

Humanistische Psychotherapie in Aktion!

3. Fachtagung der AGHPT, 14.-
15.2.26

Manfred Thielen

Gliederung

- 1.) Aktuelle politische Lage und humanistische Werte
- 2.) Gesellschaftliche Verantwortung von Psychotherapie, besonders Humanistische Psychotherapie (HPT)
- 3.) Kurze Geschichte der AGHPT
- 4.) Essentials der Humanistischen Psychotherapie
- 5.) Unsere Tagung
- 6.) Organisatorisches

Schwierige politische Zeiten

- Auf unserem letzten großen Kongress von 2017: „Fühlen und Erleben in der Humanistischen Psychotherapie“ sprachen wir schon von schwierigen politischen Zeiten, denn es war die erste Amtszeit von Trump.
- Mittlerweile haben sie sich weiter zugespitzt:
- der russische Angriffskrieg gegen die Ukraine
- bis vor kurzem der Gaza-Krieg
- die brutale Niederschlagung der Massenproteste im Iran
- das faschistoide Agieren der Trump-Regierung (Grönland, Venezuela, brutale Massendeportationen, viele Rechtsbrüche international und national u.a.)

Schwierige politische Zeiten

- auch in Deutschland wächst die rechtsextreme Gefahr, vor allem durch die AfD;
- aber auch die schwarz-rote Regierung verschärft die Abschiebungspolitik, den Widerspruch zwischen arm und reich, betreibt sozialen Abbau, macht eine rückschrittliche Klimapolitik u.v.m.
- auch in der psychotherapeutischen Berufspolitik ist sie nicht bereit, die versprochene Finanzierung der Weiterbildung, umzusetzen.
- Diese Liste beinhaltet nur Schlaglichter und lässt sich sicherlich für weitere Bereiche fortsetzen.

Humanistische Werte

- In diesen Zeiten sind Humanistische Werte mehr denn je gefragt:
- **Menschenwürde & Humanität**
- **Freiheit & Demokratie**
- **Selbstbestimmung & Autonomie**
- **Solidarität & Mitgefühl (Empathie)**
- **Diesseitsorientierung & Lebenssinn**
- **Vernunft & Wissenschaft**
- **Bildung & Selbstverwirklichung**

Humanistische Psychotherapie

- Diese Werte spielen auch in der Humanistischen Psychotherapie (HPT) eine zentrale Rolle.
- Die Patient*innen sollen zu ihrem „wahren“ Selbst begleitet werden, damit ihr Fühlen, Denken und Handeln kongruent wird. Dies impliziert nicht Anpassung an die bestehenden gesellschaftlichen Verhältnisse sondern authentisches Da-Sein.
- Sie haben natürlich die Wahlfreiheit, sich auch gesellschaftspolitisch zu engagieren und sich für die Humanistischen Werte nicht nur im Privaten sondern auch gesellschaftlich einzusetzen.
- Die Psychologie und Psychotherapie ist nicht nur für die psychische Gesundheit des Einzelnen mitverantwortlich sondern hat auch eine gesellschaftliche Funktion.

Gesellschaftliche Verantwortung

- Sie sollte auch an den gesellschaftlichen Bedingungen für psychische Gesundheit aktiv gestaltend mitwirken.
- Ein historisches Beispiel hierfür ist Wilhelm Reich, der Begründer der Körperpsychotherapie, der 1933 „Die Massenpsychologie des Faschismus“ publizierte und aktiv politisch als einer der ganz wenigen Psychotherapeut*innen den Faschismus in Deutschland bekämpfte.
- In der „Massenpsychologie“ analysierte er den „autoritären Charakter“, der „nach oben buckelt und nach unten tritt“ und die psychologischen Mechanismen, warum der Faschismus in den 30 er Jahren eine so breite Massenbasis bekam.
- Sie ist auch heute noch hilfreich, um psychologisch zu analysieren, warum aktuell die AfD so viele Wähler hat.

