

Das Menschenbild in der Psychotherapie

PST = Psychotherapie, Psychotherapeut; pst = psychotherapeutisch; VHT = Verhaltenstherapie, Verhaltenstherapeut; vht = verhaltenstherapeutisch.

Bei dem Versuch, das pst Vorgehen zu rechtfertigen und zu begründen, muß der PST Bezug nehmen auf seine Anschauung über das Wesen seelischer Störungen. Wenn solche Anschauungen sich zu einer umfassenden Theorie präzisieren, geraten sie fast unweigerlich zu einer Wesensbestimmung des Menschen überhaupt. Im Versuch der Erklärung seelischer Störungen mag primär gar nicht die Absicht liegen, ein umfassendes Bild des Menschen zu entwerfen, also Anthropologie zu betreiben. Doch scheint es in der Sache selbst zu liegen, daß Erklärungsmodelle psychischer Erkrankungen auf eine Verabsolutierung ihrer Perspektive drängen. Denn viel nachdrücklicher als bei körperlichen Störungen ist ja bei seelischen der Mensch als Ganzer betroffen. Hier soll nun nach den anthropologischen Implikationen folgender pst Verfahren gefragt werden:

- I. Verfahren, die sich prinzipiell auf die Neurosenlehre der Psychoanalyse beziehen;
- II. Vht Methoden, die sich mehr oder weniger ausdrücklich auf die sogenannte Lernpsychologie beziehen;
- III. Verfahren, die sich unter dem Stichwort einer personalen PST zusammenfassen lassen.

Die Weite dieser Fragestellung macht natürlich eine gewisse Schematisierung der Darstellung ebenso erforderlich wie eine Begrenzung der Aspekte, unter denen das hier zu Erörternde abgehandelt werden soll. Drei Schlüsselbegriffe sollen diese Aspekte markieren: Handeln, Konflikt, Wandlung.

Handeln: Dieser Begriff ist hier in einem zunächst noch unbestimmten Sinne als jegliches Tun und Tätigsein des Menschen gemeint. Menschliches Handeln ist vielschichtig begründet und somit unterschiedlich deutbar. Handelnd kann der Mensch

1. eine Selbst- oder Wertverwirklichung erstreben und so als das Ganze seines Personseins zu sich selbst und der Welt Stellung nehmen,
2. einsichtsvoll einen bestimmten Zweck verfolgen, der wiederum Mittel zur Daseinsbewältigung sein kann,
3. einem blinden Drang oder einem zielgerichteten Trieb folgen,
4. reflexhaft auf einen Reiz reagieren.

Wertempfinden und Sinnstreben, zukunftsbezogene, planende Zwecksetzung, Triebimpuls und physiologischer Reflex werden in den verschiedenen pst Schulen in jeweils unterschiedlicher Akzentuierung und Ausschließlichkeit als dem menschlichen Tun zugrundeliegend und damit das Menschenbild bestimmend gedacht.

Konflikt: Ob und inwiefern der Mensch als konflikthafte Wesen verstanden wird, wird von den verschiedenen pst Schulen unterschiedlich beantwortet. Insbesondere gibt die Frage, wie dieser Konflikt und die Fronten, zwischen denen er sich abspielt, im einzelnen bestimmt werden, wichtige Hinweise und Verdeutlichungen der Persönlichkeitstheorie eines pst Verfahrens.

Wandlung: Wandel und Änderung kennzeichnen das menschliche Leben in vielfältiger Form. Dabei kann Wandlung nur als etwas Akzidentelles begriffen werden, bei dem sich durch den Strom der Zeiten hindurch der Wesenskern unveränderbar erhält, oder aber dieser Wandel wird zu entscheidenden anthropologischen Dimensionen, der Mensch erscheint dann als Zeitgestalt, als Prozeß. Wandel selbst kann verschiedenes bedeuten, die Entfaltung von Anlage und Triebdisposition (Reifung), die Ausformung

von Gewohnheiten durch Umweltreize (Lernen) und das Sich-Entwerfen in die Zeit, das Sich-selbst-neu-Wählen und -Gestalten.

I. Die Psychoanalyse

Die Psychoanalyse ist heute in verschiedene Schulen aufgespalten (außer der „klassischen“ Analyse die „analytische PST“ Jungs, die „Individualpsychologie“ Adlers, die verschiedenen Richtungen der Neoanalyse), und ihr Denkansatz gab die Anregung zur Entwicklung von zum Teil recht verschiedenen Therapietechniken (außer den methodischen Modifizierungen der genannten Schulen z. B. die analytische Kurz- und Gruppentherapie, das katathyme Bilderleben, die transaktionale Analyse, die Primärtherapie und das Psychodrama). Auch sind manche Besonderheiten und Einseitigkeiten der Persönlichkeitstheorie Freuds bereits von seinen unmittelbaren Schülern modifiziert worden, jedoch werden die grundlegenden persönlichkeits-theoretischen Aussagen Freuds in vielen Punkten von den meisten Analytikern auch heute noch anerkannt, so daß es gerechtfertigt erscheint, an dieser Stelle das Menschenbild Freuds zu skizzieren. Anschließend sollen dann jene zum Teil grundlegenden Änderungen besprochen werden, wie sie von den sogenannten Neoanalytikern vorgenommen wurden.

Handeln

Letzter Grund allen menschlichen Handelns ist nach Freud der Drang, eine unlustvoll erlebte Triebspannung abzuführen, diese Spannungsabfuhr beendet den Zustand der Unlust und wird somit lustvoll erlebt. In allem Handeln ist also das Streben nach Spannungsabfuhr zu sehen, die Abfuhr der libidinösen Energie ist der eigentliche Sinn sowohl der neurotischen Symptome wie des allgemeinemenschlichen Verhaltens. Die spannungserzeugende und damit den Menschen treibende Kraft nennt Freud Libido. Die Problematik dieses Begriffes liegt darin, daß er sowohl etwas Quantitatives, eine allgemeine psychische Energiemenge, als auch etwas Qualitatives, nämlich eine bestimmte Art von Energie, dem „Sexualaffekt“ entsprechend, bezeichnet. Die Libido als Sexualtrieb steht dem Selbst-erhaltungstrieb und in einer späteren Konzeption dem Destruktions- und Todestrieb gegenüber.

