

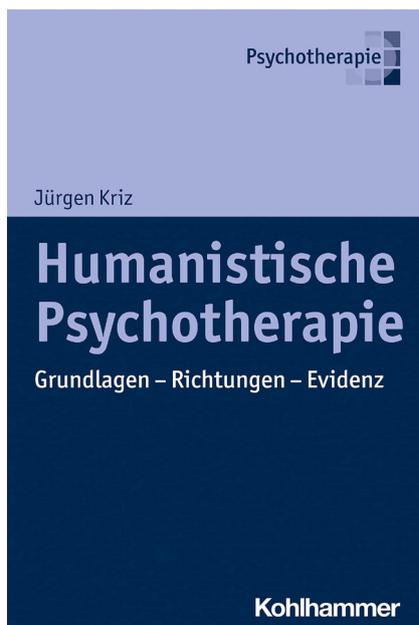
„Die Fakten für die Humanistische Psychotherapie sind freundlich“

Eine Buchbesprechung von Thomas Fuchs, Bonn (D), mit einer Ergänzung aus österreichischer Sicht von Doris Beneder, Hirtenberg (Ö)

Jürgen Kriz: *Humanistische Psychotherapie. Grundlagen – Richtungen – Evidenz.*

Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer, 2023. 203 Seiten. Ladenpreis 34,00 Euro. ISBN 978-3-17-036563-6

Jürgen Kriz hat, wie wohl niemand sonst in der klinischen Psychologie im deutschsprachigen Raum, sein gesamtes bisheriges Forscherleben (von einer ersten Periode als Methodiker abgesehen), dem wechselseitigen Verständnis und der Komplementarität der verschiedenen therapeutischen Ansätze und Strömungen gewidmet. Nie ging es ihm um einen simplen Vergleichstest, sondern immer um die unterschiedlichen Perspektiven und Sinnzusammenhänge, die in der Mannigfaltigkeit der Verfahren zum Ausdruck kommt. Konsequenterweise hat er sich auch im wissenschaftspolitischen Bereich seit langem für Vielfalt eingesetzt; vor allem für die Anerkennung der systemtheoretischen und humanistischen Ansätze. Letztere kämpfen in Deutschland weiter um ihre wissenschaftliche und sozialrechtliche Zulassung – und werden von den zuständigen Gremien mit fadenscheinigen Gründen abgelehnt. Nicht zuletzt diese Tatsache dürfte für Kriz wesentliche Motivation gewesen sein, in diesem Buch die gemeinsamen Wurzeln und Konzepte der verschiedenen Ansätze der Humanistischen Psychotherapie herauszuarbeiten, vor allem jener, die in Deutschland in der AGHPT (Arbeitsgemeinschaft



Humanistische Psychotherapie) versammelt sind.

Der Begriff „humanistisch“ – das kommt in dem Buch zum Ausdruck – hat eine wechselhafte Geschichte. Gerade deswegen räumt Kriz der historischen Entwicklung viel Raum ein – zu Recht! Denn dadurch wird deutlich, auf welchen „Essentials“ alle humanistischen Verfahren basieren: Mehr als in anderen Verfahren wird die menschliche Tendenz und das Bedürfnis nach Entwicklung (Aktualisierungstendenz sensu Goldstein bzw. Rogers) betont, die sich in der Auseinandersetzung zwischen

„Subjekt und Lebenswelt“ (so der Titel von Kriz' vorletztem Buch aus 2017) abspielt. Es geht im Kern darum, „dass das Entstehen von Ordnung einerseits keine externe, ordnende Instanz benötigt, andererseits aber auch nicht alles »aus sich heraus« geschieht, sondern die externen Bedingungen sehr wohl bedeutsam sind... (S. 62). Es gelingt Kriz, solche Sachverhalte klar und anschaulich darzustellen, und gleichzeitig sehr pointiert auf die „blinden Flecken“ und schwammigen Formulierungen hinzuweisen, die sich auch in wissenschaftlichen Texten immer noch finden lassen. So hält er den Satz, dass Carl Rogers an die Aktualisierungstendenz „glaubte“, schlicht für „Unfug“ (S. 61). Eine Analogie dazu wäre, wenn man behauptete, Newton habe an die Gravitation „geglaubt“. Es gibt beschreibbare Bedingungen, unter denen der Apfel vom Baum fällt, der Mond aber am Himmel „kleben“ bleibt. Ebenso gibt es klare beschreibbare Bedingungen (z.B. ein Beziehungsgeschehen i.S. der Metzger'schen „Kennzeichen der Arbeit am Lebendigen“), unter denen sich die Aktualisierungstendenz entfaltet und andere Bedingungen (z.B. äußerer Zwang), die diese Tendenz behindern.

