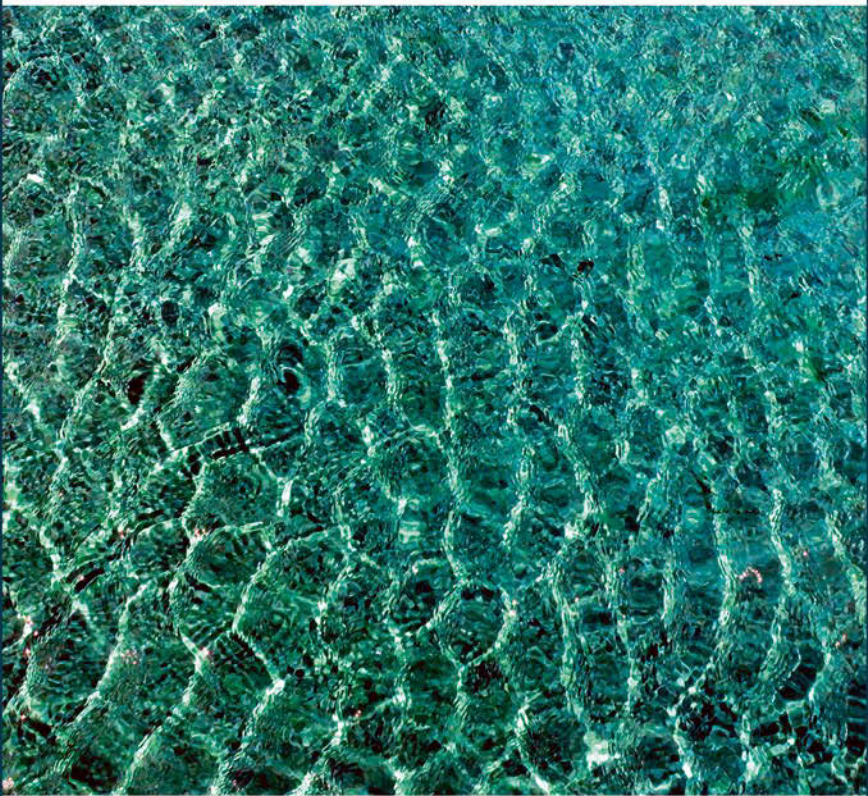


Eva Georg



Das therapeutisierte Subjekt

Arbeiten am Selbst in Psychotherapie,
Beratung und Coaching

Inhalt

Vorwort	9
----------------------	---

Einleitung	11
-------------------------	----

Vorspiel

Problematisierungen: Ausgangs- und Zielpunkte	19
Gegenwärtige Formen der <i>Arbeit am Selbst</i>	19
Ausgangspunkt: Problematisierung	26
Arbeits- und Denkweise I: Genealogie und Kritik	29
Arbeits- und Denkweise II: Diffraktion	33
Verlauf: Eine Gliederung	37

Bewegen I

1. Eine Genealogie des Subjekts: Denkbewegungen mit Michel Foucault	43
1.1 Grundlagen: Die <i>Sorge um sich</i> als Hermeneutik des abendländischen Subjekts	47
1.2 Verbindungen: Zentrale Begriffe im Kontext der <i>Sorge um sich</i>	61
1.3 Übergänge: Zweierlei Übung und die Techniken der <i>Sorge um sich</i> als Praxis der Freiheit	69
2. Psycho-logisches Wissen und Humanismus: Grundlagen abendländischen Denkens	75
2.1 Arbeiten am Selbst I: <i>Therapeutiken</i> und Psychowissen	76
2.2 Arbeiten am Selbst II: Humanistische Grundannahmen und ihr Einfluss	98
2.3 Kritik des Humanismus: Posthuman(istisch)e und materialistische Perspektiven	108

3. Ethik, Ontologie, Epistemologie oder Ethico-onto-epistem-ologie: Denkbewegungen mit Karen Barad	113
3.1 Erkenntnis, Apparate und agentielle Schnitte: Die Welt ist nicht einfach so da.....	116
3.2 Wahrnehmung, Tätigsein, Veränderung: Ethico-onto-epistem-ologie	126
3.3 Agentieller Realismus als ethico-onto-epistem-ologischer Rahmen	132

Zwischenspiel

Die Arbeit am Selbst – Foucault, Therapeutiken und Humanismus, Barad:

Zusammendenken und Weitergehen	137
Gedanken zum Subjekt	138
Gedanken zu Freiheit.....	141
Gedanken zu Handlungsfähigkeit	143
Gedanken zu Ethik	148
Weitergehen	151

Datenanalyse in Zeiten der posts: Welches Subjekt und welche Wahrheit?

