

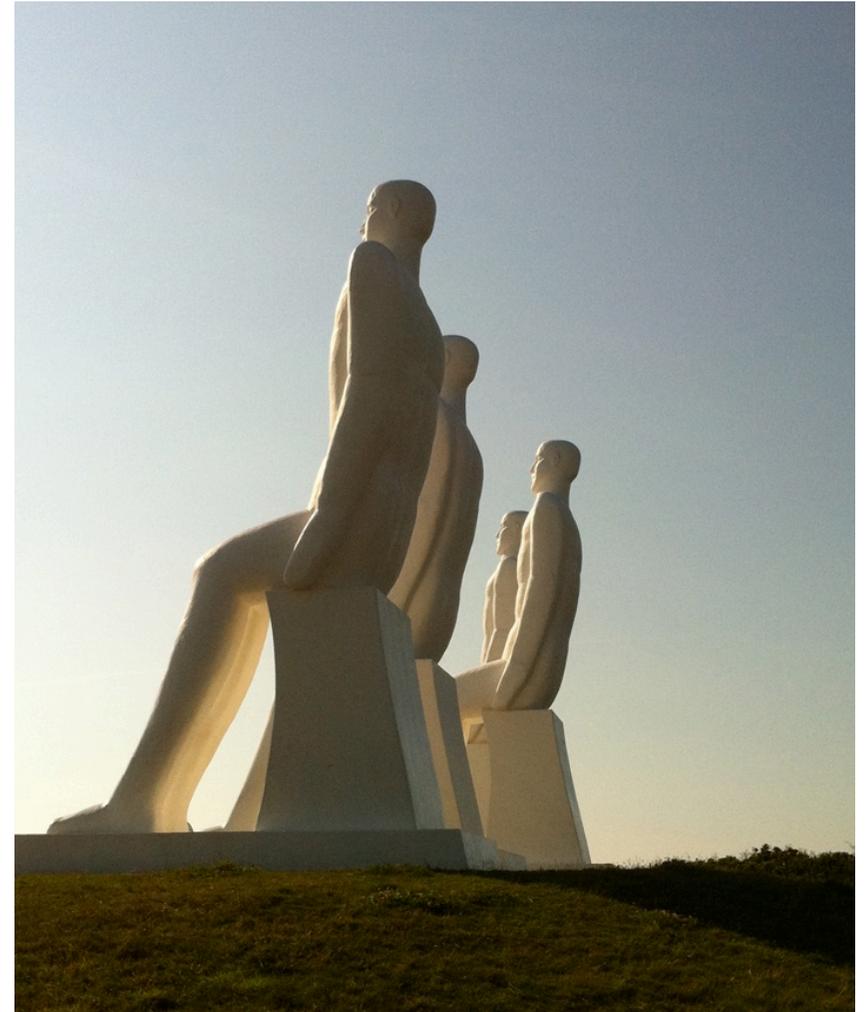


Menschenbilder in der Psychotherapie

APG Propädeutikum A. I. b

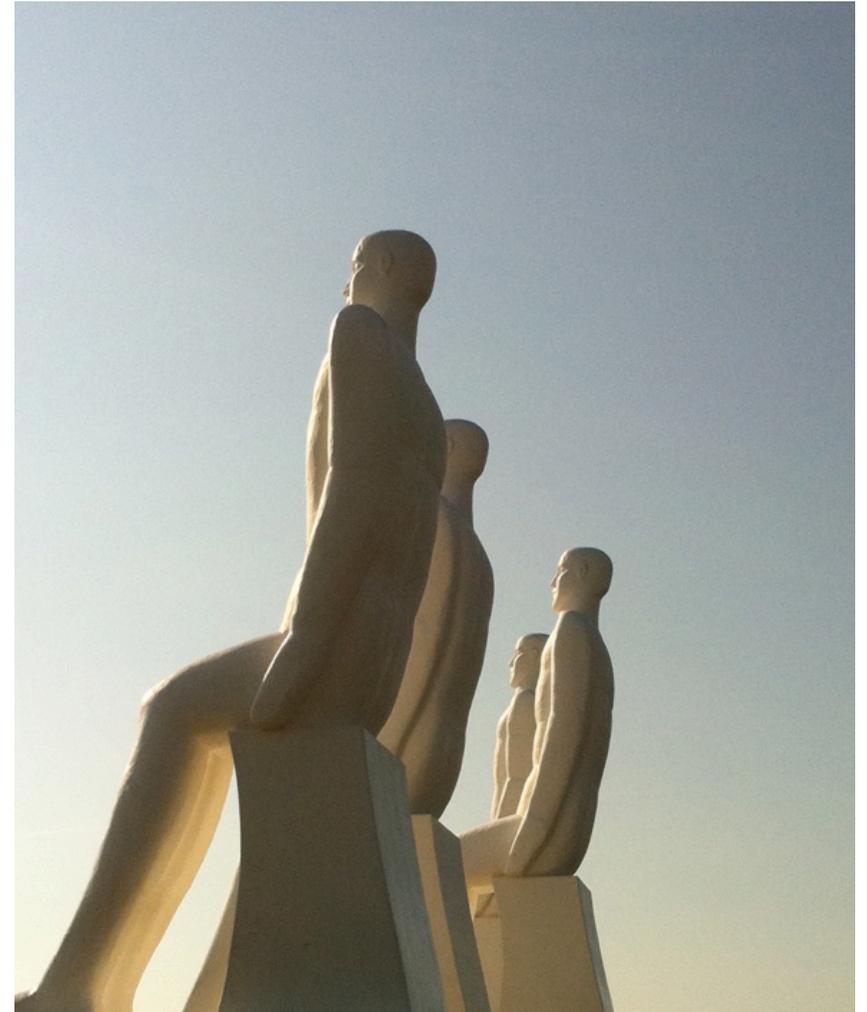
Menschenbilder

Ein Überblick über die vier grundsätzlichen psychotherapeutischen Orientierungen



Das Ziel des Seminars

- Überblick über die jeweiligen Menschenbilder der vier grundsätzlichen psychotherapeutischen Orientierungen
- Auseinandersetzung mit dem eigenen Menschenbild





Übergeordnete Orientierung der psychotherapeutischen Methoden

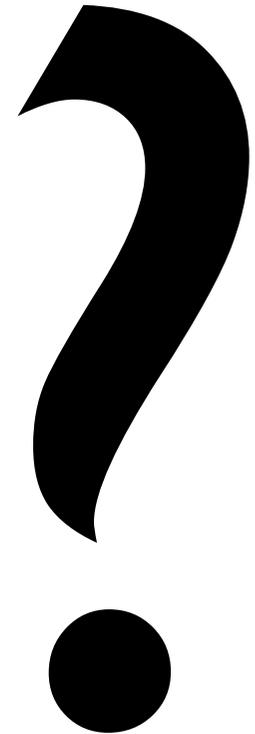
Tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung

Verhaltenstherapeutische Orientierung

Humanistisch-existenzielle Orientierung

Systemische Orientierung

Wie entsteht ein Menschenbild?



Inputs - wo knüpft die Schule an?

