

Rezensionen*

Michael Kelber

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

Stuttgart: Kohlhammer, 2023, 203 Seiten, ISBN 978-3-17-036563-6. EUR (D) 34,00 / EUR (A) 36,00 / CHF 48,90.

Routiniert präzise, analytisch und detailreich widmet sich Jürgen Kriz in diesem äußerst politischen Werk den Grundlagen, Ansätzen und der spezifischen Forschungslogik der Humanistischen Psychotherapie (HPT).

Das Herzstück der Publikation, der Teil A über die Grundlagen und geschichtlichen Verflechtungen der HPT, umfasst fast die Hälfte des Buches. Es werden ausführlich und trennscharf Definition und Geschichte der HPT, phänomenologische Grundhaltung und Menschenbild, gestaltpsychologische Wurzeln, Aktualisierungstendenz, Begegnungskonzepte sowie die therapeutische Beziehung erläutert und durch Erkenntnisse der Bindungsforschung, der Biosemiotik und der Systemtheorie ergänzt.

Wie diffizil und arbeitsintensiv humanistische theoriebildende und -aggregierende Arbeiten sind, haben insbesondere Veröffentlichungen von Eberwein und Thielen für den deutschsprachigen Raum gezeigt (Eberwein, 2009; Eberwein & Thielen, 2014; Thielen & Eberwein, 2019). Kriz gelingt es vor diesem Hintergrund in außerordentlicher Feinheit, relevante Prinzipien und Konzepte aus den Ansätzen heraus so zu skizzieren, dass ihre Bedeutung für die HPT deutlich werden und sich so zu einem ganzheitlichen Mosaik der humanistischen Gesamtheorie logisch zusammenfügen. So entsteht eine ausführliche und inhaltlich wie stilistisch stringent gestaltete Analyse des „gemeinsamen Wurzelgeflechts“ der HPT (S. 11).

Der durchdachte Brückenbau von den Theorien der Einzelverfahren zur Theorie der HPT könnte es Anhänger*innen der Einzelverfahren durchaus einfacher machen, den Weg hin zu einer Humanistischen Psychotherapie zu finden. Diejenigen, die weitere Entwicklungsschritte der HPT als Verfahren begrüßen, werden diese Kapitel äußerst aufmerksam lesen, deutet sich doch zwischen den Zeilen an, dass hier das Ergebnis der Begutachtung des deutschen „Wissenschaftlichen Beirats Psychotherapie“ (WBP), wonach die HPT kein eigenständiges

Verfahren ist, widerlegt werden will. Wichtige Fragen bleiben allerdings weiterhin unbeantwortet, beispielsweise wie Humanistische Indikations-, Prozess- und Veränderungsdiagnostik genau aussehen können (AGHPT, 2022), oder ob hierfür auf Konzepte der Einzelverfahren zurückgegriffen wird.

Abseits dieser für Humanistische Psychotherapeut*innen zentralen Fragen, kann die Lektüre auch für Personenzentriert-experienzielle Psychotherapeut*innen mit wenig Affinität zur HPT bereichernd sein, beispielsweise in den weitergehenden Versuchen, Inkongruenz ätiopathogenetisch fassbar zu machen oder experienzielle Aspekte der HPT zu definieren (S. 26).

Dass die Humanistischen Ansätze in Teil B nur sehr knapp vorgestellt werden, ist mit dem Verweis des Autors auf die bereits umfangreiche Literatur hierzu nachvollziehbar. Die kurzen Kapitel sollen einerseits die Eigenständigkeit der Ansätze würdigen, andererseits weitere Gemeinsamkeiten für Aus- und Weiterbildung in der HPT identifizieren (S. 105).

Trotz der Kürze der Ausführungen gelingt es dem Autor, die Ansätze komprimiert darzustellen und weitere relevante Gemeinsamkeiten herauszuarbeiten. Es bleibt allerdings deutlich, dass trotz nachhaltiger Arbeiten des Autors zur Integration der Ansätze, eine der zentralen Herausforderungen der HPT nach wie vor besteht: die ultimative Frage nach der Eigenständigkeit der Ansätze einerseits und nach deren Verschmelzung in einer einzigen Humanistischen Psychotherapie andererseits.

Befürworter*innen einer weiteren Konzeptualisierung einer Humanistischen Psychotherapie müssen die Grenzen des Humanistischen Projekts allerdings anerkennen. Diese liegen in Deutschland nicht nur in vereinsinternen Widerständen,

Michael Kelber, M. A. (geb. 1983), ausgebildet in Personenzentrierter Psychotherapie (GwG – D) und Erweiterungsausbildung in Humanistischer Psychotherapie (AGHPT – D), Auszubildender in Emotionsfokussierter Therapie (DeGEFT – D), arbeitet derzeit als Psychotherapeut in Ausbildung unter Supervision (FORUM – A) in freier Praxis in Wien und forscht im Rahmen von postgraduellen Lehrgängen der MedUni Wien und der Universität Wien zu Mikroprozessen von Prozessdirektivität und Erfahrungsorientierung in personenzentriert-experienzieller Gesprächsführung. Kontakt: office@michaelkelber.com

* Beabsichtigte Rezensionen sollten mit einem verantwortlichen Redakteur besprochen werden; Detailinformationen zu Rezensionen siehe hintere innere Umschlagseite (U3).

sondern auch in berufspolitischen Realitäten, die vor dem Hintergrund einer zur Zeit eindeutigen Studienlage nur der Gesprächspsychotherapie eine Hoffnung auf wissenschaftliche Anerkennung machen.

