

Die anthropologischen Grundlagen personenzentrierter Therapie

Peter F. Schmid

Seminar Psychotherapeutische Methoden in der Beratung

Goethe-Universität Ffm

Sommersemester 2013

Referentin: Dorothee Geiß

Gliederung

1. Die Bedeutung des Menschenbildes für die Psychotherapie

2. Der Mensch als Person – Die Dialektik von Selbstständigkeit und Angewiesensein auf Beziehung

2.1. Person als Selbstständigsein

2.2. Person als In-Beziehung-Sein

2.3. Der personzentrierte Personbegriff

3. Psychotherapie als Persönlichkeitsentwicklung durch Begegnung

1. Die Bedeutung des Menschenbildes für die Psychotherapie

- Das Menschenbild leitet als Teil unseres Weltbildes all unser Handeln maßgeblich.
- bewusst oder nicht bewusst
- Es besteht aus Glaubensannahmen, „basic beliefs“

Das Menschenbild umfasst:

- *Anthropologie*: Was und wie ist der Mensch?
- *Motivationslehre*: Warum handelt er wie?
- *Persönlichkeitstheorie*: Wie steht er zu anderen in Beziehung?
- *Krankheitslehre / Störungstheorie*: Wie und warum kommt es zu psychischen Störungen und Leidensprozessen?
- *Therapielehre*: Wie kann man einander helfen bzw. einander beeinflussen?

2. Der Mensch als Person – Die Dialektik von Selbstständigkeit und

Angewiesensein auf Beziehung

- „person-zentriert“ impliziert ein bestimmtes Menschenverständnis
- Ursprung des Wortes „Person“ umfasst zwei Bedeutungen: Gesicht, Maske

→ zwei Aspekte:

- der **individuelle** Ansatz
- der **relationale** Ansatz

Was davon ist das eigentlich Entscheidende am Person-Sein?

Das Selbstständige oder die Beziehung?

2.1. Person als Selbstständigsein

- individueller oder substanzialer Personbegriff
- Person ist die unteilbare Substanz eines vernünftigen Wesens. (Boëthius)
- verbunden mit Selbstständigkeit, Einzigartigkeit, Unabhängigkeit und Autonomie.

2.2. Person als In-Beziehung-Sein

- Relationaler, transzendenter oder dialogischer Personbegriff
- Person hier als Existenz
- Person verstanden aus der Beziehung, dem Dialog, im Ganzen der Gemeinschaft.
- Natur des Menschen „unheilbar sozial“ →
Begegnung als entscheidendes
Element der Personalisation
- Ursprungsbeziehung konstitutiv

2.3. Der personzentrierte

Personbegriff

- Beide Personbegriffe stehen in dialektischer Spannung
- Person umfasst:
 - Selbstständigkeit/ Selbstbestimmung UND Beziehungsoffenheit/ -angewiesenheit
 - Erfahrung UND Begegnung
 - Souveränität UND Engagement
 - Ich UND Wir

Der Mensch ist von Anfang an eigenständiges, unverwechselbares Individuum, gleichzeitig aber auf die personale Gemeinschaft angewiesen.

Der Mensch trägt die Fähigkeit und Tendenz zur Entwicklung in sich selbst, aber es bedarf der Beziehung zu Anderen damit diese Entwicklung tatsächlich stattfinden kann.

→ Mensch als substanzial-relationales Wesen

3. Psychotherapie als Persönlichkeitsentwicklung durch Begegnung

3.1. Aktualisierungstendenz-

Selbstverwirklichung als Prozess der

- Carl Rogers Personalisation

- Grundannahme:

- Vorstellung des autonomen Menschen

- organismische Tendenz nach Erfüllung
zu streben als Substrat

aller menschlicher Motivation

- Leben bedeutet die Verwirklichung

(Aktualisierung) der gegebenen

Möglichkeiten (Potenz), durch „Einwirkung“

von außen.

- Unter den geeigneten Umständen bewegen sich Menschen spontan auf Problemlösungen hin → in Richtung einer „more fully functioning person“

- Person ist immer Prozess

- Therapie soll vorhandene proaktive und konstruktive Tendenz zu fördern → die Klienten selbst *machen* die Therapie

- Therapie als Selbst-Heilung im Sinne von Aktualisierung, neuer Entwicklungen und Kapazitäten

erweiterter

3.1. Aktualisierungstendenz-
Selbstverwirklichung als Prozess der
Personalisation

- ### 3.2. Begegnung: In unmittelbarer Präsenz miteinander und einander gegenüber
- Beziehung von Person zu Person als Kernstück der Therapie
 - Therapie als *encounter* (Begegnung)
 - ganz bestimmte Form der personalen Beziehung → größtmöglicher Respekt & ganz besondere Nähe
 - Begegnung als Prozess, Ziel: wechselseitige Anerkennung als Person

In der dialogischen Spannung von Ganz-auf-den-Anderen-bezogen-Sein (Solidarität) und Ganz-selbst-Sein (Autonomie) entsteht Selbstbewusstsein und erfolgt Selbstverwirklichung.

Begegnung erfolgt, wo einer dem anderen Gegenwart wird und sich selbst als Person ganz auf ihn einlässt.

Dimensionen:

- Authentizität (Kongruenz)
- nicht an Bedingungen gebundene
Wertschätzung

(Akzeptanz)

- Einfühlung (Empathie)

Begegnung ereignet sich direkt im Jetzt und in
Unmittelbarkeit

→ erfordert Offenheit sich einzulassen

Mensch als dialogisches Wesen.
32. Begegnung: In unmittelbarer Präsenz
miteinander und einander gegenüber

werden → im Sinne
bedingungsfreier, mit-
menschlicher Zuwendung

- Das Gegenüber in Liebe ist Quelle von
Gemeinschaft wie von
individueller Person-
werdung

- Wichtig aber auch Offenheit für den Dritten, die
Gruppe, die Gemeinschaft.

Das volle Miteinander von Person zu Person
liegt im Wir, im Miteinandersein.

3.2. Begegnung: In unmittelbarer Präsenz
miteinander und einander gegenüber

→ Gruppentherapie als „primäre“ Therapieform

Literaturquelle:

Peter F. Schmid: Die anthropologischen Grundlagen
Personzentrierter Psychotherapie.

In: Jürgen Kriz, Thomas Slunecko (Hrsg.):
Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt
des personzentrierten Ansatzes. Wien 2007 (Facultas),
(S. 34-48).