Träger der Libido ist das Unbewußte. Dieses erscheint Freud als die alles beherrschende Kraft im Menschen; der bewußt denkende, planende und handelnde Mensch ist nicht, wie dieser in trügerischer Selbstillusion meint, Herr seiner selbst, sondern wird von einer Macht gelenkt, der gegenüber Einsicht und bewußter Wille weitgehend wehrlos sind. Diese Kennzeichnung des Unbewußten als dunkler Lebensgrund und den Menschen bestimmende und treibende Macht findet sich ja auch schon bei Autoren, die der Romantik nahestanden, etwa Shaftesbury, Rousseau, Herder und Carus. Während aber die Romantiker und später etwa auch Klages das Unbewußte „vergöttlichten, hat Freud es dämonisiert“ (Pongratz 1967). Ihm galt das Unbewußte letztlich als eine destruktive, zum Chaos führenden Macht, die gezähmt, geordnet und in das Helle der Vernunft gezogen, kurz „sublimiert“ werden muß: Wo Es war, muß Ich werden, forderte Freud. Fromm (1974) hat die Überzeugung ausgesprochen, daß in dieser Synthese zwischen Romantik und Rationalismus die eigentliche Bedeutung Freuds liegt. Der Mensch ist in der Vorstellung Freuds zwar primär von der irrationalen Macht des Unbewußten bestimmt, aber er hat immerhin die Möglichkeit, sich in dieser Determiniertheit selbst durchsichtig zu werden und (das jedenfalls wird durch den therapeutischen Impetus der Psychoanalyse nahegelegt) ein Stück Freiheit zu erhalten, sich selbst zu bestimmen.

Konflikt

In allen menschlichen Handlungen und Leistungen besteht nach Freud eine prinzipielle Gebrochenheit und Widersprüchlichkeit, was sich in den neurotischen Störungen am deutlichsten zeigt. Diese grundsätzliche Zwiespältigkeit des Menschen findet ihre Erklärung in dem antagonistischen Verhältnis der Systeme „bewußt“ und „unbewußt“. Der Mensch ist ausgespannt in dem Konflikt zwischen dem Bewußten und dem

Unbewußten, der letztlich nur immer kompromißhaft lösbar ist. Später führt Freud die „Instanzen“ Es, Ich und Über-Ich ein, und der Konflikt spielt sich nun zwischen dem Repräsentanten der Triebe, dem Es, einerseits und dem Ich, dem Träger des Realitätsprinzipes, sowie dem Über-Ich, der Stätte der internalisierten Sollensforderungen, andererseits ab. Zwar hat diese Konzeption Parallelen zu den seit der Antike gebräuchlichen Schichtenmodellen der menschlichen Person, doch sieht Freud im Ich- und im Über-Ich keine jeweils neue Seinsschicht, durch die ein neues kategoriales Prinzip eingeführt würde, sondern er läßt das Ich und das Über-Ich aus dem Es hervorgehen, das Es ist nicht nur das zeitlich, sondern auch das ontologisch Frühere. Ich und Über-Ich sind so nur letztlich Derivate des Es.

Dieser Monismus, der alle Seinsweisen des Menschen aus einem einzigen Prinzip heraus erklären will, macht den Naturalismus Freuds besonders deutlich, wobei er dieses Naturhafte auch in einem ausgeprägt elementaristischen und mechanistischen Sinne auffaßt. Gerade durch die so nachdrückliche Betonung der Konflikthaftigkeit des Menschen hat Freud aber diese materialistische Position zumindest unausdrücklich auch überwunden, denn die Materie als solche kann in sich nicht so radikal konflikthaft sein. Konflikthaftigkeit als strukturierendes Prinzip setzt immer unterschiedliche Seinsprinzipien voraus. So erscheint auch in der therapeutischen Praxis des Psychoanalytikers der Mensch in dem Konflikt zwischen Verschleierung und Wahrhaftigkeit und damit in einem Zwiespalt, der durch den Antagonismus von Trieben, also durch das Wirken reiner Naturprinzipien, gar nicht zu erklären ist.

Wandlung

Die menschliche Entwicklung stellt sich bei Freud vor allem als Libidoentwicklung dar. Libido, als die Sexualität im weitesten Sinne, durchläuft dabei in der Kindheit bestimmte Entwicklungsschritte, die orale, die anale, die phallische und die Latenzphase, um dann schließlich nach der Pubertät in der genitalen Phase ihre endgültige Gestalt zu finden. Die Organisation der Libido in der jeweiligen Phase ist dabei repräsentativ und bestimmend für die charakterliche Gesamtentwicklung in dem entsprechenden Lebensabschnitt. Mit der Vollendung der Nachpubertät jedoch hört die Entwicklung im engeren Sinne auf, was nun folgt, sind lediglich die Manifestationen der durch die unterschiedlichen Einflüsse in der Kinderzeit geprägten Libidoentwicklung. In unendlichen Wiederholungen wird der Mensch fortan alle Situationen, Ereignisse und Begegnungen so erleben, deuten und auch seinerseits formen, wie es den Konstellationen seiner kindlichen Entwicklungszeit entspricht. Freud sieht den Menschen also nicht als Zeitgestalt, als ein in die Zeit sich entwerfendes Wesen, er konzipiert die Person nicht als Prozeß. Das, was sich an Wandlung und Änderung ereignet, ist ein am Evolutionsmodell Darwins orientiertes mechanisches Durchlaufen bestimmter biologischer Entwicklungsphasen.

Da es so letztlich keinen Fortschritt des einzelnen Menschen gibt, gibt es auch keinen Fortschritt in der Geschichte. Eine eigentliche Fort- und Höherentwicklung des einzelnen und der Gemeinschaft vermag Freud in seiner Theorie nicht zu sehen; die Sublimierung kindlich-archaischer Triebwünsche bleibt stets fragil und gefährdet gegenüber der Möglichkeit plötzlich anbrandender Triebansprüche. Aber obwohl der Theoretiker Freud den Menschen in der Mechanik der ewig gleichen Triebkonflikte festgelegt sah, hat der therapeutische Impetus, der von ihm und der psychoanalytischen Bewegung ausging, die Starrheit und Einseitigkeit des an Erb- und Eigenschaftskonzepten orientierten medizinisch-anthropologischen Vorstellens aufgelöst und den Menschen als ein potentiell wandelbares Wesen erscheinen lassen. Wo Es war, soll Ich werden, diese Aufgabenstellung des Therapeuten Freud scheint auf ein Individuum zu zielen, das zu persönlichen Entwicklung und Reife fähig ist.

