

Thesepapier zum Thema: Begegnung von Person zu Person

1. Die Bedeutung des Menschenbildes für die Psychotherapie

- Das Menschenbild, als die Vorstellung wie wir als Mensch sind und funktionieren, leitet als Teil unseres Weltbildes – bewusst oder nicht bewusst – all unser Handeln maßgeblich.
- Es besteht aus „basic beliefs“ (Glaubensannahmen), die selbst nicht weiter beweis- oder widerlegbar sind.

Das Menschenbild umfasst:

- *Anthropologie*: Was und wie ist der Mensch?
- *Motivationstheorie*: Warum handelt er wie?
- *Persönlichkeitstheorie*: Wie steht er zu anderen in Beziehung?
- *Krankheitslehre / Störungstheorie*: Wie und warum kommt es zu psychischen Störungen und Leidensprozessen?
- *Therapietheorie*: 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“ (lat. „persona“) umfasst zwei Bedeutungen: Gesicht, Maske

→ daraus ergeben sich von Anfang an zwei Aspekte:

- der individuelle Ansatz → wer ist jemand an sich?
- der relationale Ansatz → wer ist jemand nach außen, in der Beziehung zu anderen und daher durch und für diese anderen?

→ *Was davon ist das eigentlich Entscheidende am Person-Sein? Das Selbstständige oder die Beziehung? Das, was der Mensch aus sich heraus ist oder das, was er in und durch Beziehungen ist?*

Die personzentrierte Anthropologie enthält beide Dimensionen.

2.1. Person als Selbstständigsein

- individueller oder substanzialer Personbegriff
- Person ist die unteilbare Substanz eines vernünftigen Wesens. (Boëthius)
Substanz: wörtl. „von unten her zum Stehen kommen“ → Selbst-Ständigkeit
- verbunden mit Einzigartigkeit, Unabhängigkeit, Autonomie, Würde, Freiheit

2.2. Person als In-Beziehung-Sein

- Relationaler, transzendenter oder dialogischer Personbegriff
- Person hier nicht als Subsistenz sondern Existenz
Existenz: Zustandekommen von außen her, durch andere
- Person verstanden aus der Beziehung, der Partnerschaft, dem Dialog, im Ganzen der Gemeinschaft.
- Natur des Menschen „unheilbar sozial“ → (wechselseitige) Begegnung als entscheidendes Element der Persönlichkeitsentwicklung.
- Ursprungsbeziehung konstitutiv
- Dieser Personbegriff umfasst wechselseitige Abhängigkeit (Interdependenz) und Solidarität.

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.
 - Dialektik von Selbstständigkeit und Beziehungsangewiesenheit
 - 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 Personalisation

Nach Carl Rogers (1902-1987), US-amerikanischer Psychologe und Psychotherapeut

- Grundannahme:
 - Vorstellung des autonomen, aus sich selbst heraus sein Leben gestaltenden Menschen
 - organismische Tendenz nach Erfüllung zu streben als Substrat aller menschlicher Motivation
- Leben bedeutet die Verwirklichung (Aktualisierung) der gegebenen Möglichkeiten (Potenz), wozu eine „Einwirkung“ von außen (= eine förderliche Beziehung) erforderlich ist.
- Unter den geeigneten Umständen bewegen sich Menschen spontan auf Problemlösungen hin → in Richtung einer „more fully functioning person“
- Person ist immer Prozess, nie etwas Statisches, Fixes
- Therapie dient dazu, die vorhandene proaktive und konstruktive Tendenz zu fördern, nicht jemanden anzuleiten → die Klienten selbst *machen* die Therapie
- Therapie als Selbst-Heilung im Sinne von Aktualisierung, neuer Entwicklungen und erweiterter Kapazitäten

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 vor dem Anderen, gleichzeitig aber auch eine ganz besondere Nähe
- Begegnung als Prozess, Ziel: wechselseitige Anerkennung als Person
- wichtig für Begegnung ist Widerstand, Konfrontation → das Individuum entdeckt sich durch diesen Widerstand
- 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. Gegenwärtigkeit (Präsenz) als das unmittelbare Erleben mit dem Anderen im jeweiligen Augenblick.

Haltung der Gegenwärtigkeit umfasst drei Dimensionen:

- Authentizität (Kongruenz)
- nicht an Bedingungen gebundene Wertschätzung (Akzeptanz)
- Einfühlung (Empathie)
- Begegnung ereignet sich direkt im Jetzt und in Unmittelbarkeit (Verzicht auf alle planbaren Techniken und Strategien) → erfordert Offenheit sich einzulassen

Begegnung meint immer, sich selbst als Person ins Spiel bringen, als Partner im Dialog. → Mensch als dialogisches Wesen.

- Dies alles kann auch als Liebe verstanden werden → im Sinne bedingungsfreier, mit-menschlicher Zuwendung
 - Das Gegenüber in Liebe ist Quelle von Gemeinschaft wie von individueller Personwerdung
 - Wichtig aber auch Offenheit für den Dritten, die Gruppe, die Gemeinschaft.
- Das volle Miteinander von Person zu Person liegt im Wir, im Miteinandersein.
- Gruppentherapie daher als „primäre“ Therapieform

Quelle: 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)