Die Rubrik *Fachliteratur und Neuerscheinungen* stellt in Form von Buchbesprechungen und Textauszügen ausgewählte Neuerscheinungen vor, die vor allem für die Grundlagenkenntnisse zur Gestalttheoretischen Psychotherapie und ihrer Weiterentwicklung von Bedeutung sind. Dabei ist sie nicht auf Neuerscheinungen beschränkt, sondern widmet sich auch bereits früher erschienenen Werken, die zur Standardliteratur zur Gestalttheoretischen Psychotherapie zählen, sowie Literaturempfehlungen zu ausgewählten speziellen Teilgebieten.

Besonders bemerkenswert ist bei der Darstellung der Geschichte der Humanistischen Psychotherapie durch Kriz, dass er sie nicht wie sonst meist zu lesen auf die US-amerikanische Perspektive einschränkt. In dieser Perspektive wird Humanistische Psychotherapie als eine Entwicklung aus der „Humanistischen Psychologie“ gesehen, die in den 1950er-Jahren in den USA begann. Dieser Perspektive stellt Kriz nun in seinem Buch die europäische Perspektive gegenüber, die auch die Vorläufer der in der „Humanistischen Psychologie“ vertretenen Grundkonzepte vor allem in frühen Pionierleistungen im deutschen Sprachraum in den Fokus rückt. Er nennt hier vor allem das Psychodrama von Jacob Moreno und dessen im Gleichklang mit Martin Buber entwickelte Begegnungsphilosophie sowie die Gestaltpsychologie der Berliner Schule.

Aus meiner Perspektive ist es natürlich besonders erfreulich, dass Kriz gerade die wissenschaftlichen Ideen, Ansätze und Erkenntnisse der Gestalttheorie als wesentliche Quelle und Inspiration für sämtliche humanistische Verfahren herausarbeitet: ein zentrales Kapitel des Buches trägt dementsprechend die Überschrift: „Die gestalttheoretische Wurzel der humanistischen Psychotherapie“. Das geschieht nicht – wie sonst leider oft üblich – mit einem allgemeinen Verweis auf die „Gestaltgesetze“ oder dem mittlerweile manchmal zur Floskel erstarrten Satz „Das Ganze ist etwas anderes als die Summe seiner Teile“. Da seine eigenen wissenschaftlichen Wurzeln in den vielfältigen Ansätzen systemischer Theorien liegen, ist Kriz seit langem der internationalen *Gesell-*

schaft für Gestalttheorie und ihre Anwendungen (GTA) verbunden¹ (Ich erinnere mich an mein erstes Theorieseminar mit ihm Ende der 80er Jahre); er hat die Gestalttheorie als Systemtheorie schon immer erkannt (s. Kap. A4.4: Gestaltpsychologie und Systemtheorie). In diesem Buch betont er – in dieser Deutlichkeit für seine Publikationen zum ersten Mal – den erkenntnistheoretischen Ansatz der Gestalttheorie als (implizite – und wünschenswerterweise explizite) Grundlage aller humanistischen Verfahren, indem er ihm ein eigenes Unterkapitel unter der Überschrift: „Die kritisch-realistische Sicht: schwierig, aber notwendig!“ widmet. Gerhard Stembergers Skizze der therapeutischen Situation aus kritisch-realistischer Sicht erhält dabei einen zentralen Platz in dem Buch. Kriz: „Das alles ist nun keine rein abstrakte oder philosophische »Spielerei«, sondern für die Psychotherapie hochrelevant...“ (S.54). Kriz schlägt zudem Metzgers „Kennzeichen der Arbeit am Lebendigen“ (Metzger 2022), die „auch aus systemwissenschaftlicher und naturwissenschaftlicher Sicht effektive Konzepte darstellen“ (S. 58), als Kennzeichen der Humanistischen Psychotherapie insgesamt vor.