Die Neoanalyse

Jene Analytiker, die noch im engeren Sinne zur Schule Freuds gehören, haben das persönlichkeits-theoretische Grundkonzept ihres Lehrers kaum wesentlich verändert. Aber gewisse Modifizierungen, etwa bezüglich der Ichkonzeption, in denen dieser Instanz mehr Autonomie zugebilligt wird (z. B. Hartmann, Nunberg, Federns), oder der Libidoentwicklung (z. B. Erickson und Reik) deuten schon wesentliche Akzentverschiebungen an. Bei den sogenannten Neoanalytikern (hierzu werden ihrerseits wieder so verschiedene Autoren wie Adler, Horney, Sullivan, Fromm, Kardiner und Schultz-Hencke gerechnet) tritt die Sexualität als Motiv für menschliches Handeln weitgehend in den Hintergrund. Das Streben nach Macht und sozialer Geltung (Adler), nach Anerkennung und Sicherheit (Horney) und nach Individuation (Fromm) wird hier zum entscheidenden Grund menschlichen Tuns. In den Blickpunkt des Interesses rücken bestimmte Daseinstechniken und Lebensstile, die der Mensch in der Auseinandersetzung mit seiner Umwelt herausbildet. Diese Lebensstile können ihrerseits wieder motivierende Kraft erhalten, zu Motiven des Handelns und auch erworben werden, soziale Erfahrungen können zu Quellen von Motiven werden.

Der Konflikt zwischen Sexualtrieb und Selbsterhaltungstrieb spielt bei den Neoanalytikern nur noch eine untergeordnete Rolle, im Vordergrund steht der Konflikt zwischen Individuum und Umwelt. Mit dieser Verlagerung des Konfliktfeldes vom Intra- bis zum Interindividuellen wird das Individuum auch nicht mehr so sehr als primär isoliert, ausgegrenzt gesehen, der Mensch wird also nicht mehr wie bei Freud solipsistisch gedacht, als Wesen, dem andere Menschen lediglich als „Objekte“ erscheinen, zu denen es „Objektbeziehungen“ unterhält. Die Neoanalytiker betonen vielmehr die ursprüngliche Verwobenheit und Verbundenheit des einzelnen mit den anderen, wobei dieses Verbindende auch konflikthaft sein kann. Dieses Verbindende wird von einigen Vertretern der Neoanalyse allerdings noch unzureichend und nicht im Sinne einer personalen Position aufgefaßt. Die menschliche Entwicklung wird nicht mehr als naturgesetzmäßig ablaufende Triebentfaltung, sondern als Herausbildung bestimmter Daseinstechniken in der sozialen Interaktion vorgestellt. Wandlung und Reifung des Individuums werden vornehmlich als Weise der sozialen Anpassung gesehen.

II. Die Verhaltenstherapie

In den Erziehungsprinzipien vieler Völker und Kulturen und in manchen Anleitungen zu geistlichen Übungen könnten Vorläufer der VHT gesehen werden. So entsprechen bekannte Erziehungsmittel manchen vht Techniken, etwa die Erziehung durch Lob dem sog. operanten Konditionieren, die durch Strafe den „Aversionstechniken“, die durch das Beispiel dem „Lernen am Modell“. Das Besondere der modernen VHT besteht indes in der speziellen theoretischen Begründung dieser Techniken und (damit zusammenhängend) in dem Bemühen, das therapeutische Vorgehen wie ein Experiment zu planen und seine Wirksamkeit empirisch zu verifizieren. Theoretische Grundlage der VHT ist die Lernpsychologie, diese wiederum basiert sowohl auf der Reflexologie der russischen Physiologen, insbesondere Pawlovs, wie auf dem amerikanischen Behaviorismus.

In seinem berühmten Hundeversuch legte Pawlow die Grundlage der Lehre von den bedingten Reflexen: Ein Glockenzeichen, das zunächst in mehreren Versuchsdurchgängen jeweils der Fütterung eines Hundes vorausging, vermochte schließlich allein (ohne daß Futter dargeboten wurde) die Speicheldrüsentätigkeit des Hundes in Tätigkeit zu setzen. Durch die Koppelung eines zunächst neutralen Reizes (Glockenton) mit einem reaktionsauslösenden Reiz (Futter) erlangt schließlich der neutrale Reiz allein eine reaktionsauslösende Wirkung (Speicheldrüsensekretion). In diesem Vorgang (heute klassisches oder respondentes Konditionieren genannt) glaubte Pawlow eine letzte analytische Einheit zur Erklärung des Verhaltens aller Lebewesen, also auch des Menschen, gefunden zu haben. Auf dieser Erklärungsebene wurde dann, vor allem von den Lerntheoretikern Thorndike, Hull und Skinner, noch eine andere Art des Lernens, nämlich das Belohnungslernen (operantes Konditionieren)

herausgearbeitet: Spontan gezeigtes Verhalten, das entsprechend belohnt wird, wird zum bleibenden Verhaltensmuster ausgeformt.

Der von Watson begründete Behaviorismus ist die zweite Wurzel der Lerntheorie und stellt die Ausarbeitung einer extrem positivistischen und empiristischen Position in der Psychologie dar. Jedes auf Introspektion und Erschließen innerseelischer Vorgänge bedachte Vorgehen wird als wissenschaftlich unzulässig erklärt. Nur sichtbares Verhalten und dessen Beeinflussbarkeit durch ebenso sicht- und meßbare Reize sollte demnach noch legitimer Gegenstand der Psychologie sein. Hatte Freud die Bewußtseinspsychologie entthront, so gingen die Behavioristen noch einen Schritt weiter, sie erklärten auch eine Psychologie des Unbewußten oder anderer innerseelische Prozesse (da empirisch nicht unmittelbar aufweisbar) als wissenschaftlich irrelevant. Die positivistische Grundposition, der sich schon Freud verpflichtet fühlte, wird hier viel konsequenter und rigoroser vertreten, es kommt ein extremer Szientismus zur Geltung.