Gesellschaftliche Verantwortung

- Erfreulicherweise gibt es mittlerweile gute psychologische Ansätze, das Erstarken der AfD zu erklären, um daraus entsprechende Handlungsstrategien ableiten zu können (Walther, E., & Isemann, S. D. (Eds.). (2019). Die AfD – psychologisch betrachtet. Wiesbaden: Springer.)
- Diese gesellschaftliche Verantwortung hat aber nicht nur die Humanistische Psychotherapie sondern alle Richtungen, vor allem die Grundorientierungen: Verhaltenstherapie, Psychodynamische Therapie, Systemische und Humanistische Psychotherapie.

Kurze Geschichte der AGHPT

- 2009 Gründung, AGHPT; Gesprächspsychotherapie, Gestalttherapie, Körperpsychotherapie, Psychodrama, Transaktionsanalyse und Existenzanalyse/Logotherapie.
- Berufspolitisches Ziel: Aufnahme in das Kassensystem
- 2012: Antrag an den Wissenschaftlichen Beirat Psychotherapie (WBP)
- 2017/2018 Ablehnung des Antrages mit fadenscheinigen Begründungen
- 2023 hat die Gesprächspsychotherapie und die Personzentriert-Experienzielle Psychotherapie einen neuen Antrag für Erwachsene und Kinder Jugendliche gestellt, der z.Z. noch geprüft wird.

AGHPT

- **Zentrales Ziel:** die Humanistische Grundorientierung im ambulanten, stationären, institutionellen Bereich und der Öffentlichkeit immer weiter zu verbreiten.
- 3 große Kongresse: 2012, 2014, 2017 mit z.T. über 600 Teilnehmer*innen
- 3 Fachtagungen
- Einige Veröffentlichungen: Jürgen Kriz (2022): Humanistische Psychotherapie.
- Manfred Thielen, Werner Eberwein (Hg.) (2019): Fühlen und Erleben in der Humanistischen Psychotherapie.
- Werner Eberwein, Manfred Thielen (Hg.) (2014): Humanistische Psychotherapie.

Essentials der HPT

- **Menschenbild**
- Der Mensch wird holistisch in seiner **bio-psycho-sozialen Ganzheit** gesehen.
- Fähigkeit zu **kreativem Wachstum** und **konstruktiver Veränderung**.
- **psychische Wachstum** durch **Aktivierung und Entfaltung spezifisch menschlicher Ressourcen** (Potentiale) auf ein **von Sinn getragenes, selbstverwirklichendes, authentisches Leben**
- Fähigkeiten zur **Introspektion** und **zu reflexivem Denken**
- die **existenzielle Wahlfreiheit** des menschlichen Willens

Menschenbild

- die **Liebe**, die die andere Person als Person meint
- das **bewusste** und **aktive, engagierte Sich - Einsetzen für oder gegen**
- **Fähigkeit zur positiven Aggression**

Dialektik von Körper und Psyche

- Der Mensch wird als **verkörpert** gesehen. Daher ist die psychotherapeutische **Arbeit mit dem Körper** (z.B. dem Körpererleben, der Körperhaltung und/oder dem Körperausdruck) ein **zentraler Aspekt** der Humanistischen Psychotherapie.
- **Non-verbale Interventionen** sind einer ihrer integralen Bestandteile.
- **Vielfalt:**
- Vielfalt von **subjektiv als gültig verstandenen** und als wahr empfundenen Realitäten und Weltansichten
- Daher wird der Humanistische Psychotherapieprozess an den individuellen Besonderheiten des Patienten orientiert und nach ihnen variiert.