Weitere verbindende Grundlagen sieht Kriz in Morenos „Szene“, dem Konzept der Begegnung (Buber), in der Biosemiotik und der Symboltheorie. Kriz' Buch führt nicht nur in diese wissenschaftlichen Konzepte ein und zeigt ihre Verbindungen auf, auch die beteiligten WissenschaftlerInnen werden mitunter in ihren Verbindungen „lebendig“: so erfährt man z.B. vom engen Kontakt zwischen Goldstein, Cassirer (im Kreis der GTA durch

die Arbeiten von Norbert Andersch bekannt) und v. Uexküll.

Die Darstellung der grundlegenden Konzepte der Humanistischen Psychotherapie mündet folgerichtig in einer Konzeption der therapeutischen Beziehung, wie sie im Rahmen der humanistischen Verfahren verstanden wird. Er fasst wesentliche Punkte am Ende des Kapitels in übersichtlicher Form zusammen. Zutreffenderweise merkt Kriz an, dass die genannten „Essentials“ der therapeutischen Beziehung eher „gelebt“ werden, als dass sie im Rahmen der einzelnen Verfahren ausformuliert würden.

Der ausführlichen Darstellung der verbindenden Konzepte im 1. Teil folgt der 2. Teil des Buches, in dem die Verfahren im Einzelnen kurz beschrieben werden. Kriz betont, dass der Schwerpunkt des Buches auf dem Aufzeigen der Entwicklung und der Verbindungen zwischen den grundlegenden Konzepten liegt, weniger in der ausführlichen Darstellung der einzelnen Verfahren. Insofern werden sie nur in aller Kürze und ohne Falldarstellungen referiert. Kriz gibt aber zu allen Verfahren Literaturhinweise und verweist auf an anderen Orten zu findende Falldarstellungen. Im Einzelnen beschrieben werden die Personzentrierte Psychotherapie und deren „Ableger“ Focusing und emotionsfokussierte Therapie, Gestalttherapie, Psychodrama, Transaktionsanalyse, Existenzanalyse und Logotherapie, schließlich Körperpsychotherapie. In einem weiteren Unterkapitel erfolgt die gesonderte Darstellung der gestalttheoretischen Psychotherapie, das Pesso Boyden System Psychomotor (BPSP) und die Integrative

¹ Kriz wurde 2015 die Ehrenmitgliedschaft der GTA verliehen.

Therapie sensu Hilarion G. Petzold et al. Die gesonderte Darstellung der Gestalttheoretischen Psychotherapie ist insofern erfreulich, als diese in anderen Übersichtswerken oft wegen der Namensähnlichkeit einfach der Gestalttherapie zugeschlagen wird. Mehr noch: Die Grundlegung dieses Ansatzes in der Gestalttheorie der Berliner Schule wird von Kriz herausgearbeitet und von den bestenfalls metaphorisch zu verstehenden Bezugnahmen auf Gestaltpsychologie in der gestalttherapeutischen Literatur abgegrenzt. Überhaupt gilt: Die Darstellung der einzelnen Ansätze erfolgt jeweils unter Herausarbeitung derjenigen Aspekte, die den Bezug zu humanistischen Grundkonzepten aufweisen.

An dieser Stelle wird aber auch eine prinzipielle Schwierigkeit deutlich, auf die Kriz selbst an verschiedenen Stellen seines Buches hinweist, wenn auch nur kurz: Nämlich die grundsätzliche Frage, welche Verfahren sich mit welcher Begründung unter welcher Überschrift subsumieren lassen. So könnte man z.B. die Gestalttheoretische Psychotherapie mit jeweils guten Gründen als psychodynamisches, systemtheoretisches, phänomenologisches, in einem spezifischen Sinn als körperpsychotherapeutisches oder eben auch humanistisches Verfahren bezeichnen. Ähnliches gilt auch für andere Verfahren. So hat die Transaktionsanalyse psychoanalytische Wurzeln, ebenso wie bestimmte körperpsychotherapeutische Verfahren (z.B. Reichianische Ansätze). Das weiß natürlich auch Kriz, umgeht die Problematik aber pragmatisch, indem er als grobe Einteilungskategorie diejenigen Verfahren wählt, die in Deutschland in der Arbeitsgemeinschaft Humanistische Psy-

chotherapie (AGHPT) zusammengefasst sind (wobei er Ausnahmen macht: Focusing, GTP).

