann.“ (Interview KK)

„Es fällt mir generell leicht mich an Gruppen anzupassen. Am Anfang denke ich immer, dass ich mich nicht passend finde in der Gruppe, aber dann geht es ganz schnell und ich bin super integriert.“ (Interview MJ)

Empathie:

Die Erhebung zeigt, dass alle Probanden, die zum Clicken neigen, zum einen ein großes Interesse an Menschen ganz allgemein aufweisen, zum anderen aber auch Eigenschaften aufzeigen, die zu *Mitgefühl* und *Feinfühligkeit* und somit zu *Empathie* gezählt werden können. Jenes Phänomen manifestiert sich beispielsweise in Aussagen über eine *gute Intuition* bzw. ein *gutes Gespür für andere Menschen*, die *Fähigkeit Stimmungen anderer Personen schnell wahrnehmen* und sich in diese *hineinversetzen* zu können. Allgemein lässt sich bei jenen Probanden eine *größere zwischenmenschliche Sensibilität* erkennen, die sich auch in Themen der *Selbstoffenbarung* und einer *Affinität zu tiefgründigen Thematiken* zeigt. Jenes Eigenschaften-Konglomerat könnte als Basis für eine starke Anpassungsfähigkeit angesehen werden.

Bezogen auf das theoretische Gerüst dieser Arbeit erscheint Empathie als Phänomen für Clicker sinnvoll, allerdings sei an dieser Stelle zu erwähnen, dass Empathie hier erneut

als notwendige, nicht aber als hinreichende Eigenschaft angesehen werden muss. Auch unter den nicht-Clickern dieser Erhebung befinden sich feinfühlig und empathische Personen. Eine genauere und differenziertere Erläuterung zu diesem Aspekt folgt im Diskussionsteil dieser Forschungsarbeit.

Interviewbeispiele:

Wahrnehmung von Gefühlslagen und Stimmungen anderer Menschen:

„Dafür hab ich ein gutes Gefühl. Kann Vibes gut wahrnehmen. Merke ich alles früh, z.B. Unstimmigkeiten in Gruppen, Rivalitäten etc. . In der U-Bahn hatte ich letztens ein spontanes Gefühl, dass mit der Frau neben mir etwas nicht stimmte. Ich hab das gemerkt, obwohl ich Kopfhörer getragen habe und wir uns nicht angesehen oder gesprochen haben. Sie hatte eine Panikattacke und ich hab es gemerkt. Habe sie dann angesprochen und ihr geholfen indem ich mich einfach ruhig mit ihr unterhalten habe.“ (Interview CK)

„Ich würde sagen gut. Ich spüre eigentlich alles. Ich höre nicht immer auf mein Bauchgefühl, aber ich lerne mehr darauf zu vertrauen und diesem nachzugehen, denn ich kann darauf vertrauen. Das hat mir die Vergangenheit gezeigt.“ (Interview KK)

„Wenn jemand kommt und was nicht stimmt merke ich das recht schnell, auch bei unbekannten Menschen würde ich sagen.“ (Interview MJ)

Zwischenmenschliche Sensibilität; Verbindung zu Tiefgründigkeit und Selbstoffenbarung:

„Ich kann mich bei fremden Personen selbstoffenbaren, wenn der Rahmen stimmt. Ich erlebe das als intim und wahnsinnig schön und nah. Natürlich muss es der passende Mensch sein und wenn er es ist, kann das zu ganz viel in dem Moment führen.“ (Interview KK)

*„Ich finde zwei Menschen wachsen doch durch Verwundbarkeit. Vielleicht auch weil es so rar und unerwartet ist und damit ein kostbarer Schatz, der zwei Menschen verbindet. Dadurch wird eine Beziehung schnell persönlich und man bekommt eine gemeinsame Geschichte und natürlich Tiefe.“
(Interview KK)*

„Ich möchte den Hintergrund von Menschen erfahren und die Personen besser verstehen. Möchte da feinfühlig sein.“ (Interview MJ)

„Ich möchte in zwischenmenschlichen Beziehungen so dicht wie möglich an die Wahrheit des anderen zu kommen.“ (Interview CK)

*„Der Inhalt eines Gesprächs muss nicht positiv sein um positiv zu sein.“
(Interview AEA)*

Nicht begünstigende Faktoren für ein Click-Erlebnis:

1. *(Neue) zwischenmenschliche Beziehungen und soziale Interaktion als Anstrengung*
2. *Kontrolliertheit*

(Neue) zwischenmenschliche Beziehungen und soziale Interaktion als Anstrengung:

Stringent zu der Erkenntnis, dass Clicker (neue) zwischenmenschliche Beziehungen und soziale Interaktionen als Bereicherung wahrnehmen, ist das Phänomen, dass viele Personen unter den nicht-Clickern eben diese beiden Faktoren als *große Anstrengung* erleben. Phänomenologisch zeigt sich hier oftmals eine *Vermeidung jener Situationen*, die den Kontakt zu neuen Personen und Situationen ergeben. Angenehmer erscheint die Bewegung innerhalb *vertrauter und gewohnter Umgebungen*, mit engen Freunden und Vertrauten. Außerhalb jener sicheren Zone äußern die Personen vermehrt *Gefühle von Unbehagen* und *geringer Motivation*. *Neue Kontakte* sind häufig *nicht verbunden mit positiven Gefühlswelten*, sondern werden zum Großteil als *mühsam* und nicht *erstrebenswert* erlebt.

Der belebende Moment, welchen Clicker durch jene zwei Faktoren empfinden, bleibt hier völlig aus. Ebenfalls die *Intensität der Interaktionen* mit fremden Personen sowie *Selbstoffenbarungsmomente* erscheinen hier, in der Regel, *weniger ausgeprägt*. Allgemein lassen die Beschreibungen der Personen höhere Introversionswerte annehmen. Phänomenologisch werden vermehrt *Zurückhaltung* und *Schüchternheit* deutlich.

Interviewbeispiele:

Soziale Interaktionen und magische Momente:

„Magische Momente habe ich eher nicht so häufig. Bin verschlossen neuen Menschen gegenüber, habe seit neun Jahren eine Freundin. Habe großen Freundeskreis, aber sehr geschlossen, schwer jemand neues reinzulassen.“
(Interview CS)

„Kann mich schnell in Gruppen einfinden- aber hab da nicht so Bock drauf, pick mir dann selektiv raus wen ich kennenlernen will. Rede nicht mit Leuten die mich nicht interessieren in der Gruppe.“ (Interview CS)

„Ich bin ein ruhiger Typ, unterhalte mich eher als zu tanzen, hab aber immer Leute um mich rum, gehe aber auch nicht allein auf Parties, unterhalte mich wenig mit Fremden. Ich spreche niemanden an, aber wenn eine Person auf mich zukommt ist es ok. Ich bin Fremden gegenüber verschlossen. Ich hab meinen Kreis.“ (Interview CS)

„Manchmal ist es mir zu anstrengend mich in Personen und Geschichten hineinzuversetzen.“ (Interview JW)

„Magische Momente hab ich nicht so häufig, eher mit Freunden. Flow Momente mit anderen Personen hab ich auch nicht so häufig, eher allein.“
(Interview LB)

„Auf einer Campusparty z.B. kommt es darauf an wie ich drauf bin, ob ich Lust hab, kommt auf die Situation an. Nur mit Fremden auf einer Party

empfinde ich es als unangenehm, wenn es eine Gruppe ist mit Menschen die komplett anders ticken, dann wird es schwierig.“ (Interview LB)

„Ich bin nicht direkt offen. Neue soziale Situationen empfinde ich als eher anstrengend. Vertraute Umfeldler sind mir lieber.“ (Interview LR)

„Ich bin passiv, angepasst, zurücknehmend, ruhig, zurückhaltend, höre oft lieber zu in größeren Runden, finde es anstrengend mich einzubringen, in der Gruppe eher unscheinbar. Macht mich in den meisten Fällen zu einem angenehmen Freund und Partner.“ (Interview AS)

„Ich bin zurückhaltend, unscheinbar, ruhig. Bin nicht beim großen Geschehen dabei.

Wenn ich nicht mit meinen engsten Freunden bin ist es schwierig. Ich gehe nicht auf Leute zu. Wenn ich angesprochen werde, bin ich offen.“ (Interview AS)

„Auf Uni Parties ist es für mich ein richtig falscher Kontext. Da würde ich rumstehen und es würde mich nerven. Ich gehe immer mit den selben Menschen feiern. Ich werfe auf Parties anderen Personen Todesblicke entgegen. Ich bin skeptisch. Wieso sprichst du mich an? Warum guckst du mich an?“ (Interview ML)

„Habe einen Click selten mit Fremden.“ (Interview SR)

„Neue soziale Situationen empfinde ich als eher unangenehm, stresst mich auch, fällt mir nicht total leicht. Neige zu Vermeidungsverhalten.“ (Interview SR)

Selbstoffenbarung:

„Ich kann mir vorstellen mich einer unbekannten Person gegenüber verletzlich zu zeigen, aber es ist nicht so meine Welt. Der Mensch müsste abseits von meinem Leben sein, aber bin eher nicht der Typ.“ (Interview CS)

„Bis zu einem gewissen Grad genieße ich einen emotional verbindenden Austausch, aber es gibt ne Grenze, will über gewisse Dinge nicht reden, wahrscheinlich auch aus Angst, mit Emotionen öffnet man sich ja und wird verletzlich. Zeige nicht gern Schwäche.“ (Interview CS)

„Ich zeige mich eher nicht verwundbar gegenüber Fremden. Die andere Person müsste sich auch selbst verletzbar machen und dürfte nicht wertend sein, wenn ich mich verletzlich zeigen soll, dann mache ich es vielleicht.“ (Interview LR)

„Ich bin protektiv für mich selbst, brauche eine Zeit bis ich meine Gefühle zu anderen zulassen kann. Enge Beziehungen brauchen bei mir lang.“ (Interview LR)

Kontrolliertheit:

Es wird deutlich, dass sich eine starke Kontrolliertheit kontraproduktiv auf ein Click-Erlebnis auswirkt. Phänomenologisch zeigen sich hier verstärkt *rationale Entscheidungs- und Verhaltensmuster*. Vielmehr als nur das Verlangen danach Kontrolle zu bewahren, zeigt sich ebenfalls in *Ängsten* darüber einen *Kontrollverlust* zu erleben, z.B. innerhalb zwischenmenschlicher Beziehungen. *Selbstoffenbarung und Verwundbarkeit* werden als *Bedrohung* erlebt und werden daher oftmals bewusst vermieden. Viele Probanden äußern eine *verstärkte Kopflastigkeit*, wobei Themeninhalte vielfach durchdacht werden. Hedonistische Verhaltensweisen und vollkommene Losgelöstheit erscheinen hier nur schwer möglich oder erst gar nicht erwünscht.

Kontrolle:

*„Neue soziale Situationen sind nicht so mit Leichtigkeit behaftet. Bin sehr bewusst dabei, muss mich beweisen. Mache mir zu viele Gedanken.“
(Interview AS)*

„Das Rationale überwiegt immer bei mir. Ich bin sehr rational, aber beim Verlieben bin ich es nicht, da habe ich einen Konflikt.“ (Interview LB)

„Aufgehen im Moment, loslassen, schwerelos, das ist Click für mich, aber Angst davor. Ich bin strukturiert, geplant, geordnet, Click wäre die Auflösung davon. Es würde mich faszinieren.“ (Interview AM)

*„Ich bin bodenbehaftet, kontrolliert, in Frage stellend, eher defensiv.“
(Interview AM)*

„Planlosigkeit macht mich hilflos.“ (Interview AM)

„Früher war ich noch so jung und unverletzt, früher war ich unkontrollierter und unbeschwerter in Liebesbeziehungen.“ (Interview LR)

„Ich denke immer viel nach und lasse mich selten komplett gehen, dafür bin ich zu rational.“ (Interview JW)

„Alkohol enthemmt mich, ich bin energetischer, Gedanken sind enthemmt, bin ehrlich interessierter an Menschen.“ (Interview JW)

Grundvoraussetzung für ein Click-Erlebnis:

Hierbei geht es phänomenologisch um die Rahmenbedingung, die es benötigt, damit ein Click-Moment entstehen kann. Deutlich wird, dass sich die Grundvoraussetzungen für Clicker sowie nicht-Clicker hierbei nicht unterscheiden. Der Rahmen, welcher benötigt wird, damit ein Click-Moment überhaupt entstehen kann, ist hier für beide Gruppen

identisch. Hierbei handelt es sich also um eine Erkenntnisgewinnung, die das Wesen und den tiefsten Kern des Click-Phänomens umfasst.

Was benötigt es also, damit ein Moment überhaupt als magisch empfunden werden kann? Hierbei erscheinen drei Aspekte besonders dominant und somit von zentraler Bedeutung.

Alle Probanden beschreiben den magischen Moment als einen *gegenseitigen* und *verbindenden* Prozess. Dieses Phänomen ist stringent mit dem theoretischen Teil dieser Arbeit und schlägt vor allem eine Brücke zu dem beschriebenen *dyadischen Effekt* sowie dem Gefühl der *Magie*. Ausnahmslos alle Probanden wünschen sich neben dem Aspekt der *Gegenseitigkeit* (beide Interaktionspartner sind gleichberechtigt am Gespräch beteiligt) ebenfalls *Authentizität*.

Hierbei geht es um ein authentisches Interesse des Gegenübers an den besprochenen Themeninhalten und am eigenen Selbst. Die Grundlage dafür, dass es überhaupt zu einem verbindenden Austausch kommen kann, bildet bei allen Probanden die *Sympathie* zu einer Person. Sich gesehen und verstanden fühlen sowie Aufrichtigkeit, Präsenz, Resonanz und Sympathie des Interaktionspartners sind wohl jene Grundbedingungen für ein Gefühl der Verbundenheit und somit auch jene für einen Click.

Interviewbeispiele:

„Bereichernd ist ein Austausch, wenn er tiefgründig, resonant, gegenseitig, offen, ehrlich, eine Mischung aus traurig und fröhlich ist, alles ist erlaubt, man ist vertieft ineinander, man findet sich spannend, man kann schwer voneinander lassen, weil die gemeinsamen Themen so spannend und ehrlich sind und einen so mitreißen. Das ist natürlich der Idealfall. Aber ganz generell sollte man ein aufrichtiges Interesse an dem anderen haben, man sollte sich wohlfühlen, wie schon gesagt, gegenseitig und tiefgründig.“
(Interview KK)

„Wenn der Gesprächspartner sich hineinversetzt, wenn man nicht nur zuhört, sondern den anderen begreift, sich in den anderen hineinzu fühlen und ihn zu

verstehen, das ist bereichernd, wenn es mir gelingt und umgekehrt. So dicht wie möglich an die Wahrheit des anderen zu kommen.“ (Interview CK)

„Austausch ist dann bereichernd, wenn es ein Austausch von beiden Seiten ist, da ist Interesse vom anderen, eine Gegenseitigkeit, interessante Themen, nicht belanglos, dass man etwas mitnimmt, das man sich wohlfühlt, gut aufgehoben.“ (Interview LR)

„Brauche das Gefühl, dass ein aufrichtiges Interesse von beiden Seiten da ist, der Redeanteil gleichmäßig verteilt ist, Keine Selbstdarstellung, sondern Aufrichtigkeit, auch Raum für Stille soll da sein.“ (Interview SR)

„Ganz besonders wichtig ist, dass die andere Person einem gern zuhört. Ich frage gern und höre gern zu, wenn man merkt, dass die andere dabei ist und zuhört ist es schön. Die Themen sind dabei eher irrelevant.“ (Interview TW)

„Zustand in welchem man keine Rolle mehr einnimmt, offenes Gespräch, beide Parteien gleichberechtigt, bindend, so ein Austausch.“ (Interview JW)

„Wichtig ist, dass man den anderen ausreden lässt, dass es um beide geht, wahres Interesse zeigen.“ (Interview JW)

„Man muss etwas gemeinsam haben, auf einer Wellenlänge sein, gleiches Interesse, etwas was einen verbindet. Das man in Euphorie kommt darüber, dass man sich gefunden hat.“ (Interview AS)

„Bereichernd ist, wenn man merkt, dass der andere sich auch öffnet. Wenn nur eine Seite sich öffnet ist es schwieriger.“ (Interview AM)

„Stimmung im Gespräch, gleiche Meinung, eine Wellenlänge. Geht auch in Gruppe, magischer Moment, bei mir immer mit etwas Fröhlichem verbunden, man will mehr mit der Person machen, baut Verbindung auf, hat Zusammengehörigkeitsgefühl.“ (Interview CS)

Eine Übersicht der Phänomene und ihrer stichpunktartigen Definition sowie die jeweiligen Interviewbeispiele und -items bietet *Tabelle 2*.

