

Die Humanistische Psychologie - eine Annäherung

1. Einleitung

Ich will versuchen die ‚Humanistische Psychologie‘ vorzustellen. Wahrscheinlich wird es bei einem kleinen Blick, mit entsprechend geringer Aussagekraft bleiben, da es mehr benötigt als eines kurzen Artikels, um ein solch großes Feld befriedigend beschreiben zu können. Wenn man aber dennoch versucht, einen derart großen Komplex, wie diese psychologische Richtung, in einer kurzen Schrift zu umreißen, ohne wesentliche Teile zu vernachlässigen, muß man sich eine Perspektive suchen. Eine Perspektive, die eine begrenzte Sicht produziert und trotzdem die dahinter stehenden Strukturen, respektive die Inhalte, erahnen läßt. Normalerweise ist es schwer einen solchen Blickwinkel zu finden, denn eine Verzerrung des eigentlichen Betrachtungsgegenstandes schleicht sich schnell ein. In diesem Fall aber, meine ich, daß die Betrachtung des Menschenbildes, ein geeignetes Anschauungsobjekt ist, denn die Entstehung, Ausbreitung und Anwendung der Humanistischen Psychologie beruht gerade auf dem Bild eines Menschen, der nur bestimmte Qualitäten haben kann bzw. haben sollte und ist somit ausschlaggebend für die Entwicklung dieses Theoriegebäudes, als welches ich die Humanistische Psychologie vorerst bezeichnen möchte.

2. Entstehung und Ursprünge der Humanistischen Psychologie

Die humanistische Psychologie wird als dritte Richtung, neben der Psychoanalyse und dem Behaviorismus, bezeichnet. Sie soll als eine Alternative zu ihnen gelten. Das Wort ‚Alternative‘ ist in diesem Zusammenhang allerdings etwas schwach besetzt, denn es hat den Anschein, daß die Methoden und Grundansichten in eine andere Richtung als die der klassischen Konzepte ausgelegt sind, deswegen sollte sie als Gegenpol zu den anderen Richtungen verstanden werden: Gegenpol zu Richtungen, die Werte und Normen einer bestimmten Zeit und Situation hochhielten, in der, nach Helmut Quittmann, „[v]ielen Menschen [...] klar [wurde], daß die rasante technische Entwicklung nicht unaufhaltsam so weitergehen konnte, wenn nicht die Bedeutung des Individuums bzw. der menschlichen Rasse insgesamt gefährdet sein sollte.“¹

Es entwickelte sich also eine Richtung, die sich gegen den „[...]wissenschaftlichen Anspruch der Objektivität [...]“² richtete, weil in ihrem Mittelpunkt der Mensch stehen sollte, welcher auf Ebenen zu erfassen ist, die nicht durch statistische Methoden oder Tests begriffen werden können.³

¹ Quittmann, 1985, S. 21

² aus Journal of Humanistic Psychology, gefunden in Quittmann, 1985, S. 17

³ ebd., S. 16 - 17

Schon hier zeichnet sich ab, daß es schwer sein wird, in der Humanistischen Psychologie eine einheitliche Linie zu finden. Die beschlossene Aufgabe der ‚Humanisten‘, die Einheit Mensch als Ganzes zu begreifen und Möglichkeiten zu finden das ‚Mensch – sein‘ zu unterstützen, bringt es mit sich, daß a) verschiedenste Ansätze entstehen und b) aus verschiedensten wissenschaftlichen ‚Töpfen‘ geschöpft werden muß. Tatsächlich zeigt sich diese Problematik, in der Humanistischen Psychologie treffen sich phänomenologische, existenzphilosophische, marxistische, aber auch religiös – philosophische Ansätze aus dem Buddhismus, Taoismus sowie der christlichen Religion.⁴ Auch der Behaviorismus wie die Psychoanalyse müssen, will man die Humanistische Psychologie als Ganzes betrachten, mit einbezogen werden, da die Entwicklung zu dieser neuen Richtung aus den beiden benannten entsprang.

3. Das Menschenbild

Das Menschenbild der Humanistischen Psychologie ist, im Verhältnis zu anderen psychologischen Richtungen, als grundlegendes Faktum für die HP hervorzuheben.