Wer sich wo zugehörig fühlt, ist dabei eine Sache, wer von wem wo subsumiert wird, eine andere. Es gab Zeiten, in denen (vor allem in Deutschland) das Label „humanistisch“ keinen allzu guten Klang hatte – ob zu Recht oder zu Unrecht, soll dahingestellt sein.



Am 29.09.2020 wurde Jürgen Kriz in Osnabrück für die Verbreitung und konkrete Umsetzung humanistischer Ideen, insbesondere der Humanistischen Psychotherapie in Deutschland, das Bundesverdienstkreuz durch den Bundespräsidenten verliehen. Das Foto zeigt ihn neben seiner Frau Gila, im Hintergrund Oberbürgermeister Wolfgang Griesert. Foto: Swaantje Hehmann

Eine ähnliche begriffliche Karriere der Aufweichung und Abwertung hat z.B. der Begriff „ganzheitlich“ erlitten. Ich selbst habe in der Vorgänger-Organisation der AGHPT mitgearbeitet, die sich seinerzeit AGPF (Arbeitsgemeinschaft psychotherapeutischer Fachverbände) nannte, also ohne den Begriff „humanistisch“. Das lag u.a. daran, dass seinerzeit noch systemtheoretische Verbände dabei waren, die Gesprächspsychotherapie aber nicht. Die Selbst-Zuordnung oder Nicht-Zuordnung zu einer Überschrift hatte handfeste politische Gründe, je nachdem, ob man sich bessere oder schlechtere Chancen der Anerkennung versprach. Die

Zuordnung „humanistisch“ versprach seinerzeit in Deutschland schlechte Chancen – und tut es heute noch. Kriz: „In diesem eng definierten Sektor »Psychotherapie« wurde die HPT in den letzten Jahren vehement ausgegrenzt“ (S.172). Diese Ausgrenzung muss beklagt werden und das tut Kriz. Ich vermisse allerdings eine Auseinandersetzung mit der Frage, dass es keiner Zwangsläufigkeit folgt,

wo man sich selbst zuordnet und wo man zugeordnet wird. Es geht also nicht darum, auf den Begriff zu verzichten, im Gegenteil: das offensive Betonen und Festhalten an einem Begriff, wie es die AGHPT und Kriz tun, ist das Gegenteil von „Fähnchen im Wind“ und führt hoffentlich dazu, dass der Begriff „Humanistische Psychotherapie“ in Zukunft auch in Deutschland wieder einen guten Klang hat!

An dieser Stelle wird deutlich, dass es sich unter diesen Gesichtspunkten um ein „deutsches“ Buch handelt; daher gibt es auch ein besonderes Kapitel dazu: „Humanistische Psychotherapie und

die deutsche Sonderstellung“. Nirgendwo sonst auf der Welt ist man ähnlich brutal mit der Vielfalt der Therapielandschaft umgegangen. Auf der anderen Seite – auch das betont Kriz – übernehmen die deutschen Krankenkassen in der Regel die vollständigen Kosten für eine psychotherapeutische Behandlung. Das tun sie logischerweise nur, wenn sie Kriterien an die Hand bekommen, nach denen ein Verfahren als effektiv und wirksam zu bewerten ist. Angesprochen ist hier die Frage, wie und wodurch das festgestellt werden kann.

Kriz geht dieser Frage nach in dem Kapitel „Das Ringen um eine angemessene wissenschaftliche Forschung in der Humanistischen Psychotherapie“. Ihm kommt hier seine profunde Methodenkenntnis zu Hilfe. Kriz kennt sich aus mit der experimentellen Methode, wie sie zunehmend in Form von randomized-controlled-trials (RCT) gefordert wird. Er problematisiert allerdings die Angemessenheit dieser Methode für Psychotherapie überhaupt; nicht nur für HPT im engeren Sinn. Je mehr ein Verfahren unter Laborbedingungen getestet wird, möglichst manualisiert und unter Ausschaltung aller „Störquellen“ wie individuelle Eigenheiten, subjektives Erleben und Situationsangemessenheit, desto eher „greift“ die RCT-Methode. Daraus folgt: „Um die Wirksamkeit von Therapieformen zu untersuchen, welche in spezifischer Passung an situative Dynamiken ihre abstrakten Kriterien im konkreten Vorgehen zur Entfaltung bringen, sind RCT-Studien nicht angemessen (S. 165).