Tabelle 2: Übersicht der Phänomene mit Definition, Interviewbeispielen und Interviewitems

Phänomen	Definition	Interviewbeispiele	Interviewitems
<p>1. <i>Lebenseuphorie</i></p> <p>&</p> <p>2. <i>(Neue) zwischenmenschliche Beziehungen und soziale Interaktionen als Bereicherung</i></p>	<p>Positivismus, Lebensfreude, Leichtfüßigkeit innerhalb sozialer Beziehungen, soziale Beziehungen als notwendiger Energiespender</p>	<p>„Ich kann Leute mitreißen durch Fröhlichkeit und sie mich auch. Wiedergabe von guter Laune. Pusht einen. Ich bin ein Enthusiast.“ (Interview CK)</p> <p>„Ich habe Lust auf's Leben und Lust auf Menschen und Lust auf neue und tiefsinnige Begegnungen.“ (Interview KK)</p> <p>„Ich erlebe neue soziale Kontexte als euphorisierend.“ (Interview MJ)</p> <p>„Neue soziale Kontexte finde ich positiv, bereichernd, kann ruhig oder aufregend sein, auch wenn die Person gar nicht zu einem passt, ist es trotzdem interessant.“ (Interview LBO)</p>	<p>Ein magischer Moment in zwischenmenschlichen Beziehungen. Was fällt Ihnen dazu spontan ein?</p> <p>Würden Sie sich als einen Menschen bezeichnen, der solche Momente (magische Momente) häufiger oder nicht so häufig erlebt?</p> <p>Zwischenmenschliche Beziehungen im Allgemeinen: Wie würden Sie sich in dieser Hinsicht selbst beschreiben?</p> <p>Wie würden Sie ihre Persönlichkeit beschreiben, spontan und assoziativ in eigenen Worten (z.B. dominante Eigenschaften)?</p> <p>Können Sie sich vorstellen, einer Ihnen unbekannten, aber sympathischen Person, eine verwundbare Seite von sich preiszugeben oder neigen Sie eher dazu Menschen wenig von sich preis zu geben?</p>

<p>3. Anpassungsfähigkeit</p>	<p>Einnahme verschiedener Rollen innerhalb sozialer Kontexte, soziale Flexibilität</p>	<p>„Ich finde neue soziale Situationen spannend, auch wenn herausfordern ist, sich möglichst schnell anzupassen an die andere Person, macht aber Spaß, ich arbeite auch gern mit Menschen die ich neu kennenlerne.“ (Interview MJ)</p> <p>„In der Grupper kann man auch alles sein! Ich kann alles sein.“ (Interview AEA)</p> <p>„Ich bin sowohl Anführer und Meinungsmacher , weil ich sehr aktiv bin, aber ich bin auch eine Vermittlerin, weil ich sehr kooperativ, teamfähig und sensibel bin und mich Gruppen und ihren Themen gut annehmen kann.“ (Interview KK)</p> <p>„Einfindung in Gruppen fällt mir eher leicht. Freue mich neue Leute kennenzulernen.“ (Interview LBO)</p>	<p>Wie empfinden Sie neue soziale Situationen im Allgemeinen?</p> <p>Soziale Kontexte: Einbettung in diese fällt mir eher schwer oder leicht? z.B. Zurechtfindung in neuen Gruppen</p>
-------------------------------	--	--	--

<p>4. <i>Empathie</i></p>	<p>Mitgefühl, Feinfühligkeit, Fähigkeit Stimmungen anderer Personen schnell wahrzunehmen, starke zwischenmenschliche Sensitivität</p>	<p><i>„Ich bin sehr sensibel und sensitiv. Fast zu sehr. Ich würde behaupten, dass ich fast alles spüre, in einer Gruppe oder bei meinem Gegenüber. Manchmal empfinde ich das auch als belastend.“</i> (Interview KK)</p> <p><i>„Vibes und Stimmungen kann ich sehr gut wahrnehmen.“</i> (Interview AEA)</p> <p><i>„Ich möchte den Hintergrund von Menschen erfahren und die Personen besser verstehen. Möchte da feinfühlig sein.“</i> (Interview MJ)</p> <p><i>„Ich finde es schön andere Leute auf tieferer Ebene kennenzulernen.“</i> (Interview CK)</p>	<p>Können Sie die Stimmung und Gefühlslagen anderer Personen schnell wahrnehmen und deuten?</p> <p>Einen emotional verbindenden Austausch mit (auch unbekannten) Menschen erlebe ich als bereichernd?</p>
---------------------------	---	--	---

In *Tabelle 3* sollen nun die nicht-begünstigenden Faktoren für ein Click-Erlebnis zusammengefasst dargestellt werden.

Tabelle 3: Übersicht über nicht begünstigende Phänomene mit Definition, Interviewbeispielen und –items

Phänomene	Definition	Interviewbeispiele	Interviewitems
1. <i>(Neue) zwischenmenschliche Beziehungen und soziale Interaktionen als Anstrengung</i>	Bevorzugung vertrauter sozialer Beziehungen und Umgebungen, Vermeidungsverhalten, Tendenz zu Zurückhaltung, Verschlossenheit & Angestrengtheit (in neuen sozialen Kontexten)	<p>„Magische Momente habe ich eher nicht so häufig. Bin verschlossen neuen Menschen gegenüber, habe seit neun Jahren eine Freundin. Habe großen Freundeskreis, aber sehr geschlossen, schwer jemand neues reinzulassen.“ (Interview CS)</p> <p>„Ich bin nicht direkt offen. Neue soziale Situationen empfinde ich als eher anstrengend. Vertraute Umfelder sind mir lieber.“ (Interview LR)</p> <p>„Ich neige dazu wenig von mir preiszugeben.“ (Interview AM)</p>	<p>Ein magischer Moment in zwischenmenschlichen Beziehungen. Was fällt Ihnen dazu spontan ein?</p> <p>Würden Sie sich als einen Menschen bezeichnen, der solche Momente (magische Momente) häufiger oder nicht so häufig erlebt?</p> <p>Zwischenmenschliche Beziehungen im Allgemeinen: Wie würden Sie sich in dieser Hinsicht selbst beschreiben?</p> <p>Wie würden Sie ihre Persönlichkeit beschreiben, spontan und assoziativ in eigenen Worten (z.B. dominante Eigenschaften)?</p> <p>Können Sie sich vorstellen, einer Ihnen unbekannten, aber sympathischen Person, eine verwundbare Seite von sich preiszugeben oder neigen Sie eher dazu Menschen wenig von sich preis zu geben?</p>
2. <i>Kontrolliertheit</i>	Angst vor Kontrollverlust, eingeschränkter Hedonismus, Tendenz zu Vermeidung von Selbstoffenbarung und Intimität (mit fremden Personen), rational	<p>„Neue soziale Situationen sind nicht so mit Leichtigkeit behaftet. Bin sehr bewusst dabei, muss mich beweisen. Mache mir zu viele Gedanken.“ (Interview AS)</p> <p>„Aufgehen im Moment, loslassen, schwerelos,</p>	<p>Zwischenmenschliche Beziehungen im Allgemeinen: Wie würden Sie sich in dieser Hinsicht selbst beschreiben?</p> <p>Soziale Kontexte: Einbettung in diese fällt mir eher schwer oder leicht? z.B.</p>

		<p><i>das ist Click für mich, aber Angst davor. Ich bin strukturiert, geplant, geordnet, Click wäre die Auflösung davon. Es würde mich faszinieren.“</i> (Interview AM)</p> <p><i>„Ich denke 10 mal mehr darüber nach als einmal zu wenig.“</i> (Interview SR)</p>	<p>Zurechtfindung in neuen Gruppen</p> <p>Wie würden Sie ihre Persönlichkeit beschreiben, spontan und assoziativ in eigenen Worten (z.B. dominante Eigenschaften)?</p> <p>Können Sie sich vorstellen, einer Ihnen unbekannten, aber sympathischen Person, eine verwundbare Seite von sich preiszugeben oder neigen Sie eher dazu Menschen wenig von sich preis zu geben?</p> <p>Würden Sie sich als einen Menschen bezeichnen, der solche Momente (magische Momente) häufiger oder nicht so häufig erlebt?</p>
--	--	--	--

Die Grundvoraussetzungen für ein Click-Erlebnis werden in *Tabelle 4* nachfolgend zusammengefasst dargestellt.

Tabelle 4: Übersicht der Grundvoraussetzungen für ein Click-Erlebnis

Phänomen	Definition	Interviewbeispiele	Interviewitems
1. <i>Gegenseitigkeit und Authentizität</i>	Gegenseitig verbindender Prozess, wahres Interesse, Resonanz, Sympathie	<p><i>„Wenn der Gesprächspartner sich hineinversetzt, wenn man nicht nur zuhört, sondern den anderen begreift, sich in den anderen hineinzu fühlen und ihn zu verstehen, das ist bereichernd, wenn es mir gelingt und umgekehrt. So dicht wie möglich an die Wahrheit des anderen zu kommen.“</i> (Interview CK)</p>	Wie sieht für Sie persönlich ein Gespräch/ eine Begegnung aus, damit Sie diese als positiv, erstrebenswert, bereichernd wahrnehmen?

		<i>„Brauche das Gefühl, dass ein aufrichtiges Interesse von beiden Seiten da ist, der Redeanteil gleichmäßig verteilt ist, Keine Selbstdarstellung, sondern Aufrichtigkeit, auch Raum für Stille soll da sein.“</i> (Interview SR)	
--	--	---	--

7.2.3 NEO FFI-Ergebnisse

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse der NEO FFI Testverfahrens präsentiert und kurz zusammengefasst. *Abbildung 3* zeigt hierbei die durchschnittliche Ausprägung (Prozentränge) der Big Five Faktoren von Clickern und nicht-Clickern.

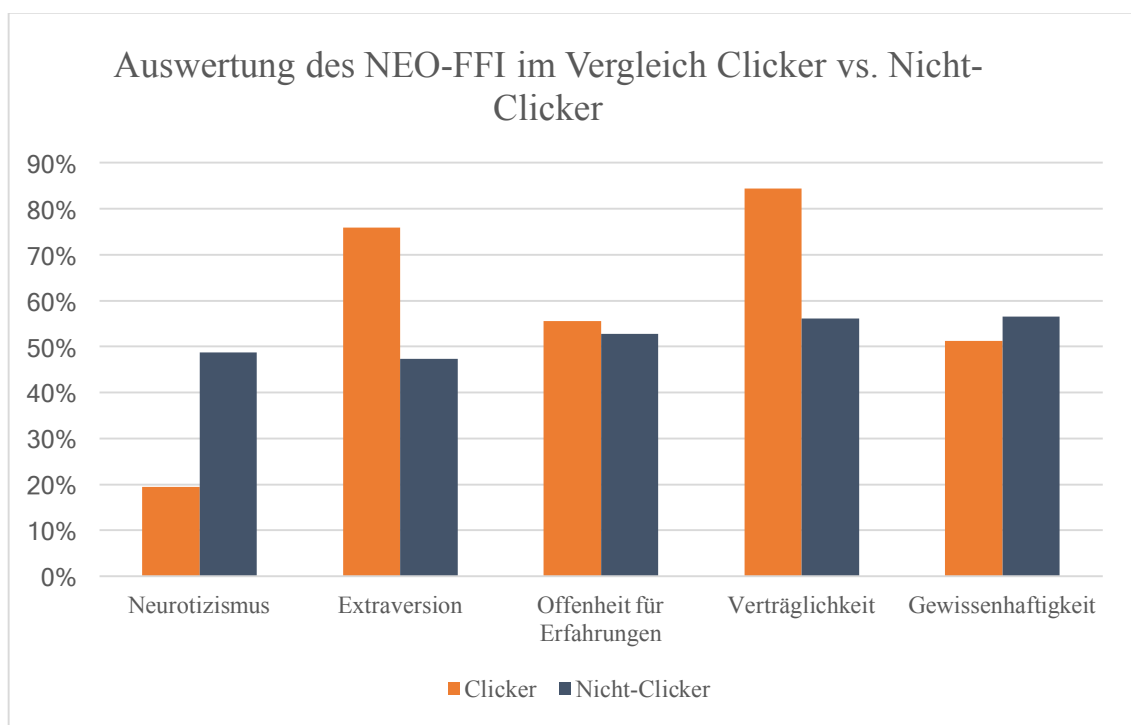


Abbildung 3: Durchschnittliche Ausprägungen (Prozentränge) der Big Five Faktoren von Clickern und nicht-Clickern

Die Abbildung zeigt die mittleren Big Five Ausprägungen (Prozentränge) von Clickern und nicht-Clickern. Ersichtlich ist, dass Neurotizismus, Extraversion sowie Verträglichkeit jene Faktoren darstellen, welche die stärksten Differenzen zwischen beiden

Gruppen aufweisen. Clicker weisen mit einem Prozentrang von 19,48% unterdurchschnittliche Neurotizismuswerte auf, während diese bei nicht-Clickern mit einem Prozentrang von 48,79% durchschnittlich ausgeprägt sind. Extraversion und Verträglichkeit hingegen weisen bei Clickern mit Prozenträngen von 75,85% und 84,34% durchschnittlich sehr hohe Werte auf, während diese bei nicht-Clickern vergleichsweise eher durchschnittlich ausgeprägt sind. Die Werte liegen hier für Extraversion bei 47,32% und bei 56,14% für Verträglichkeit. Die Faktoren Gewissenhaftigkeit und Offenheit für neue Erfahrungen zeigen keine prägnanten Unterschiede zwischen beiden Gruppen. Die Werte liegen hierbei für beide Stichproben mit Prozenträngen von ca. 50% in einem durchschnittlichen Bereich.

7.3 Ergebnisse: Therapeutischer Click

In den folgenden Kapiteln sollen die Ergebnisse der Erhebung zur Thematik des therapeutischen Clicks vorgestellt werden. Dies geschieht in Form einer Falldokumentation, welche sich aus dem Bereich der *Interviewdynamik* und der Beschreibung der *Phänomene* zusammensetzt. Letztere fügen sich aus den anhand der Interviewanalyse selektierten Bedeutungseinheiten zusammen. Anschließend wird der verbindende Zusatzfaktor *Authentizität* beschrieben sowie auf die *therapeutische Grundhaltung* eingegangen. Bevor die Überleitung zur Ergebnisdiskussion erfolgt, wird zugunsten der Übersichtlichkeit am Ende des Kapitels eine zusammenfassende *Phänomen-Tabelle* präsentiert.

7.3.1 Falldokumentation

Die folgenden Abschnitte i.R. der Falldokumentation geben Aufschluss über die Gesprächsdynamik innerhalb der Interviews sowie über die aus diesen Gesprächen abstrahierten Eigenschaftskonstrukte, die Phänomene. Die Interviewdynamik beschreibt hinsichtlich der besprochenen Items den Grad der Partizipation der Probanden, welche sich innerhalb eines emotionalen und kognitiven Kommunikationsspektrums bewegt hat.

An dieser Stelle erwähnenswert ist, dass die ursprünglich vorgesehene Rekrutierung der Forschungsteilnehmer in einem psychotherapeutischen Versorgungszentrum aufgrund von organisatorischen Hürden nicht stattgefunden hat. Als Hürden sind hier beispielsweise die Skepsis der Einrichtungsleiterin bezüglich der Offenheit ihrer psychotherapeutischen

Mitarbeiter und der Länge des Erhebungszeitraums zu nennen. Auf diese Aspekte soll in der Diskussion näher eingegangen werden (s. Kapitel 8.4).

Ein organisatorisches und erhebungsbezogenes Umdenken seitens der Forschungsleiterin ist nötig gewesen, um in Anlehnung an das ursprünglich geplante Setting Probanden zu rekrutieren, die sich in laufender Therapie befanden. Daher hat sich die Rekrutierung schließlich aus dem Arbeits- und Universitätsumfeld sowie dem Bekanntenkreis der Forschungsleiterin ergeben und es sind Probanden rekrutiert worden, die sich entweder in einer laufenden Therapie befanden oder diese bereits abgeschlossen haben. In jedem Fall sind einschlägige Therapieerfahrungen im Teilnehmerfeld vorhanden gewesen. Die Befragungen sind in einer ambulanten Praxis für Verhaltenstherapie in Charlottenburg, den Räumlichkeiten der International Psychoanalytic University Berlin (IPU) sowie in Privathaushalten und öffentlichen Räumen (Café, Park) durchgeführt worden. Trotz der unterschiedlichen Settings ist stets auf eine ungestörte und private Umgebung und Atmosphäre geachtet worden.

Interviewdynamik:

Die Dynamik innerhalb der Interviews lässt sich insgesamt als offen beschreiben. Die Probanden sind der Thematik auf intuitive Weise zugewandt gewesen und haben sich, unabhängig von ihrer vorherigen Auseinandersetzung mit der Grundthematik, auf gefühlsbetonter und sachlicher Ebene mit dem Forschungsgegenstand auseinandergesetzt. Dies hat sich u.a. darin gezeigt, dass der Gesprächsfluss harmonisch verlief und insgesamt von nur sehr wenigen Gesprächspausen begleitet wurde. Der Kontakt zu der Interviewerin hat sich bei der Mehrheit der Probanden als aufgeschlossen und neugierig gestaltet, die Teilnehmenden haben durch die Beantwortung der Fragen im Gesprächsverlauf zunehmend motiviert und interessiert gewirkt. Die flexible Gestaltung der Interviewsettings hat sich zudem spürbar auf den Austausch ausgewirkt, da hierbei auf individuelle Bedürfnisse nach Privatheit, Anonymität und Sicherheit (z.B. im eigenen Wohnbereich) oder Erreichbarkeit (z.B. in der Universität oder Praxis) eingegangen werden konnte.

Als besonders auffallend ist der Unterschied der Gesprächsdynamik bei Probanden zu beschreiben, bei denen eine stimmige und hilfreiche therapeutische Beziehung bestand, im Gegensatz zu Probanden, die diese Erfahrung aktuell nicht teilen. Erstgenannte haben

eine merklich positive und motivierende Atmosphäre innerhalb des Interviews befördert und viele Gedanken bezüglich der Fragestellungen generiert, während Letztgenannte abschnittsweise eine enttäuschte Stimmung kreiert haben und die Ausführlichkeit ihrer Antworten eingeschränkter ausgefallen ist. Allerdings ist zu bemerken, dass die Frage nach dem *idealen* therapeutischen Kontakt („*Wie sieht Ihre/Deine ideale therapeutische Beziehung aus?*“) eine gleichermaßen bestärkende und in Teilen euphorische Stimmung bei allen Probanden zum Vorschein gebracht hat.

Im folgenden Abschnitt werden die aus den Interviews abstrahierten Bedeutungseinheiten in Form von Phänomenen nun näher erläutert.

7.3.2 Phänomene

Die Auswertung der Interviews hat viele Aspekte der therapeutischen Beziehungsarbeit ergeben, die in Form der folgenden Beschreibungen von Eigenschaftsgruppen in die Phänomene *Transparenz*, *Sympathie*, *therapeutische Selbstoffenbarung*, *Atmosphäre*, *Setting*, *Passung* und *Professionalität* zusammengefasst werden. Überdies hat sich gezeigt, dass *Authentizität* als eine Art Querschnittsfaktor fungiert, welcher verbindende und übergreifende Eigenschaften in Bezug auf die Phänomene aufweist. Im Folgenden werden die einzelnen Phänomene, begleitet von Interviewbeispielen, erläutert, um anschließend Rückschlüsse auf die Entstehung eines *therapeutischen Clicks* ziehen zu können.

Transparenz:

Aus den Interviews geht hervor, dass die *klare*, *durchsichtige* und *nachvollziehbare* Gestaltung der angewendeten Techniken, Deutungen und Interventionen von Therapeuten einen wichtigen Aspekt im therapeutischen Austausch und der Festigung der therapeutischen Beziehung darstellen. Der überwiegenden Anzahl der Probanden (7/10) war das Gefühl wichtig, in Bezug auf die angewandten therapeutischen Methoden „nicht im Dunkeln zu tappen“. Aus den Gesprächen wird deutlich, dass das Phänomen der *Transparenz* einen entscheidenden Beitrag zur Wahrnehmung von weiteren Faktoren, wie beispielsweise *Wertschätzung* und *Sicherheit* leistet, denn Therapeuten, die ihre Kommunikation transparent gestalten begegnen ihren Patienten gefühlt „auf Augenhöhe“. Innerhalb des

Themenbereichs der Transparenz haben die Probanden in der Beantwortung der Fragen *klar* und *überzeugt* gewirkt.