Handeln

Handeln ist für die lerntheoretisch orientierten VHT nur als sichtbares Verhalten relevant. Damit sind Fragen nach dem Sinn und Ziel menschlichen Tuns, die Freud immerhin noch gestellt, wenn auch nur im Sinne einer biologischen Zweckdienlichkeit beantwortet hatte, von vornherein ausgeklammert; Handeln wird zum reinen „Verhalten“. Sichtbar, meßbar und somit auch experimentell überprüfbar sind einzig die Reize, die auf einen lebendigen Organismus treffen und die Stärke und Zahl der Reizantworten, die er aussendet. So werden die Bedingungen menschlichen Verhaltens entweder im Sinne des klassischen Konditionierens in der reflexhaften Reizantwort oder im Sinne des operanten Konditionierens als Funktion von „Verstärkerkontingenzen“ erklärt. Handeln ist also entweder als eine oft komplizierte Koppelung bedingter Reflexe oder als Ergebnis vielfacher Belohnungen kleinster Handlungsansätze zu interpretieren. Die Antwort auf die Frage nach dem Grund menschlichen Tuns und Trachtens sucht man so auf einem quasi physiologischen Niveau zu finden, wobei der Mensch als weitgehend passives Objekt von Reizkonstellationen und Reflexabläufen erscheint. In diesem radikalen Reduktionismus spiegelt sich die Maschinentheorie Descartes, die dieser zwar nur in bezug auf das Tier als gültig ansah, die aber bereits wenig später von Lamettrie auch auf den Menschen angewandt wurde und im 19. Jh. in den verschiedensten Abwandlungen Verbreitung fand.

Konflikt

Die zentrale Stelle, die Freud in seiner Persönlichkeitstheorie dem Konflikt beimaß, wurde den VHT zum Ärgernis. Unter anderem deswegen, weil nach ihrer Meinung hierdurch das neurotische Geschehen in unnötiger Weise mystifiziert werde, denn der Freudsche Konflikt ist ja verborgen, muß erst aus vielen Chiffren, Träumen, Fehlleistungen und neurotischen Symptomen erschlossen werden und spielt sich zudem zwischen Fronten ab (Es, Ich, Über-Ich), die sich einem unmittelbaren empirischen Aufweis entziehen. Vielmehr müßten konflikthafte Vorgänge so definiert werden, daß sich aus diesen Definitionen unmittelbar experimentell überprüfbare Aussagen ableiten lassen.

Weiter ist nach Meinung der Lerntheoretiker der Konflikt keine durchgehende Determinante menschlichen Handelns, sondern wird nur bei ganz besonderen Reizkonstellationen verhaltensrelevant.

Schon Pawlow hatte die Bedeutung solcher Konstellationen dadurch experimentell herauszuarbeiten versucht, daß er bei seinen Hunden den primär unangenehmen, schmerzhaften Reiz eines elektrischen Stromes zum angenehmen Signal baldiger Futterdarbietung umwandelte. Pawlow definierte diesen Vorgang auf der physiologischen Ebene als Konflikt zwischen Erregungs- und Hemmungsprozessen; die meisten Verhaltenstherapeuten würden es vorziehen, dieses Geschehen rein beschreibend, auf der „operationalen“ Ebene, als Annäherungs-Vermeidungskonflikt zu bezeichnen: Die Hunde wollen sich einerseits dem Futter nähern, andererseits den Stromschlag meiden. Dabei wird die Stärke der Annäherungs- und Vermeidungstendenzen als prinzipiell quantitativ faßbar, nach Art der Vektoren im Kräfteparallelogramm als meßbar angesehen.

Finden sich bei Freud noch ausführliche Erörterungen über das Wesen der einander entgegengesetzten Strebungen (Es-Triebe, Ich-Triebe, Zensur, Über-Ich usw.) und erscheinen durch die Freudsche Terminologie solche Strebungen geradezu als personifizierte Mächte, so versuchen die Lerntheoretiker gerade solche Fragen als wissenschaftlich nicht entscheidbar und damit als irrelevant auszuklammern. Diese Ausklammerung des „inneren Menschen“ wird dann leicht zu seiner Leugnung, und so erscheint unter dem Aspekt eines rigorosen Empirismus der Mensch schließlich nur noch als Reflexautomat, bei dem input- und output-Relationen gegeneinander verrechnet werden. Diese orthodoxe behavioristische Position wurde inzwischen allerdings zum Teil erheblich modifiziert und zum „molaren“ und „subjektiven“ Behaviorismus erweitert. Unter dem Einfluß der Gestaltpsychologie wurde u. a. zunächst das Verhalten als komplexe Handlungseinheit und zielbestimmte Ganzheit ausgelegt. Dann wurden neben Außenreizen und physiologischen Faktoren auch zunehmend Vorstellungen, Erwartungen, Absichten und Gefühle, also kognitive und emotionale Prozesse, als „intervenierende Variablen“ bei der Beurteilung menschlichen Verhaltens berücksichtigt. Von dieser Entwicklung her ist auch innerhalb der VHT die Möglichkeit gegeben, menschliche Konflikthaftigkeit nicht nur auf der Ebene des Appetenz- und Aversionsverhaltens zu beschreiben.

Wandlung

Grundmuster und Basiseinheit allen menschlichen Verhaltens ist nach Meinung der Lernpsychologen die Reiz-Reaktionsverbindung. Die Summe solcher Reiz-Reaktionsverbindungen könnte somit als das Wesen des Menschen bestimmt werden. Da sich solche Verbindungen auch wieder auflösen können (sogenanntes Löschen der bedingten Reaktion) und andererseits unter dem Einfluß neuer Reizgegebenheiten sich neue Reiz-Reaktions-Verknüpfungen bilden, ist die Persönlichkeit prinzipiell in ständigem Wandel begriffen. Persönlichkeitsbildung und -änderung sind auch keinesfalls auf die Kinderzeit beschränkt, obschon diesem Lebensabschnitt von den VHT für den Vollzug elementarer Lernvorgänge eine besondere, wenn auch keine ausschließliche Bedeutung zugemessen wird.