All diese (und weitere) Kritikpunkte werden auch für die Leser*innen deutlich, die in Forschungsmethodik wenig belesen sind. Anhand einfacher Beispiele und nachvollziehbarer Analogien versteht man sofort, worum es geht. Allerdings muss auch gesagt werden: diese Kritik ist berechtigt, aber nicht neu. Kriz selbst weist seit Jahrzehnten darauf hin (z.B. Kriz 1988). Daraus folgt, dass wir es hier weniger mit einem wissenschaftlichen Problem zu tun haben, sondern mit einem politischen. Die Wissenschaft wird lediglich instrumentalisiert, um damit Politik zu betreiben. Diese Politik prägt, richtiger müsste man sagen – manipuliert – ganze Generationen von angehenden TherapeutInnen. Das wird an einer einzigen kleinen Statistik deutlich (S. 176f): In Österreich entscheiden sich 45,7% für eine Ausbildung in einem humanistischen Therapieverfahren, in Deutschland 0%! Aus individueller Sicht der AusbildungskandidatInnen verständlich, weil man mit einer humanistischen Ausbildung in Österreich arbeiten kann, in Deutschland nicht. Für die Vielfalt, Lebendigkeit und Wirksamkeit von Psychotherapie und deren weitere Entwicklung ist das fatal.

Ein zugegebenermaßen sehr persönlicher, subjektiver Eindruck aus meiner Arbeit in Supervisionen und Therapien und der Zusammenarbeit mit verhaltenstherapeutisch orientierten Ausbildungskandidaten, jungen TherapeutInnen und Kollegen in Deutschland: Hier wird ein pragmatischer, „störungsorientierter“ Therapiestil praktiziert, in

einer freundlichen, den PatientInnen zugewandten Haltung, man wendet bestimmte Techniken und Methoden an (gerade ist „Schema-Therapie“ en vogue) und hofft auf die notwendige „Compliance“ der PatientInnen. Das funktioniert mal mehr, mal weniger gut. Auf der anderen Seite spürt man deutlich ein starkes Bedürfnis nach vertiefter Selbsterfahrung und damit einhergehend nach einem besseren Verständnis für Aspekte der therapeutischen Beziehung. Dieser Eindruck korrespondiert mit der Einschätzung von Kriz am Ende seines Buchs („die Fakten für die Humanistische Psychotherapie sind freundlich“): „Dazu zählt auch die Tatsache, dass Ansätze dieser Grundorientierung wo möglich (z.B. in Österreich) in hohem Maße von Patient:innen nachgefragt und entsprechend auch von Therapeut:innen und Ausbildungskandidat:innen bevorzugt gewählt werden. Dies liegt vielleicht mit daran, dass diese Ansätze solchen Therapeut:innen gut entsprechen, die eher an personenbezogenen Kompetenzen als an baukastenähnlichen Interventionen interessiert sind“ (S. 182).

Literatur:

- Kriz, Jürgen (1988): *Facts and Artefacts in Social Science. An epistemological and methodological analysis of social science research techniques*. Hamburg, New York: McGraw-Hill.
- Kriz, Jürgen (2017): *Subjekt und Lebenswelt: Personenzentrierte Systemtheorie für Psychotherapie, Beratung und Coaching*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Metzger, Wolfgang (2022): *Schöpferische Freiheit – Gestalttheorie des Lebendigen*. Dritte Auflage. Herausgegeben von Marianne Soff und Gerhard Stemberger. Mit einem Geleitwort von Jürgen Kriz. Wien: Krammer.

