

Humanistische Psychologie

A. Neben Behaviorismus. (Verhaltenspsychologie) und → Psychoanalyse versteht sich die h.P. als der »Dritte Weg« des psycholog. Denkens in der Gegenwart. Ihre Besonderheit sieht sie in der Verbindung psycholog. Erkenntnis mit Fragen der Lebensgestaltung, in der Einsicht, daß eine Wertorientierung der → Psychologie vor allem bei der → psychotherapeut. Bearbeitung von Problemen und Lebenskrisen unumgängl. ist.

B. Gegen die experimentelle Auflösung des psych. Geschehens in einzelne Reiz-Reaktions-Beziehungen und gegen die Auffassung des menschl. Organismus als eines triebenergetisch funktionierenden Apparates (als dessen Verhaltensziel ein Gleichgewicht der Entspannung, eine »Homöostase«) anzunehmen wäre, sieht die h.P. das → Individuum als eine Einheit bzw. → Ganzheit von organ. und psychischen Vorgängen, die auf die → Selbstverwirklichung des Individuums ausgerichtet sind. Der → Vernunft wird die Erkenntnis der jeweils individuellen Möglichkeiten und die Entscheidung über die richtigen Wege zu deren Verwirklichung zuge-
traut. Die objektiven Normen einer sittl. Lebensführung liegen in der Natur des Menschen selbst begründet (E. → Fromm). Die h.P. glaubt an die Fähigkeit des Menschen, aus eigener Kraft sein Leben positiv zu gestalten, und versucht dem einzelnen zum Glauben an sich selbst zu verhelfen. Aufgabe der psycholog. Beratung und Therapie ist die Hilfestellung bei dem Prozeß der Selbsterkenntnis und dieser Selbstverwirklichung.

C. Das Selbst, der Personkern des Menschen, ist nach Auffassung der h.P. Subjekt des psych. Entwicklungsprozesses, nicht nur regulierende Instanz und damit letztl. Objekt der Triebwünsche und der Anforderungen der Außenwelt (vgl. das »Es« und »Über-Ich« in der Psychoanalyse). Dieses Selbst ist gekennzeichnet durch Intentionalität, also durch die Ausrichtung des Lebens auf Ziele. Als letzte menschl. Ziele gelten der h.P. das Geben und Nehmen von Liebe und das Engagement in schöpfer. Tätigkeit. C. Bühler unterscheidet (unter zusätzl. Berücksichtigung der Tendenzen zur Anpassung) vier Grundtendenzen des Selbst im Prozeß der Selbstverwirklichung: Suche nach persönl. Befriedigung in → Sexualität, → Liebe und Anerkennung; selbstbeschränkende Anpassung im Interesse von Zugehörigkeit und Sicherheit; schöpfer. Expansion; Integration und Aufrechterhaltung der inneren Ordnung. Der Begriff der → Kreativität kann als Schlüsselbegriff der h.P. gelten, weil er die Selbständigkeit und Entwicklungsorientierung des Individuums zusammenfaßt mit der Vorstellung eines flexiblen und sensiblen Zugangs zur Welt. Im Gegensatz zur Defizitorientierung der ärztl. Thera-

pie legen einige Autoren bes. Gewicht auf den Begriff des Wachstums (A. Maslow, C. Rogers, H. Clinebell) als Prozeß- und Zielvorstellung für menschl. Leben.

D. Die h.P. erhebt den Anspruch, die Fixierung psycholog. Denkformen und therapeut. Arbeitsformen auf die Laboratorien bzw. Sprechzimmer zu beseitigen. Dementspr. hat die h.P. eine Vielfalt von therapeut. Modellen entwickelt, die sich leichter als die traditionellen Arbeitsformen der → Psychoanalyse in verschiedene Lebenszusammenhänge übertragen lassen. Bes. Bedeutung hat die »klientenzentrierte« Gesprächspsychotherapie von C. Rogers erlangt, die auch für die kirchl. → Seelsorge und → Beratung vielfach handlungsleitend geworden ist. Weitere Anreger und Vertreter der h.P. sind K. Horney, R. May, E. H. Erikson, J. F. Bugenthal, V. Frankl und E. → Fromm, der die h.P. wegen ihres schlichten Optimismus später jedoch kritisierte. Aus christl. Sicht drängt sich zudem die Frage auf, ob die Konzentration auf Selbstenfaltung nicht die Verstrickung in das eigene Selbst fördert.

Lit.: C. Bühler/M. Allen: Einführung in die h.P., Stuttgart 1974. – H. Quitmann: H.P.: Zentrale Konzepte und philos. Hintergrund, Göttingen 1985. – U. Völker (Hg.): H.P., Weinheim 1980.

Reinhard Schmidt-Rost