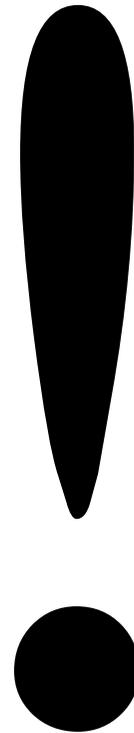
Denktraditionen

Erkenntnistheorie, Wissenschaftstheorie

Sozialphilosophie (Individuum und Gesellschaft, Macht, Abhängigkeit, Ethik,

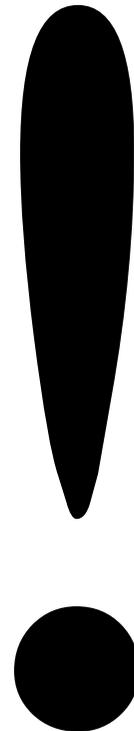
Verantwortung des Menschen, Freiheit/Determiniertheit, Natur des

Menschen (konstruktiv/destruktiv))

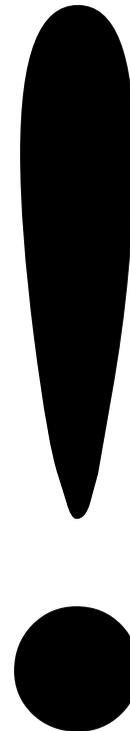


Für die vier Orientierungen wird uns beschäftigen

- Entstehung
- Geschichte und Entwicklung des Ansatzes
- Hauptinhalte, Schwerpunkte, Modelle, Prinzipien
- Menschenbild: Zentrale Fragestellung - womit beschäftigt sich der Ansatz
- Grundannahmen aus denen sich das Menschenbild zusammensetzt
- Inputs über das „Innere“
- Inputs über den Menschen, was ist ein Mensch aus Sicht der psychotherapeutischen Orientierung?