Eine Ergänzung aus österreichischer Sicht

Doris Beder, Niederösterreich

Nicht ohne Grund verweist Jürgen Kriz in seinem Buch auf die deutsche Sonderstellung des Verfahrens Humanistische Psychotherapie und erörtert vergleichend die davon zu unterscheidende Situation in Österreich und der Schweiz eingehender. Aus österreichischer Perspektive wäre nicht von der Humanistischen Psychotherapie (als einem zusammengehörigen Verfahren) zu sprechen, sondern müsste man den Plural verwenden, da – anders als in Deutschland – verschiedene (und auch andere) Methoden zwar fremdbestimmt in jeweils einen einzigen „Cluster“ (Haufen, Verbund) zusammengeführt wurden, sich innerhalb dieses Clusters jedoch selbst definieren können.

Der andere gesetzliche Rahmen in Österreich ermöglichte die eigenständige Weiterentwicklung der verschiedenen Methoden, die nun dem Cluster Humanistische Psychotherapie zugeordnet werden (Personzentrierte und Klientenzentrierte Psychotherapie, Integrative Gestalttherapie, Integrative Therapie, Logotherapie und Existenzanalyse, Existenzanalyse, Psychodrama und Gestalttheoretische Psychotherapie) in den über 30 Jahren seit Inkrafttreten des österreichischen Psychotherapiegesetzes 1991. Im Psychotherapiebeirat wurden in diesem Zeitraum ca. 20 Richtlinien über wichtige Grundsatzfragen (z.B. Berufskodex, Anerkennungsrichtlinie usw.) in Abstimmung mit

den VertreterInnen aller anerkannten Methoden verfasst. Getragen wurde die Weiterentwicklung der verschiedenen Methoden von den LehrtherapeutInnen-Teams, die über langjährige Behandlungserfahrung und der Methode inhärente didaktische und wissenschaftliche Qualifikation verfügen (und dies auch regelmäßig nachweisen müssen).

Nunmehr wird auch in Österreich über ein neues Psychotherapiegesetz diskutiert, das eine allgemeine universitäre Verankerung der Psychotherapie vorsehen soll. Im Rahmen dieses Vorhabens wird es notwendig, die Einheit und Vielfalt der unterschiedlichen Ansätze, auch der im „humanistischen Cluster“ zusammengeführten Methoden, aufzuzeigen. Für dieses Vorhaben erweist sich das Buch von Jürgen Kriz als wissenschaftlich gut aufbereiteter Ratgeber, der die Möglichkeiten, aber auch die Stolpersteine dieser politischen Überlegungen gut aufgezeigt.

Innerhalb der „humanistischen Orientierung“ wird es notwendig sein, die konzeptionellen und begrifflichen Gemeinsamkeiten und Unterschiede prägnant zu erfassen, damit es nicht unter der von den politischen Entscheidungsträgern aufgebauten Drucksituation zu einem vorschnellen „Einheitsverständnis“ kommt, wodurch die innerhalb der einzelnen Methoden

erarbeiteten konsistenten Konzepte verwaschen werden. Kriz hat dies beispielsweise im Teil A am Begriff der (Selbst-) Aktualisierungstendenz hervorragend dargestellt.

In der Auseinandersetzung mit den Universitäten wird der Teil C des Buchs in Hinblick auf einen dem Gegenstand angemessenen Umgang mit der Evidenzbeurteilung von zentraler Bedeutung sein. Die Propädeutika und Fachspezifika, als bisherige Träger der Ausbildung, haben in drei Jahrzehnten bewiesen, dass sie eine zu den unterschiedlichen Ansätzen der Psychotherapie passende Forschungsmethodik entwickeln und umsetzen können. Wenn es hier zu einer Dominanz einer naturwissenschaftlich orientierten Medizin und / oder Psychologie kommt, werden auch in Österreich, dessen Psychotherapiegesetz europaweit Vorbildcharakter hatte, düstere Zeiten aufkommen.

Der optimistischen Perspektive „Die Fakten sind freundlich“ von Jürgen Kriz können wir uns aus österreichischer Sicht nur anschließen – eben deshalb, weil der politische Prozess noch nicht abgeschlossen ist und wir mit dem vorliegenden Buch seriöse Argumentationslinien zur Hand haben. Dafür wollen wir dem Autor an dieser Stelle danken!