Interviewbeispiele:

Es handelt sich bei den folgenden *Interviewbeispielen* nicht um wörtliche Zitate der Probanden (Transkription des Tonbands), sondern um eine Zusammenfassung der Interviewmitschriften der Interviewenden. Die Beschreibungen sind detailgetreu und exakt und geben den gesprochenen Inhalt und die Stimmung der Probanden auf authentische Weise wieder.

„Es ist wichtig dem Patienten mitzuteilen, was in einem als Therapeuten vorgeht“ (S11)

„Er muss Deutungen produzieren, die nicht überstülpend wirken“ (M08)

„Transparenz bei Interventionen und dem Patienten erklären, was der Therapeut plant zu tun bzw. zu bearbeiten und das mit Patienten abklären – auch um eventuelle Widerstände abzuklopfen“ (S11)

Sympathie:

Bereits in der Vorerhebung ist die Bedeutung von *Sympathie* im Zusammenhang mit der Definition des Click-Phänomens deutlich geworden. Auch im therapeutischen Kontext zeigt sich, dass Aspekte wie *Nähe*, *Wertschätzung*, *Attraktion*, *Ausstrahlung*, *Humor* und *Offenheit* einen entscheidenden Einfluss auf das therapeutische Bündnis haben. Diese werden von den Probanden jeweils im Rahmen ihrer *entspannenden* und *befreienden* Wirkung auf das therapeutische Miteinander und auf die *Sympathie* des Therapeuten beschrieben. Alle Probanden, unabhängig von einem aktuellen oder idealisierten therapeutischen Click-Gefühl, haben den Faktor *Sympathie* in mindestens einer seiner Erscheinungsformen als *notwendig* für eine *gelingende Therapie* beschrieben.

Interviewbeispiele:

„sie schaffte es, dass ich mich entspannen kann“ (S092)

*„ich habe oft über unsere Beziehung nachgedacht und wie sie mich sieht“;
„gewisse Art von Attraktivität, aber nicht sexuell, sonst hätte es mich
gehemmt und den Raum verfälscht“ (S02)*

„ich mag ihn als Menschen, aber nicht als Mann“ (S11)

„Humor ist wichtig, aber nicht ironisch oder zynisch“ (S092)

„es wird auch viel gelacht“ (M08)

„eine offene Haltung ist wichtig“ (B01)

Therapeutische Selbstoffenbarung:

Das Konzept der Selbstoffenbarung ist ein wesentlicher Bestandteil des theoretischen Fundaments der vorliegenden Forschungsarbeit. Die Aufteilung in Patienten- und Therapeuten-Selbstoffenbarung wurde in Bezug auf die Interviewfragen vorgenommen, da davon ausgegangen wird, dass Patienten zur Selbstoffenbarung neigen, wenn die therapeutische Beziehung gefestigt ist. Es hat sich zusätzlich gezeigt, dass der Aspekt der therapeutischen Selbstoffenbarung, je nach Ausprägung, die Beziehung zum Patienten *positiv* und *stützend* bereichern oder negativ beeinflussen kann.

Auf Basis der geführten Interviews wird das Phänomen der therapeutischen Selbstoffenbarung daher in drei Teile untergliedert: die *privat-indirekte*, die *authentische* und die *professionell-direkte* Selbstoffenbarung. Probanden haben von den jeweiligen Einflüssen dieser Teilaspekte auf ihr therapeutisches Erleben berichtet und es hat sich gezeigt, dass sowohl die authentische als auch die professionell-direkte Form der therapeutischen Selbstoffenbarung u.a. *levelnd* und *festigend* in die therapeutische Beziehung einwirken. Therapeuten, die sich an diese Formen der Selbstoffenbarung gehalten

haben werden zudem als *präsent, flexibel* und *offen* wahrgenommen, was eine Verbindung zu weiteren beobachteten Phänomenen herstellt.

Interviewbeispiele:

„ist nicht nötig und relevant für die Beziehung“; „gehört da nicht hin“ (M08)

„hat meinen Raum eingenommen“ (M01)

„Gefahr der unreflektierten Übernahme von Ratschlägen, wenn es zu eng wird“ (B01)

„das würde die Beziehungsebene verändern und ich würde einige Dinge nicht erzählen“ (S11)

„er hat in abstinenter Art von sich erzählt, aber immer passend zu meinen Themen“ (K12)

„stimmige Metaebene ihrer Persönlichkeit“ (B01)

„gebraucht Formulierungen losgelöst von eigener Meinung“ (M08)

Atmosphäre:

Aspekte wie *Stimmung, Wärme, Sicherheit, Präsenz* und eine *offene und positive Haltung* des Therapeuten sind im Zuge der Interviewauswertung zu dem Phänomen der *Atmosphäre* vereinigt worden. Der überwiegenden Mehrheit der Probanden (9/10) waren Aspekte dieses Phänomens wichtig. Die Atmosphäre stellt damit für die Probanden einen zentralen Gesichtspunkt für eine *hilfreiche* und *weiterführende* Interaktion dar und bedingt auf diese Weise das therapeutische Fortkommen. Besonders die Facette der fühlbaren, positiv gefärbten Haltung gegenüber den Patienten wird von den Probanden in einer auffallend nachdrücklichen Art beschrieben, wodurch die Wichtigkeit dieses Aspekts auch in der Interviewdynamik deutlich spürbar wurde.

Interviewbeispiele:

„die Erfahrung, dass einem nichts passieren kann in diesem Raum ist sehr besonders“ (B012401); „es herrschte eine entspannte Atmosphäre“ (S11)

„er war bei mir, verbal und nonverbal“; „hat sich an Inhalte erinnert“ (K12)

„positive Grundeinstellung mir gegenüber und meiner Entwicklung innerhalb der Therapie“; „Wertschätzung von allem, was der Pat. einbringt“, „er ist mir gegenüber sehr wertschätzend und ich glaube es ihm auch“ (S11)

Setting:

Das Phänomen Setting wird aus den Faktoren *Frequenz, Raum, Kreativität* sowie *Flexibilität bzw. Anpassungsfähigkeit* konstruiert, welche durch die Probanden individuelle Bedeutungszuschreibungen erhalten.

Die Frequenz bezieht sich für die Probanden beispielsweise auf das *Gefühl der Regelmäßigkeit* und *Dauer*, unabhängig von der Anzahl der Therapiestunden pro Woche oder Monat. Mit dem Raum ist nicht ausschließlich die Aufteilung, Anordnung der Stühle oder die Dekoration gemeint, sondern die geschaffene *Privatheit*, die aus einer empfundenen *Abgeschlossenheit* und *Ungestörtheit* entsteht. Mit der Kreativität, Anpassungsfähigkeit und Flexibilität verhält es sich ähnlich. Diese Faktoren werden von den Probanden im Zusammenhang mit individuellen *Bedürfnissen*, angepasstem *Tempo*, *Interventionen* und der *Erreichbarkeit* des Therapeuten beschrieben.

Interviewbeispiele:

„es ist wichtig, dass die Therapie über einen längeren Zeitraum verläuft, nicht unbedingt hochfrequent, aber über mehrere Erfahrungen hinweg“ (S09)

„abgeschlossener, privater und ungestörter Raum“ (S02)

„Anpassungsfähigkeit bzgl. der individuellen Bedürfnisse“, „nicht zu strenge Rahmenbedingungen“, „hat sich feinführend an mich angepasst“ (S092)

„angepasst an individuelles Tempo“, „kein Druck“, „bietet mir auch an, dass ich mich in Notlagen am Wochenende melden kann“ (S11)

Passung:

Anhand des Konstrukts der *Passung* wird die Konstellation von *Stimmigkeit* über Facetten von *Ähnlichkeit*, *Gegenseitigkeit*, *Verständlichkeit* und *Wertesystemen* verdeutlicht. Therapeuten, die Aspekte der Passung aufgreifen und kommunizieren werden von den Probanden beispielsweise als *verständlicher* und *adäquater* bezeichnet und auf einer Gefühlsebene wird der Effekt auf die *Bindung* und das Empfinden von *Sicherheit* betont. Der Teilaspekt der passenden Wertesysteme wurde nicht als ausschlaggebend für die empfundene Bindung benannt, die Bedeutung für ein *ausgeglichenes Miteinander* ist in den Interviews aber deutlich geworden.

Interviewbeispiele:

„obwohl wir uns von der Persönlichkeit her unterschieden haben, hat es vom Kopf her gepasst, im Gespräch war sofort eine Bindung da und ein Gefühl der Sicherheit“ (S02)

„hat mir zu dem Zeitpunkt das gegeben, was ich brauchte (Vaterfigur)“, „eine individuelle Passung und Angemessenheit muss gegeben sein, um die Art und Weise der Selbstoffenbarung zu wählen oder abzuwägen“ (K12)

„ich muss schon spüren, dass wir politisch oder bezogen auf unsere Werte nicht vollkommen anderer Ansicht sind, sonst kann ich mich nicht auf die Beziehung einlassen.“ (M01)

„Authentizität auch zugunsten der Verständlichkeit aufgeben können“ (S092)

Professionalität:

Als *professionell* empfundene Therapeuten verbinden nach den Aussagen der Probanden Facetten von *bewusster Distanz, Neutralität, Differenziertheit* und *fachlicher Kompetenz*. Zudem sind sie in ihrem Verhalten und Auftreten *stringent, klar* und *gewissenhaft*, was aus Sicht der Befragten Basis für eine *verlässliche* und *stabile* Beziehung ist. Probanden haben sich unter diesen Gegebenheiten zudem *wahrgenommen, sicher* und *respektiert* gefühlt.

Interviewbeispiele:

„es gab ein festes Regelwerk“; „das innere Setting war flexibel, das äußere Setting war strikt“; „Innerhalb des strikten Regelgerüsts konnte ich frei agieren“ (S09)

„Er hat eine längere Probatorik geplant, um Diagnosen sorgfältig abzuklären“, „er hat investiert und mich ernst genommen“ (S11)

„ein Therapeut muss differenziert und flexibel sein im Sinne seiner Fähigkeit, eine individuelle Beziehung zu gestalten, ohne völlig losgelöst von den eigenen Regeln“ (K12)

„Es darf nicht zu schnell zu nah, schön, nett, herzlich, freundlich sein“ (M08)

Querschnittsfaktor Authentizität:

Bereits per Definition schließt der Begriff der Authentizität Aspekte von *Echtheit, Glaubwürdigkeit, Sicherheit, Verlässlichkeit, Wahrheit* und *Zuverlässigkeit* mit ein (Duden online, 2017). Durch die Auswertung der Interviews hat sich gezeigt, dass alle angeführten Phänomene im Zusammenhang mit der empfundenen *Authentizität* der Therapeuten stehen.

Sei es die Fähigkeit, „eine individuelle (therapeutische) Beziehung zu gestalten, ohne völlig losgelöst von der eigenen Art und Regeln (Therapeut) zu handeln“ oder „die eigene Fehlbarkeit“ einzugestehen und für den therapeutischen Prozess – beispielsweise im Bereich therapeutischer Selbstoffenbarung - nutzbar zu machen. Phänomenologisch kann Authentizität als ein omnipräsender Aspekt für die Click-Thematik betrachtet werden und ist anteilig innerhalb aller Phänomene nachzuweisen, weshalb jener Faktor als ein *verbindendes Element* verstanden werden kann. Die Facette der *Menschlichkeit* ist hierbei ein zentraler Bestandteil des Phänomens. Dieser Begriff setzt sich wiederum aus Beschreibungen von Erbarmen, Gnade, Milde, Freundlichkeit und Toleranz zusammen.

Interviewbeispiele:

*„die eigene Fehlbarkeit zugeben und sich nicht über den Patienten erheben“;
„Fähigkeit, eine individuelle Beziehung zu gestalten, ohne völlig losgelöst
von der eigenen Art und Regeln zu sein“ (K12)*

„es muss ein herzliches, echtes Lachen sein“ (S092)

„er ist traurig mit mir, aber nicht enttäuscht in mich“ (S11)

*„Ich bin immer so streng mit mir und sie ist so gnädig zu mir und meiner
Fehlbarkeit“ (B01)*

Therapeutische Grundhaltung:

Neben der verbindenden Eigenschaft der Authentizität hat sich aus den Aussagen der Probanden eine weitere zentrale Komponente abgezeichnet, welche für die Teilnehmenden das Fundament der therapeutischen Verbindung darstellt: die *therapeutische Grundhaltung*. Diese Haltung vereinigt Aspekte von *Neugierde, Offenheit, Respekt, Reflexionsfähigkeit* und im Besonderen *Empathie*. Durchweg alle Probanden haben diese Aspekte in der einen oder anderen Gestalt formuliert und die emotionale Ebene dieser basalen Gegebenheit auch dynamisch verdeutlicht. Aufgrund ihrer konzept- und zustandsübergreifenden Präsenz innerhalb der Befragung und Interviewanalyse, gilt die hier definierte therapeutische

Grundhaltung in der vorliegenden Arbeit, unabhängig von dem individuell erlebten Therapieerfolg, als Basisfaktor einer positiv konnotierten therapeutischen Interaktion.

Aus Gründen der Übersichtlichkeit werden in der folgenden *Tabelle 5* die zuvor beschriebenen Ergebnisse in Form der konzipierten Phänomene zusammengefasst. Dies geschieht durch eine stichpunktartige Definition der Phänomene in Kombination mit einer Auswahl von Interviewbeispielen. Zusätzlich werden die Häufigkeiten der jeweiligen Phänomene innerhalb der Stichprobe genannt. Die Häufigkeiten schließen, unabhängig von der Bewertung der aktuellen therapeutischen Beziehung, Äußerungen zur *idealen* therapeutischen Beziehung mit ein.

Tabelle 5: Übersicht über Häufigkeit und Definition der Phänomene und Zusatzfaktoren mit Interviewbeispielen

Phänomene (und Häufigkeit)	Definition	Interviewbeispiele
Transparenz (7/10)	Techniken, Deutungen, etc., wieso macht der Th. das und das?	„Deutungen produzieren, die nicht überstülpend wirken“ (M08); „Transparenz bei Interventionen und dem Patienten erklären, was der Th. plant zu tun bzw. zu bearbeiten und das mit Pat. abklären – auch um Widerstände abzuklopfen“ (S11)
Sympathie (10/10)	Nähe, Wertschätzung	„sie schaffte es, dass ich mich entspannen kann“ (S092); „
	Attraktion	„ich habe oft über unsere Beziehung nachgedacht und wie sie mich sieht“; „gewissen Art von Attraktivität, aber nicht sexuell, sonst hätte es mich gehemmt und den Raum verfälscht“ (S02); „ich mag ihn als Menschen, aber nicht als Mann“ (S11)
	Humor	„nicht ironisch oder zynisch“ (S092), „es wird auch viel gelacht“ (M08);
	Offenheit	„offene Haltung“ (B01)
therapeutische Selbstoffenbarung (9/10)	Privat (indirekt)	„ist nicht nötig und relevant für die Beziehung“; „gehört da nicht hin“ (M08) „hat meinen Raum eingenommen“ (M01) „kann schnell zu viel sein und überfordern“ (B01) „ich will nichts Persönliches über sie wissen“ (S09), „Gefahr der unreflektierten Übernahme von Ratschlägen, wenn es zu eng wird“ (B01); „das würde Beziehungsebene verändern und ich würde einige Dinge nicht erzählen“ (S11)
	Authentizität (authentische SD)	„persönliche Ebene war nicht hinderlich“; „sie hat sich als Beispiel zur Erläuterung und Verdeutlichung und als Übergang zu Techniken genommen“; „menschlich, levelnd“ (S02); „er hat in abstinenter Art von sich erzählt, aber immer passend zu meinen Themen“ (K12); „sie hat einmal von ihrer eigenen Erfahrung von einer Operation und den Folgen erzählt, aber das war aufgrund meiner Problematik und damit sehr passend gewählt“ (S092), „auf mich eingegangen und beim Thema Körperzufriedenheit

		eigene Ideen eingebracht“, „stimmige Metaebene ihrer Persönlichkeit“ (B01); „hat Beziehung noch enger gemacht, weil er nicht versucht hat eine Distanz aufzubauen“ (N191273)
	Professionell (direkt)	„keine Ratschläge, aber Vorschläge“ (S09), „gebraucht Formulierungen losgelöst von eigener Meinung“ (M08)
Atmosphäre (9/10)	Stimmung	„es hat Spaß gemacht und sich natürlich angefühlt“ (S02); „es herrschte eine entspannte Atmosphäre“ (S11)
	Wärme	„warme Atmosphäre“, „verständnisvoll, vertrauensvoll, einladend“ (K12)
	Sicherheit	„muss Ruhe ausstrahlen“ (S09); „Schweigepflicht und Anonymität“ (S02), „mich machen lassen, auch wenn nichts gesagt wird, aber nicht zu lange schweigen“ (M08), „die Erfahrung, dass einem nichts passieren kann in diesem Raum ist sehr besonders“ (B01); „er ist sehr geduldig“ (S11)
	Präsenz	„Aufmerksamkeit“, „er war „bei mir“, verbal und nonverbal“, „hat sich an Inhalte erinnert“ (K12), „er hat sich mit mir beschäftigt“, „konnte mir folgen, obwohl ich mich selbst als verwirrend empfunden habe“, „ich habe Vertrauen, dass er meine Abwehrmechanismen und Ausweichmanöver mitbekommt“ (M08)
	positive Haltung	„spürbarer Optimismus in das Gute und die Besserung“ (S09); „positive Bestärkung und Grundhaltung dem Patienten gegenüber“ (S02); „positive Grundeinstellung mir gegenüber und meiner Entwicklung innerhalb der Therapie“, „Wertschätzung von allem, was der Pat. einbringt“ (S11)
Setting (9/10)	Frequenz, Raum, Flexibilität /Anpassungsfähigkeit, Kreativität	„es ist wichtig, dass die Therapie über einen längeren Zeitraum verläuft, nicht unbedingt hochfrequent, aber über mehrere Erfahrungen hinweg“ (S09); „abgeschlossener, privater und ungestörter Raum “ (S02) „ Anpassungsfähigkeit bzgl. der individuellen Bedürfnisse“, „nicht zu strenge Rahmenbedingungen“, „hat sich feinführend an mich angepasst“ (S092), „Raum war abgedunkelt, aber angenehm“, „muss verbindlich sein und Verabredungen einhalten“ (M08); „man hat trotz des Settings (Stühle gegenüber) die Möglichkeit, mit dem Blick zu wandern/auszuweichen“ (B01); „angepasst an individuelles Tempo“, „kein Druck“, „bietet mir auch an, dass ich mich in Notlagen am Wochenende melden kann“ (S11)
Passung (6/10)	Ähnlichkeit, Gegenseitigkeit, Wertesysteme, Stimmigkeit, Verständlichkeit	„obwohl wir uns von der Persönlichkeit her unterschieden haben, hat es vom Kopf her gepasst, im Gespräch war sofort eine Bindung da und ein Gefühl der Sicherheit“ (S02); „hat mir zu dem Zeitpunkt gegeben, was ich brauchte“ (K12); „Sprache muss stimmen“, „Authentizität auch zugunsten der Verständlichkeit aufgeben können“ (S092)

Professionalität (7/10)	(bewusste) Distanz, Neutralität	„nicht zu schnell zu nah/schön/nett/herzlich/freundlich“ (M08)
	Stringenz im Verhalten/ Auftreten, Klarheit, Gewissenhaftigkeit	„es gab ein festes Regelwerk“; „das innere Setting war flexibel, das äußere Setting war strikt“ (S09); „längere Probatorik, um Diagnosen abzuklären“, „er hat investiert und mich ernst genommen“ (S11)
	Fachwissen, Kompetenz	„muss gefühlt schlauer sein, als ich“ (S09), „scheint clever und klug zu sein“ (M08)
Authentizität (Zusatzfaktor) (10/10) Therapeutische Grundhaltung (10/10)	Auch: Interesse, Neugierde, Offenheit, Menschlichkeit, Unvoreingenommenheit	„die eigene Fehlbarkeit zugeben und sich nicht über den Patienten erheben“; „Fähigkeit, eine individuelle Beziehung zu gestalten, ohne völlig losgelöst von der eigenen Art und Regeln zu sein“ (K12), „herzliches, echtes Lachen“ (S092); „er ist traurig MIT mir, aber nicht enttäuscht IN mich“ (S11)

Die folgende Graphik in *Abbildung 4* fasst die Verteilung der Phänomene innerhalb der Stichprobe zusammen. Genauer wird deutlich, dass in 9 der 10 Interviews eine *Phänomenkombination* aus Sympathie und Atmosphäre vorkommt.