Möglichkeiten und Perspektiven I: Zwischen Gouvernamentalitätsforschung und Inhaltsanalyse	160
Möglichkeiten und Perspektiven II: Postqualitative Forschung?	167
Herausforderungen: Postqualitative Ansätze diskutiert	176

Bewegen II

4. Buddhismus: Religion, Philosophie, Praxis?

Rezeptionen zwischen Osten und Westen	183
4.1 Curators of the Buddha: Buddhistische Studien im <i>Westen</i>	186
4.2 Perspektiven und Verbindungen.....	199

5. Buddhistisch-philosophische Grundlagen und die Ausbildung *Unity in Duality*

5.1 Buddhistisch-philosophische Grundlagen	205
5.2 <i>Unity in Duality</i> : Theoretischer Hintergrund und Aufbau der Ausbildung	211

6. Arbeiten am Selbst:

Unity in Duality	229
6.1 Arbeiten am Selbst: Verständnis und Ziele bei <i>Unity in Duality</i>	229
6.2 Arbeiten am Selbst: Praxen bei <i>Unity in Duality</i>	239

6.3	Arbeiten am Selbst: Freiheit und Handlungsfähigkeit bei <i>Unity in Duality</i>	245
6.4	Arbeiten am Selbst: Ethik bei <i>Unity in Duality</i>	252
6.5	Arbeiten mit <i>Unity in Duality</i> : Psychotherapie, Beratung und Coaching.....	261
6.6	Weniger regiert werden?: Eine (ethische) <i>Sorge um sich</i> als ›Ent‹individuisierung und ›Ent‹grenzung	275
7.	Arbeiten am Selbst: Perspektiven in der Diskussion	281
I)	Kontext: Transformation, Ethik und Freiheit	282
7.1	Die <i>Sorge um sich</i> als Transformation des Selbst: Foucault und <i>Unity in Duality</i>	282
7.2	Die ethische <i>Arbeit am Selbst</i> : Foucault, Barad und <i>Unity in Duality</i>	288
II)	Kontext: <i>Unity in Duality</i> als »Zweierlei Übung?«.....	292
7.3	Praxen der Freiheit 1: Mit <i>Unity in Duality</i> im pädagogischen Feld gegen Vorurteile.....	293
7.4	Praxen der Freiheit 2: ›Nur bei mir gucken‹ oder: ›Inner change has to lead to outer change‹.....	299
III)	Kontext: <i>Unity in Duality</i> als Ausbildung – Stärken, Schwächen und Herausforderungen	310
7.5	»Von woanders hören lernen«: <i>Unity in Duality</i> als Erkenntnisperspektive	311
7.6	Yet to come: Kommunizierbarkeit nach außen und Anwendung in nicht-therapeutischen Kontexten.....	316

Finale

Nachwort	337
Literatur	339
Anhang	357
Übersicht: Begriffe/Übersetzungen Buddhistische Grundlagen.....	358