Ich möchte mich im folgenden der Position Kollbrunners anschließen und den Begriff ‚Menschenbild‘ im Sinne der „[...] Anthropologie als Lehre vom Wesen des Menschen, welche aus den metaphysischen Voraussetzungen (den Glaubenssätzen) der nach dem Wesen des Menschen suchenden Forscher abgeleitet wird[...]“⁵ verwenden.⁶

3.1 Heranführung - Grundlagen des Menschenbildes

„Wir Humanistischen Psychologen sind es leid, Psychologen zu sein, wenn Psychologie darin besteht, den Menschen als eine größere weiße Ratte oder einen langsameren Computer zu betrachten.“⁶

Was für ein Bild des Menschen verbirgt sich hinter dieser, 1967 von J. Bugental⁷ gemachten Aussage, in der, wie Ulrich Völker sagt, das Unbehagen über traditionelle psychologische Forschung zum Ausdruck gebracht wird?⁸ Jürg Kollbrunner findet dafür noch drastischere Worte, indem er darlegt, daß hierin das Motiv zum Ausdruck gebracht wird, nach welchem, die zusammengefundnen Psychologen - welche sich später Humanistische Psychologen nennen – „gemeinsam, Möglichkeiten zur Lösung der drängenden Zivilisationsprobleme [...] suchen und der Verdinglichung des Menschen durch die akademische Psychologie wirkungsvoll entgegen[...]treten [wollen].“⁹

⁴ ebd., 1996, S. 16 – 23; Kriz, 1991, S. 173 – 179;

⁵ Diemer und Frenzel, zit. aus Kollbrunner, 1987, S. 195

⁶ Bugental, zit. nach : Völker, 1980, S. 14

⁷ Bugenthal war erster Präsident der 1962 gegründeten amerikanischen Gesellschaft für Humanistische Psychologie (Kollbrunner, 1987, S. 56 – 58)

⁸ Völker, 1980, S. 13 - 14

⁹ Kollbrunner, 1987, S. 55 - 56

Der Mensch soll also nicht mehr *verdinglicht* werden, somit soll aus dem Objekt,¹⁰ Mensch - als Gegenstand der Untersuchungen, ein Objekt Mensch - dessen Subjektsein¹¹ mit einbezogen wird, bzw. ausschlaggebend ist, werden. Diese Aussage deckt sich mit den vier Thesen, die Charlotte Bühler und J. Bugental formulieren und die Gesellschaft für Humanistische Psychologie öffentlich vertritt:

„1. Im Zentrum der Aufmerksamkeit steht die erlebende Person. Damit rückt das Erleben als das primäre Phänomen beim Studium des Menschen in den Mittelpunkt. Sowohl theoretische Erklärungen wie auch sichtbares Verhalten werden im Hinblick auf das Erleben selbst und auf seine Bedeutung für den Menschen als zweitrangig betrachtet.

2. Der Akzent liegt auf spezifisch menschlichen Eigenschaften wie der Fähigkeit zu wählen, der Kreativität, Wertsetzung und Selbstverwirklichung - im Gegensatz zu einer mechanistischen und reduktionistischen Auffassung des Menschen.

3. Die Auswahl der Fragestellungen und der Forschungsmethoden erfolgt nach Maßgabe der Sinnhaftigkeit - im Gegensatz zur Betonung der Objektivität auf Kosten des Sinns.

4. Ein zentrales Anliegen ist die Aufrechterhaltung von Wert und Würde des Menschen, und das Interesse gilt der Entwicklung der jedem Menschen innewohnenden Kräfte und Fähigkeiten. In dieser Sicht nimmt der Mensch in der Entdeckung seines Selbst, in seiner Beziehung zu anderen Menschen und zu sozialen Gruppen eine zentrale Stellung ein.“¹²

Wenn diese Proklamation als Grundlage für Forschung und Handeln der Humanistischen Psychologie dient, läßt sich konstruieren, welche Menschenbilder in das Konzept der Richtung passen und welche als Randerscheinung zu deuten sind. Beachtet werden sollte hierbei allerdings, daß die Gesellschaft für Humanistische Psychologie zu diesen Thesen bemerkt, daß nicht alle Mitglieder der Gesellschaft hierüber völlig einig sind.¹³

Wie schon angedeutet, treten in der Humanistischen Psychologie Theorien mit Ursprüngen in den verschiedensten philosophischen, psychologischen und religiösen Richtungen auf. Nach Helmut Quitmann kann daher, „[d]as Menschenbild der Humanistischen Psychologie [...] nicht als ein Theoriegebäude betrachtet werden, [...] [das] im Sinne kausaler Verbindungen eine in sich geschlossene Theorie liefert [...]“¹⁴

¹⁰ Im philosophischen Sinn verstanden: Objekt (*lat.*; „das Entgegengeworfene“) a) Gegenstand, auf den das Interesse, das Denken, das Handeln gerichtet ist; b) unabhängig vom Bewusstsein existierende Erscheinung der materiellen Welt, auf die sich das Erkennen, die Wahrnehmung richtet (Philos.); (Duden, 1997)

¹¹ Im philosophischen Sinn verstanden: Subjekt (*lat.*) 1. erkennendes, mit Bewußtsein ausgestattetes, handelndes Ich (Philos.); (Duden, 1997)

¹² Broschüre der Association for Humanistic Psychology, zit. n. Bühler/ Allen, 1972, S. 7

¹³ ebd.