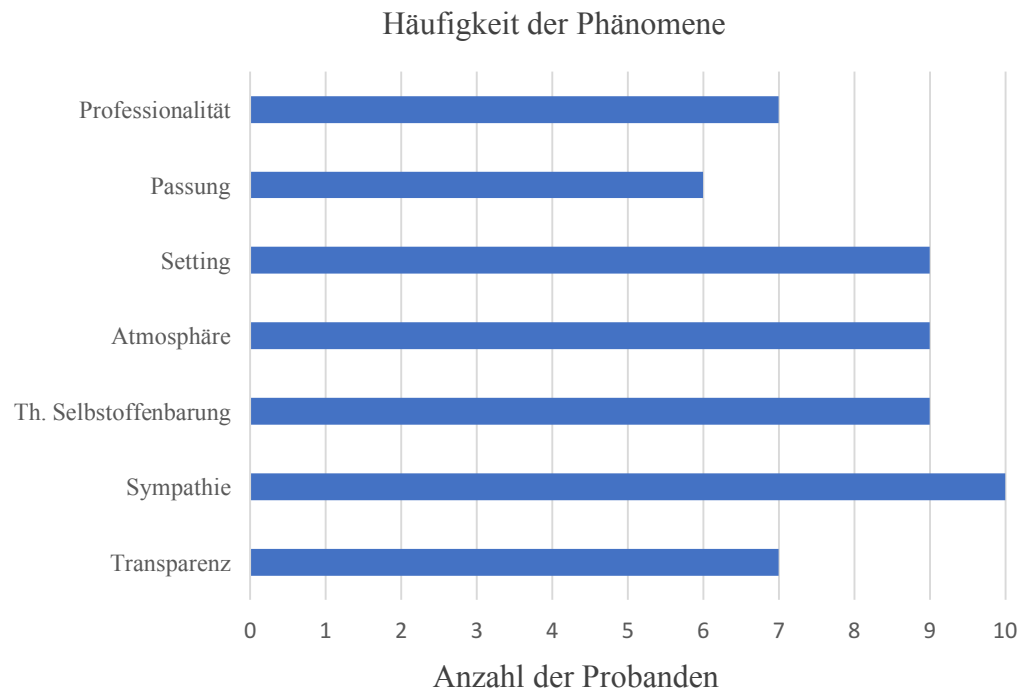


Abbildung 4: Häufigkeit der Phänomene über die Stichprobe verteilt

8 Diskussion

8.1 Diskussion: Click-Persönlichkeit und Grenzen

Extraversion & Verträglichkeit:

Deutlich zu erkennen ist, dass sowohl Extraversion als auch Verträglichkeit jene Big Five Faktoren darstellen, welche die größte Relevanz für ein Click-Erlebnis aufweisen. Ersichtlich ist, dass beide Faktoren hierbei durchaus notwendige, aber keine hinreichenden Variablen darstellen. Auch unter den nicht-Clickern befinden sich verträgliche und extravertierte Personen, allerdings zeigen die mittleren Prozentrang-Werte, dass sowohl Verträglichkeit als auch Extraversion innerhalb der Clicker Gruppe durchschnittlich höher ausgeprägt sind, als in der nicht-Clicker Stichprobe. Der Mittelwert der Prozentränge liegt hierbei bei den Clickern bei 75,85% für Extraversion und bei 84,34% für Verträglichkeit. Beide Werte sind überdurchschnittlich hoch ausgeprägt. Die Reichweite (*range*) der Prozentränge umfasst bei Extraversion Werte von 56,39%-99,83%. Ersichtlich wird hier, dass keiner der Clicker unterdurchschnittliche Extraversionswerte aufweist, sondern maximal durchschnittliche. Für den Faktor Verträglichkeit sieht es ähnlich aus. Die Reichweite der Prozentränge umfasst hier Werte von 56,70%-99,50%. Auch hier gibt es keine Person, die unterdurchschnittliche Werte aufweist.

In der Gruppe der nicht-Clicker liegt der durchschnittliche Prozentrang-Wert für Extraversion bei 47,32%. Die Reichweite umfasst hierbei Werte von 11,67%-95,28%. Deutlich wird, dass innerhalb dieser Gruppe stark unterdurchschnittliche Werte vertreten sind. Auch für den Faktor Verträglichkeit zeigt sich ein ähnliches Ergebnis. Der mittlere Prozentrang-Wert liegt hierbei bei 56,14%, während die Reichweite dabei zwischen Werten von 2,65%-98,14% liegt. Auch hier zeigt sich die Existenz von Personen, die stark unterdurchschnittliche Werte aufweisen. Durchschnittlich fallen die mittleren Prozentränge für beide Faktoren in der Gruppe der nicht-Clicker deutlich niedriger aus, als für die Gruppe der Clicker, bei welchen die Werte für beide Faktoren eine mittlere, überdurchschnittlich hohe Ausprägung zeigen.

Beide Ergebnisse sind sinnvoll und stringent mit den aus dem Theorieteil erlangten Erkenntnissen. Extraversion und Verträglichkeit sind jene Faktoren, die den größten

Stellenwert für soziale Beziehungen aufweisen, weshalb mindestens durchschnittliche bis hohe Ausprägungen sich als notwendig für Personen erweisen, die zum häufigeren Clicken neigen. Spannend zu beobachten und eine wahrscheinlich wichtige Erkenntnis ist hierbei der Faktor der Stärke der Click-Ausprägung.

Innerhalb beider Gruppen existieren Personen, bei welchen die Einteilung in die jeweilige Gruppe leicht und ohne bestehende Zweifel ausfällt. Diese Personen sind in der Regel jene, die überdurchschnittlich viele der Click-begünstigenden Phänomene und zusätzlich hohe Werte in Extraversion sowie Verträglichkeit aufweisen.

Es zeigen sich allerdings ebenfalls in beiden Gruppen Probanden mit unterschiedlich starken Ausprägungen, also beispielsweise „hochfrequentierte-Clicker“ und eher „niedrigfrequentierte-Clicker“, die dennoch Clickern zuzuordnen sind. Deutlich wird hier also eine verschieden starke Ausprägung der Click-Momente (bezogen auf Frequenz und in Teilen auch Intensität) innerhalb Personen beider Gruppen. Interessanterweise weisen drei Probanden, welche sich innerhalb der Clicker-Gruppe eher im schwächer ausgeprägten Bereich befinden (Zuordnung durch Phänomene und Big Five), für ihre Gruppe alle eher durchschnittliche Werte in Extraversion (Prozentrang: 56,39%, 68,24% & 68,75%) und eine der drei Personen ebenfalls durchschnittliche Werte in Verträglichkeit (Prozentrang: 56,70%) auf.

Schlussfolgernd kann daraus die Annahme abgeleitet werden, dass höhere Ausprägungen sowohl in Extraversion als auch in Verträglichkeit (gekoppelt mit den innerhalb der qualitativen Erhebung ermittelten Faktoren) Auswirkungen auf die Stärke der Click-Ausprägung haben. Je extravertierter und verträglicher eine Person also ist und desto mehr Click-Eigenschaften allgemein vorhanden sind (Phänomene), je höher ist ihre Click-Frequenz und damit ihre Click-Ausprägung.

Neurotizismus:

Der Zusammenhang zu dem Faktor Neurotizismus und Selbstoffenbarung hat im theoretischen Teil dieser Arbeit kurz Erwähnung gefunden. Untersuchungen haben hierbei gezeigt, dass Personen mit höheren Neurotizismuswerten ihrem Gegenüber unter der

Bedingung hoher Intimität genauso viel enthüllen, wie unter der Bedingung niedriger Intimität, obgleich sie die hoch bzw. niedrig intime Enthüllung ihres Gesprächspartners durchaus unterschiedlich intim einschätzen (Cunningham & Strassberg, 1981). Jene dort ermittelten Erkenntnisse sind stringent mit einem beobachteten Phänomen, welches sich innerhalb dieser Erhebung zeigen konnte.

Jene Faktoren die sich nicht-begünstigend auf ein Click-Erlebnis auswirken (*(neue) zwischenmenschliche Beziehungen und soziale Interaktion als Anstrengung sowie Kontrolliertheit*) weisen in der Tendenz Anteile von Verschlossenheit, Zurückhaltung und weniger Selbstoffenbarung gegenüber Fremden auf. Personen die wenig oder gar nie klicken, zeigen verstärkt Eigenschaften, die diesen beiden Phänomengruppen zuzuordnen sind. Spannend hierbei ist jedoch, dass sich innerhalb der nicht-Clicker Gruppe dennoch zwei Probandinnen befinden, die zu starker Selbstoffenbarung vor fremden Personen neigen. Beide Personen weisen überdurchschnittlich hohe Neurotizismus-Werte auf (Prozentrang: 87,87% & 62,10%), was die Neurotizismus-Selbstoffenbarungs-Annahme in diesem Fall bestätigt bzw. dieses Verhalten auf die hohen Neurotizismus-Ausprägungen zurückzuführen sein könnte (Prüfung innerhalb größerer Stichprobe erforderlich).

Die mittleren Neurotizismus-Werte der nicht-Clicker liegen in einem durchschnittlichen Bereich (Prozentrang: 48,79%), während Clicker im Mittel sehr niedrige Werte aufweisen (Prozentrang: 19,48%). Vermuten ließe sich hierbei, dass die geringen Neurotizismus-Werte der Clicker sich in Form geringerer Ängste und Hemmungen sowie einem souveräneren Umgang innerhalb sozialer Beziehungen ausdrücken, was sich wiederum positiv auf ein Click-Erlebnis auswirkt.

Gewissenhaftigkeit und Kontrolliertheit:

Zu starke Kontrolliertheit konnte innerhalb dieser Erhebung als kontraproduktiver Faktor für ein Click-Erlebnis ermittelt werden. Da Kontrolliertheit als Facette von Gewissenhaftigkeit angesehen wird, könnte angenommen werden, dass Clicker im Mittel geringere Gewissenhaftigkeitswerte aufweisen, als Personen der nicht-Clicker Gruppe. Die Ergebnisse dieser Stichprobe können diese Annahme nicht bestätigen. Beide Gruppen weisen im Mittel in etwa identische Gewissenhaftigkeitswerte auf (durchschnittliche

Prozentränge beider Gruppen bei ca. 50%). Zwar lässt sich, bezogen auf die Einzelwerte, innerhalb der Clicker-Gruppe eine Tendenz zu durchschnittlichen bis unterdurchschnittlichen Gewissenhaftigkeitswerten erkennen, jedoch lässt das Ergebnis eines Clicker-Probanden (Gewissenhaftigkeit Prozentrang: 96,21%) eine verallgemeinernde Aussage dahingehend nicht zu. Es ist also anzunehmen, dass jene Facetten die phänomenologisch für Kontrolliertheit sprechen, noch weitere Anteile greifen, die jenseits des Big Five Faktors Gewissenhaftigkeit anzuordnen sind.

Bezogen auf den theoretischen Teil dieser Arbeit wäre zusätzlich anzunehmen, dass Clicker durchschnittlich höhere Gewissenhaftigkeitswerte aufweisen, als nicht-Clicker (Bezug: Empathie, Responsivität, etc.). Jene Annahme lässt sich innerhalb dieser Erhebung nicht bestätigen.

Phänomene qualitative Untersuchung:

Die qualitative Erhebung konnte spannende Erkenntnisse erzielen. Zum einen lassen sich Aspekte aufzeigen, die für alle Personen als Grundvoraussetzung für ein Click-Erlebnis gelten, unabhängig davon ob es sich dabei um Clicker oder nicht-Clicker handelt. Phänomenologisch zeigt sich, dass ein authentisches Interesse am Interaktionspartner, ein gegenseitiger und ausbalancierter Austausch sowie eine Grundsympathie, die für die andere Person empfunden wird, fundamental und notwendig erscheinen. Jene Faktoren sind schlüssig und stringent mit den aus dem Theorieteil gewonnenen Erkenntnissen (z.B. dyadischer Effekt, Magie, Präsenz). Innerhalb dieser Erhebung konnte sich zeigen, dass es zwar Personen gibt, die viele Eigenschaften aufweisen, welche für einen Click prädestinieren, fehlt aber das authentische Interesse am Interaktionspartner, wird es nicht zu einem Click-Erlebnis kommen, was das Beispiel eines Probanden dieser Erhebung verdeutlicht. Jene Person weist zwar einige prägnante Eigenschaften für Clicker auf (z.B. Anpassungsfähigkeit und Extraversion), allerdings fehlt jener Person das authentische Interesse an seinem Gegenüber (Präsenz). Zusätzlich weist diese Person stark unterdurchschnittliche Verträglichkeitswerte auf. Dieses Beispiel verdeutlicht zum einen die Prägnanz des Faktors Authentizität, zum anderen demonstriert es, dass es sich beim Click-Phänomen immer um eine sehr spezifische Kombination verschiedener Faktoren handelt.

Die zwei Click-begünstigenden Phänomene (*Lebenseuphorie und (neue) zwischenmenschliche Beziehungen und soziale Interaktion als Bereicherung*) sind bezogen auf die Phänomenlage dieser Untersuchung jene Faktoren, die am fundamentalsten mit einem Click in Verbindung stehen. Alle Clicker weisen Eigenschaften auf, die sich phänomenologisch hier einordnen lassen. Hier ist also von notwendigen und voraussetzenden Aspekten zu sprechen, welche allerdings wenig Trennschärfe aufweisen, da die Phänomene eine starke Ähnlichkeit aufweisen, weshalb sie auch im Ergebnisteil unter einem Punkt gemeinsam aufgeführt worden sind. Beide Aspekte haben etwas mit Positivismus zutun - einerseits dem Leben gegenüber ganz allgemein, andererseits innerhalb sozialer Beziehungen. Ebenfalls weisen beide Phänomene anteilig Facetten auf, die mit dem Faktor Extraversion in Verbindung stehen.

Die Kombination aus jenen zwei Aspekten, gekoppelt mit *mindestens durchschnittlichen* Extraversions- und Verträglichkeitswerten sind, bezogen auf die Ergebnisse dieser Untersuchung hinreichend, um der Gruppe der Clicker zugeordnet werden zu können. Die Präsenz zusätzlicher Eigenschaften (z.B. Empathie, Anpassungsfähigkeit, etc.) verstärkt hierbei lediglich die Click-Ausprägung.

An dieser Stelle wichtig zu erwähnen ist, dass durchaus auch lebensfrohe und positive Personen in der Gruppe der nicht-Clicker vorhanden sind, durchschnittlich aber (so haben es die Interviews ergeben) sind diese Eigenschaften hier nicht so hoch ausgeprägt, wie bei den Clickern oder andere wichtige Click-Aspekte fehlen. Lebensfrohe nicht-Clicker zum Beispiel weisen in der Erhebung niedrige Extraversionswerte auf oder neigen zu starker Kontrolliertheit. Auch hier zeigt sich erneut, dass die Kombination und somit die Passung der Eigenschaften für einen Click von zentraler Bedeutung ist.

Dass die Aspekte (*neue) zwischenmenschliche Beziehungen und soziale Interaktion als Belastung* zu empfinden und *Kontrolliertheit* sich eher kontraproduktiv auf ein Click-Erlebnis ausüben und daher phänomenologisch verstärkt innerhalb der nicht-Clicker Gruppe vertreten sind, ist schlüssig und stringent zu den Phänomenen, die sich begünstigend auf ein Click-Erlebnis auswirken.

Phänomenologisch zeigt sich in der Untersuchung ebenfalls eine Tendenz der Clicker empathisch zu agieren und eine gute Anpassungsfähigkeit aufzuweisen. Jene Aspekte sind begünstigend, aber stellen keine Voraussetzung dar.

Hierbei ist wichtig zu erwähnen, dass eine gute Anpassungsfähigkeit einen Unterschied zu Anpasstheit darstellt. Eine außergewöhnliche Anpassungsfähigkeit beschreibt jene Fähigkeit, die Brafman & Brafman (2011) als Naturtalent beschreiben. Es geht hierbei um die Fähigkeit sich innerhalb sozialer Kontexte schnell zu adaptieren, zu spüren was benötigt wird, Feingefühl für das Notwendige und innerhalb des Kontextes Erwünschte zu besitzen und inmitten verschiedener Kontexte und verschiedener Personen den richtigen Ton zu treffen. Das Resultat sind angenehme „Partner“ innerhalb der sozialen Welt - in der Regel strahlen diese Menschen Sympathie und Vertrauen aus und sind in zwischenmenschlichen Settings von großer Beliebtheit. Anpasstheit beschreibt dabei eher einen Zustand der Konformität - konform agieren lässt es sich allerdings auch ohne Existenz von Sympathie und sozialer Sensibilität.