- Motive: Was treibt den Menschen an? Welche Bedürfnisse hat ein Mensch, welche Ziele hat ein Mensch
- Struktur: wie strukturiert sich Erfahrung, Denken, Handeln (Ich, Es, Selbst, System)
- Entwicklung: Welche Phasen gibt es in der Entwicklung
- Gesundheit: Was ist Gesundheit, Reife, Förderliche Bedingungen für gesunde Entwicklung
- Krankheitsbegriff
- Vorstellungen über Therapie:
- Was heilt? Wie passiert Heilung? Welchen Stellenwert haben Techniken, Beziehung





Die tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung

Stichworte

Freuds Psychoanalyse, tiefenpsychologischer Ansatz

Hysterie - Erste Fallgeschichte Anna O.

Freies Assoziieren, Traumdeutung, Analyse, Widerstand, Übertragung,
Gegenübertragung

Trieb: Eros, Thanatos. Libido.

Das Unbewusste, Vorbewusste, Bewusste

Es, Ich, Überich

Phasen: orale, anale, phallische. Latenzphase. Ödipuskonflikt

„Wo ES war soll ICH werden“

Weiterentwicklung der Tiefenpsychologie: Adler - Individualpsychologie,
Jung - Analytische Psychologie



Die tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung

Entstehung des Ansatzes

Freud als Naturwissenschaftler
Hysterie als Kulturphänomen

Die tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung

Geschichte und Entwicklung des Ansatzes (I/2)

Freud: „Vater der Psychoanalyse“, entwickelte den Ansatz über 40 Jahre

Zusammenarbeit mit Breuer (Hypnose, Theorie der Katharsis)
Fallgeschichte Anna O. (Bertha Pappenheim) Geburt der Psychoanalyse
„The Talking Cure“, „Chimney Sweeping“

Bruch mit Breuer

Freies Assoziieren statt Hypnose

Arbeit mit Träumen (Die Traumdeutung 1900), darin zum ersten Mal
unbewusst, vorbewusst, bewusst

Entdeckung von „Widerstand“, „Übertragung“ und „Gegenübertragung“ als
Kerninstrument der Analyse

Angst als Ursache von Verdrängung



Die tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung Geschichte und Entwicklung des Ansatzes (2/2)

Alfred Adler (1870-1937): Individualpsychologie. Erweiterte das freudsche Triebkonzept um soziale Aspekte (zB „Geltungstrieb“)

C.G. Jung (1875-1961): Analytische Psychologie. Erweiterte den Begriff der „Libido“ über den engeren Kontext der sexuellen Energie hinaus. Das Unbewusste bildet für C.G. Jung „Schöpferischer Mutterboden des Bewusstseins“ und umfasst das „Persönliche Unbewusste“ sowie das „Kollektive Unbewusste“

Wilhelm Reich (1897-1957): Vegetotherapie

Eric Berne (1919-1970): Transaktionsanalyse (auch humanistischer Ansatz)



Die tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung

Hauptinhalte, Schwerpunkte, Modelle, Prinzipien

Annahme eines allgegenwärtigen, dynamischen Unbewussten

Unbewusst - Vorbewusst - Bewusst

Widerstand gegen die Bewusstmachung und Auseinandersetzung mit dem Unbewussten im Analyseprozess.

Übertragung - Gegenübertragung



Die tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung

Hauptinhalte, Schwerpunkte, Modelle, Prinzipien

Strukturmodell der Persönlichkeit

Überich - Einfluss durch Werte und Normen der Außenwelt (Kultur)

Ich

Es - primäre, nicht sozialisierte innere Impulse, die auf Befriedigung drängen

„Das ICH ist eine Angststätte

„Wo ES war soll ICH werden“



Die tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung

Hauptinhalte, Schwerpunkte, Modelle, Prinzipien

Trieblehre

EROS - Selbsterhaltungstrieb. LIBIDO ist Energie des Eros
THANATOS - Todestrieb/Destruktionstrieb

... zwischen Lust und Unlust/Angst. Abfuhr bzw. Sublimierung dieser Triebe

Die Triebstruktur gründet im Unbewussten

Konflikt zwischen Lust und Realität - Der Mensch ist zum Triebverzicht fähig



Die tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung

Hauptinhalte, Schwerpunkte, Modelle, Prinzipien

Phasenmodell/Entwicklungsmodell:

Orale Phase: 1. Lebensjahr

Anale Phase: 2.-3. Lebensjahr

Phallische Phase: 4.-6. Lebensjahr

Latenzphase

Genitale Phase: Anfang der Pubertät

Ödipuskonflikt



Die tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung

Das Menschenbild

Annahme eines allgegenwärtigen, dynamischen Unbewussten

Die Triebstruktur des Menschen gründet im Unbewussten

Triebe (Abfuhr oder Sublimierung)

Das ICH ist eine Angststätte, die zwischen Trieb-, Realitäts- und Gewissensansprüchen vermitteln muss



Die tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung Gesundheit/Krankheit/Therapie

Setting - Couch, freies Assoziieren (Regression), Abwehr

Abstinenz

Übertragung - Gegenübertragung

Deutung, Konfrontieren, Analysieren

Traumdeutung



Die verhaltenstherapeutische Orientierung



Die verhaltenstherapeutische Orientierung

Stichworte

Klassische Konditionierung, Pawlow
Behaviorismus, Watson
Lerntheorie, Hull, Skinner, Tolmann
Lerntheoretische Verhaltenstherapie, Skinner
Kognitive Wende
Kognitive Verhaltenstherapie, Aaron T. Beck
Rational-Emotive Therapie, Albert Ellis



Die verhaltenstherapeutische Orientierung

Entstehung des Ansatzes

Entstehung als „Gegenprogramm“ zur Psychoanalyse (keine Introspektion)
Große und heterogene Gruppe von Ansätzen
Lerntheoretisches Verständnis von Genese und Therapie von Störungen



Die verhaltenstherapeutische Orientierung

Geschichte und Entwicklung (1/5)

Frühe Ansätze:

Iwan P. Pawlow (1849-1936): Physiologe. Klassische Konditionierung. Reiz - Reaktion

Wladimir Bechterew (1857-1927): Psychiater. Psychoreflexologie. Psychische Krankheiten aus rein biologischer Perspektive. Erste Verhaltenstherapeutische Behandlungen. Einfluss auf John Watson (Behaviorismus)

Behaviorismus:

John B. Watson (1878-1958): Protagonist für die Entwicklung des US-amerikanischen Behaviorismus. „Überwindung der fruchtlosen Introspektion“. Manifest 1913: Die Psychologie ist „ein Zweig der reinen, objektiven Naturwissenschaften. Experiment mit Albert



Die verhaltenstherapeutische Orientierung

Geschichte und Entwicklung (2/5)

Lerntheorien der 1930er Jahre

Edward Thorndike (1874-1949): Pionier der US-amerikanischen Lerntheorie.

„Gesetz des Effekts“: Erfolg des Verhaltens auf einen angestrebten Zustand ist für Fixierung der Handlung zuständig

Die Lerntheorien sind heterogen, greifen auf Pawlow, Thorndike, Watson zurück

Clark Hull: Reiz-Reaktions-Schema, Verstärkungstheorien

B.F. Skinner: Operante Konditionierung

Edwin C. Tolman: Latentes Lernen, „Cognitive Map“



Die verhaltenstherapeutische Orientierung

Geschichte und Entwicklung (3/5)

Lerntheoretische Methoden (Beispiele)

Desensibilisierung und Angstbewältigung

- Gegenkonditionierung
- Systematische Desensibilisierung („Angsthierarchie“), Wolfe

Operante Ansätze

- Positive/Negative Verstärker, Skinner
- Selbstkontrolle (Selbstregulation, Selbststeuerung, Selbstmanagement - fließender Übergang zur kognitiven Verhaltenstherapie)



Die verhaltenstherapeutische Orientierung

Geschichte und Entwicklung (4/5)

Verhaltenstherapeutische Techniken entanden für die konkrete, klinische Praxis erst in den 1950er Jahren

Bezeichnung VERHALTENSTHERAPIE von B.F. Skinner in Harvard, Joseph Wolfe in Johannesburg, Hans-Jürgen Eysenck in London

Die kognitive Wende:

Aaron T. Beck (*1921): Kognitive Verhaltenstherapie

Gefühle, die Fähigkeit zur Selbstregulation, Körperarbeit, therapeutische Beziehung wird als wichtig gesehen



Die verhaltenstherapeutische Orientierung

Geschichte und Entwicklung (5/5)