¹⁴ Quitmann, 1996, S.279

Er begründet dies damit, daß „[m]an [...] der Humanistischen Psychologie eher gerecht [...] [wird,] wenn man sie als eine ‚Bewegung‘ betrachtet, die Strömungen eines „Zeitgeistes“ aufnimmt, der weltumspannenden Charakter hat [...]“¹⁵, um dann zu dem Schluß zu kommen, daß „[m]oralische, religiöse, politische, wissenschaftliche oder philosophische Kategorien [...] für diese Bewegung gleich wichtig bei der Entwicklung einer Gegenposition zur Tradition des formalen Anspruchs auf Wahrheit und Objektivität [sind].“¹⁶

Trotz der oben angegebenen Gründe für ein schwer zu umreißendes Menschenbild, gibt es einige Aspekte, welche sich als typisch für das Denken in humanistischen Bahnen einordnen lassen.

3.2 Beschreibung des Menschenbildes

3.2.1 Kern des Menschen

Der Grundgedanke des positiven oder wenigstens neutralen Kerns des Menschen wird in der HP hervorgehoben.¹⁷ Die Triebtheorie wird damit zwar nicht ausgeschlossen, aber zu einem Teil des Ganzen degradiert: „Es gibt keine Bestie im Menschen.[...] Wenn wir dem sensorischen und innerorganischen Erleben, das dem ganzen Tierreich eigentümlich ist, die Gabe eines freien und unverzerrten Bewußtseins hinzufügen können,[...] dann haben wir ein schönes, wohlaufgebautes wirklichkeitsgerechtes Ganzes. Wir haben dann ein einheitliches Ganzes, das sich genauso der kulturellen wie der eigenen psychischen Forderung nach Essen oder Sex bewußt ist [...] das gegenüber anderen weder feinfühlig sensible Zärtlichkeit noch Feindseligkeit leugnet.“¹⁸ Dies bedeutet auch eine Abgrenzung zum Behaviorismus, in dem der Mensch eher ein Neutrum ist, welches nur bestimmte Reaktionsmuster auf bestimmte Reize zeigt.

Nach Maslow zeichnet den Menschen eine „[...] wesentliche, biologisch begründete Natur [aus], die bis zu einem gewissen Grad 'natürlich', wirklich gegeben [...] ist.“¹⁹ Diese, unveränderliche oder wenigstens unveränderte innere Natur macht den Menschen einzigartig und ist in ihren „grundlegenden menschlichen Emotionen und [...] grundlegenden menschlichen Fähigkeiten [...] offenbar entweder neutral, prä-moralisch oder positiv 'gut'.“²⁰

Der Mensch hat also ein gutes oder neutrales innerstes Wesen, welches sich, zumindest nach Rogers, seiner Triebe bewußt ist. Dieses Bewußtsein ist nur dem Menschen inhärent und nur er kann seine Triebe unverzerrt erfassen.

¹⁵ ebd.

¹⁶ ebd.

¹⁷ ebd., S. 184; Jürg Kollbrunner, 1987, S. 204

¹⁸ Rogers, 1988, S.112

¹⁹ Kollbrunner, 1987, S.203

²⁰ ebd.

3.2.2 In - Determinismus

Bei der Frage nach der Freiheit des Menschen gehen die Meinungen der Vertreter der Humanistischen Psychologie auseinander. Die Auffassungen reichen von der Annahme einer teilweisen Determiniertheit²¹ des Menschen, über die einer bestehenden Determiniertheit bei gleichzeitig bestehender Freiheit (dem wie Jürg Kollbrunner es anhand Carl Rogers beschreibt, existentiellen Paradoxon) bis zu der (fast) völliger Freiheit.

Zur letzten Haltung zitiert Jürg Kollbrunner Allport und Maslow und läßt sie beschreiben, daß (Allport) der Mensch sich, aus seiner Perspektive betrachtet, als frei erfährt und er sich nicht ob der Stimmigkeit dieser Erfahrung in bezug auf die Realität interessiert, und (Maslow) daß, wenn Determiniertheit als von außen kommend gemeint ist, man den Menschen nicht als ausschließlich determiniert beschreiben kann, da der Mensch außerdem sich selbst strukturiert, ist er „Determinant“ seiner selbst,²² also letztendlich frei in seinem Willen oder wenigstens in seinem Denken, wenn er nicht selber, als „[...]sein eigenes Projekt[...]“²³, dieses einschränken würde.