Vorwort

»Ich bin jetzt zur Hälfte mit dem Lesen deiner Arbeit durch. [...]. Insgesamt, was mein Leseindruck ist: die Herausforderung, die du hast, ist ja, etwas total Verwobenes trotzdem so klar wie möglich zu erklären. Und das ist irgendwie widersprüchlich. Unsere Sprache ist linear und dein Text ist eigentlich auch linear und du willst eigentlich etwas – eher so Hin-und-Her-Bewegungen, gegenseitige Abhängigkeiten und Verwobenheit ausdrücken, und das ist natürlich total schwierig. Manchmal dachte ich fast, man müsste das als eine Grafik oder so darstellen, um von der Linearität wegzukommen. Und es ist auch so, dass du da Zusammenhänge erklärst, die ja irgendwie den Denkprinzipien unserer Sprache zuwider laufen, also alles was du da in Frage stellst, das sind Denkprinzipien, die auszudrücken unsere Sprache gemacht ist, und deswegen ist es total schwierig die Kritik daran oder einen Gegenentwurf wiederum in Sprache zu fassen. Und deswegen gibt es ja auch neue Begriffe in dem Ganzen oder eine Um-Definition von Begriffen, aber all das macht es natürlich total schwierig, eine Doktorarbeit darüber zu schreiben.[...]. Vilém Flusser hat da übrigens auch etwas ähnlich drüber geschrieben. Bei ihm ist es so ein Umkreisen, das taucht immer wieder auf: in seinem Denken über Fotografie, wo beim Umkreisen von etwas jede Perspektive zu einem anderen Bild führt, und später im Bezug auf das Pilpul, eine jüdische Denktechnik, in der es auch darum geht, sich einem Gedanken – in diesem Fall einer Textstelle im Talmud – anzunähern, indem man ihn aus verschiedenen Richtungen durchdenkt und die Gedanken wie Blütenblätter um die Textstelle herum schreibt, und Gedanken über diese Gedanken auch. Aber in vielerlei Hinsicht ist das auch nicht ähnlich. Und geht nicht so weit wie die Themen und Theoretiker_innen mit denen du dich hier befasst. Aber er spricht eben auch von so einem Umkreisen von Phänomenen, dass man die aus verschiedenen Perspektiven betrachtet und dass man sich so von Linearität verabschiedet.[...]. Manchmal hatte ich das Gefühl, du vertraust deinen Worten selbst nicht und wiederholst deshalb Dinge noch einmal, die du schon gesagt hast. Aber auch das ist ambivalent. Denn vielleicht hat es auch damit zu tun, dass sich das, was du versucht, von dieser Linearität verabschiedet und das Wiederholen von bereits Gesagtem Teil des Umkreisens ist.«

Diese Gedanken zu dem vorliegenden Text in Form einer Sprachnachricht stammen von Katja Selmikeit, die durch ihr Lektorat nicht nur zu einer bessern Les-

barkeit der angesprochenen Verbundenheiten beigetragen, sondern mich auch ermutigt hat, mit diesen vielen Bewegungen gegen die Linearität von Sprache und Denken anzuschreiben und den Versuch eines Umkreisens zu wagen.

Etwas später formuliert sie als eine Anmerkung im Text abermals:

»ehe ich es nachher vergesse, ich weiß gerade nicht ob ich das schon mal gesagt habe und ob du es aufgegriffen hast: (a) irgendwo würde ich darauf eingehen, dass deine Arbeit als linearer Text eine lineare Struktur hat, wie das halt klassisch von einem schriftlichen Text und in Form einer Dissertation erwartet wird, du aber etwas rhizomatisch Gedachtes vorstellen möchtest – eigentlich unmöglich und sichtbar in deinen (manchmal etwas nervenden) Kreisbewegungen, Wiederholungen etc.; (b) ist hier auch interessant, dass diese Datenanalysesoftware das nicht kann; (c) eigentlich müsste man die Arbeit in HTML mit Verlinkungen veröffentlichen bzw. sogar ein semantisches Netz knüpfen (https://de.wikipedia.org/wiki/Semantisches_Netz).«

Einleitung

»What I cannot imagine stands guard over everything that I must/can do, think, live.«
(Spivak 1993: 22)