Kognitive Verhaltenstherapie:
Der Mensch ist reflexionsfähig
Integration kognitiver Aspekte in die Therapie

Beispiele

- Modelllernen nach Bandura (Imitationslernen)
- Problemlösungstherapie. Erwerb allgemeiner Strategien für bessere Bewältigung problematischer Situationen
- Verdeckte Konditionierung (Verstärker wird imaginiert: zB beim Rauchen würde mir schlecht werden)
- Selbstinstruktion „Fehlerhafter Denkstil“
- Kognitive Therapie (Aaron Beck)



Die verhaltenstherapeutische Orientierung Menschenbild

Die Brille des Wissenschaftlers

Funktionales Denken: Es geht um Bedingungsbeziehungen, die zu bestimmten menschlichen Reaktionen, Gefühlen, Gedanken führen

„In einer psychologischen Theorie kann die Antwort nach dem Sinn des Lebens nicht gefunden werden. Die Psychologie kann jedoch helfen, einen möglichst idealen und adäquaten Lebensstil zu finden und zu verwirklichen“ (Hecht in Petzold 1994, S. 421)

Eine rigide Anwendung von Standardprozeduren wird in der modernen Verhaltenstherapie abgelehnt (Parfy 2003)



Die humanistische Orientierung



Die humanistische Orientierung

Stichworte

Kierkegaard, Nietzsche, Buber

Ich-Du-Beziehung, Begegnung

Der Mensch als reflektives Wesen

Persönliches Wachstum, Entfaltung, Selbstverwirklichung

Aktualisierung, Selbsterfahrung

Jacob Moreno (1889-1974), Psychodrama

Carl Rogers (1902-1987), klienten- bzw. person(en)zentrierte Gesprächspsychotherapie

Viktor Frankl (1905-1997), Logotherapie und Existenzanalyse

Fritz Perls (1893-1970), Gestalttherapie



Die humanistische Orientierung

Entstehung

Abgrenzung gegenüber Psychoanalyse und Behaviorismus

Der Mensch als reflexives Wesen entwickelt sich durch Sinnfindung
und durch Begegnung mit anderen



Die humanistische Orientierung

Denktraditionen, wichtige Einflüsse

Existenzphilosophie: Søren Kierkegaard
Authentizität, Wahlfreiheit, Selbstverantwortung

Begegnungsphilosophie: Die Ich-Du Beziehung als Begegnung (Buber)



Phänomenologie:

Im Zentrum steht das für den Menschen sinnlich und bewusst fassbar
Erscheinende (Kriz 2007, S. 156).

Die subjektive Realität ist in den humanistischen Therapieansätzen entscheidend

Jacov Moreno: Schrift 1915 „Einladung zu einer Begegnung“

Gestaltpsychologie: Kurt Goldstein „Selbstaktualisierung“



Die humanistische Orientierung

Humanistische Schulen

Jacov Moreno: Psychodrama

Laura und Fritz Perls: Gestalttherapie

Carl R. Rogers: nicht-direktive Gesprächstherapie, Klientenzentrierte Therapie,
Person(en)zentrierte Therapie

Viktor Frankl: Logotherapie und Existenzanalyse

Berne: Transaktionsanalyse (lt. Kriz: tiefenpsychologischer Ansatz)



Die humanistische Orientierung Menschenbild im klienten- / person(en)zentrierten Ansatz (1/2)

Der Mensch ist Person
Für-sich-Sein UND
In-Dialog-Sein

(aus: Schmid in Slunecko 2009)



Die humanistische Orientierung Menschenbild im klienten- / person(en)zentrierten Ansatz (2/2)

Aktualisierungstendenz als Entwicklungsprinzip
Selbstaktualisierungstendenz

Der Mensch als personales und relationales Wesen
Bedürfnis nach positiver Beachtung



Die humanistische Orientierung Carl R. Rogers: Klienten bzw. person(en)zentrierte Psychotherapie

US-Amerikanischer Psychologe

“Das Selbst zu sein, das man in Wahrheit ist“ (von Kierkegaard)
„Ich-Du-Beziehung“ (von Buber)



Aktualisierungstendenz als Entwicklungsprinzip

Symbolisierung von Erfahrung

Selbstkonzept

Kongruenz und Inkongruenz



Die humanistische Orientierung Personzentrierte Psychotherapie

Nicht-direktive Gesprächspsychotherapie
Absichtslosigkeit (kein „um zu“)