Carl Rogers hingegen stellt einerseits den Menschen als eine komplexe Maschine dar, welcher sich zu verstehen und bestimmen beginnt, andererseits, in einer anderen Dimension, ist der Mensch subjektiv frei. Er beschreibt dieses als das existentielle Paradoxon, mit dem der Mensch leben lernen muß.²⁴ Ruth Cohn beschreibt die Situation des Menschen ebenfalls als ein Paradox, jedoch mit der Begründung, daß er eine „psycho – soziale Einheit“ ist, also sowohl autonom als auch ein Teil des Universums und deswegen allverbunden.²⁵ Ruth Cohns Beschreibung beinhaltet eine Erweiterungsmöglichkeit der Freiheit, wenn der Mensch seine Unfreiheit anerkennt.²⁶

Der Wichtigkeit des Benutzens der Freiheit für den Menschen, wird insgesamt ein großer Wert zugebilligt. Helmut Quittmann beschreibt, daß, außer bei Carl Rogers und Maslow, von einem Zwang zur Entscheidung gesprochen werden kann, der letztendlich zu einer uneingeschränkten Verantwortlichkeit des Menschen über seine getroffene Wahl führt.²⁷

Die Angst vor der Freiheit ist ein weiteres Thema in der Humanistischen Psychologie, hier tritt Erich Fromm mit seinem Buch, Furcht vor der Freiheit, besonders hervor.

²¹ ebd., S. 140

²² Kollbrunner, 1987, S. 140

²³ ebd.

²⁴ ebd., S. 141

²⁵ ebd., S. 141 - 142

²⁶ Quittmann, 1996, S. 280

²⁷ ebd., S. 281

3.2.3 Ganzheitlichkeit

Der Mensch stellt, gemäß der Humanistischen Psychologie, ein ganzheitliches System dar, welches „[...] mehr als die Summe seiner Teile[...]“²⁸ ist. Er ist ein System aus vielen verschiedenen Systemen, die ganz, teilweise oder nur manchmal miteinander in wechselseitiger Beziehung stehen.²⁹

Bei dieser Betrachtungsweise ist es einleuchtend, daß der Mensch als Ganzes mit in die Beziehung zu seiner Außenwelt einbezogen wird, denn er reagiert auf sie mit der Gesamtheit seines Organismus.³⁰ Jürg Kollbrunner spricht von der “Weisheit des Organismus“³¹ und stellt dar, daß sich der Mensch auf die Urteilsfähigkeit seines Körpers verlassen kann, dieses jedoch offensichtlich verlernt hat und sich lediglich auf sein Intellekt beruft.³²

Das Verständnis der Ganzheitlichkeit geht jedoch noch weiter, Quittmann schreibt, daß „[...] in allen Konzepten der Humanistischen Psychologie [...] der Aspekt der Ganzheitlichkeit im Sinn des phänomenologischen - wissenschaftstheoretischen Aspekts des In – der – Welt – Seins aufgegriffen [wird].“³³ Dieses bedeutet, „[...] daß Mensch und Welt, Subjekt und Objekt, Sein und Bewußtsein, Innen und Außen stets als untrennbare Einheit anzusehen sind.“³⁴

3.2.4 Triebe – Bedürfnisse

Die Theorie über die Befriedigung von Grundbedürfnissen zeigt Abgrenzungen zu den klassischen Konzepten und läßt sich in das ganzheitliche Menschenbild einbeziehen. Im Unterschied zur Psychoanalyse und dem Behaviorismus sind die physischen Bedürfnisse nicht die einzigen genetisch festgelegten Bedürfnisse des Menschen.

Wesentlich ist dabei eine hierarchische Strukturierung der Bedürfnisse (siehe Tabelle), nach der es nicht nur, erst wenn die „unteren“ Bedürfnisse erfüllt sind, zu einer Befriedigung der oberen kommen kann, sondern sie erscheinen dann auch erst als Bedürfnis. Mit ‚Bedürfnis‘ sind die Gruppierungen einzelner gleichwertiger Unterbedürfnisse gemeint. Ein weiterer Unterschied zur Psychoanalyse und zum Behaviorismus ist, daß alle - und nicht nur die physischen - Bedürfnisse, als genetisch bedingt betrachtet werden.³⁵