Die ermittelten Ergebnisse sind stringent und weisen einen sinnvollen Bezug zum Literaturteil dieser Arbeit auf. Ob von einer Click-Persönlichkeit zu sprechen ist, bleibt fraglich, vielmehr erscheint die Einteilung in Clicker (Personen die dazu fähig sind mit fremden Personen zu klicken und dies auch vermehrt tun) und nicht-Clicker (Personen die selten, nie oder nur mit vertrauten Personen klicken) sinnvoller. Von einer Click-Persönlichkeit zu sprechen wäre, bezogen auf die Ergebnisse dieser Untersuchung, nur denkbar und sinnvoll, wenn eine Person alle Click-begünstigenden Aspekte sowie überdurchschnittlich hohe Extraversions- und Verträglichkeitswerte aufweist. Innerhalb dieser Erhebung existiert eine Probandin, die alle Grundvoraussetzungen der Click-Persönlichkeit umfasst.

Grenzen

Eine größere und weitere Stichprobe (Anzahl, Alter und soziodemographischer Hintergrund der Teilnehmer) wäre, vor allem bezogen auf die Erhebung mittels des NEO FFI, sinnvoll gewesen. Da die Untersuchung aber sowohl einen quantitativen wie auch einen qualitativen

Teil umfasst hat, war es innerhalb des zeitlichen Rahmens nicht möglich weitere Probanden zu befragen.

Der Faktor Empathie konnte innerhalb dieser Untersuchung als prägnante Eigenschaft für ein Click-Erlebnis ermittelt werden. Jene Annahme geht auf den qualitativen Erhebungsteil zurück und benötigt demnach quantitative Absicherung, beispielsweise durch validierte Empathietestverfahren. Gleiches gilt für die Kontrolliertheit als nicht-begünstigenden Faktor für ein Click-Erlebnis.

Die allgemeinen qualitativen Gütekriterien können einerseits als Grenze, aber auch als Chance angesehen werden. Als Grenze, weil jene eine streng standardisierte Erhebung nicht ermöglichen, als Chance, weil sie dem Forscher mehr Raum innerhalb des Forschungskontextes ermöglichen.

In Teilen schwierig gestaltete sich beispielsweise die Einteilung, ab wann eine Person in der Frequenz häufig genug clickt, um als Clicker definiert zu werden. Hierbei kam es tatsächlich auf die subjektive Interpretation des Probanden und des Forschers an, wie häufig also häufig genug zu sein scheint. Ebenfalls die Zuordnung in Clicker und nicht-Clicker Gruppen oder gar eine Click-Persönlichkeit zu bestimmen fiel nicht gänzlich leicht. Bezogen auf diese Erhebung ist klar zu äußern, dass das subjektive Urteil des Forschers für den Teil der Auswertung schwer von der Forschungsthematik abzugrenzen war, was zwar als Aspekt qualitativer Forschung betrachtet und auch genutzt wird, es jedoch die Phänomeninterpretation in Teilen komplizierter gestaltet hat. Ganz unweigerlich und wahrscheinlich besonders deshalb, weil das Click-Konstrukt nicht einfach und präzise zu fassen ist, ist man auch als Forscher nicht frei davon, Personen als Clicker oder nicht-Clicker zu definieren, je nachdem von welcher Atmosphäre eine Interviewdynamik geprägt war und welche Gefühle der Gegenübertragung sich dort eingestellt haben. Der Forschungsgegenstand als solches ist von einer äußerst persönlichen Note geprägt, was seinen Reiz ausmacht, aber auch Schwierigkeiten erzeugt. Eine zusätzliche quantitative Absicherung, im besten Fall durch ein validiertes Click-Erhebungstool für zukünftige Untersuchungen würde hier den Idealfall darstellen. Derzeit existiert ein solches Messinstrument noch nicht.

Als erleichternd für den gesamten empirischen Prozess erwies sich allerdings das sehr umfangreiche und starke theoretische Gerüst dieser Arbeit. Jenes hat sich äußerst

hilfreich auf den Auswertungsprozess ausgewirkt. Es fungierte als eine Art Sicherheitsgerüst, innerhalb einer noch sehr jung erforschten Thematik. Ebenfalls die sorgfältige Phänomenanalyse und die schrittweise und gewissenhafte Vereinheitlichung dieser Phänomene brachte eine Ordnung und Struktur in die Thematik.

Das Fehlen ausreichender quantitativer Absicherung kann als größte Grenze dieser Arbeit beschrieben werden und ist für Folgestudien und zur Absicherung der ermittelten Erkenntnisse unentbehrlich und notwendig.

8.2 Diskussion: Therapeutischer Click und Grenzen

In den folgenden Abschnitten werden die gefundenen Zusammenhänge der Phänomene und Annahmen der sensibilisierenden Konzepte diskutiert. Im Anschluss soll der Entstehung und Bedingung eines sogenannten therapeutischen Clicks sowie dessen Bedeutung für die therapeutische Beziehung nachgegangen werden. Der *Mediatoreffekt* von Authentizität auf die herausgebildeten Phänomene im therapeutischen Bündnis soll ebenfalls ausgeführt werden, um dessen verbindenden Charakter darzulegen. Anschließend werden mögliche Einschränkungen der Untersuchung erörtert sowie Anreize für künftige Forschungsarbeiten gegeben.

Phänomene und sensibilisierende Konzepte:

Vor dem Hintergrund des eingangs beschriebenen Click-Phänomens war der forschungsleitende Ansatz dieser Arbeit, die Möglichkeiten für die Entstehung eines sogenannten therapeutischen Clicks und dessen Auswirkungen innerhalb des therapeutischen Settings zu erforschen. Auf Grundlage der Auswertung zweier Vorerhebungen, dem persönlichen und analytischen Vorwissen sowie der Beurteilung des theoretischen Materials, wurde eine Verbindung der Faktoren *Selbstoffenbarung*, *Gegenseitigkeit*, *Sicherheit*, *Spontaneität* und *Anpassungsfähigkeit* und der Entstehung eines therapeutischen Clicks überprüft. In Anlehnung hierzu wurde ein Erhebungsinstrument mit unterschiedlichen Items konstruiert, um diese Vorannahmen im Rahmen eines problemzentriert halbstrukturierten Interviews bei den Probanden abzufragen. Die Analyse dieser Interviews hat gezeigt, dass sich auf Basis der vier zusammengefassten Vorannahmen und der Aussagen der Probanden insgesamt sieben Eigenschaftsgruppen konstruieren lassen.

Die erste Vorannahme ist davon ausgegangen, dass die *therapeutische Selbstoffenbarung* innerhalb des Therapiesettings neben ihrer förderlichen Wirkung auf die Bindung zum Patienten (z.B. Ziv-Beiman, 2013) hinsichtlich der Art und Weise ihrer Darbietung weiter differenziert werden muss (Audet, 2011). Die Auswertung der Gespräche hat ergeben, dass Probanden selbstoffenbarende Äußerungen ihrer Therapeuten in der Tat als hilfreich und zentral für die therapeutische Beziehung erachten, diese sich in der Praxis

aber nach individuellen Bedürfnissen der Patienten richten und nur in ihrer hilfreichen Form (*authentisch* und *professionell*) angewendet werden sollten.

Die Unterteilung der therapeutischen Selbstoffenbarung lässt sich hiernach und in Anlehnung an bestehende theoretische Konzepte (Audet, 2011) in eine *indirekt-private*, *authentische* und *professionell-direkte* Form einteilen. Es hat sich gezeigt, dass erstgenannte Form nicht zu einer verbesserten therapeutischen Verbindung beiträgt. Probanden haben in diesen Fällen von Gefühlen der Irritation und Überforderung sowie von der empfundenen Missachtung einer professionellen Distanz berichtet. Zudem bewege sich der inhaltliche und emotionale Fokus weg vom Patienten, was die Beziehung zwischen Therapeut und Patient zu strapazieren scheint.

Der Unterschied der beiden *förderlichen* Formen therapeutischer Selbstoffenbarung, der *authentischen* und *professionellen* Selbstoffenbarung, besteht in der technischen Einbindung persönlicher Informationen. Bei der authentischen Selbstoffenbarung nutzen Therapeuten die Vorzüge einer persönlichen Ebene, indem sie in *abstinenter* Art von eigenen Erfahrungen berichten, diese jedoch auf die individuellen Themen der Patienten ausrichten. Bei der professionell-direkten Selbstoffenbarung berührt der Therapeut die persönliche Ebene nur insoweit, als dass er sich als Projektionsfläche anbietet und in diesem Zusammenhang Gefühlsregungen kommentiert oder Deutungen losgelöst von der eigenen Meinung formuliert. Laut der Interviewauswertung, können sich Patienten bei diesen beiden Formen der Selbstoffenbarung auf die angebotene professionell-persönliche Ebene einlassen, ohne sich in ihrem privaten Raum eingeschränkt oder überfordert zu fühlen. Es ist zudem deutlich geworden, dass bestimmte Ausprägungen der therapeutischen Selbstoffenbarung von Patienten verlangt werden, um einerseits eine Beziehung herzustellen und andererseits eine Art Ausgleich innerhalb der asymmetrischen Beziehung von Therapeut und Patient herzustellen. Hiermit ist gemeint, dass Patienten es bewusst oder unbewusst begrüßen, wenn der Therapeut durch seine authentische Selbstoffenbarung einen interpersönlichen Aspekt in die professionelle Beziehung einfließen lässt. An dieser Stelle wird zudem die Verknüpfung zu Facetten intentionaler zwischenmenschlicher Interaktion, wie beispielsweise das Angleichen auf eine gemeinsame Ebene, deutlich.

Aus den Aussagen der Probanden wird zudem ersichtlich, dass integrative und anderen Schulen gegenüber offene Therapeuten, Momente der Selbstoffenbarung besser und

hilfreicher vermitteln und in das therapeutische Geschehen einbinden können. Die Probanden beschreiben eine Art *integrierten* oder *internalisierten* Therapeuten und um diese Integration zu erreichen und zulassen zu können, wird eine individuell angepasste und angemessene Form der therapeutischen Selbstoffenbarung verlangt, welche die persönlich-private Ebene nicht erreicht. Die Vorannahme hat sich hinsichtlich der förderlichen Wirkung bestimmter Formen der therapeutischen Selbstoffenbarung demnach bestätigt.

Die zweite Vorannahme hat Aspekte der *Gegenseitigkeit* und *Ähnlichkeit* in der Therapie mit besonderem Fokus auf die dynamischen Variablen des *Flows* und der *Resonanz* in Verbindung mit dem Erlebnis eines therapeutischen Clicks gebracht (L. Aron, 2006; Beucke, 2008; Brafman & Brafman, 2011; Jaenicke, 2008). Die Auswertung der Interviews zeigt, dass die Hälfte der Probanden über Aspekte des Phänomens der *Passung* berichten oder sich diese in einer idealen therapeutischen Beziehung wünschen. Vor dem theoretischen Hintergrund der Gegenseitigkeit oder Intersubjektivität zeigt sich zudem, dass Teilaspekte dieses Phänomens, wie Ähnlichkeit, Stimmigkeit oder Verständlichkeit, Gefühle von Geborgenheit und Sicherheit hervorgerufen haben. Probanden haben im Zusammenhang mit diesen Faktoren von einer tieferen Bindung zu ihren Therapeuten über kognitive oder emotionale Kanäle berichtet, was zudem den verbindenden Charakter dieses Phänomens hervorhebt.

Obschon die Definition des Click-Phänomens von einer generellen Passung ausgeht und für viele Probanden im therapeutischen Setting „einfach alles gepasst“ (z.B. S092) hat, scheint es nicht eindeutig auf die therapeutische Beziehung übertragbar zu sein. Teilaspekte des hier gebildeten Phänomens werden im Sinne ihrer Auswirkungen auch in anderen Phänomenen erkannt (z.B. Sicherheit, Geborgenheit), was den Bedarf einer trennschärferen Definition des Phänomens der Passung im Zusammenhang mit der Ergründung des therapeutischen Clicks verdeutlicht. Andererseits besteht die Möglichkeit die Passung, ähnlich wie den Faktor der Authentizität, als übergeordneten Aspekt der Beziehungsförderung zu begreifen (Jaenicke, 2008).

Auf Grundlage der Forschungsergebnisse von Farber (2003a, 2003b) und Farber et al. (2004) sowie in Verbindung mit der Click-Definition von Brafman und Brafman (2011) wurde in der dritten Vorannahme der Aspekt der empfundenen *Sicherheit* innerhalb des Therapiesettings mit der Entstehung eines therapeutischen Clicks in Beziehung gesetzt. Dieser Faktor sollte sich, so die Hypothese, aus weiteren Aspekten, wie der Atmosphäre und

der professionellen Präsenz des Therapeuten, zusammensetzen. Die Auswertung hat unterstützend hierzu gezeigt, dass die Phänomene *Sympathie*, *Atmosphäre* und *Professionalität* aus Sicht der Probanden zu eben diesem empfundenen Sicherheitsgefühl beitragen. Besonders die Kombination aus Sympathie und Atmosphäre, hat sich in 9 von 10 Interviews widerspiegelt, was ihre Bedeutung für die Entstehung eines als sicher empfundenen Rahmens in der Therapie hervorhebt. Zudem ist im Zuge der Interviewauswertung deutlich geworden, dass als intensiv empfundene Interventionen, wie Provokationen und Konfrontationen, nur für Patienten funktionieren, wenn zuvor eine tragfähige und *vertrauensvolle* therapeutische Basis erarbeitet wurde. Ein wichtiger, moderierender Faktor scheint hierbei die empfundene *Distanz* zwischen Therapeut und Patient, welche den Aussagen der Probanden zufolge, das Gefühl von Unsicherheit bestärkt und Vorbehalte gegenüber der heilenden Wirkung bestimmter Interventionen schürt. Ein vertrauensvoller Rahmen wiederum ermöglicht Patienten den Zugang zu ihrer empfindlichen Seite und vereint somit das Konzept des Click-Beschleunigers *Verletzlichkeit* (Brafman & Brafman, 2011) mit der oben erwähnten Kombination von Atmosphäre, Sympathie und Professionalität.

In der vierten Vorannahme wurde davon ausgegangen, dass *spontanes* und *anpassungsfähiges* Verhalten des Therapeuten (Brafman & Brafman, 2011) die *unmittelbare Vertrautheit* der Patienten fördert und dieses sich somit positiv auf einen therapeutischen Click ausübt. In diesem Zusammenhang sind die aus den Interviews abstrahierten Eigenschaftsgruppen des *Settings* und der *Transparenz* hervorzuheben, die zum einen in Bezug auf die Frequenz, den Raum oder die Flexibilität und zum anderen auf die transparente Kommunikation von Interventionen und Techniken zu verstehen sind. Es hat sich gezeigt, dass insbesondere die Teilaspekte des Phänomens *Setting* für 9 von 10 Probanden eine tragende Rolle in der Entstehung eines stabilen Umgebungserlebens in der Therapie spielen. Hierzu gehört die Verlässlichkeit der therapeutischen Interaktion (*Frequenz*), der ungestört private *Raum* sowie die Anpassungsfähigkeit der Therapeuten an die individuellen Bedürfnisse (*Flexibilität*) der Patienten. Jeder dieser Teilaspekte funktioniert innerhalb dieses Phänomens losgelöst von seiner zuteilenden Bezeichnung und fungiert hier im Grunde auf einer Metaebene seiner Bedeutungszuschreibungen.

Therapeutischer Click, Authentizität und therapeutische Grundhaltung:

Die Häufigkeiten der Phänomene innerhalb der als förderlich und hilfreich beschriebenen therapeutischen Beziehungen zeigen, dass in diesen Interviews mindestens 6 der 7 Phänomene angesprochen wurden. Es ist daher anzunehmen, dass eine Kombination von mindestens 6 der 7 Phänomene zu einer erfolgreichen Beziehung zwischen Therapeut und Patient führt. Dies lässt jedoch auch den Schluss zu, dass einzelne Phänomene nicht ohne Weiteres zu einer förderlichen therapeutischen Beziehung beitragen. Eine Kombination dieser Eigenschaftsgruppen scheint somit eine zentrale Rolle in der Entstehung eines therapeutischen Clicks zu spielen.

Sympathie und *Atmosphäre* sind die beiden Phänomene, die überwiegend zusammen und unabhängig von einem aktuell als positiv und hilfreich bewerteten therapeutischen Bündnis beobachtbar sind. Diese Phänomene vereinen u.a. Aspekte von *Sicherheit*, *Präsenz*, einer *positiven Haltung*, *Nähe*, *Offenheit* und *Humor*. Es ist daher anzunehmen, dass sie für die Mehrheit der Probanden Basisfaktoren für einen therapeutischen Austausch darstellen oder idealerweise darstellen sollten. In der Hälfte der Fälle insgesamt war eine Phänomenkonstellation aus *Atmosphäre*, *Sympathie*, *Setting*, *therapeutischer Selbstoffenbarung* und *Passung* zu beobachten. Die Probanden berichteten hier jeweils von positiven und hilfreichen und teilweise *magischen* Erfahrungen der therapeutischen Beziehung.

Von den 7 aus Patientensicht erforschten therapeutischen Beziehungen, in denen ein Click seitens der Probanden stattgefunden hat, weisen 6 Interviews eine Phänomenkombination aus *Sympathie*, *Atmosphäre*, *therapeutischer Selbstoffenbarung (authentisch und professionell)*, *Setting* und *Professionalität* auf. Die Vorannahmen decken sich demzufolge mit den Ergebnissen der Phänomenanalyse und eine Kombination dieser fünf Phänomene scheint eine zentrale Rolle in der Entstehung eines therapeutischen Clicks zu spielen.

In Kombination mit der jeweils beschriebenen Interviewdynamik wird zudem deutlich, dass der Faktor der *Authentizität* die einzelnen Phänomene verbindet und ineinander übergehen lässt, eine klare und trennscharfe Unterscheidung der Aspekte ist daher nicht möglich. Andererseits müssen zwischenmenschliche Beziehungen, so auch

therapeutische Beziehungen, auf einem Kontinuum des emotionalen Austauschs betrachtet werden (Rogers, 1987). Der ineinandergreifende Charakter der beobachteten Phänomene kann dieses Kontinuum somit greifbar machen.