Von den meisten VHT wird heute anerkannt, daß menschliches Verhalten auch eine Funktion individueller, anlagebedingter Eigenschaften ist, jedoch wurde das Reiz-Reaktions-Modell, also die Auffassung, daß alles Verhalten erlernt (im Sinne der mechanischen Ausformung von Reaktionsmustern) sei, lange Zeit im Sinne einer strikten *tabula-rasa*-Auffassung gehandhabt. Watson etwa proklamierte die totale Machbarkeit des Menschen und schrieb sich zu, jedes beliebige Kind sowohl zum Richter wie zum Verbrecher erziehen zu können, wenn man ihm nur den genügenden Manipulationsspielraum ließe. Zwar ist der im Gefolge solchen Glaubens sich ausbreitende Erziehungsoptimismus heute etwas abgeschwächt, jedoch ist bei den meisten VHT eine Vorliebe für eine fast ausschließlich milieutheoretische Erklärung der Charakterentwicklung geblieben.

III. Die personalen Psychotherapien

Unter dem Kennwort einer personalen PST sollen hier Richtungen zusammengefaßt werden, denen bei aller Verschiedenartigkeit die Abkehr vom Naturalismus, insbesondere vom Mechanismus und Materialismus gemeinsam ist. Hier wären etwa zu nennen die Logotherapie Frankls und der sog. Wiener Schule (Caruso, Daim), die daseins-analytischen Bestrebungen von Binswanger, Boss und Gebattel sowie die klientenzentrierte Gesprächs-PST von Rogers.

Der Problematik des Personen-Begriffes kann nicht nachgegangen werden, „personal“ als Standortbestimmung meint hier positiv die Auffassung eines Wesens, das nach sich selber fragen und zu sich selbst sowie zur Welt Stellung nehmen kann. Unter einem personalen Aspekt erscheint der Mensch in den hier genannten pst Schulen insofern, als er nicht nur als

Naturobjekt, sondern in erster Linie als ein Wesen aufgefaßt wird, bestimmt durch Streben nach Sinnerfüllung, Wert- und Selbstverwirklichung. Gestaltpsychologie, Lebensphilosophie, die Personalie Max Schelers und die Existenzphilosophie sowie bei der Wiener Schule auch der Neu-Thomismus bilden das anthropologische Fundament dieser pst Verfahren. Stellen Psychoanalyse und Lerntheorie in ihren ersten Verlautbarungen eine konsequente Fortsetzung des antiidealistischen und positivistischen Geistes in der 2. Hälfte des 19. Jh.s dar, so hat sich in den personalen PST hierzu eine Gegenbewegung gebildet.

Als Pars pro toto soll die sog. klientenzentrierte Gesprächs-PST näher besprochen werden, obschon sich in persönlichkeits-theoretischer wie in therapiemethodischer Hinsicht deutliche Unterschiede zu den anderen Richtungen der personalen PST finden. Dieses Verfahren hat in den letzten Jahren eine große Verbreitung im deutschen Sprachraum gefunden und hat u. a. wegen der Systematisierung der Therapeutenausbildung eine besondere praktische Bedeutung gewonnen. Auch wurde der Grundansatz dieser Methode über den Rahmen eines speziellen pst Verfahrens hinaus auf anderen Gebieten fruchtbar gemacht, so z. B. in der Pädagogik und Schulpsychologie (Tausch und Tausch 1963), in der Erziehungsberatung und Kindertherapie (Axline 1974), in der Pastoraltheologie und Telefonseelsorge (Pazella 1966).

Begründer der Gesprächs-PST ist Carl R. Rogers, der über das Studium der Theologie, Pädagogik und Psychologie sich der klinischen Psychologie zuwandte und zunächst unter den Einfluß der Psychoanalyse geriet. Besonders bedeutungsvoll war für ihn die Begegnung mit dem Psychoanalytiker O. Rank, der bereits in Abweichung von Freud sehr die Autonomie und Individualität des Ich und für die therapeutische Prozedur die Bedeutung des aktuellen Erlebens betonte. In seiner Persönlichkeitstheorie versucht Rogers dogmatische Fixierungen zu vermeiden und gibt gewissermaßen nur einen groben Rahmen vor, in dem er sich für alle weiteren Einsichten und Erkenntnisse offenhalten will. So hat er auch keine eigentliche Neurosentheorie entwickelt, also kein System von Hypothesen über Bedingungen und Entstehen der verschiedenen neurotischen Syndrome aufgestellt. Rogers besondere Bedeutung liegt in der Ausarbeitung einer speziellen Therapietechnik, in der sich auch nachdrücklich sein Menschenbild niederschlägt und in dem mittlerweile methodisch sehr ausgefeilten Versuch, durch Ton- und Videobandaufnahmen das therapeutische Gespräch der empirischen Forschung zugänglich zu machen.

Handeln

Im Handeln sieht Rogers das Streben des Menschen nach Selbstentfaltung und Selbstverwirklichung. Das meint einmal die Entfaltung von physischen und psychischen Anlagen und Bereitschaften, aber vor allem die Auszeugung des virtuellen, existentiellen Grundes eines Menschen, seiner innersten Möglichkeiten, den Vollzug seines Wesens. Dieses Wesen wird als transphänomenales, jenseits der Tatsächlichkeit liegendes bestimmt, das dem objektivierenden Erfassen nicht zugänglich ist. Selbstentfaltung als Verwirklichung des innersten Seinkönnens ist kein mit Naturnotwendigkeit ablaufender Prozeß, sondern geschieht als ein „Sich-selber-Wählen“ des Individuums, ist ein Akt der Freiheit.

Die Grundtendenz des sich Freientfaltenden, d. h. nicht durch ein destruktives Milieu eingegengten Menschen, geht dabei sowohl auf Konstruktivität, Sinnhaftigkeit und Du-Bezogenheit wie auf Selbstheit und Autonomie. Zwischen Selbstverwirklichung und Entfaltung auf positive Werthaftigkeit besteht bei Rogers kein Widerspruch. Vielmehr ist der tragende Grund echten Wertempfindens die volle Autonomie, das Selbstsein, die „Eigentlichkeit“ und die „Jemeinigkeit“ (Heidegger) des Individuums. Wenn der Mensch sich selber hell ist und bei sich selbst ist, kann er sich der Individualität anderer gegenüber offener und zustimmender verhalten. Dieser Subjektivismus und die Betonung der menschlichen Freiheit zeigen Rogers Beziehungen zur Existenzphilosophie. Hiedurch und durch seinen Glauben an die Möglichkeit zum Guten im Menschen erscheint er in einem Gegensatz zu Freud, der pessimistisch den Menschen ausgeliefert sah an das Chaos des Es oder die harte Tyrannei des Über-Ich. Diese Position findet auch im Konzept der Gesprächs-PST ihren Niederschlag. Im Vertrauen auf die Selbst-

entfaltungstendenz des Patienten, nimmt der Therapeut sowohl eine zustimmende und verstehende, wie eine nicht-lenkende, „nicht-direktive“-Haltung ein.