²⁸ Völker, 1980, S.19

²⁹ Bühler/Allen, 1972, S. 39

³⁰ Völker, 1980, S.20

³¹ Kollbrunner, 1987, S. 215

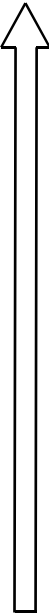
³² ebd. S. 215 - 222

³³ Quittmann, 1996, S. 284

³⁴ ebd., S. 66

³⁵ ebd., S. 226 - 229

Bedürfnishierarchie

5	Selbstverwirklichung <i>„[...]in Kreativität und Autonomie. Damit verbunden sind auch die kognitiven und ästhetischen Bedürfnisse des Menschen“³⁶ Ganzheit, Vollkommenheit, Erfüllung, Gerechtigkeit, Lebendigkeit, Einfachheit, Schönheit, Güte, Einzigartigkeit, Mühelosigkeit, Verspieltheit, Wahrheit, Bescheidenheit³⁷</i>	 V E R W I R K L I C H U N G S R I C H T U N G
4	Bedürfnis nach (Selbst-) Wertschätzung <i>Achtung durch andere Menschen; das Erkennen eigener Fähigkeiten/ Leistungen; Vertrauen auf sich Selbst³⁸</i>	
3	Bedürfnis nach Zugehörigkeit <i>Lieben und geliebt werden³⁹</i>	
2	Bedürfnis nach Sicherheit <i>„[...]Abwesenheit von Gefahr und Bedrohung, nach der Möglichkeit Schutz finden zu können; das Bedürfnis abhängig und hilflos sein zu können ohne sich bedroht fühlen zu müssen.“⁴⁰</i>	
1	Physiologische Bedürfnisse <i>Nahrung, Sauerstoff, Aufrechterhaltung der Körpertemperatur, Körperausscheidungen, Schlaf, motorische Tätigkeit, sexuelle Aktivität⁴¹</i>	

Die Bedürfnisse eins bis vier sind Mangelbedürfnisse, das fünfte ist nach Maslow ein Wachstumsbedürfnis oder auch ‚Seins-Wert‘, welches nach seiner Befriedigung zur Selbstverwirklichung führt. Maslow als auch Bugentahl gehen, nach Quittmann, von einer sehr hohen Quote (99%, bzw. 70%) von Menschen aus, welche nicht über die Befriedigung der Mangelbedürfnisse hinaus kommen, also „[...] sich ‚aufs Leben vorbereiten‘ anstatt zu ‚leben‘ [...].“⁴²

Die in vielen Theorien dargestellte Vorstellung der Spannungsreduktion als Antriebsgrundlage wird von der Humanistischen Psychologie als nicht ausreichend bezeichnet. „Tatsächlich eignet sich dieses Erklärungsmodell für eine Reihe primärer Bedürfnisse, die in einer Mangelsituation auftreten (z.B. Nahrungs- und Schlafbedürfnisse, konstante Körpertemperatur) und die von Maslow daher auch als Defizitbedürfnisse bezeichnet werden.“⁴³

³⁶ Kollbrunner, 1987, S. 210

³⁷ Quittmann, 1987, S. 227 - 228

³⁸ Kollbrunner, 1987, S. 210

³⁹ ebd.

⁴⁰ ebd., S. 210

⁴¹ ebd., S. 209; Quittmann, 1996, S. 227

⁴² Quittmann, 1996, S. 229

⁴³ Völker, 1980, S. 17

Darüber hinaus hat es den Anschein als ob die These von der Suche nach Spannungsreduktion oder gar Homöostase sich nicht bestätigt, denn Carl Rogers schreibt: „Mit einiger Überraschung und Besorgnis stelle ich fest, daß meine Erfahrungen keine dieser Definitionen stützt.“⁴⁴ Er kommt zu der Überzeugung: „Das gute Leben ist ein Prozeß, kein Daseins – Zustand. eine Richtung, kein Ziel.“⁴⁵

Das Ziel ist also der Mensch mit dem ‚guten Leben‘, welches, wie Rogers es im Sinne der oben genannten Selbstverwirklichung beschreibt, aber kein statisches Gleichgewicht bedeutet. Bühler/Allen stellen den Menschen als ein System dar, welches mit anderen in Verbindung steht und mit ihnen „Substanz“ austauscht, so daß ein „Fließgleichgewicht“ entsteht. Dieses Fließen führt dazu, daß man „[...] gewisse Verhaltensweisen, die an sich für den Organismus ein »Ungleichgewicht« zu verursachen scheinen, in unsere Überlegungen miteinzubeziehen [sic].“⁴⁶ Der Mensch neigt also nicht nur dazu, seine Triebe oder Mangelerscheinungen zu befriedigen, er begibt sich aktiv in neue Spannungen hinein.⁴⁷ Im Gegensatz hierzu sind Menschen die Homöostase anstreben „[...] als krank zu bezeichnen[,] [...] denn der kranke Mensch ist ja auch der existentiell bedrohte Mensch, der ums Überleben oder ums 'besser – leben' kämpft.“⁴⁸

3.2.5 Das Selbst

Zum Schluß will ich auf den Begriff ‚Selbst‘ eingehen, denn dieses ist der Punkt auf den der Mensch letztendlich zusteuern soll. Der Mensch soll sich „Selbst - Verwirklichen“. Doch gibt es innerhalb der Humanistischen Psychologie unterschiedlichste Auffassungen, so sind Bühler und Maslow der Meinung, daß sich die Selbstverwirklichung, wenn überhaupt, erst am Lebensende erfüllt, während Rogers dieses als einen sich verändernden Prozeß beschreibt.⁴⁹ Perls Beschreibung der gleichen, läßt sich als einen dem Menschen inhärenten Prozeß beschreiben, der allerdings nicht *normal* ist, da „wir in einer „irren Gesellschaft“ leben, wo der Mensch nur die Wahl hat, „entweder an dieser kollektiven Psychose teilzunehmen oder das Risiko einzugehen und gesund zu werden“⁵⁰

Das Selbst wird ebenso unterschiedlich definiert wie seine Verwirklichung, jedoch ist es, offensichtlich einhellige Meinung, daß es wichtig ist mit ihm umzugehen oder dieses wenigstens anzustreben.