HPT in Aktion

- Bei unserer letzten Fachtagung 2024: „Der Körper in der HPT“ trafen die Workshops auf besonders großes Interesse, deshalb stehen sie bei dieser Tagung im Mittelpunkt.
- Seit 2009 sind die verschiedenen Ansätze der HPT sowohl theoretisch als auch praktisch zusammengewachsen, allerdings ohne ihre Eigenständigkeit aufzugeben. Wir sind für die Einheit in der Vielfalt.
- In den Fallpanels, werden wir live mit unserem Schauspielpatienten – Manfred Jannicke – ausschnitthaft Interventionen demonstrieren.
- Danach werden wir die Fragestellung diskutieren, wie viel Gemeinsamkeiten und welche Besonderheiten bzw. Unterschiede deutlich werden?

HPT in Aktion

- Wir bieten jeweils 3 Workshops pro Ansatz an, damit ihr die unterschiedlichen Ansätze kennenlernen bzw. vertiefen und euch selbst ein Bild machen könnt.
- Auf unserer Tagung sind erfreulicherweise sehr viele Student*innen und PiA vertreten. An den staatlichen Universitäten dominiert im BA- und MA-Studiengang eindeutig die Verhaltenstherapie, die Psychodynamische Therapie und Systemische Therapie sind tendenziell mit einzelnen Seminaren und die HPT ist kaum vertreten.
- Wir hoffen, dass ihr über die Fachschaften als auch einzeln durch unsere Tagung auch motiviert werdet, für eine wirkliche Verfahrensvielfalt, einschließlich der HPT, einzutreten.

HPT in Aktion

- An einzelnen Privat-Unis sieht die Situation besser aus, z.B. finden hier an der Sigmund-Freud-Uni sowohl im BA- als auch im MA-Studium eine Reihe von Seminaren zur Humanistischen Psychotherapie und spz. Körperpsychotherapie statt.
- Nach § 10 des PsychThG, „Berufsqualifizierende Tätigkeit II-vertiefte Praxis der Psychotherapie“ werden unter “a.)“ explizit: „Verfahren der Grundorientierungen der Psychotherapie“ aufgeführt.
- Ein sehr gutes Argument, um für die Verfahrensvielfalt und die Humanistische Psychotherapie an allen Hochschulen und insbesondere an den staatlichen Unis einzutreten.

Organisatorisches

- Da wir niemand, der Interesse für die Tagung hatte, zurückweisen wollten, müssen wir u.U. das Fallpanel in den Nachbarraum übertragen.
- Die Workshopgröße hängt von der Raumgröße ab, in dem großen Hörsaal geht es bis zu 25 Teilnehmer*innen, in den kleineren bis 20, evt. auch weniger.
- Das Catering findet nur heute statt, und wir bitten, dass nur diejenigen teilnehmen, die es auch gebucht haben.
- Wer Fortbildungspunkte von der PtK Berlin braucht, trage sich bitte in die entsprechende Liste ein.
- Bei weiteren Fragen steht unser Helfer*innenteam zur Verfügung.

Organisatorisches

- Leider musste Christiane Groß (Existenzanalyse/Logotherapie) aus persönlichen Gründen absagen. Ingo Zirks wird ihren Workshop übernehmen.
- Bei Fragen wendet euch an die Helfer*innen
- Ich wünsche uns allen eine spannende und lehrreiche Tagung.
- Für den Vorstand der AGHPT und das Organisationskomitee: Kathrin Schleitzer, Birgit Fiedler-Rumpel und ich.

Literatur

- Jürgen Kriz (2023) Humanistische Psychotherapie. Grundlagen –Richtungen - Evidenz. Stuttgart, Kohlhammer-Verlag.
- Werner Eberwein & Manfred Thielen (Hg.) (2014): Humanistische Psychotherapie. Theorien, Methoden, Wirksamkeit. Gießen, Psychosozial-Verlag.
- M. Thielen & W. Eberwein (Hg.) (2019): Fühlen und Erleben in der Humanistischen Psychotherapie. Gießen, Psychosozial-Verlag.
- Werner Eberwein (2009): Humanistische Psychotherapie. Stuttgart: Thieme-Verlag.
- Walther, E., & Isemann, S. D. (Eds.). (2019). Die AfD – psychologisch betrachtet. Wiesbaden: Springer