Konflikt

Ein zentraler Begriff in der Persönlichkeitstheorie von Rogers ist das Selbstkonzept, d. h. das Bild, das sich der Mensch von sich selbst macht, die Auslegung, die er sich über sich selbst vorgibt, ein Muster von Meinungen, Urteilen und Wertungen über sich selbst und seine Stellung zur Mitwelt. Normalerweise stimmen Selbstkonzept und Selbstwirklichkeit überein. Wenn jedoch der Mensch die unverstellte Wahrnehmung seines Selbst, z. B. mit seiner Selbstachtung nicht vereinbaren kann, neigt er dazu, seine Selbstwirklichkeit verzerrt wahrzunehmen, sie in entstellter Form zu „symbolisieren“. Das Scheitern des Bemühens, das Selbstbild mit dem Handeln und den Empfindungen in Einklang zu bringen, bedeutet Selbstentfremdung und (sofern dieser Konflikt erlebt wird) Leiden. In dem Verhältnis Selbstbild/Selbstwirklichkeit finden sich gewisse Parallelen zu dem Freudschen Begriffspaar Bewußtes/Unbewußtes, wenn auch die einzelnen Größen dieser Beziehungen z. T. sehr Unterschiedliches meinen.

Wandlung

ist im Menschenbild Rogers eine sehr wichtige Kategorie, was sich schon in seiner Auffassung von der Selbstverwirklichung andeutet. Dabei ist Wandlung nicht in erster Linie Entfaltung von körperlich-seelischen Anlagen oder mechanische Ausformung von Gewohnheitsbildungen, obwohl Rogers auch diese Dimension des Wandels als für den Menschen bedeutsam anerkennt. Zu sich selber kommt der Mensch erst, wo er sich als frei Handelnder in seinem Verhältnis zur Zeit begreift, wo er sich auf die Zukunft hin versteht, wo „sich das Individuum auf einen Zustand hin entwickelt, in dem es wesentlich und akzeptierend der Prozeß sein kann, der es innerlich und eigentlich ist“ (Rogers 1973). Der Mensch als Prozeß, der Mensch hat nicht eine Geschichte, sondern er ist seine Geschichte. Die Struktur der menschlichen Person erhält eine fließende Gestalt, sie befindet sich in einem steten Strom von Erfahrungen und Entscheidungen. Auch in diesem Aktualismus ist Rogers der Existenzphilosophie verpflichtet.

Der Therapeut und sein Patient

So sehr man den Reduktionismus in den Persönlichkeitstheorien der Psychoanalyse und der VHT auch bedauern mag, sollte man doch bedenken, daß solche Einseitigkeit für den engeren Rahmen einer Fachdisziplin durchaus von heuristischem Wert sein kann. Die Frage, ob denn nicht diese Einseitigkeiten das konkrete Tun des Therapeuten in unerwünschter Weise prägen, kann man nicht vorsichtig genug beantworten. Das theoretische Konzept der VHT z. B. könnte die Vermutung nahelegen, daß dem VHT der Kranke nur als ein Dressurobjekt in den Blick gerät, bei dem ein bestimmtes Fehlverhalten umkonditioniert werden muß. Dem gegenüber ist es jedoch bei den meisten VHT ein ungeschriebenes Gesetz, in dem Patienten einen zur einsichtsvollen Mitarbeit fähigen und willigen Partner, ja fast eine Art Ko-Therapeut zu sehen, der die vorgeschlagenen therapeutischen Techniken gegenüber seinen eigenen Störungen sinnvoll einsetzt. Dies bedeutet aber, daß der Therapeut stillschweigend etwas voraussetzt, was in der Theorie seines Verfahrens gar nicht bedacht wurde: die Fähigkeit des Menschen zur Einsicht, seine Möglichkeit zur Freiheit und Verantwortung. Ähnliches ließe sich auch für die Psychoanalyse sagen.

Da die explizite Persönlichkeitstheorie eines pst Verfahrens nur sehr unvollständig für die Einstellung und das Verhalten des Therapeuten bestimmend zu sein scheint, dürfte abschließend ein kurzer Blick auf einige Probleme des therapeutischen Vorgehens selbst angebracht sein. Die vergleichende Gegenüberstellung der hier besprochenen Verfahren soll dabei 1) das Therapieziel, 2) den Therapie-Modus, die Technik im engeren Sinne und 3) die therapeutische Beziehung, das Verhältnis von Therapeut und Patient berücksichtigen.

1. Das Therapieziel

Hier ergibt sich die Frage, was eigentlich als Heilungs- oder zufriedenstellendes Änderungskriterium gelten soll. Für die VHT ist die neurotische Störung lediglich das Ergebnis einer Fehlconditionierung, und für sie ist die Beseitigung der Fehlhaltung bzw. der Symptomatik gleichbedeutend mit Heilung. Was dabei als Symptom bzw. als

„unerwünschtes Verhalten“ zu gelten hat, läßt der VHT, abgesehen von bestimmten Problemfällen, den Patienten bestimmen. Für die Psychoanalyse und die personalen Therapien ist das Symptom Ausdruck eines „tiefer“-liegenden Problems, folglich muß auch die therapeutische Zielbestimmung über die Beseitigung der vordergründigen Symptomatik hinausgehen und auf eine Änderung von Haltungen, Einstellungen und Erlebnisweisen abzielen. Bei dem Versuch, solch eine Zielsetzung auch unter einem quantitativen Aspekt im Sinne einer „ausreichenden Besserung“ und „zufriedenstellenden Änderung“ zu sehen, wird jedoch ein Unterschied zwischen der Psychoanalyse und der Gesprächs-PST deutlich. Die Psychoanalyse ist hier eher normativ orientiert, Kriterium einer solchen „zufriedenstellenden“ Persönlichkeitsumstrukturierung ist für sie die Norm der Reife, vor allem im Sinne einer Reifung der „Libidoorganisation“. Die Gesprächs-PST hingegen überläßt es gemäß ihrem subjektivistischen Ansatz dem Patienten, wie weit er sich ändern möchte, sieht davon ab, Heilungskriterien gewissermaßen von außen an den Patienten heranzutragen.