⁴⁴ Rogers, 1988, S. 185

⁴⁵ ebd., S. 186

⁴⁶ Bühler/ Allen, 1973, S. 39

⁴⁷ ebd., S. 38 - 41

⁴⁸ Kollbrunner, 1987, S. 213

⁴⁹ Quittmann, 1996, S. 143 - 144

⁵⁰ ebd., S. 125

Perls beschreibt das Selbst bestehend aus drei Teilsystemen, die als ganzheitliches System betrachtet werden müssen, welche zur „[...] Kontaktnahme [an der Kontaktgrenze] im Organismus/Umwelt – Feld [...]“⁵¹ dienen. Hinter dieser Umschreibung steht eine komplexe Darstellung des Umgangs verschiedenster Mangel bzw. Überschußzustände (unerledigte Situationen) des Organismus, über die Erfassung, die Bewertung, der Annahme bzw. Eliminierung bis hin zur Verschmelzung der Bedürfnisse zu einer Einheit mit dem Selbst, in verschiedenen Phasen. Innerhalb dieser Phasen kann es zu Unterbrechungen des Kontaktes kommen, welche als Neurosen bezeichnet werden.⁵²

Rogers bezeichnet eine „Prüfungsstruktur“ als Selbst, die die subjektive Wirklichkeit der „Realität“ gegenüberstellt und prüft. Bei ihm ist aber auch gleichzeitig der Mensch das Selbst; „[...] er ist eine Anhäufung von Erfahrungen, die durch das Selbst repräsentiert wird [...]“⁵³ Das Selbst ist also bei ihm keine feste Einheit, sondern ein sich im „fließenden Veränderungsprozeß“ befindendes System, trotzdem „[...]bleibt seine integrierte und geordnete Struktur immer erhalten“⁵⁴ Der Mensch hat ein streben nach Gleichgewicht innerhalb seines Organismus, des weiteren bewertet er sich selbst. Damit dieses Selbst-Wertsystem nicht aus dem Gleichgewicht gerät, versucht er, sein „[...] gezeigtes Verhalten und sein Selbstkonzept [...] übereinstimmen [zu lassen].“⁵⁵ Der Zustand der nicht Übereinstimmung ist ebenfalls möglich, wird aber problematisch wenn der Mensch sich gemachte inkongruente Erfahrungen nicht bewußt macht bzw. verzerrt. Dem Bedürfnis nach Deckungsgleichheit zwischen Erfahrung (Verhalten) und Selbstbild (Selbstkonzept) ist so zwar (vordergründig) genüge getan, jedoch kann die gemachte Erfahrung nicht in die Persönlichkeitsstruktur aufgenommen werden und wird „[...] Angst erzeugen und defensive Prozesse in Bewegung setzen.“⁵⁶

Für Charlotte Bühler und Melanie Allen ist das Selbst „[...] das Zentrum einer Person [...] [und] der Ursprung aller Ziele die der einzelne sich setzt.“⁵⁷ Gleichzeitig ist dieses „Zentrum auch das „letzte Ziel“ im Leben eines Menschen. Der gemeinsame Nenner der Humanistischen Psychologie ist nach Bühler/Allen, „[...] etwas zu verwirklichen woran man glaubt.“⁵⁸

Entscheidend ist, meines Erachtens, daß der Mensch bei der HP - im Gegensatz zur Psychoanalyse - nicht in der Homöostase endet, sondern nur als ein ganzes funktionierendes, sich bewegendes System mit einem ihm inhärenten Sinn agiert.

⁵¹ ebd., S. 111

⁵² ebd., S. 111 - 125

⁵³ ebd., S. 145

⁵⁴ ebd., S. 145

⁵⁵ ebd., S. 146

⁵⁶ ebd., S. 147

⁵⁷ Bühler/ Allen, 1972, S. 50

⁵⁸ ebd., S. 51

Anders gesagt: „El Greco zum Beispiel muß beim Anblick seiner früheren Werke erkannt haben, daß »gute Maler nicht so malen«. Er vertraute aber irgendwie stark genug [...], auf den Prozeß seines Selbst, so daß er seine eigenen einzigartige Wahrnehmungen weiterhin ausdrücken konnte. Als ob er gesagt hätte: »Gute Maler malen nicht so, aber ich male so.«[...] Das Muster bedeutet anscheinend, daß sich das [selbst-verbundene] Individuum auf einen Zustand hin entwickelt, in dem es wissentlich und akzeptierend der Prozeß sein kann der es innerlich und eigentlich *ist*.“⁵⁹

4 Rolle des Menschenbildes für die Humanistische Psychologie

Ich möchte mich hier noch mit der Frage auseinandersetzen, welche Rolle das Menschenbild in der Humanistische Psychologie spielt und welches Gewicht sie hat.