»Da muss ich noch an mir arbeiten« – eine häufig zu hörende Aussage. Doch an was genau arbeiten wir da eigentlich? Mit der Idee ›an sich zu arbeiten‹ suchen Menschen Angebote der *Psychotherapie*, *Beratung* und des *Coachings* auf. Mit unterschiedlichen Methoden wird uns ›geholfen‹ – bei einer *Arbeit am Selbst*. Diese zielt auf die ›Reduktion von Leiden‹, auf ›mehr Glück‹, ›zurück zum Glück‹, auf die Veränderung von Gefühlen und Verhaltensweisen. Während der Erziehungswissenschaftler Roland Reichenbach (2004) die *Arbeit am Selbst* als Teil des »guten Tons in privilegierten Kreisen« (ebd.: 191) beschreibt, lässt sich mit Blick auf die Vielzahl an Selbsthilferatgebern und Beratungsangeboten schon lange nicht mehr davon sprechen, dass eine *Arbeit am Selbst* die »Freizeitbeschäftigung« einiger Weniger sei. Im Gegenteil: Neben zahlreichen psychotherapeutischen Angeboten gewinnen auch (zunächst scheinbar niedrigschwelligere) Kontexte von Beratung und Coaching an Bedeutung. Die Soziologin Alexandra Rau (2012) spricht von einer *Therapeutisierung* der Gesellschaft, d.h. von einer intensiven Ausbreitung (psycho-)therapeutischer Praktiken in alle Bereiche des Lebens. Sabine Maasen (2012) verwendet den Begriff des *Psychowissens* – der Durchdringung all dieser Bereiche mit einem bestimmten Wissen über die Psyche und das *Selbst* sowie darüber, wie man es zu ›regieren‹ hat; denn in Bezug auf Michel Foucault komme es mittels *Psychowissen* und im Rahmen der *Therapeutisierung* zu einer Verschränkung von sog. Selbst- und Fremdführung. Dieses *Wissen* prägt in der Folge auch ganz entscheidend Wahrnehmung, Denk- und Handlungsschemata und damit letztlich auch das Konzept des *Selbst*.

Wo es um eine Durchdringung der ganzen Gesellschaft geht, scheinen ein diszipliniertes Vorgehen, eine Unterscheidung und Spezifizierung der Kontexte von Psychotherapie, Beratung und Coaching zur *Arbeit am Selbst* nicht mehr sinnvoll. Boris Traue (2010) prägte vor diesem Hintergrund den Begriff der *Therapeutiken*. Er umschreibt eine umfassende Anwendung von *Psychotechniken* – d.h. Techniken, um auf die Psyche bzw. ein *Selbst* einzuwirken, sowie die gesamtgesellschaftliche Durchdringung und Prägung von Lebensweisen mittels dieser Techniken. Den-

noch finden eine *Arbeit am Selbst* und das Erlernen bestimmter *Techniken* immer auch innerhalb konkreter Kontexte statt. In der vorliegenden Arbeit beschränke ich mich auf die Kontexte von Psychotherapie, Beratung und Coaching. Diese allerdings werden vor dem Hintergrund des gerade Dargelegten nicht in ihren speziellen Ausprägungen untersucht – Fokus dieser Arbeit sind die *Techniken* einer *Arbeit am Selbst*, die in diesen Kontexten zur Anwendung kommen. Kontexte von Psychotherapie, Beratung und Coaching dienen immer einer Subjektivierung – sie unterstützen dabei, bestimmte Formen des Daseins anzunehmen, sie begleiten einen Prozess des ›Werdens‹. Dabei spielen mit Ulrich Bröckling (2007) und Stefanie Duttweiler (2004) insbesondere Konzepte einer *Optimierung* oder einer *Normalisierung des Selbst* entsprechend hegemonialer Vorstellungen des Subjektseins eine Rolle. Mittels *Techniken*, die es zu erlernen gilt, werden ›Patient_innen‹, ›Beratungsnehmende‹ und ›Klient_innen‹ – oder wie auch immer Menschen, die solche Kontexte aufsuchen, genannt werden oder sich selbst bezeichnen – dabei begleitet, Wege zu gestalten, ihren Wünschen nach Veränderung nachzugehen und sich vielen weiteren Lebensfragen zu stellen. Auf der anderen Seite dienen zahlreiche Ausbildungsgänge dazu, sich in der Rolle eines/einer Psychotherapeut_in, Berater_in oder Coachs das ›Werkzeug‹ zur Begleitung solcher Prozesse anzueignen.