2. Der Therapie-Modus

Die berühmte Couch des Psychoanalytikers kennzeichnet die Situation: Der dort liegende Patient hat die Aufgabe, jeden Gedanken und Einfall mitzuteilen, der ihm gerade in den Sinn kommt. Der Psychoanalytiker sitzt am Kopfende hinter ihm, regt durch zustimmende Äußerungen und Fragen das „freie Assoziieren“ des Patienten an, das vor allem auch um seine Kindheitsereignisse kreisen soll, und gibt nach „klärender“ Vorarbeit „Deutungen“. Dieses Vorgehen ist bezogen

a) auf den zeitlichen Aspekt vergangenheitszentriert: Gegenwärtige Einstellungen und Verhaltensweisen werden in bezug zu Kindheitserlebnissen gebracht, da in ihnen die Wiederholung solcher emotionsgetönter Erlebnisse gesehen wird;

b) auf den wissenschaftstheoretischen Aspekt am Kausalitätsmodell orientiert („ätiologisch orientiert“): Da die Ursache der Neurose als in der frühen Kindheit begründet gedacht wird, muß die Korrektur auch am Ausgangspunkt der Kausalkette ansetzen;

c) auf den Beziehungsaspekt zwischen Therapeut und Patient asymmetrisch: Der Therapeut will dem Patienten nur Spiegel sein, will gewissermaßen die Funktion eines optischen Instrumentes bzw. ein solches Instrument sachkundig Handhabenden übernehmen. Der Arzt-Patient-Beziehung wurde bereits von Freud eine hohe Bedeutung für den therapeutischen Prozeß zugemessen, jedoch erscheint sie bei ihm gewissermaßen positivistisch verfremdet, da der Therapeut in der Distanz des Beobachtenden zu bleiben hat und Interaktionen lediglich als naturgesetzmäßig ablaufende Übertragungs-Gegenübertragungs-Mechanismen gedeutet werden. Diese Position wurde von den Neoanalytikern sehr bald ausdrücklich verlassen, wird in dieser ausgeprägten Form auch heute kaum noch vertreten.

3. Das Verhältnis von Therapeut und Patient

Die VHT ist in ihrem Vorgehen gegenwartzentriert, da sie ausschließlich das gegenwärtige Verhalten zu modifizieren sucht. Gemeinsam mit der Psychoanalyse ist ihr allerdings die deterministische Position, die Kausalkette der Entstehung neurotischer Symptome ist für sie prinzipiell exakt aufweisbar. Allerdings ist es (im Gegensatz zur Psychoanalyse) bei beabsichtigter Änderung eines Verhaltens nicht nötig, am Anfangsglied dieser Kette anzusetzen, da ihrer Meinung nach gelernte Verhaltensmuster nach einer gewissen Zeit der Löschung anheimfallen, sofern sie nicht durch weiterhin wirkende Stimuli ständig aufrechterhalten werden. Es genügt also, diese gegenwärtig wirkenden Stimuli zu ändern bzw. neue, entgegengesetzt wirkende Determinanten einzuführen. Die therapeutische Beziehung ist dabei ebenfalls asymmetrisch, der Therapeut fungiert hier als Instrukteur, als Trainer.

Die *Gesprächs-PST* arbeitet betont gegenwartzentriert. Therapie ist Arbeit im Hier und Jetzt, sie besteht darin, dem Patienten zu helfen, seiner augenblicklichen Gefühle, Ängste, Hoffnungen, Enttäuschungen gewahr zu werden, um in diesem Strom des Gewahrwerdens und Erlebens das Selbstbild mit der Selbstwirklichkeit zu versöhnen und zu neuen Haltungen und Einstellungen zu finden. Der kausalistische Ansatz in der Neurosen-therapie wurde gemäß den schon genannten anthropologischen Ansichten aufgegeben. Entsprechend hiezu wird auch eine neurosenpsychologische Diagnostik als wenig hilfreich angesehen, da ein solches Denken den Patienten zum Objekt verfremdet, ihn auf bestimmte Eigenschaften oder „Mechanismen“ festlegt und ihn so potentiell seiner Freiheit, das heißt der Möglichkeit des Unerwarteten und Unvorhersagbaren, beraubt. Die antiintellektualistische und subjektivistische Position der Existenzphilosophie wird auch hier deutlich.

Die therapeutische Beziehung ist symmetrisch, d. h. dialogisch strukturiert. Trotz unterschiedlicher Rollenverteilung in dieser Beziehung versteht sich der Therapeut primär nicht als Experte, sondern als ein Du, das dem Ich des Patienten verstehend und einführend gegenübertritt. Die Wirklichkeit des Patienten bejahend hat der Therapeut auch als Person authentisch zugegen zu sein, das heißt z. B. das eigene Erleben in der therapeutischen Situation auszusprechen, um den Patienten in dieser dialogischen Auseinandersetzung sich selbst finden zu lassen. Das therapeutische Agens wird wesentlich in der Beziehung selbst, in der dialogischen Lage gesehen.

In der *Psychoanalyse* fungiert der Therapeut als Art Projektionsschirm, auf den der Patient seine frühkindlich geprägten Einstellungen, etwa zu seinem Vater, übertragen kann. Die Beziehung des Patienten zum Therapeuten ist also in spezifischer Weise irreal und der Wert dieser Beziehung wird in der Möglichkeit der Bewußtmachung der sich hier zeigenden Wiederholung von infantilen Bindungen gesehen. In der *Gesprächs-PST* dagegen erscheint der Therapeut als möglichst reale und unmittelbar gegenwärtige Person, es wird die Einmaligkeit der jeweiligen therapeutischen Lage und ihr Offensein für neue existentielle Erfahrungen betont.