In der Humanistischen Psychologie ist, in bezug auf die Ursprünge der Gleichen, eine Besonderheit zu verzeichnen, denn es handelt sich um, wie Jürgen Kritz es beschreibt, „[...] einen lockeren Verbund unterschiedlichster Ansätze, die eher durch ein hinreichend gleichartiges Menschenbild und einige grundsätzliche Übereinstimmungen in den Prinzipien therapeutischer Arbeit als durch eine gemeinsame Theorie zusammengehalten wird.“⁶⁰ Die Bezeichnung „eher [...] hinreichend gleichartig“⁶¹ stellt meines Erachtens kein ausreichendes Kriterium dar, um eine Begründung für eine einheitlich betitelte wissenschaftliche Richtung zu verkörpern. Hierbei muß beachtet werden, daß das Menschenbild in der Humanistischen Psychologie nur den Anschein erweckt, als sei es das wesentliche Element für den Zusammenhalt der Kategorie Humanistische Psychologie. Die eigentliche Substanz ist, so denke ich, in den Entstehungsgründen der Richtung zu suchen, in einem, sich dem Zeitgeist der Mitte dieses Jahrhunderts abgrenzenden Gedankengut, welches sich dann im Zusammenschluß einiger Psychologen in der Humanistischen Psychologie vollzog. Dieser Zusammenschluß stellte sich gegen ein, der mechanistischen Weltanschauung der Zeit, entspringendes Menschenbild und somit gegen die mechanistische Handhabung und Anschauung der Psychologie, welches sicher ein spezielles - zumindest aber ein anderes - Menschenbild mit sich zog.⁶² Ich halte es für wichtig zu erkennen, daß die Humanistische Psychologie sich gegen das Menschenbild der Psychoanalyse und des Behaviorismus wendet und nicht von vornherein ein eigenes hatte, denn so ist die Tatsache zu erklären, daß hier, speziell in den Ursprüngen der Richtung, keine einheitliche Theorie, als auch kein gleiches, höchstens ein ähnliches Menschenbild, zu finden ist und sich die Humanistische Psychologie dennoch als Kategorie (psychologische Richtung) versteht. Entscheidend scheint mir in diesem

⁵⁹ Rogers, 1988, S. 175 - 176

⁶⁰ Kritz, 1991, S. 173

⁶¹ ebd.

⁶² vgl.: Kollbrunner, 1987, S. 53 – 59; Völkner, 1980, S. 13 - 14

Zusammenhang zu sein, daß die Humanisten offensichtlich wußten wie der Mensch nicht sein sollte, nämlich (wie in Abschnitt 2.1 zitiert) keine „Ratten“ oder „langsame Computer“. Als nächstes ist sicher die Frage zu verzeichnen: Wie ist der Mensch? Die Wichtigkeit bleibt unbestritten, nur ist dem humanistischen Geflecht kein Vorwurf aus den unterschiedlichsten Ergebnissen zu dieser Thematik in bezug auf die Einheit der Struktur der Humanistischen Psychologie zu machen, da die Grundannahmen das der Mensch a) gut oder neutral ist und b) nicht als ein im Sinne des Strukturalismus auflösbares Geflecht zu verstehen ist, sich augenscheinlich immer wieder bestätigt und somit der ursprüngliche Zweck der Humanistischen Psychologie, eine Bewegung gegen den technisierten Zeitgeist und die damit verbundenen psychologischen Theorien erhalten bleibt.

5 Fazit

Die Humanistische Psychologie hat ihren Ursprung in einer Bewegung gegen mechanistisches Wissenschaftsverständnis und somit gegen das Menschenbild des Behaviorismus. Sie wird auch als eine Gegenbewegung zur Psychoanalyse betrachtet, nur erscheint es mir schwer, diese als ‚mechanistisch geprägt‘ zu verstehen. Wesentliche Unterschiede zwischen der Psychoanalyse und der Humanistischen Psychologie bestehen allzumal, man betrachte hierbei die unterschiedlichen Fundamente der beiden Richtungen.

Es finden sich verschiedenste philosophische, psychologische, religiöse Ansätze in ihr wieder. Dies führt dazu, daß die „Humanistische Richtung“ nicht als Einheit - im Sinne einer Theorie - zu begreifen ist, sondern sich am ehesten in dem zugrundeliegenden Menschenbild bzw. in der Ansicht über die notwendige Herangehensweise der Erforschung des Wesens „Mensch“ widerspiegelt .