All dem scheint wie selbstverständlich die Annahme zugrunde zu liegen, dass über das *Selbst* verfügt werden kann. Aber ist das wirklich der Fall? Welches *Selbst* soll da verändert werden? Wer oder was ist überhaupt dieses *Selbst*? Wer ›verfügt‹ über dieses *Selbst*? Und mit welchen Maßgaben soll ›es‹ verändert werden? Wer bestimmt über eine ›richtige‹ und ›gute‹ *Arbeit am Selbst*, wer formuliert Ziele, wer wählt die Methoden aus? Zunehmend beschränken sich psychotherapeutische und insbesondere beraterische und coachende Ausbildungen nicht mehr auf die in den letzten Jahrzehnten entstandenen Ausbildungsinstitute, sondern werden Teil universitärer Curricula. Ganze Studiengänge im Bereich Beratung und Coaching sind derzeit am Entstehen. Eine Beratungswissenschaft aber, die fundierte Theorien zu unterschiedlichen Beratungspraxen, Haltungen und Methoden formuliert und diese auf theoretischer, praktischer und empirischer Ebene sowie in ihrer Verschränkung betrachtet, ist, trotz dem Voranschreiten einer Systematisierung, z.B. durch Frank Nestmann (2004, 2007, 2013) noch immer in der Entwicklung begriffen. Entwürfe hinsichtlich wünschenswerter Kompetenzen für in Beratung und Coaching Tätige, postulierten Heidi Möller und Brigitte Hausinger (2009) mit ihrem Sammelband: *Quo Vadis Beratungswissenschaften*. Jörg Fellermann und Bernhard Lemaire stellen darin fest:

»Die Qualifizierung von Beraterinnen und Beratern erfordert aufgrund der steigenden Komplexität und Tiefe der zu übernehmenden Aufgaben zukünftig ein breiteres und zugleich tieferes Fundament. Ohne eine deutlichere wissenschaftliche Akzentuierung als derzeit wird die Qualifizierung der Zukunft nicht zu leis-

ten sein. Wer heute Beraterin oder Berater werden will, der/die benötigt nicht nur gutes persönliches Rüstzeug [...], sondern umfangreiches Wissen aus Soziologie, Politologie, Arbeitswissenschaft, Psychologie, Erziehungswissenschaft, Ökonomie und anderen Disziplinen, um sich die zu beratende Realität zu erschließen und die eigene Funktion bewusst zu bestimmen.« (Ebd.: 179)

Ausgehend von den aktuellen gesellschaftlichen Ausprägungen einer *Arbeit an sich* in Psychotherapie-, Beratungs- und Coachingpraktiken, die nicht selten einer *Selbstoptimierung* und Anpassung an neoliberale Wirtschafts- und Lebensbedingungen dienen (siehe Duttweiler 2007), und der immensen Zunahme der Möglichkeiten, sowohl solche Formen der *Arbeit am Selbst* in Anspruch zu nehmen als auch sich für eine Arbeit als ›Begleiter_in‹ (z.B. Psychotherapeut_in/Berater_in/Coach) ausbilden zu lassen, muss die Frage nach den Grundannahmen und konkreten Ausgestaltungen dieser *Arbeit am Selbst* (neu) gestellt werden. Vor dem Hintergrund, dass Menschen Kontexte von *Therapeutiken* u.a. mit dem Wunsch nach Veränderung und nach einer Reduktion von Leiden aufsuchen, bedarf es einer Auseinandersetzung mit dem Verständnis des *Selbst*, mit der *Wahrnehmung von Welt*, mit *Freiheit* bzw. den Möglichkeiten und Maßstäben von Veränderung sowie mit dem Verständnis von *Handlungsfähigkeit*. Wie zu zeigen sein wird, entsteht mit der Befragung dieser Begriffe auch die Notwendigkeit einer Neuverhandlung von *Ethik*. Denn, so fragt auch Judith Butler, woran orientiere ich mein Handeln, und wie kann ich mir »angesichts einer Theorie des Subjekts, dessen Entstehungsbedingungen sich nie restlos klären lassen, dennoch die Möglichkeit von Verantwortung und Rechenschaft bewahren?« (Butler 2003: 12).

All dies wirft zumindest zwei grundlegende Fragen auf: Zunächst: Was ist eigentlich unter einer *Arbeit am Selbst* zu verstehen? Auf welchen Grundannahmen über das *Selbst* fußt diese *Arbeit*? Und zu welchen Formen und Ausprägungen einer *Arbeit am Selbst* führen diese (ganz) bestimmten Verständnisse von Begriffen?