Authentizität ist in Kombination mit unterschiedlichen Phänomenen von der Mehrzahl der Probanden explizit erwähnt worden und in allen Interviews implizit nachvollziehbar abgebildet. Insbesondere in Verbindung mit Aspekten der *therapeutischen Grundhaltung* wird die essentielle Bedeutung beider Faktoren deutlich, da hier, wie für jeden gelingenden interpersonellen Austausch zentrale Eigenschaften wie *Interesse*, *Respekt*, *Unvoreingenommenheit*, *Reflexionsfähigkeit* und *Empathie* beschrieben werden (Pearce & Sharp, 1973; Powell, 1969; Rosenfeld, 1979).

Durch diese Beobachtungen lässt sich zusammenfassend davon ausgehen, dass durch eine Kombination von mindestens 5 der 7 definierten Phänomene mit der Verknüpfung von Atmosphäre und Sympathie als Voraussetzung sowie in Verbindung mit der als Basis beschriebenen therapeutischen Grundhaltung und der authentischen Ausführung der einzelnen Phänomene, ein therapeutischer Click entsteht.

Zusätzliche Resultate:

Neben den auf Basis der Vorannahmen untersuchten Faktoren zur Entstehung eines therapeutischen Click-Erlebens, hat die Analyse der Interviews ergänzende Ergebnisse befördert, die im Folgenden kurz Erwähnung finden sollen.

Ein Motiv, welches von einigen Probanden thematisiert wurde, ist die empfundene *Attraktivität* der Therapeuten. Hier ist deutlich geworden, dass die Attraktivität des Therapeuten einen hemmenden Effekt auf die Dynamik des therapeutischen Austauschs hat. Probanden haben in diesem Zusammenhang berichtet, dass sie sich Therapeuten gegenüber nicht öffnen können, die sie als attraktiv wahrgenommen haben. Attraktivität im therapeutischen Kontext wurde zudem als hinderlich in Bezug auf den losgelösten Raum beschrieben. Es ist anzunehmen, dass Attraktivität über die unbewusste oder bewusste Verbindung zu sexuellem Interesse eine für den therapeutischen Kontext zu intime Beziehung vorstellbar macht. Die hierdurch ausgelösten Mechanismen des unbewussten

oder bewussten Werbens verfälschen dann möglicherweise den Aspekt der *Verletzlichkeit*, welcher nachgewiesenermaßen eine zentrale Rolle für eine förderliche therapeutische Beziehung spielt.

Die Aussagen der Probanden zu weiteren Umgebungsfaktoren zeigen zudem, dass die *Persönlichkeit des Therapeuten* auch indirekt durch den Einrichtungsstil, die Dekoration oder die äußere Erscheinung übermittelt wird und, neben Körperhaltung, Gestik, Ausdruck und Prosodie, einen beziehungsfördernden Charakter hinsichtlich der empfundenen *Nähe* hat. Dies untermauert die Annahme, dass therapeutische Abstinenz und Neutralität sehr differenziert zu betrachtende Konzepte darstellen (Tschacher & Storch, 2012) und nur schwer in einem so speziellen Austausch, wie dem der Therapiesituation, einzuhalten sind.

Die Analyse der Interviews hat zudem Aspekte eines für den therapeutischen Click *nicht-begünstigende Eigenschaften* hervorgebracht. Hierzu gehören beispielsweise Erfahrungen der Probanden von Provokations- und Konfrontationsinterventionen innerhalb der therapeutischen Behandlungen, die eine vertrauensvolle Bindung zum Therapeuten beeinträchtigen oder verhindert haben, da sie zu frühzeitig eingesetzt worden sind. Ähnlich verhält es sich mit „grenzüberschreitenden Erfahrungen“ der Probanden, wie Berührungen oder bestimmter, die individuell intime Thematik der Patienten anscheinende, Kommentare seitens der Therapeuten. Die Basis für derlei Interventionen scheint daher ein stabiles Vertrauensbündnis zwischen Patient und Therapeut zu sein, welches, wenn es zu früh im Behandlungszeitraum strapaziert wird, zu Irritationen oder gar zum Bruch führen kann. Eine tiefe und somit hilfreiche professionelle Ebene scheint in diesen Fällen nicht mehr erreichbar. Ein weiterer ungünstiger Faktor ist eine „unprofessionelle Emotionalität“, welche Patienten in ihrem eigenen emotionalen Raum überfordert und zu Rückzugtendenzen führen kann. Hierbei ergeben sich Parallelen zu der Anwendung und Nützlichkeit therapeutischer Selbstoffenbarung, die zuvor erwähnt wurden.

Diese zusätzlich erhobenen Extrakte der Interviewauswertung können im Rahmen dieser Forschungsarbeit nicht näher verfolgt werden, bieten aber Anreiz zur Entwicklung weiterer Forschungsfragen und deren Untersuchung.

Grenzen

Der Aspekt der geringen Stichprobengröße und die relative Homogenität der Probanden bezüglich ihrer Herkunft und ihrem Bildungsgrad haben möglicherweise limitierende Auswirkungen auf die Generalisierbarkeit der Forschungsergebnisse. Allerdings ist eine geringe Stichprobengröße in qualitativen Forschungsdesigns nicht ungewöhnlich und kann diese Einschränkung durch die Fülle der Daten sowie die Nähe zum Untersuchungsgegenstand ausgleichen (Knox et al., 1997).

Grenzen in der Erhebung möglicher Parameter eines Click-Moments im therapeutischen Setting haben sich in der Rekrutierung der Probanden gezeigt. Der geschützte Raum einer Psychotherapie erschwert es einer externen dritten Person einen Zugang zur gewünschten Stichprobe zu erhalten, ohne die empfundene Sicherheit und das entgegengebrachte Vertrauen an das Therapiesetting durch den Gegenstand der Forschungsinstrumente einzuschränken. Das zu Beginn der Erhebung angedachte Setting des psychotherapeutischen Versorgungszentrums hätte den Probanden diesen geschützten und bekannten Rahmen bieten können und somit die Bedürfnisse der Patienten nach Sicherheit, Schutz und Wahrung ihrer Anonymität erfüllt. Leider war es nicht möglich die Vorbehalte der Einrichtungsleitung gegenüber der organisatorischen Durchführung zu beseitigen.

Letztlich wäre die schulenspezifisch einseitige Einbindung der Probanden in einen verhaltenstherapeutischen Rahmen für die vorliegende Grundlagenarbeit ohnehin zu eindimensional gewesen. Schließlich wurden die Probanden in einem umstrukturierten Prozess über soziale Medien aus dem Bekanntenkreis und der universitären Umgebung sowie über den beruflichen Zugang in einer verhaltenstherapeutischen Praxis rekrutiert. Dieses veränderte Vorgehen hat zum einen den Nachteil, dass sich nicht alle Probanden zum Zeitpunkt der Erhebung in einer aktuell laufenden Therapie befunden haben. Zum anderen muss davon ausgegangen werden, dass durch die Überschneidung zumindest der im Universitäts- und Bekanntenkreis beworbenen Probanden, Einschränkungen der Daten hinsichtlich sozialer Erwünschtheit vorhanden sind. Demgegenüber kann die Nähe zur Interviewleiterin als positiv für die Schaffung einer einladenden und vertrauensvollen Atmosphäre gewertet werden.

Bezüglich der *zusätzlich* gewonnenen Ergebnissextrakte ist zu betonen, dass diese im Rahmen der vorliegenden Arbeit nicht ausführlicher bearbeitet werden konnten. Zudem handelt es sich bei dieser Forschungsarbeit um eine Grundlagenforschung, was bedeutet, dass die hier erhobenen Daten und deren Deutung durch weitere Folgeuntersuchungen falsifizierbar gemacht werden müssen.

9 Fazit und Ausblick

Deutlich geworden ist, dass es sich bei dem Click, im therapeutischen persönlichkeitspsychologischen Kontext um eine komplexe und facettenreiche Thematik handelt. Eben diese Vielschichtigkeit des Gegenstandes hat jene Forschungsreise positiv beflügelt sowie vor Herausforderungen gestellt. Die vielen verschiedenen Aspekte, welche die Thematik prägen, gestalten es schwierig das Thema in seiner Ganzheit zu greifen und fördern Wegabzweigungen und Verirrungen in benachbarte Forschungsgebiete, welche den Forschungsprozess zwar progressiv fördern, jedoch auch gelegentlich erschweren. Das Konstrukt zu fassen und die wesentlichen und wichtigen Phänomene zu bestimmen, war hierbei die größte Herausforderung, welche die Auseinandersetzung mit dem Gegenstand mit sich gebracht hat. Jene zu meistern, ist vor allem durch die zeitintensive Auseinandersetzung mit der Thematik gelungen. Das theoretische Gerüst sowie die qualitative Vor- und Haupterhebung haben dabei geholfen den Gegenstand immer besser zu verstehen und einzugrenzen. Hierbei hat sich vor allem die qualitative Untersuchung als besonders hilfreich und positiv erwiesen, da jene einen Raum für neue Erkenntnisgewinnung sowie für Kreativität und Progressivität geboten hat. Kritische Gedankenkonstrukte haben somit innerhalb des Forschungsprozesses Raum erhalten, was durch die nur wenig einengende Methode befördert wurde. Insgesamt kann die Methodenwahl für die Art der hier formulierten Fragestellungen als äußerst passend beschrieben werden. Diese hat maßgeblich zum Erkenntnisgewinn dieser Grundlagenarbeit beigetragen und spannende erste Zugänge zu der komplexen Thematik befördert. Verschiedene, aus der Theorie gewonnene Erkenntnisse haben gezeigt, dass sich diverse Faktoren des Clicks begünstigend auf therapeutische Beziehungen sowie interpersonelle Verbindungen allgemein auswirken.

Bezogen auf die Therapieforschung darf frei nach Jaenicke (2008) nicht davon ausgegangen werden, dass eine Symmetrie zwischen Patient und Therapeut besteht. Allerdings soll die immense Wichtigkeit beziehungsfördernder Prozesse und Interventionen hervorgehoben werden und Abstand von dem Mythos unbedingter Neutralität, Abstinenz und Objektivität zugunsten intrinsisch intersubjektiver Prozesse genommen werden, was für die begünstigende Wirkung eines Clicks innerhalb des therapeutischen Settings spricht. Die Passung bzw. Ähnlichkeit hingegen, hat sich innerhalb dieser Erhebung als kein zentral begünstigender Faktor hinsichtlich des therapeutischen Clicks herausgestellt.

Die Existenz Click-begünstigender Faktoren im therapeutischen Setting kann konsistent mit Erkenntnissen aus der Theorie sowie den hier erhobenen empirischen Daten positiv beantwortet werden.

Im Bereich der Persönlichkeitspsychologie konnte anhand theoretischer Erkenntnisse, aber auch der hier erhobenen Ergebnisse gezeigt werden, welche bedeutende Wirkung jener magische Moment für zwischenmenschliche Beziehungen in sich birgt. Die Existenz einer Click-Persönlichkeit bleibt hierbei dennoch fraglich. Deutlich festgestellt werden konnte jedoch, dass sehr wohl begünstigende Eigenschaften vorherrschen, die eben jenen Moment maßgeblich positiv beeinflussen. Denkbar wäre es hierbei von Click-Persönlichkeitseigenschaften zu sprechen. Die hier durchgeführte Untersuchung konnte dahingehend sehr aufschlussreiche Ergebnisse aufzeigen, die als Grundlage für weitere Untersuchungen dienen können.

Innerhalb beider Erhebungen war der Faktor der Sympathie von zentraler Bedeutung. Ohne Sympathie ist die Entstehung eines Click-Moments nicht möglich, weder innerhalb des therapeutischen Settings, noch in persönlichen Beziehungen. Sympathie ist die Basis und der Nährboden - der Katalysator, der den Click maßgeblich beeinflusst. Aber was genau ist Sympathie und über welche konkreten Aspekte entsteht ebendiese? Welche Aspekte sind es, die hier aufeinandertreffen damit Personen Sympathie füreinander empfinden? Und führt der Click zur Apperzeption dieser oder ist die Sympathie wirklich die vorherrschende Grundvoraussetzung für ebenjenen? Hierbei kann sich also die „Henne-oder-Ei-Frage“ gestellt werden. Eine annehmbare und mit der Theorie konsistente Hypothese wäre, dass der Aspekt der Ähnlichkeit zweier Personen Sympathie befördert. Jene Mutmaßung müsste in Folgestudien überprüft werden. Zur genaueren Determination und Eingrenzung der für Sympathie relevanten Wirkungsprozesse und der Weiterentwicklung des Click-Phänomens wäre hierbei eine Schnittstelle beider Forschungsthematiken für die Zukunft sinnvoll, interessant und von Bedeutung.

Eine weitere spannende Erkenntnis ist die Existenz nicht-begünstigender Click-Faktoren, welche sowohl im therapeutischen Setting als auch im Bereich der Persönlichkeitsforschung ersichtlich geworden sind. Jene geben im persönlichkeitspsychologischen Kontext Hinweise über „Anti-Click-Eigenschaften“, deren weitere Untersuchung von Bedeutung sein könnte. Sowohl begünstigende als auch nicht-

begünstigende Click Eigenschaften, könnten im Bereich der Persönlichkeitsforschung für die Untersuchung arbeitsweltlicher sowie partnerschaftlicher Kontexte von Bedeutung sein. Interessante Thematiken für Folgestudien wären hierbei beispielsweise *Berufserfolg, Berufspassung, Persönlichkeits-Passung innerhalb von Partnerschaften, Langlebigkeit des Click-Moments, Clicker innerhalb partnerschaftlicher Beziehungskontexte, wie lang nährt der Glücksmoment*, (etc.). Für den therapeutischen Kontext wird bei der Betrachtung jener Eigenschaften die Frage aufgeworfen, welchen und ob jene nicht-begünstigenden Eigenschaften einen Einfluss auf den Therapieerfolg haben.

Um in der Gesamtbetrachtung der hier vorgestellten Forschungsergebnisse einen generellen Unterschied zwischen „Clickern“ und „Nicht-Clickern“ in Bezug auf den Therapieerfolg untersuchen zu können, ist eine longitudinale quantitative Erhebung mit einer größeren Stichprobe sowie zwei oder mehr Untersuchungszeitpunkten notwendig. In Anlehnung an Erträge aus dem Bereich der Therapieprozessforschung hat sich der Vorteil von Langzeitstudien hinsichtlich des gemessenen Therapieerfolgs bestätigen können. In diesem Zusammenhang muss die Entwicklung eines Click-Fragebogens verfolgt werden, welcher Items zu beiden in dieser Forschungsarbeit untersuchten Fragestellungen mit einbezieht. Zudem wird die Kombination aus qualitativen und quantitativen Forschungsmethoden empfohlen. Beispielsweise können Expertenbefragungen (z.B. Therapeuten) integriert werden, um die ganzheitliche Beleuchtung der Forschungsthematik sicherzustellen. Im Anschluss hierzu empfiehlt sich eine Untersuchung im Rahmen der Evaluationsforschung, um die Wirksamkeit eventuell entwickelter Click-Interventionen (Therapie-Setting) zu überprüfen. Ein weiterer Aspekt ist die Untersuchung mit Hilfe von Videos, um die Mimik und Gestik der Interviewpartner in die Forschung mit einbeziehen zu können (z.B. Mimikry-Forschung).

Zieht man die basale Struktur der vorliegenden Forschungsarbeit in Betracht, ist es denkbar, grundlegende Erkenntnisse hinsichtlich der Therapeuten-Patienten-Beziehung mit bereits bestehenden Forschungsergebnissen in diesem Bereich zu vereinen und somit auf die grundlegende therapeutische Haltung zu übertragen.

Literaturverzeichnis

- Altmeyer, M., & Thomä, H. (2006). *Die vernetzte Seele* (H. Thomä Ed.). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Archer, R. L. (1979). Role of personality and the social situation. *Self-disclosure*, 28-58.
- Aron, A., Fisher, H., Mashek, D. J., Strong, G., Li, H., & Brown, L. L. (2005). Reward, motivation, and emotion systems associated with early-stage intense romantic love. *Journal of neurophysiology*, 94(1), 327-337.
- Aron, L. (1996). *A meeting of minds: Mutuality in psychoanalysis* (Vol. 4). Hillsdale, New Jersey: The Analytic Press, Inc.
- Aron, L. (2006). Analytic impasse and the third: Clinical implications of intersubjectivity theory. *The International Journal of Psychoanalysis*, 87(2), 349-368.
- Atwood, G., & Stolorow, R. (1984). Structures of subjectivity *Explorations in psychoanalytic phenomenology*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.
- Audet, C. T. (2011). Client perspectives of therapist self-disclosure: Violating boundaries or removing barriers? *Counselling Psychology Quarterly*, 24(2), 85-100. doi:10.1080/09515070.2011.589602
- "Authentizität". (2017). Abgerufen von <http://www.duden.de/node/680362/revisions/1669131/view>
- Bachhofen, A. (2012). Trauma und Beziehung. *Grundlagen eines intersubjektiven Behandlungsansatzes*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Back, M. D., Baumert, A., Denissen, J. J., Hartung, F. M., Penke, L., Schmukle, S. C., . . . Wagner, J. (2011). PERSOC: A unified framework for understanding the dynamic interplay of personality and social relationships. *European Journal of Personality*, 25(2), 90-107.
- Barrett, L. F., & Pietromonaco, P. R. (1997). Accuracy of the five-factor model in predicting perceptions of daily social interactions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23(11), 1173-1187.
- Batson, C. D. (1991). *The altruism question*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Batson, C. D. (2009). These things called empathy: eight related but distinct phenomena. In J. Decety & W. Ickes (Eds.), *Social neuroscience. The social neuroscience of empathy* (pp. 3 - 15). Cambridge, Mass.: MIT Press.
- Bayne, R. (1977). The meaning and measurement of self-disclosure. *British Journal of Guidance & Counselling*, 5(2), 159-166. doi:10.1080/03069887708258111
- Berg, J. H., & Archer, R. L. (1982). Responses to self-disclosure and interaction goals. *Journal of Experimental Social Psychology*, 18(6), 501-512.
- Berry, D. S., & Hansen, J. S. (2000). Personality, nonverbal behavior, and interaction quality in female dyads. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(3), 278-292.
- Beucke, H. (2008). Intersubjektivität. *Forum der Psychoanalyse*, 24(1), 3-15. doi:10.1007/s00451-007-0333-x
- Bickel-Renn, S. (2010). Wenn es» klick «macht: Intuition und innere Achtsamkeit in der systemischen Praxis. *Kontext*, 41(3), 189-199.