Fragen des konzeptionellen Austauschs zwischen den humanistischen Ansätzen bleiben natürlich weiterhin interessant. Prozessdirektivere Elemente aus der Gestalttherapie oder existenzanalytische Sinnbezüge können bei ausreichender Offenheit und passender Indikation im Prozess für manche Personzentrierte Psychotherapeut*innen durchaus bereichernd sein.

Nicht zuletzt vor dem Hintergrund der berufspolitischen Auseinandersetzungen nimmt der Autor in Teil C zur allgemeinen Logik der Psychotherapieforschung kritisch Stellung. Gefordert werden eine Orientierung am kontextuellen Modell sowie eine Abkehr von der starken Orientierung an „Randomized Controlled Trials“ (RCTs) in der medizinischen Logik der Psychotherapieforschung und Berufspolitik.

Sicherlich ist der Hinweis auf die bereits seit vielen Jahren debattierte Begrenztheit von RCTs in der Psychotherapieforschung wichtig. Dies gilt beispielsweise mit Blick auf die Vernachlässigung des Subjekts, der Problematik von Komorbiditäten oder dem schwierigen Ausschluss intervenierender Faktoren. Und gewiss ist die Forderung nach einer Psychotherapieforschungslogik, die sich stärker an Humanistischen Paradigmata ausrichtet, bedeutsam.

Dennoch erscheint die Kritik an RCTs als Repräsentant des experimentellen Forschungsansatzes zu prinzipiell, zuweilen gar abwertend („lächerlich“, S. 164), und liest sich nicht wie eine abwägende Analyse zu Vor- und Nachteilen sowie Entwicklungspotenzialen dieser Forschungsmethodik, sondern wie eine Abrechnung mit den Verfahrensweisen des deutschen WBP.

Sicherlich hat HPT-Forschung im Rahmen von RCT-Designs bedeutende Herausforderungen und durchaus gebührt RCT-Studien nicht das Siegel des alleinstellenden Goldstandards in der Psychotherapieforschung, das sie in Deutschland tragen. Dennoch oder gerade darum sollten Forschungsanstrengungen auch darauf abzielen, Ergebnisse der personzentrierten und humanistischen Prozessforschung so zu nutzen, um insbesondere interne und externe Validität in RCT-Designs zu erhöhen. Denn realistischerweise werden auch in Zukunft RCTs, medizinische Forschungslogik und experimentelle Forschung zu unabhängigen Variablen in Berufspolitik und Psychotherapieforschung relevant sein, insbesondere vor dem Hintergrund, dass eine mit dem medizinischen Sektor gleichberechtigte Integration in das Gesundheitswesen das Ziel

von HPT und Personzentrierter Psychotherapie ist. Die RCTs im aktuellen Antrag der personzentriert-experienziellen Vereine in Deutschland haben dies gezeigt, insbesondere die für den Antrag wichtige Studie von Timulak et al. (2022).

Auf Änderungen des Methodenpapiers des WBP, hin zu einem größeren Einbezug von Wirkungsbelegen aus Prozessforschung oder Einzelfallstudien, ist in Deutschland nicht zu hoffen, im Gegensatz zum in Österreich erfolgreich etablierten Forschungsparadigma der „Praxisorientierten Psychotherapieforschung“ (Loeffler-Stastka & Datz, 2016).

Insbesondere darum sollte in einen kategorischen Abgesang auf konventionelle Wirksamkeitsforschung, auch durch RCTs per se, wie sie teilweise in diesen Kapiteln anklingt, nicht eingestimmt werden. Vielversprechender wären Aufrufe und Versuche zur Gründung von Forschungsclustern humanistischer und personzentriert-experienzieller Vereine und Institute im deutschsprachigen Raum. So könnten die wenigen vorhandenen Forschungsressourcen koordiniert werden.

Die Intention des Buches, die HPT als einheitliche Grundorientierung stärker ins Bewusstsein rücken zu lassen und progressiver nach außen zu vertreten (S. 11), ist aber akademisch bedeutsam. Aufgrund der Detailfülle, Genauigkeit und konzeptioneller Abwägungen kann diese Abhandlung eine Bereicherung für alle Humanistischen, und damit auch für Personzentrierte Psychotherapeut*innen sowie Auszubildende sein. Eine (intendierte) berufspolitische Wirkung des Werkes für Deutschland ist derzeit allerdings mehr als nur fraglich. Ob, und wenn ja, welche Wirkung das Werk in Österreich entfalten kann, wird erst zu beurteilen sein, wenn die politischen Maßnahmen einer etwaigen Verclusterung der Ansätze feststehen.

Literaturverzeichnis

- AGHPT. (2022). *Weiterbildung Humanistische Psychotherapie (HPT) – Mindeststandards (Stand: 01.12.2022)*. <https://aghpt.de/curriculum/>
- Eberwein, W. (2009). *Humanistische Psychotherapie: Quellen, Theorien und Techniken*. Thieme.
- Eberwein, W., & Thielen, M. (2014). *Humanistische Psychotherapie: Theorien, Methoden, Wirksamkeit*. Psychosozial-Verlag.
- Loeffler-Stastka, H., & Datz, F. (2016). State of the Art Praxisorientierte Psychotherapieforschung. *Psychotherapie Forum*, 21(2), 44–52.
- Thielen, M., & Eberwein, W. (Hrsg.). (2019). *Fühlen und Erleben in der Humanistischen Psychotherapie*. Psychosozial-Verlag.
- Timulak, L., Keogh, D., Chigwedere, C., Wilson, C., Ward, F., Hevey, D., Griffin, P., Jacobs, L., Hughes, S., Vaughan, C., Beckham, K., & Mahon, S. (2022). A comparison of emotion-focused therapy and cognitive-behavioral therapy in the treatment of generalized anxiety disorder: Results of a feasibility randomized controlled trial. *Psychotherapy*, 59(1), 84–95.