Im Sinne eines genealogischen Arbeitens im Anschluss an Michel Foucault geht es mir darum, die *Grundlegungen* der *Arbeit am Selbst* und die Begriffe *Selbst*, *Freiheit* und *Ethik* herauszuarbeiten und offenzulegen, da sie eine Basis der *Arbeit am Selbst* bilden. Mit Foucault wird deutlich, dass unsere diesbezüglichen Annahmen und die daraus entstehenden *Seinsweisen* auf bestimmten abendländisch-humanistischen Grundannahmen fußen. Diese Verständnisse haben auch spezifische Auswirkungen auf eine *Arbeit am Selbst*. Um sich dem anzunähern, führt diese Arbeit zunächst theoretische Stränge aus dem Poststrukturalismus sowie einer (post-)humanistisch-materialistischen Perspektive auf die Begriffe *Selbst*, *Freiheit*, *Handlungsfähigkeit* und *Ethik* zusammen. Diese Denktraditionen zeichnen sich dadurch aus, dass sie das Subjekt nicht mehr als ein stabiles, sondern als ein *gewordenes* verstehen, das im Kontext gesellschaftlicher Verhältnisse (Michel Foucault), aber auch im Zusammenhang mit *Materie* und *Natur* (Karen Barad) zu betrachten ist. Der Philo-

soph und Historiker Michel Foucault beschreibt dabei die *Arbeit am Selbst* als *Sorge um sich* und zeichnet die Entstehung eines hegemonialen abendländischen Subjekts im Verlauf der letzten 2.000 Jahre nach¹. Die Philosophin und Quantenphysikerin Karen Barad denkt das Subjekt in *wechselseitiger Verbundenheit*, geht dabei aber insbesondere mit ihrer Konzeptualisierung des Begriffs der *onto-epistem-ologischen Ethik* über Foucault hinaus.

Ich verstehe die *Arbeit am Selbst* im Sinne eines genealogischen Vorgehens als eine Form von *Subjektivierung*, *Normalisierung* und *Optimierung* im Rahmen von *Therapeutiken* in einem historisch gewachsenen Rahmen und stelle ihre aktuellen Ausprägungen vor. Wo (auch) deutlich wird, dass die *Arbeit am Selbst* Zwecken einer *Normalisierung* und *Optimierung* dient, bringe ich, abermals mit Foucault, eine normative Setzung ins Spiel. Normativ, weil ich dabei einen Anspruch, eine Forderung, von einem bestimmten Ausgangspunkt und auf einen bestimmten Zielpunkt hin fokussiere. Mit Foucault wird deutlich: Wir arbeiten immer an uns selbst – denn es geht darum, ein Subjekt zu werden, eine bestimmte *Seinsform* zu ›erarbeiten‹ oder ›zugewiesene‹ *Seinsformen* zu verändern. Soll die *Arbeit am Selbst* aber gerade nicht einer *Optimierung* und *Normalisierung* – z.B. unter neoliberal-kapitalistischen Verhältnissen, aber auch anderen hegemonialen Normen – dienen, und soll sie nicht nur auf ein höheres Maß an Autonomie abzielen, verbunden mit Abgrenzung und Ignoranz gegenüber anderen Wesen: Wie kann ich mir eine solche *Arbeit am Selbst* dann vorstellen? Foucault versteht *Kritik* als eine *Praxis der Freiheit*. Darunter versteht er das Herausarbeiten des *Gewordenseins* – sowohl des Subjekts selbst, der Funktionsmechanismen dessen Werdens und der Momente von Unterwerfung, als