Es soll gemäß humanistischer Ansichten versucht werden, den Menschen als Ganzes zu erfassen, welches nicht mit statistischen und analytischen Methoden gelingen kann, besonders wenn das Erleben des Menschen als einer der wichtigsten Punkte im Vordergrund steht. Dieses liegt an der Auffassung, daß der Mensch ein ganzheitlicher Organismus ist, in welchem jedes „Teil“ mit jedem anderen in Verbindung stehen kann und sich zueinander verhält und beeinflusst.

Die Humanistische Psychologie sieht den Menschen als ein im Kern positives oder wenigstens neutrales Wesen an, welches sich wenigstens als frei erfährt, auch wenn die Meinungen über die reale Freiheit des Menschen weit auseinandergehen.

Im Gegensatz zur Psychoanalyse und dem Behaviorismus wird dem Menschen, jedem Menschen, ein ihm inhärenter Sinn zugesprochen, welcher sich in seinen Fähigkeiten offenbart. Um diese ausschöpfen zu können, muß er mit seinem Selbst in Verbindung stehen. An diesem Punkt ist eine Verstrickung zu beobachten, die sich aus den einzelnen Bedürfnissen zusammensetzt, die der Mensch hat und die er selten

befriedigen kann. Diese Bedürfnisse weisen eine hierarchische Ordnung auf, in der eine „Befriedigungsreihenfolge“ eingehalten werden muß, um die einzelnen Bedürfnisebenen wirklich abdecken zu können. Als letztes Bedürfnis des Menschen steht die Selbstverwirklichung, die es zu erreichen gilt, allerdings in den seltensten Fällen erreicht wird, somit liegen die Potentiale des Menschen brach.

Das Selbst wird unterschiedlich definiert, aber immer ist es etwas, das dem Menschen als inhärent zugesprochen wird, den Menschen in seiner Person ausmacht und entscheidend sein kann für sein Handeln, welches, wenn es vom Selbst beeinflusst ist, sich als gut für den Handelnden herausstellt. Der Mensch strebt zwar einem Gleichgewicht im Sinne einer Befriedigung an, jedoch deutet jede(r) der AutorInnen an, daß dieses nicht Ziel des Menschen ist, sondern das Leben eher eine Prozeßhaftigkeit ausmacht, in welcher der Mensch sich durchaus „unbegründet“ in neue Spannungen hineinbegibt.

Das Menschenbild einer psychologischen „Theorie“ oder Richtung, ist immer wesentlich für die Inhalte ihres Aufbaues. Allerdings kann kein haltbares Menschenbild rekonstruiert werden, welches der Realität möglichst annähernd entspricht, wenn nur die gegenwärtige Struktur betrachtet wird, da die Gefahr besteht, daß der Anspruch und die gegebene Wirklichkeit der Ausführung, sich inhaltlich nicht decken. Mit dem Ausdruck ‚gegenwärtige Situation‘ meine ich, daß in der humanistischen Psychologie die philosophischen, religiösen, psychologischen und politischen Hintergründe eine essentielle Rolle bei der Struktur des Menschenbildes spielen. All diese Hintergründe zu erfassen wäre in einer Darstellung von diesem Format nicht möglich, dennoch meine ich, daß diese Schrift einen ersten Einblick in die Humanistische Psychologie gewährt.

Literaturliste

- Bühler, Charlotte, Melanie Allen,: Einführung in die humanistische Psychologie, Stuttgart: Ernst Klett Verlag 1974
- DUDEN - Das Fremdwörterbuch Mannheim: Bibliographisches Institut & F.A. Brockhaus AG 1997 aus: LexiROM Version 3.0: Microsoft Corporation und Bibliographisches Institut & F.A. Brockhaus AG 1997 .
- Kollbrunner, Jürg: Das Buch der Humanistischen Psychologie. Eine ausführliche Darstellung und Kritik des Fühlens, Denkens und Handelns in der Humanistischen Psychologie, Eschborn bei Frankfurt am Main: Fachbuchhandlung für Psychologie GmbH Verlagsabteilung 1987
- Kriz, Jürgen: Grundkonzepte der Psychotherapie, 3. Auflage, Weinheim: Psychologie Verlags Union 1991
- Rogers, Carl: Entwicklung der Persönlichkeit. Psychotherapie aus der Sicht des Therapeuten, 6. Auflage, Stuttgart: Klett – Cotta 1988
- Quittmann, Helmut: Humanistische Psychologie. Zentrale Konzepte und philosophischer Hintergrund, Göttingen: Verlag für Psychologie 1985
- Quittmann, Helmut: Humanistische Psychologie. Psychologie, Philosophie, Organisationsentwicklung, 3. Auflage, Göttingen: Hogrefe Verlag für Psychologie 1996
- Völker, Ulrich: Grundlagen der Humanistischen Psychologie, in: Ulrich Völker (Hrg.), Humanistische Psychologie. Ansätze einer lebensnahen Wissenschaft vom Menschen, Weinheim, Basel: Beltz 1980