Die Beziehung ist zentral: Psychotherapie als Encounter (Begegnung)
„a way of being with“



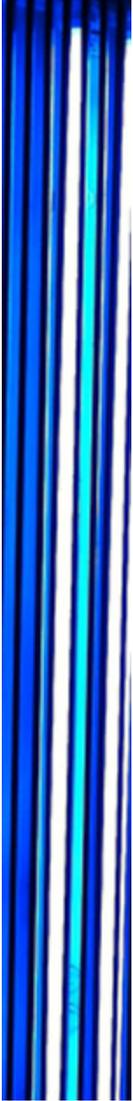
Die humanistische Orientierung Personzentrierte Therapie

6 notwendige und hinreichende Bedingungen:

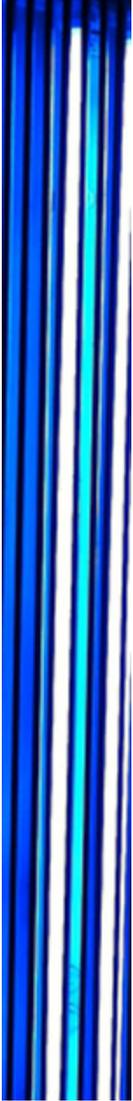
- Psychologischer Kontakt (Beziehung)
- KlientIn befindet sich in einem Zustand der Inkongruenz, ist verletzlich oder ängstlich
- Kongruenz (Echtheit)
- Bedingungslose (bedingungsfreie) positive Zuwendung
- Empathie
- Die Kommunikation der bedingungsfreien Wertschätzung und der Empathie wird wenigstens in einem minimalen Ausmaß erreicht

(aus Rogers & Schmid 2004, S. 165 ff.)

*Sonja Holm*



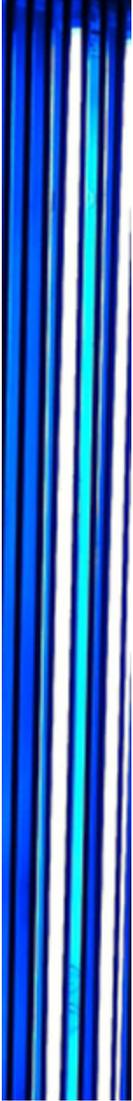
Die systemische Orientierung



Die systemische Orientierung

Stichworte

Kommunikation, Konstruktivismus
Systemtheorie (Soziologische Systemtheorie, Luhmann)
Kybernetik erster Ordnung, Kybernetik zweiter Ordnung
Nichttriviale Maschinen
Heinz von Förster
Autopoiese
Strukturelle Koppelung
Systemische Familientherapie
Virginia Satir
Paul Watzlawick, Gregory Bateson
Aufstellung, narrativer Ansatz, Zirkularität



Die systemische Orientierung

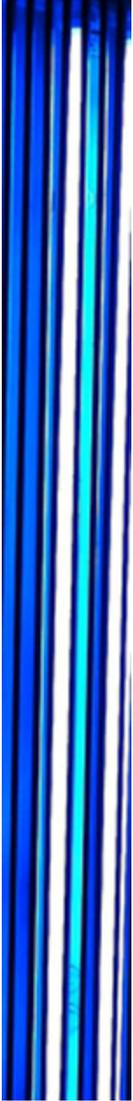
Entstehung des Ansatzes

Familientherapie, zB Virginia Satir (1916 - 1988)

Anfang / Ende der 1940er Jahre in den USA, erst später erfolgten theoretische Konzepte zur Erklärung

Paradigmenwechsel: Konstruktivismus

Erkenntnisse der allgemeinen Systemtheorie wurden auf Familien übertragen (zB Gregory Bateson (1904 - 1980), Paul Watzlawick (1921 - 2007))

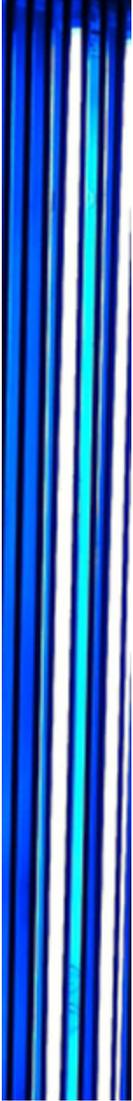


Die systemische Orientierung

Theoretische Schwerpunkte

Ein System besteht aus mehreren Teilen, die miteinander vernetzt sind
Ein System verhält sich völlig anders als seine jeweiligen Teile (Beispiel Mensch)