1 Der Begriff *Abendland* entstammt einer antiken und mittelalterlichen Vorstellung. Hier wurde zunächst zur geografischen Beschreibung (West-)Europa als der westlichste und der Abendsonne am nächsten gelegene Erdteil gedacht (siehe Meyers Hand-Lexikon, Vierte Auflage 1888: 3). Der post-/koloniale Theoretiker Edward Said (2009) kritisiert die beiden Begriffe *Orient/Osten* (Morgenland) und *Okkzident/Westen* (Abendland) als Konstruktion, die insbesondere dem *Westen* als Abgrenzungsfolie diene, um eine eigene Identität zu stabilisieren. Der *Westen* stellt dabei mit Stuart Hall (2004), analog zum Begriff des *Abendlands*, sowohl einen Ort (Europa, mitunter auch Nordamerika) als auch eine *Tradition des Denkens* dar. Wenn nun in dieser Arbeit vom *Westen*, *westlichen Traditionen* oder aber *buddhistischen Traditionen* die Rede ist, so meine ich damit vor allem Begriffsverständnisse, Denk- und Glaubensmuster sowie daran anknüpfende Handlungsschemata. Dabei rekurriere ich mit dem Begriff *westliche Traditionen* auf jene Traditionen, die überwiegend von vermeintlich aufklärerischen und humanistischen Ideen der Vernunft, Rationalität, Autonomie und Objektivität geprägt sind. Der Begriff *buddhistische Traditionen* knüpft an ein Denken an, in dem die *Grundmerkmale des Daseins* als *vergänglich, unbeständig*, mit der *Annahme von Schmerz als Teil der Existenz* sowie der *Leerheit/Substanzlosigkeit aller Dinge* und damit auch des *Selbst* betrachtet werden. Zu den Ausformungen abendländischen Denkens und ihren Implikationen für eine *Arbeit am Selbst* siehe Kapitel 1 und 2. Ausführlich zu den Begriffsverwendungen, insbes. *buddhistische Traditionen*, siehe Kapitel 4.

auch der das Subjekt umgebenden und mit gestaltenden Verhältnisse. Das Ziel von *Kritik* ist es für Foucault – viel zitiert und auch hier maßgebend – »nicht derartig und zu solchen Zwecken regiert zu werden« (Foucault 1990/1992: 11f.). *Regiert zu werden* von unterschiedlichsten Normierungen, Normalisierungen und Denkweisen, die auch immer eine Form von Gewalt, von Leiden, von *Schmerz* sein können.

Vor dem Hintergrund der Überlegungen Foucaults und Barads zu den Themen *Selbst*, *Freiheit*, *Handlungsfähigkeit* und *Ethik* und angesichts dessen, dass ich hinsichtlich der Frage nach deren praktischer Umsetzbarkeit im Kontext von Psychotherapie/Beratung/Coaching an Grenzen stoße, wenn ich abendländische, humanistische Denktraditionen kritisiere und mich an dem normativen Anspruch des »Nicht-dermaßen-regiert-Werdens« orientiere, richte ich meinen Blick in der Folge auf eine ›andere‹, nämlich eine *buddhistische Tradition*, die eben keine humanistischen Ausgangspunkte hat.

Und so stellt sich *der zweite Teil der Fragestellung* dar: Welche Verständnisse von *Selbst*, *Freiheit*, *Handlungsfähigkeit* und *Ethik* finden sich in einer *buddhistischen Tradition*, hier konkret in der des *Tendrel*², und wie werden diese in einer Ausbildungs- und Anwendungspraxis für den Kontext von Psychotherapie/Beratung/Coaching umgesetzt? Zu welcher *Arbeit am Selbst* führen die Verständnisse dieser Begriffe auf Grundlage einer *buddhistischen Tradition*? Meine Hypothese ist dabei, dass es auch hier einen Zusammenhang zwischen den jeweiligen Verständnissen der Begriffe *Selbst*, *Freiheit*, *Handlungsfähigkeit*, *Ethik* und der daraus folgenden *Arbeit am Selbst* gibt. Dieser Frage nachzugehen und letztlich vor diesem Hintergrund die Frage nach einem *Weniger-regiert-Werden*, den Möglichkeiten von *Praxen der Freiheit* und damit auch die Möglichkeiten einer Ausgestaltung von *Ethik* im Kontext einer *Arbeit am Selbst* neu zu verhandeln, ist weiterer Inhalt dieser Analyse.