- Boszormenyi-Nagy, I., & Spark, G. M. (2001). *Unsichtbare Bindungen: die Dynamik familiärer Systeme*: Klett-Cotta.
- Brafman, O., & Brafman, R. (2011). *CLICK. Der magische Moment in persönlichen Begegnungen*: Beltz.
- Brewere, M. B., & Mittelman, J. (1980). Effects of normative control of self-disclosure on reciprocity. *Journal of Personality*, 48(1), 89-102.
- Burger, J. M., Messian, N., Patel, S., del Prado, A., & Anderson, C. (2004). What a coincidence! The effects of incidental similarity on compliance. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(1), 35-43.
- Burke, W. F. (1992). Countertransference disclosure and the asymmetry/mutuality dilemma. *Psychoanalytic Dialogues*, 2(2), 241-271.
- Byrne, D. (1997). An overview (and underview) of research and theory within the attraction paradigm. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14(3), 417-431.
- Canevello, A., & Crocker, J. (2010). Creating good relationships: responsiveness, relationship quality, and interpersonal goals. *Journal of personality and social psychology*, 99(1), 78.
- Caspi, A., Herbener, E. S., & Ozer, D. J. (1992). Shared experiences and the similarity of personalities: a longitudinal study of married couples. *Journal of personality and social psychology*, 62(2), 281.
- Certner, B. C. (1973). Exchange of self-disclosures in same-sexed groups of strangers. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 40(2), 292.
- Chaikin, A. L., Derlega, V. J., Bayma, B., & Shaw, J. (1975). Neuroticism and disclosure reciprocity. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43(1), 13.
- Cheng, C. M., & Chartrand, T. L. (2003). Self-monitoring without awareness: using mimicry as a nonconscious affiliation strategy. *Journal of personality and social psychology*, 85(6), 1170.
- Clark, L. A., & Watson, D. (1999). Temperament: A new paradigm for trait psychology. *Handbook of personality: Theory and research*, 2, 399-423.
- Cohen, B. (2005). The intimate self-disclosure. *The San Francisco Jung Institute Library Journal*, 24(2), 31-46.
- Collins, N. L., Kane, H. S., Metz, M. A., Cleveland, C., Khan, C., Winczewski, L., . . . Prok, T. (2014). Psychological, physiological, and behavioral responses to a partner in need: The role of compassionate love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 31(5), 601-629.
- Costa, P. T., & MacCrae, R. R. (1992). *Revised NEO personality inventory (NEO PI-R) and NEO five-factor inventory (NEO-FFI): Professional manual*: Psychological Assessment Resources, Incorporated.
- Cozby, P. C. (1973). Self-disclosure: a literature review. *Psychological Bulletin*, 79(2), 73.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal performance*: New York: Harper and Row.
- Cunningham, J. A., & Strassberg, D. S. (1981). Neuroticism and disclosure reciprocity. *Journal of Counseling Psychology*, 28(5), 455.
- Cuperman, R., & Ickes, W. (2009). Big Five predictors of behavior and perceptions in initial dyadic interactions: Personality similarity helps extraverts and

- introverts, but hurts “disagreeables”. *Journal of personality and social psychology*, 97(4), 667.
- Curtis, J. M. (1982). The effect of therapist self-disclosure on patients' perceptions of empathy, competence and trust in an analogue psychotherapeutic interaction. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 19(1), 54.
- Damasio, A. R. (2003). *Looking for Spinoza: Joy, sorrow, and the feeling brain*: Houghton Mifflin Harcourt.
- Davis, D. (2015). Moments of meeting: A self psychological approach. *International Journal of Psychoanalytic Self Psychology*, 10(1), 69-79.
- Davis, D. (2017). Living inside the moment. In S. Lord (Ed.), *Moments of Meeting in Psychoanalysis: Interaction and Change in the Therapeutic Encounter* (pp. 336). London: Routledge.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of personality and social psychology*, 44(1), 113-126.
- Derlega, V. J., & Chaikin, A. L. (1975). *Sharing intimacy: What we reveal to others and why*: Prentice-Hall.
- Derlega, V. J., & Chaikin, A. L. (1977). Privacy and self-disclosure in social relationships. *Journal of Social Issues*, 33(3), 102-115.
- Dryden, W. (1990). Self-disclosure in rational-emotive therapy *Self-disclosure in the therapeutic relationship* (pp. 61-74). New York: Plenum Press.
- Dunniece, U., & Slevin, E. (2000). Nurses' experiences of being present with a patient receiving a diagnosis of cancer. *Journal of Advanced Nursing*, 32(3), 611-618.
- Eysenck, S., & Barrett, P. (2013). Re-introduction to cross-cultural studies of the EPQ. *Personality and Individual Differences*, 54(4), 485-489.
- Farber, B. A. (2003a). Patient self-disclosure: A review of the research. *Journal of Clinical Psychology*, 59(5), 589-600.
- Farber, B. A. (2003b). Self-disclosure in psychotherapy practice and supervision: An introduction. *Journal of Clinical Psychology*, 59(5), 525-528.
- Farber, B. A., Berano, K. C., & Capobianco, J. A. (2004). Clients' Perceptions of the Process and Consequences of Self-Disclosure in Psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology*, 51(3), 340.
- Finke, J. (2004). *Gesprächspsychotherapie: Grundlagen und spezifische Anwendungen*: Georg Thieme Verlag.
- Fisher, M. (1990). The shared experience and self-disclosure *Self-disclosure in the therapeutic relationship* (pp. 3-15): Springer.
- Fredrickson, B. L. (2003). The value of positive emotions. *American scientist*, 91(4), 330-335.
- Freud, S. (1914). Weitere Ratschläge zur Technik der Psychoanalyse II. Erinnern, Wiederholen und Durch-arbeiten. *Gesammelte Werke*, Bd 10: Imago, London.
- Freud, S. (1916-17). *Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse* Vol. XI.
- Funder, D. C., & Sneed, C. D. (1993). Behavioral manifestations of personality: an ecological approach to judgmental accuracy. *Journal of personality and social psychology*, 64(3), 479.
- Giesemann, K. (2010). Der Gegenwartsmoment in der psychotherapeutischen Arbeit. *Psychotherapie*, 15, 64-72.

- Girsberger, A. (2012). *Methodenhandbuch system- und lösungsorientierter Interventionen* (pp. 53).
- Goldfried, M. R., Burckell, L. A., & Eubanks-Carter, C. (2003). Therapist self-disclosure in cognitive-behavior therapy. *Journal of Clinical Psychology*, 59(5), 555-568. doi:10.1002/jclp.10159
- Goldstein, E. G. (1994). Self-disclosure in treatment: What therapists do and don't talk about. *Clinical Social Work Journal*, 22(4), 417-433.
- Gouldner, A. W. (1960). The norm of reciprocity: A preliminary statement. *American sociological review*, 161-178.
- Helfferrich, C. (2009). Übungsteil III: Die Interaktion im Interview–Dynamik und Gestaltung *Die Qualität qualitativer Daten* (pp. 119-166): Springer.
- Husserl, E. (1970). *The crisis of European sciences and transcendental phenomenology: An introduction to phenomenological philosophy*: Northwestern University Press.
- Ickes, W., Buysse, A., Pham, H., Rivers, K., Erickson, J. R., Hancock, M., . . . Gesn, P. R. (2000). On the difficulty of distinguishing “good” and “poor” perceivers: A social relations analysis of empathic accuracy data. *Personal Relationships*, 7(2), 219-234.
- Ignatius, E., & Kokkonen, M. (2007). Factors contributing to verbal self-disclosure. *Nordic Psychology*, 59(4), 362-391. doi:10.1027/1901-2276.59.4.362
- Jaenicke, C. (2008). *The risk of relatedness: Intersubjectivity theory in clinical practice*: Jason Aronson.
- Jordan, J. V. (1986). *The meaning of mutuality*. Wellesley, Mass.: Stone Center for Developmental Services and Studies, Wellesley College.
- Jourard, S. M. (1959a). Healthy personality and self-disclosure. *Mental Hygiene*. New York.
- Jourard, S. M. (1959b). Self-disclosure and other-cathexis. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 59(3), 428.
- Jourard, S. M. (1971). Self-disclosure: An experimental analysis of the transparent self.
- Jourard, S. M., & Landsman, M. J. (1960). Cognition, cathexis, and the "dyadic effect" in men's self-disclosing behavior. *Merrill-Palmer Quarterly of Behavior and Development*, 6(3), 178-186.
- Jourard, S. M., & Lasakow, P. (1958). Some factors in self-disclosure. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 56(1), 91.
- Jung, C. G. (1971). Psychological types, volume 6 of The collected works of CG Jung. *Princeton University Press*, 18, 169-170.
- Kilduff, M., & Day, D. V. (1994). Do chameleons get ahead? The effects of self-monitoring on managerial careers. *Academy of Management Journal*, 37(4), 1047-1060.
- Knox, S., Hess, S. A., Petersen, D. A., & Hill, C. E. (1997). A qualitative analysis of client perceptions of the effects of helpful therapist self-disclosure in long-term therapy. *Journal of Counseling Psychology*, 44(3), 274.
- Kohut, H. (1981). *Die Heilung des Selbst* (E. Vom Scheidt, Trans.). Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- König, K. (2013). *Abstinenz, Neutralität und Transparenz in psychoanalytisch orientierten Therapien*. Stuttgart: Klett-Cotta.

- Lazarus, A. A. (1985). Setting the record straight. *American Psychologist*, 40(12), 1418-1419.
- Li, J., Tian, M., Fang, H., Xu, M., Li, H., & Liu, J. (2010). Extraversion predicts individual differences in face recognition. *Communicative & integrative biology*, 3(4), 295-298.
- Lieberman, M. D., & Rosenthal, R. (2001). Why introverts can't always tell who likes them: multitasking and nonverbal decoding. *Journal of personality and social psychology*, 80(2), 294.
- Maslow, A. H., Frager, R., & Fadiman, J. (1970). *Motivation and personality* (Vol. 2): Harper & Row New York.
- Mayring, P. (2002). *Einführung in die qualitative Sozialforschung*.
- Mayring, P. (2010). Qualitative inhaltsanalyse. *Handbuch qualitative Forschung in der Psychologie*, 601-613.
- Mehra, A., Kilduff, M., & Brass, D. J. (2001). The social networks of high and low self-monitors: Implications for workplace performance. *Administrative science quarterly*, 46(1), 121-146.
- Melchers, M. C., Li, M., Haas, B. W., Reuter, M., Bischoff, L., & Montag, C. (2016). Similar personality patterns are associated with empathy in four different countries. *Frontiers in psychology*, 7.
- Mey, G., & Mruck, K. (2010). *Handbuch qualitative Forschung in der Psychologie*: Springer.
- Moon, Y. (2000). Intimate exchanges: Using computers to elicit self-disclosure from consumers. *Journal of consumer research*, 26(4), 323-339.
- Neumann, D. L., Chan, R. C., Wang, Y., & Boyle, G. J. (2016). Cognitive and affective components of empathy and their relationship with personality dimensions in a Chinese sample. *Asian Journal of Social Psychology*, 19(3), 244-253.
- Neyer, F. J., & Asendorpf, J. B. (2001). Personality–relationship transaction in young adulthood. *Journal of personality and social psychology*, 81(6), 1190.
- Nezlek, J. B., Schütz, A., Schröder-Abé, M., & Smith, C. V. (2011). A cross-cultural study of relationships between daily social interaction and the Five-Factor Model of personality. *Journal of Personality*, 79(4), 811-840.
- Norcross, J. C. (2002). *Psychotherapy relationships that work: Therapist contributions and responsiveness to patients*: Oxford University Press.
- Ozer, D. J., & Benet-Martinez, V. (2006). Personality and the prediction of consequential outcomes. *Annu. Rev. Psychol.*, 57, 401-421.
- Pearce, W. B., & Sharp, S. M. (1973). Self-disclosing communication. *Journal of Communication*, 23(4), 409-425.
- Pedersen, D. M., & Breglio, V. J. (1968). Personality Correlates of Actual Self-Disclosure. *Psychological Reports*, 22(2), 495-501. doi:doi:10.2466/pr0.1968.22.2.495
- Peterson, Z. D. (2002). More than a mirror: The ethics of therapist self-disclosure. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 39(1), 21.
- Powell, J. (1969). Why Am I Afraid to Tell You Who I Am. *Chicago: Argus Communications*.
- Prager, H. (2003). Ein „now moment“ unter der Lupe. *Forum der Psychoanalyse*, 19(4), 312-325. doi:10.1007/s00451-003-0175-0

- Reich, G. (2010). Zwischen Psychoanalyse und systemischer Therapie. *PiD-Psychotherapie im Dialog*, 11(03), 214-218.
- Reis, H. T., & Gable, S. L. (2015). Responsiveness. *Current Opinion in Psychology*, 1, 67-71.
- Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. *Handbook of personal relationships*, 24(3), 367-389.
- Richendoller, N. R., & Weaver, J. B. (1994). Exploring the links between personality and empathic response style. *Personality and Individual Differences*, 17(3), 303-311.
- Roberts, J. (2005). Transparency and Self-Disclosure in Family Therapy: Dangers and Possibilities. *Family Process*, 44(1), 45-63. doi:10.1111/j.1545-5300.2005.00041.x
- Rogers, C. R. (1966). *Client-centered therapy*: American Psychological Association Washington.
- Rogers, C. R. (1977). *Therapeut und Klient*. München: Kindler.
- Rogers, C. R. (1987). *Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen: entwickelt im Rahmen des klientenzentrierten Ansatzes*. Köln: Gesellschaft für wissenschaftliche Gesprächspsychotherapie (GwG).
- Rogers, C. R., Dorfman, E., & Nosbüsch, E. (1972). *Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie: client-centered therapy*: Kindler Verlag.
- Rosenfeld, L. B. (1979). Self-disclosure avoidance: Why I am afraid to tell you who I am. *Communications Monographs*, 46(1), 63-74.
- Russell, S. (1998). *Barefoot Doctor's Guide to the Tao: A Spiritual Handbook for the Urban Warrior* (1 ed.). New York: Three Rivers Press.
- Schlippe, A. v., & Schweitzer, J. (2013). *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I: Das Grundlagenwissen* (Vol. 1): Vandenhoeck & Ruprecht.
- Schmidt-Atzert, L. (1986). Selbstenthüllung auf Gegenseitigkeit: Was Du mir verrätst, verrate ich auch Dir. In A. Spitznagel & L. Schmidt-Atzert (Eds.), *Sprechen und Schweigen. Zur Psychologie der Selbstenthüllung* (pp. 92-111). Bern: Huber.
- Schnabel, K., Asendorpf, J. B., & Ostendorf, F. (2002). Replicable types and subtypes of personality: German NEO-PI-R versus NEO-FFI. *European Journal of Personality*, 16(S1).
- Shaffer, D. R., Smith, J. E., & Tomarelli, M. (1982). Self-monitoring as a determinant of self-disclosure reciprocity during the acquaintance process. *Journal of personality and social psychology*, 43(1), 163.
- Simon, J. C. (1990). Criteria for Therapist Self-Disclosure. In G. Stricker & M. Fisher (Eds.), *Self-disclosure in the therapeutic relationship* (pp. 207-225). Boston, MA: Springer US.
- Skoe, E. E., & Ksionzky, S. (1985). Target personality characteristics and self-disclosure: An exploratory study. *Journal of Clinical Psychology*, 41(1), 14-21.
- Smith, J. B. (1998). Buyer-seller relationships: similarity, relationship management, and quality. *Psychology & Marketing*, 15(1), 3-21.
- Snyder, M. (1974). Self-monitoring of expressive behavior. *Journal of personality and social psychology*, 30(4), 526.

- Stern, D. (2005). *Der Gegenwartsmoment*. Frankfurt am Main: Brandes & Apsel.
- Stern, D., Sander, L., W., Nahum, J., P., Harrison, A., Murray, Lyons-Ruth, K., Morgan, A., C., . . . Tronick, E., Z. (1998). Non-interpretive mechanisms in psychoanalytic therapy: The'something more'than interpretation. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 79(5), 903.
- Stern, D., Sander, L., W., Nahum, J., P., Harrison, A., Murray, Lyons-Ruth, K., Morgan, A., C., . . . Tronick, E., Z. (2002). Nicht-deutende Mechanismen in der psychoanalytischen Therapie. Das» Etwas-Mehr «als Deutung. *PSYCHE*, 56(9-10), 974-1006.
- Stolorow, R. D., Atwood, G. E., & Branchaft, B. (1994). *The intersubjective perspective*. Maryland: Rowman & Littlefield.
- Stolorow, R. D., Brandchaft, B., & Atwood, G. E. (1996). *Psychoanalytische Behandlung: Ein intersubjektiver Ansatz*. Frankfurt am Main: Fischer-Taschenbuch-Verlag.
- Stolorow, R. D., Brandchaft, B., & Atwood, G. E. (2014). *Psychoanalytic treatment: An intersubjective approach*: Routledge.
- Stricker, G., & Fisher, M. (Eds.). (1990). *Self-disclosure in the therapeutic relationship*. Boston, MA: Springer US.
- Suhr, A. (2005). *Paarbeziehungen und Paarkonflikte im Kontext systemischer Beratung*. (Diplomarbeit), Diplomica Verlag GmbH. diplom.de database.
- Surrey, J. L. (1987). *Relationship and empowerment*. Wellesley, Mass.: Stone Center for Developmental Services and Studies, Wellesley College.
- Taylor, D. A., & Altman, I. (1975). Self-disclosure as a function of reward-cost outcomes. *Sociometry*, 18-31.
- Taylor, D. A., Wheeler, L., & Altman, I. (1973). Self-disclosure in isolated groups. *Journal of personality and social psychology*, 26(1), 39.
- Thomä, H., Kächele, H., Bilger, A., & Ahrens, S. (2006). *Psychoanalytische Therapie*. Heidelberg: Springer Medizin.
- Tschacher, W., & Storch, M. (2012). Die Bedeutung von embodiment für Psychologie und Psychotherapie. *Psychotherapie in Psychiatrie, Psychotherapeutischer Medizin und Klinischer Psychologie*, 17(2), 259-267.
- Vogel, D. L., & Wester, S. R. (2003). To seek help or not to seek help: The risks of self-disclosure. *Journal of Counseling Psychology*, 50(3), 351.
- Watkins, C. E. (1990). The effects of counselor self-disclosure: A research review. *The Counseling Psychologist*, 18(3), 477-500.
- Wenninger, G. (2000). *Lexikon der Psychologie, Band 3* (Wenninger, Gerd ed.). Heidelberg: Spektrum, Akad. Verlag.
- White, J. K., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (2004). Big five personality variables and relationship constructs. *Personality and Individual Differences*, 37(7), 1519-1530.
- Wienands, A. (2015). *Choreographien der Seele: lösungsorientierte systemische Psycho-Somatik*: Kösel-Verlag.
- Winczewski, L. A., Bowen, J. D., & Collins, N. L. (2016). Is empathic accuracy enough to facilitate responsive behavior in dyadic interaction? Distinguishing ability from motivation. *Psychological science*, 27(3), 394-404.
- Wittgenstein, L. (1966). *Lectures & conversations on aesthetics, psychology, and religious belief*: Univ of California Press.