Psychotherapie als Problem unserer Zeit

Trotz der oft erheblichen Unterschiede in der Persönlichkeitstheorie und in der Methodik haben fast alle pst Richtungen auch grundsätzliche Gemeinsamkeiten, man könnte diesen Grundstock an gemeinsamen Überzeugungen vereinfachend so skizzieren:

1. Seelische Störungen (die man als neurotisch klassifiziert; Störungen, wie sie im Rahmen einer Geisteskrankheit auftreten, sollen hier unberücksichtigt bleiben) sind das Ergebnis von lagebedingten Fehlentwicklungen. Körperliche Faktoren spielen höchstens eine sekundäre Rolle. Des weiteren sind neurotische Symptome nicht in erster Linie als Folge einer persönlichen Schuld zu interpretieren (die Wiener Schule hat hier allerdings eine andere Sicht).

2. Ziel der Therapie ist die Beseitigung von „Symptomen“ oder die Wiederherstellung der „Liebes- und Arbeitsfähigkeit“ oder die Selbstverwirklichung. Ziel der pst Intervention ist die „Immanenz“ des Psychischen, PST will den Menschen ausdrücklich nicht über sich selbst hinaus und zu etwas anderem hinführen. PST grenzt sich so ausdrücklich von Pädagogik und Seelsorge ab (auch hier vertritt die Wiener Schule eine andere Position).

3. Die neurotische Störung und dadurch bedingtes Leid sind durch die Therapie grundsätzlich aufhebbar.

Diese Postulate gelten natürlich nur für die Therapie von seelischen Zuständen, die als krankhaft zu charakterisieren sind, das heißt der PST wird sich nicht für jede Art seelischen Leides als zuständig erachten. Dennoch wäre es voreilig, sich mit dieser Erklärung allzu leicht zufriedenzugeben. Denn 1. sind die hier geforderten Unter-

scheidungen im konkreten Falle schwierig und oft gar unmöglich, und 2. ist es meist der am Angebot der PST orientierte Patient selbst, der sein Leiden, auch wenn es z. B. in Zusammenhang mit einer sittlichen oder religiösen Thematik steht, als „neurotisch“ definiert. So stellt sich die PST sowohl als Folge wie als Verstärkung einer Tendenz dar, in der

● der „Friede der Seele“ zunehmend säkular verstanden und ein Menschenbild etabliert wird, in dem der Mensch sein Ziel ausschließlich in sich selber hat und die Welt nur für und durch den Menschen besteht;

● der Mensch als in der Macht des Wissens um Ursache und Beseitigung seelischen Leidens stehend gedacht wird. Der Mensch erscheint so, gemäß dem aktivistischen Moment neuzeitlichen Denkens, als der „Macher“ auch seines inneren Schicksals. Da seelische Gesundheit zunehmend als „machbar“ erlebt wird, könnte sich auch eine zunehmende Intoleranz gegenüber seelischen „Auffälligkeiten“ einstellen.

Wäre es auch verfehlt, „die“ PST in diesen Punkten anklagen zu wollen, da sie ja nur eine Äußerungsform eines allgemeinen Bewußtseins darstellt, so dürfte sie doch als eine prägnante Erscheinungsform des Zeitgeistes eben dieses Bewußtsein auch verstärken. Das Wissen hierum sollte jedoch kein Anlaß sein, sich von der PST als einer Erscheinungsform unserer Zeit zu distanzieren, es sollte das Gesetz, nach dem die PST angetreten ist, nicht aufheben wollen, sondern es höchstens relativieren.

Literatur:

- Axline V., Kinderspieltheorie im nichtdirektiven Verfahren. Reinhardt, München 1974.
Binswanger L., Ausgewählte Vorträge und Aufsätze, Bd. I. Francke, Bern ²1961.
Blösch L., Grundlagen und Methoden der Verhaltenstherapie. Huber, Bern ²1970.
Boss M., Lebensangst, Schuldgefühle und psychotherapeutische Befreiung. Huber, Bern 1965.
Frankl V. E., Theorie und Therapie der Neurosen. Urban u. Schwarzenberg, Wien, 1956; *ders.*: Das Menschenbild in der Seelenheilkunde. Hippokrates, Stuttgart 1959.
Freud S., Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. Ges. Werke und Studienausgabe, Bd. I, Fischer, Frankfurt 1969; *ders.*: Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie; op. cit. Bd. V; *ders.*: Hemmung, Symptom und Angst; op. cit. Bd. VI.
Fromm E., Der moderne Mensch und seine Zukunft. Fischer, Frankfurt 1960; *ders.*: Philosophische Anthropologie und Psychoanalyse, in: Philosophische Anthropologie heute. Beck, München 1974.
Hartmann H., Ich-Psychologie und Anpassungsproblem. Klett, Stuttgart 1960.
Kunz H., Grundfragen der psychoanalytischen Anthropologie. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 1975.
Kanfer F. & J. S. Phillips, Lerntheoretische Grundlagen der Verhaltenstherapie. Kindler, München 1975 (Learning Foundations of Behavior, New York 1970).
Kraiker Ch. (Hg.), Handbuch der Verhaltenstherapie. Kindler, München 1974.
Pawlow U. P., Die bedingten Reflexe. Kindler, München 1972.
Perls F. S., Grundlagen der Gestalt-Therapie. Pfeiffer, München 1976.
Pongartz L., Problemgeschichte der Psychologie. Francke, Bern 1967.
Rogers C. R., Die klient-bezogene Gesprächstherapie. Kindler, München 1973 (Client-centered Therapy, 1951); *ders.*: Die Entwicklung der Persönlichkeit. Klett, Stuttgart (On becoming a person, 1961).
Scharfenberg J., Sigmund Freud und seine Religionskritik als Herausforderung für den christlichen Glauben. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 1968.
Seidmann P., Der Weg der Tiefenpsychologie in geistesgeschichtlicher Perspektive. Rascher, Zürich 1959.
Skinner B. F., Wissenschaft und menschliches Verhalten. Kindler, München (Science and Human Behavior, 1965).
Tausch R. / Tausch A.-M., Erziehungspsychologie. Hogrefe, Göttingen 1963.
Watson J. B., Behaviorismus. Kiepenheuer und Witsch, Köln 1968.
Weizsäcker V. v., Diesseits und jenseits der Medizin. Kochler, Stuttgart 1950.
Wyss D., Die tiefenpsychologischen Schulen von den Anfängen bis zur Gegenwart. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 1961; *ders.*: Marx und Freud, ihr Verhältnis zur modernen Anthropologie. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 1969.