Anhand der Analyse einer Ausbildung für Psychotherapie/Beratung/Coaching mit dem Namen *Unity in Duality*, die auf buddhistisch-philosophischen Grundlagen basiert und von dem tibetischen Mönch und Philosophen Tarab Tulku Rinpoche und der dänischen Psychotherapeutin Lene Handberg entwickelt wurde, lege ich sowohl die theoretische Perspektive einer *buddhistischen Tradition* dar als auch deren Anwendung und Umsetzung in psychotherapeutischen/beraterischen/coachenden Kontexten. Während abendländische Perspektiven hier nach dem (wohl-gemerkt verkürzten) Credo »Erkenne dich selbst« arbeiten, zielen buddhistische Perspektiven vielmehr auf die *Erkenntnis über den Konstruktionsprozess des Selbst*. Ziel ist es dabei, die Trennung von Subjekt und Objekt zu hinterfragen und die Herstellung von Realität in Bezug auf das Subjekt- und Objektverständnis genau zu untersuchen. Durch die theoretische und praktische Beschäftigung mit den Begriffspaaren *Subjekt/Objekt*, *Geist/Materie* und *Körper/Bewusstsein* die zunächst als Gegen-

2 Tendrel (sanskrit: pratītya-samutpāda, tibetisch: rten cing 'brel bar 'byung ba, Abkürzung: Tendrel, dt.: wechselseitige Verbundenheit).

sätze erscheinen, geht es um die Fragen: »Was ist das Selbst?, Was ist Realität?, Womit hängen mein Erleben der Realität und meine Wahrnehmung zusammen und wie kann sich Handlung diesbezüglich gestalten?« (siehe Studienprogramm UD 2013). Auf Basis der theoretischen Grundlagen des *Tendrel*, des Aufbaus und der Inhalte der Ausbildung *Unity in Duality* sowie durch die Auswertung von Interviews mit Psychotherapeut_innen/Berater_innen/Coaches, die die Ausbildung durchlaufen haben und aus der Perspektive von *Unity in Duality* arbeiten, zeige ich sowohl das Verständnis der Begriffe *Selbst*, *Freiheit*, *Handlungsfähigkeit* und *Ethik* sowie deren Zusammenhang mit der *Arbeit am Selbst* auf. Die Rezeption *buddhistischer Traditionen* und vor allem von Praxen wie Meditation, Achtsamkeit und anderen Ansätzen ist im *Westen* keine einfache und wird ebenfalls kritisch diskutiert. Vor dem Hintergrund eines bereits Jahrzehnte andauernden »Abarbeitens« an der hegemonialen Tradition der Begriffe von *Subjekt*, *Freiheit*, *Handlungsfähigkeit* und *Ethik*³ kann es durchaus sinnvoll sein, »andere« Traditionen in diesen Diskurs einfließen zu lassen. Andererseits ist für die Etablierung sog. *Beratungswissenschaften* nicht nur in den Curricula der Universitäten, sondern auch für die zahlreicher werdenden, Ausbildungsinstitute, eine fundierte Auseinandersetzung mit dem Verständnis einer *Arbeit am Selbst* notwendig. Diese kommt nicht ohne die Definition der hier zentralen Begriffe und deren Implikationen für die (praktische) Arbeit mit »Patient_innen«, »Kund_innen« und »Klient_innen« aus. Zu diesen Diskussionen liefert die vorliegende Arbeit einen Beitrag.

Das Buch gliedert sich in zwei große Teile (Teil I und Teil II). Ich beginne mit einem Abschnitt, der sich VORSPIEL nennt, da hier die grundlegenden Ausgangspunkte und das theoretisch-methodische Vorgehen dargelegt werden. Hier stelle ich auch die Gliederung vor und skizziere die Inhalte der einzelnen Kapitel. Es folgt Teil I mit der Vorstellung der Gedanken Michel Foucaults, der Ausformungen der *Therapeutiken* sowie des Denkrahmens Karen Barads. Nach Teil I folgt ein Abschnitt mit der Überschrift ZWISCHENSPIEL. Hier wird das bisher Besprochene zusammengefasst und, darauf aufbauend, das weitere Vorgehen dargelegt. Zu diesem ZWISCHENSPIEL gehört auch eine vertiefte Diskussion des methodischen Vorgehens und deren kritischer Implikationen. Anschließend folgt Teil II mit dem Schwerpunkt auf der Betrachtung, Analyse und Diskussion der Ansätze aus der *buddhistischen Tradition* des *Tendrel* im Kontext der eingangs formulierten Fragestellung und der bis dato gewonnenen Erkenntnisse. Ich schließe mit einem FINALE, das aus Zusammenfassung und Ausblick besteht.

3 Dazu auch Haraway (1995); Harding (1994); Barad (2017); Collins (2008); Spivak (2014).