Konstruktivismus: es gibt keine objektive Wirklichkeit, Beobachter sind Teil der beobachteten Realität



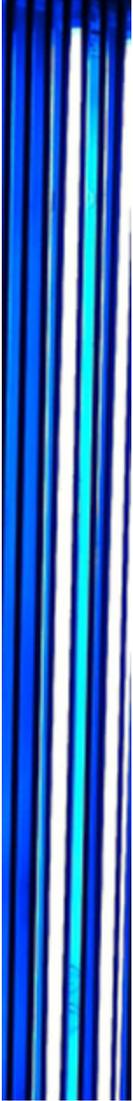
Kybernetik

Heinz von Foerster (1911 - 2002). Nicht „WAS“ ist Kybernetik sondern „WANN“ ist Kybernetik (Kontrolle und Kommunikation zwischen Systemen)

Kybernetik erster Ordnung: Über Inhalte

Kybernetik zweiter Ordnung: Über Kommunikation

Autopoiese: Ein System, dessen „Produkt“ die Aufrechterhaltung des eigenen Systems ist (zB eine Zelle)



Die systemische Orientierung

Menschenbild

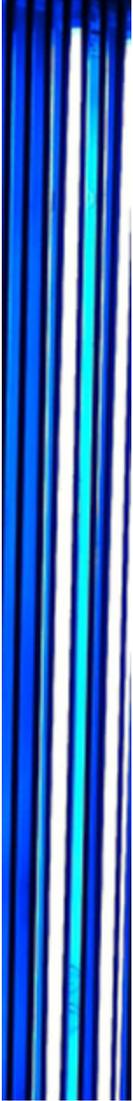
„WARUM“ ist nicht wichtig, sondern „WIE“

Systemisch-interaktionistisch

Naturwissenschaftliche Systembegriffe als Metaphern für Kommunikation und Beziehung

Soziale und psychische Systeme sind „nichttriviale Maschinen“

Autopoietische Systeme gehen mit der Umwelt eine strukturelle Koppelung ein



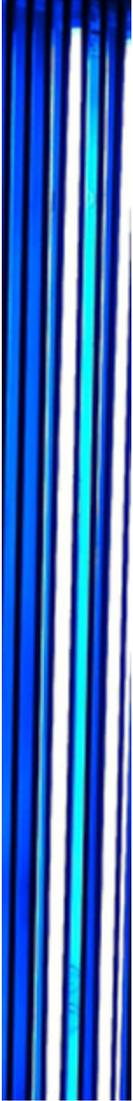
Die systemische Orientierung

Gesundheit/Krankheit/Therapie

Betrachtungsweise für psychopathologische und psychotherapeutische Prozesse vom „Individuum“ auf „System“

Familientherapien zielen darauf, die Interaktionsstrukturen zu ändern, um Heilung zu fördern

Perspektivenwechsel ist wichtig: von der Innenperspektive zur Außenperspektive, um mit diesen erweiterten Erkenntnissen wieder zurück zur Innenperspektive zu gehen (zirkuläre Fragen, reflecting Team)



Die systemische Orientierung

Methodenvielfalt

Beispiele:

Zirkuläre Fragen

Paradoxe Interventionen

Reflecting Team

Familienaufstellungen

Literatur

Kriz J. (2007) *Grundkonzepte der Psychotherapie* (6. vollst. Überarb. Aufl.) Weinheim: Beltz.

Parfy E. et al. (2003) *Verhaltenstherapie. Moderne Ansätze für Theorie und Praxis* Wien: Facultas WUV.

Petzold H.G. (Hrsg.) (1994) *Wege zum Menschen II* Paderborn: Jungfermann.

Petzold H. G. (Hrsg.) (2012) *Die Menschenbilder in der Psychotherapie. Interdisziplinäre Perspektiven und die Modelle der Therapieschulen* Wien: Krammer.

Rogers C. R. (1991) *Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen* (3. Aufl. ND 2002) Köln: GWG.

Rogers C. R. & Schmid P. F. (2004) *Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis* (4. Aufl.) Mainz: Grünewald.

Slunecko, T. (Hrsg.) (2009) *Psychotherapie. Eine Einführung* Wien: Facultas WUV.

Mag. Sonja Holm MSc

www.sonjaholm.at

holm@sonjaholm.at