- Wolpe, J. (1984). Behavior therapy according to Lazarus. *American Psychologist*, 39(11), 1326-1327.
- Yalom, I. D. (1995). *The theory and practice of group psychotherapy*: Basic Books (AZ).
- Zaki, J., Bolger, N., & Ochsner, K. (2008). It takes two: The interpersonal nature of empathic accuracy. *Psychological science*, 19(4), 399-404.
- Ziv-Beiman, S. (2013). Therapist self-disclosure as an integrative intervention. *Journal of Psychotherapy Integration*, 23(1), 59-74.

ANHANG

Anhang

Anhang 1 Material Vorerhebung

Rollenspiel „WG Casting“

Setting: WG Casting

Prob.Nr.: _____ Alter: _____

Datum _____

1. Hast Du Erfahrungen mit dem WG-Leben? Was ist Dir wichtig, was sind Erwartungen?

2. Wie sieht Deine momentane Lebenssituation aus?
a. rational vs. persönlich

3. Ich bin eher ein Genuss-Mensch, wie stehst du so zu gemeinsamen Genussaktivitäten, wie kochen, trinken, feiern (auch mal einen übern Durst trinken), rauchen, ...

4. Stabilität: Ich suche etwas Längerfristiges, weil es mit meinem letzten WG-Partner nicht so optimal lief. (persönliche Ebene; Verletzlichkeit)
a. kannst du das nachvollziehen? Ist dir mal was Ähnliches passiert, wo du so erschüttert/ enttäuscht warst?

Fragebogen Interpersoneller Austausch

Prob.Nr.:

Fragebogen: Interpersonelle Dynamik

1. Hattest Du den Eindruck, dass Du Deinem Gegenüber vertrauen konntest?
2. Auf einer Skala von 0 – 10, wie schnell ist das Interview für Dich vergangen (zeitlich)

Likert-Skala 0 = sehr langsam; 5 = sehr schnell

0-----1-----2-----3-----4-----5

3. Was glaubst Du hat Dein Gegenüber empfunden, als Du von Deinen persönlichen Interessen erzählt hast (z.B.: war sie interessiert/ zugewandt/ offen/ distanziert/ gelangweilt/ involviert/ uninteressiert/...) ?

4. Auf einer Skala von 0 – 5, wie wohl hast du dich damit gefühlt, über persönliche Themen zu sprechen?
(0 = sehr unwohl; 5 = sehr wohl)

0-----1-----2-----3-----4-----5

5. Würdest du sagen, die „Chemie“/ „Flow“ hat gestimmt?
 - a. JA
 - b. NEIN

Leitfaden Gruppendiskussion Click

Diskussionsleitfaden „Click“

Fragen, die es zu explizieren gilt:

- Was ist die Def. von Clicking- was bedeutet Clicking?
- Ist Clicking unabhängig von Sexualität oder hat diese einen Einfluss?
- Was sind die Hauptkonstrukte des Clickings?
- Ist Clicking situativ/schicksalhaft oder gibt es eine Clicking-Persönlichkeit?

Fragen für die GD:

- Was ist Clicken? Wie würde man es jemanden beschreiben, den man noch nicht kennt?
- Beschreibe deinen letzten Clickmoment
- Beschreibe einen besonderen Clickmoment
- Was sind Besonderheiten eines Clicks? Beschreibt das Gefühl des Anfangs/ der Entstehung. Was kommt in einem auf? (assoziativ)
- Gibt es Clicking Gesetze? (was sind Hauptmerkmale? assoziativ)
- Wie fühlt es sich an wenn man clickt?
- Verändert sich das Gefühl? Gibt es eine Entwicklung?
- Wie funktioniert Clicking im Alltag? (Situationen, spezifische Kontexte, Personen,...)
- Wie häufig clickt es?
- Wie war der erste Click-Moment → Erinnerungen (bitte beschreiben)?
- Wo tauchen Fragen/ Schwierigkeiten/ Unstimmigkeiten beim Clicking auf? (z.B. bezogen auf die Def.) Negativ-Clicks, einseitige Clicks, unpassende Kontexte?
- Was ist das Schönste/ Beste am Clicken?
- Womit lässt sich Clicken vergleichen?
- Was ist das Einzigartige am Clicken?

Interviewleitfaden

Halbstrukturiertes Interview zur Erfassung von möglichen Persönlichkeitsfacetten, die die Click-Fähigkeit begünstigen oder mindern

Angaben im Vorfeld:

Kurze inhaltliche Beschreibung der Click-Thematik- Definition: *Click* als: „Spontane, tiefe und bedeutungsvolle Beziehung zu einer anderen Person oder zu der Welt um uns herum“ (Brafman & Brafman, 2011, S.13).

- Dies ist ein geschützter, sicherer und wertfreier Raum.
 - Es ist alles zu sagen erlaubt was Ihnen in den Kopf kommt. Alle Gedanken sind richtig und es findet, wie gesagt, keinerlei Bewertung dieser Gedanken statt.
 - Freie Assoziationen zulassen.
 - Die freigegebenen Informationen werden anonymisiert und die Identität jedes Teilnehmers ist geschützt.
 - Das Interview wird für Forschungszwecke aufgezeichnet. Ich bitte Sie (Bsp.: Name) mit ja zu antworten, wenn Sie damit einverstanden sind.
 - Ebenfalls bitte ich Sie einmal mit ja zu antworten, wenn Sie (Name) damit einverstanden sind, dass ich Ihre hier erhobenen Daten für den empirischen Teil meiner Forschungsarbeit nutze.
1. Ein magischer Moment in zwischenmenschlichen Beziehungen. Was fällt Ihnen dazu spontan ein?
 2. Würden Sie sich als einen Menschen bezeichnen, der solche Momente häufiger oder nicht so häufig erlebt?
 3. Können Sie sich vorstellen, einer Ihnen unbekannten, aber sympathischen Person, eine verwundbare Seite von sich preiszugeben oder neigen Sie eher dazu Menschen wenig von sich preis zu geben?
 4. Einen emotional verbindenden Austausch mit (auch unbekannten) Menschen erlebe ich als bereichernd.
 5. Alles-stimmt Momente: Ja? Nein? Wenn ja: Wie häufig? Wodurch ausgelöst? Wie fühlen sich jene Momente an? → Beschreibung!
 6. Zwischenmenschliche Beziehungen im Allgemeinen: Wie würden Sie sich in dieser Hinsicht selbst beschreiben?
 7. Soziale Kontexte: Einbettung in diese fällt mir eher schwer oder leicht? z.B. Zurechtfindung in neuen Gruppen
 8. Frage: Stellen Sie sich vor, Sie würden sich auf einer Party von außen beobachten und Sie müssten ihr Verhalten und ihre Wirkung beschreiben, wie würde diese Beschreibung ausfallen?
 9. Wie empfinden Sie neue soziale Situationen im Allgemeinen
 10. Wie sieht für Sie persönlich ein Gespräch/ eine Begegnung aus, damit Sie diese als positiv, erstrebenswert, bereichernd wahrnehmen?
 11. Wonach streben Sie in zwischenmenschlichen Beziehungen?

12. Beschreiben Sie sich mit einer Ihnen unbekannten Person? Wie ist der Kontakt bzw.: Wie nimmt diese sie wahr?
13. Wie ist ihre Intuition (im zwischenmenschlichen Bereich)?
14. Können Sie die Stimmung und Gefühlslagen anderer Personen schnell wahrnehmen und deuten?
15. Sind Ihnen diese Stimmungsbilder zugänglich und fällt es ihnen leicht oder schwer sich in diese hineinzuversetzen?
16. Wie würden Sie ihre Persönlichkeit beschreiben, spontan und assoziativ in eigenen Worten (z.B. dominante Eigenschaften)?
17. Wie würden Sie ihr Temperament beschreiben, spontan und assoziativ in eigenen Worten?
18. Wie würden Sie sich / ihr Temperament in Liebesbeziehungen beschreiben, wenn es um das Gefühl der Verliebtheit geht?
19. Welche Position nehmen Sie in Gruppen ein? Beispiele wären→ Vermittler, Ruhepol, Außenseiter, Anführer, Meinungsmacher, etc.

NEO FFI Ergebnisse

Gruppe Clicker:

Proband MJ, männlich, 19 Jahre

	N	E	O	V	G
Summenwerte	4	32	31	35	28
Zahl beantworteter Items	12	12	12	12	12
Mittelwerte	0,33333	2,66666	2,58333	2,91666	2,41666
Testwerte	4	32	31	35	28
Statinewerte	1	6	5	7	5
Prozentränge	0,21%	68,75%	46,67%	87,71%	41,46%

Proband AEA, männlich, 21 Jahre

	N	E	O	V	G
Summenwerte	10	36	31	35	43
Zahl beantworteter Items	12	12	12	12	12
Mittelwerte	0,83333	3	2,58333	2,91666	3,58333
Testwerte	10	36	31	35	43
Statinewerte	2	7	4	7	9
Prozentränge	10,24%	86,05%	38,95%	86,23%	96,21%

Probandin CK, weiblich, 22 Jahre

	N	E	O	V	G
Summenwerte	21	31	40	32	24
Zahl beantworteter Items	12	12	12	12	12
Mittelwerte	1,75	2,58333	3,33333	2,66666	2
Testwerte	21	31	40	32	24
Statinewerte	5	5	7	5	3
Prozentränge	41,45%	56,39%	84,94%	56,70%	18,88%

Probandin KK, weiblich, 29 Jahre

	N	E	O	V	G
Summenwerte	15	45	39	43	31
Zahl beantworteter Items	12	12	12	12	12
Mittelwerte	1,25	3,75	3,25	3,58333	2,58333
Testwerte	15	45	39	43	31
Statinewerte	3	9	7	9	5
Prozentränge	17,75%	99,83%	83,10%	99,5%	49,24%

Probandin LBO, weiblich, 20 Jahre

	N	E	O	V	G
Summenwerte	20	33	29	38	30
Zahl beantworteter Items	12	12	12	12	12
Mittelwerte	1,66666	2,75	2,41666	3,16666	2,5
Testwerte	20	33	29	38	30
Statinewerte	4	6	4	8	5
Prozentränge	27,73%	68,24%	24,41%	91,55%	50,56%

Gruppe nicht-Clicker:

Probandin AS, weiblich, 32 Jahre

	N	E	O	V	G
Summenwerte	24	24	30	41	33
Zahl beantworteter Items	12	12	12	12	12
Mittelwerte	2	2	2,5	3,41666	2,75
Testwerte	24	24	30	41	33
Statinewerte	6	4	5	9	5
Prozentränge	62,10%	26,28%	40,86%	98,14%	51,10%

Probandin TW, weiblich, 19 Jahre

	N	E	O	V	G
Summenwerte	35	28	33	38	43
Zahl beantworteter Items	12	12	12	12	12
Mittelwerte	2,91666	2,33333	2,75	3,1666	3,58333
Testwerte	35	28	33	38	43
Statinewerte	7	4	5	8	9
Prozentränge	87,87%	37,43%	45,97%	91,55%	97,60%

Probandin AM, weiblich, 29 Jahre

	N	E	O	V	G
Summenwerte	14	34	36	35	44
Zahl beantworteter Items	12	12	12	12	12
Mittelwerte	1,16666	2,83333	3	2,91666	3,66666
Testwerte	14	34	36	35	44
Statinewerte	3	6	6	6	9
Prozentränge	14,84%	77,29%	67,70%	74,56%	98,40%

Probandin SR, weiblich, 30 Jahre

	N	E	O	V	G
Summenwerte	32	20	31	34	30
Zahl beantworteter Items	12	12	12	12	12
Mittelwerte	2,66666	1,66666	2,58333	2,83333	2,5
Testwerte	32	20	31	34	30
Statinewerte	7	3	5	6	4
Prozentränge	86,37%	11,67%	46,84%	70,53%	32,51%

Probandin ML, weiblich, 20 Jahre

	N	E	O	V	G
Summenwerte	25	27	32	22	30
Zahl beantworteter Items	12	12	12	12	12
Mittelwerte	2,08333	2,25	2,66666	1,83333	2,5
Testwerte	25	27	32	22	30
Statinewerte	5	4	4	2	5
Prozentränge	48,90%	32,30%	39,59%	8,3%	50,56%

Probandin LR, weiblich, 23 Jahre

	N	E	O	V	G
Summenwerte	12	29	30	40	31
Zahl beantworteter Items	12	12	12	12	12
Mittelwerte	1	2,41666	2,5	3,33333	2,58333
Testwerte	12	29	30	40	31
Statinewerte	2	5	4	9	5
Prozentränge	7,35%	44,08%	27,66%	96,96%	49,61%

Proband LB, männlich, 25 Jahre

	N	E	O	V	G
Summenwerte	16	39	38	18	46
Zahl beantworteter Items	12	12	12	12	12
Mittelwerte	1,33333	3,25	3,16666	1,5	3,83333
Testwerte	16	39	38	18	46
Statinewerte	4	8	7	1	9
Prozentränge	33,88%	95,28%	82,08%	2,65%	99,58%

Proband JW, männlich, 19 Jahre

	N	E	O	V	G
Summenwerte	21	34	35	24	17
Zahl beantworteter Items	12	12	12	12	12
Mittelwerte	1,75	2,83333	2,91666	2	1,41666
Testwerte	21	34	35	24	17
Statinewerte	5	7	6	4	2
Prozentränge	52,92%	79,69%	65,94%	23,13%	8,85%

Proband CS, männlich, 26 Jahre

	N	E	O	V	G
Summenwerte	18	23	34	28	24
Zahl beantworteter Items	12	12	12	12	12
Mittelwerte	1,5	1,91666	2,83333	2,33333	2
Testwerte	18	23	34	28	24
Statinewerte	5	3	5	4	3
Prozentränge	44,91%	21,90%	57,69%	39,40%	20,10%

Anhang 3 Material Therapie-Click

Leitfaden Interviews „Therapie Click“

Interviewleitfaden „Therapie - Click“

Proband-Chiffre: _____

Weiblich/ Männlich

(Diagnose(n)/Störungsbild (ICD-10): _____)

Angaben im Vorfeld:

- Dies ist ein geschützter und wertfreier Raum.
- Ich möchte Ihnen im Folgenden ein paar Fragen zu Ihrem Erleben und Ihrer Erfahrung mit Therapie stellen und Sie bitten, diese so spontan wie möglich zu beantworten
- Die freigegebenen Informationen werden anonymisiert und die Identität jedes Teilnehmers ist geschützt.
- Das Interview wird für Forschungszwecke aufgezeichnet. Ich bitte Sie mit ja zu antworten, wenn Sie damit einverstanden sind.
- Ebenfalls bitte ich Sie einmal mit ja zu antworten, wenn Sie damit einverstanden sind, dass ich ihre hier erhobenen Daten für den empirischen Teil meiner Forschungsarbeit nutze.

-
1. Welche **Erfahrungen** mit therapeutischen Maßnahmen haben Sie/hast Du bereits (z.B. ambulante oder stationäre Psychotherapie) gesammelt?
 2. War von Anfang (nach **Probatorik** oder **Erstgespräch**) an klar, dass die Therapie bei diesem Therapeuten/ dieser Therapeutin fortgesetzt wird?
 - a. wenn Ja, weil:
 - b. wenn Nein, weil:
 3. Wie haben Sie/hast Du die erlebten **Therapiesitzungen** mit dem/der Therapeut/in empfunden? Wie war die **Stimmung**?
 4. Beschreiben Sie/ beschreibe bitte die **Eigenschaften** der Therapeutin/des Therapeuten.
 5. Was sind Ihrer/Deiner Meinung nach wichtige **Eigenschaften eines Therapeuten/einer Therapeutin**, die es Ihnen/Dir ermöglichen, sich während einer Sitzung zu öffnen/ emotionale Themen zu besprechen/ sehr persönliche Gedanken und Gefühle zu teilen?
 6. Für wie hilfreich erachten Sie/erachtest Du es, wenn Therapeuten ihre **eigenen Erlebnisse** und Erfahrungen oder auch persönliche Einstellungen mit ihnen/Dir als Patient/Klient teilen?
 7. Wie sieht Ihre/Deine **ideale therapeutische Beziehung/therapeutischer Kontakt** aus?

DES – Disclosure Expectations Scale

Disclosure Expectations Scale

INSTRUCTIONS: For the following questions, you are asked to respond using the following scale: (1) Not at all, (2) Slightly, (3) Somewhat, (4) Moderately, or (5) Very.

1. How difficult would it be for you to disclose personal information to a counselor?
2. How vulnerable would you feel if you disclosed something very personal you had never told anyone before to a counselor?
3. If you were dealing with an emotional problem, how beneficial for yourself would it be to self-disclose personal information about the problem to a counselor?
4. How risky would it feel to disclose your hidden feelings to a counselor?
5. How worried about what the other person is thinking would you be if you disclosed negative emotions to a counselor?
6. How helpful would it be to self-disclose a personal problem to a counselor?
7. Would you feel better if you disclosed feelings of sadness or anxiety to a counselor?
8. How likely would you get a useful response if you disclosed an emotional problem you were struggling with to a counselor?

Received August 9, 2002

Revision received November 27, 2002

Accepted December 16, 2002 ■

Abbildung 5: DES – Disclosure Expectation Scale (Vogel & Wester, 2003)

Selbstständigkeitserklärung

Hiermit versichern wir, dass wir die vorliegende Master-Arbeit ohne Hilfe Dritter und ohne Zuhilfenahme anderer als der angegebenen Quellen und Hilfsmittel angefertigt haben.

Die den benutzten Quellen wörtlich oder inhaltlich entnommenen Stellen sind als solche kenntlich gemacht.

Diese Arbeit hat in gleicher oder ähnlicher Form noch keiner Prüfungsbehörde vorgelegen.

Berlin, den _____

Kiana Pielsticker

Wega Fackeldey