

PSYCHOLOGIE IM BIBLISCHEN LICHT

Teil 5: Die Humanistische Psychologie

Einleitung:

Psychologische Richtungen

1. die Psychoanalyse - um 1900 (Freud, Jung, Adler)
2. der Behaviorismus - ab 1932 (Watson, Skinner)
3. die Humanistische Psychologie - ab 1962 (Maslow, Rogers)

I. Biographie des Begründers Abraham Maslow

Abraham Maslow (1908-1970), amerikanischer Psychologe russisch-jüdischer Herkunft, wuchs in New York auf. Er hatte - im Gegensatz zu Freud und Jung - ein gutes Verhältnis zu seinem Vater; aber seine Mutter hielt er für schizophren. Sie brachte sieben Kinder zur Welt, und sobald ein neues Kind geboren wurde, vergaß sie die anderen. Mutter Maslow war sehr abergläubisch. Der junge Abraham entwickelte eine starke Abneigung gegen diese Dinge. Sein frühester Traum war, „*allen religiösen Aberglauben auszumerzen*“ (1963 machte er sein Vorhaben wahr und schrieb ein fürchterliches Buch gegen jede Art von Glauben und Aberglauben).

Maslow litt unter dem Antisemitismus und fühlte sich als Jude oft sehr einsam. Er flüchtete sich in die Literatur, die Bibliothek wurde zu seiner Wohnung.

Später er beschrieb seinen damaligen Zustand folgendermaßen:

„Ich war während meiner ersten zwanzig Lebensjahre zweifellos neurotisch, sogar sehr neurotisch, depressiv, schrecklich unglücklich, einsam, allein. Und ich verwarf mich selbst.“

Diese existenzielle Krise des jungen Maslow wurde später bestimmend für die Humanistische Psychologie. Man meint, Neurosen hätten ihren Ursprung in einem negativen Selbstbild. Und die Therapie ist darauf ausgerichtet, dass man ein positives Selbstbild von sich bekommt und sich selbst annimmt.

Nach zwischenzeitiger Beschäftigung mit Jura und Politik (idealer Sozialismus) stieß Maslow durch Bücher von Watson auf die Psychologie. Maslow war begeistert vom Behaviorismus. Er schrieb:

„Die Auffassung, dass der Mensch eine Maschine ist, wies mich darauf hin, dass er wissenschaftlich verbessert werden kann. Es war dieser Aspekt der Verhaltenspsychologie, der meine Phantasie reizte. Meine Ziele waren nun aufs entschiedenste utopisch, **messianisch**, weltverbessernd, menschverbessernd.“

Maslow studierte Psychologie. Er begann als völlig überzeugter Behaviorist. Als Assistent von Thorndike experimentierte er vor allem mit Ratten. Als er Familienvater wurde, beobachtete er an seinen Kindern ganz verschiedene Persönlichkeitstypen. Das veranlasste ihn, zu Freud umzuschwenken. Maslow wurde Psychoanalytiker. Von 1936-1950 war er Dozent in New York. Wegen des Dritten Reiches mussten viele Juden aus Europa emigrieren; die meisten kamen in die USA. Maslow lernte u.a. Adler (Individualpsychologie), Fromm (Neo-Psychoanalyse) und Bühler (Ganzheitspsychologie) kennen. Er übernahm in synthetischer Haltung von jedem etwas. Das Ergebnis wird seither „*the third force psychology*“ (der dritte Weg) genannt, oder *Humanistische Psychologie* oder *Sozial-Behaviorismus*.

II. Das Modell der Humanistischen Psychologie

A. Die Wurzeln der Humanistischen Psychologie

1. Die Philosophie des Evolutionismus

Maslow war durch und durch Evolutionist: „*Der Mensch ist ein Tier, aber ein höher entwickeltes Tier, ein Tier von einer höheren Art.*“)

2. Die Philosophie des Humanismus (der Mensch ist gut und autonom)

3. Die Philosophie des Existenzialismus (Jaspers, Heidegger, Satre)

Der Existenzialismus legt die Betonung nicht wie Freud auf die Vergangenheit, sondern auf das so genannte „Hier und Jetzt“, sowie auf die zwischenmenschlichen Beziehungen.

4. Die Idee der Selbstverwirklichung

Diese Idee kommt ursprünglich aus dem Evolutionismus. Was auf biologischem Niveau möglich sei, sei auch auf psychologischem Niveau möglich.

5. Die vorangegangenen psychologischen Richtungen (bes. Freud, Adler, Watson)

Maslow warf Freud vor, dass die Psychoanalyse vom kranken Menschen ausgehe (das intra-psychische Konfliktmodell).

Dem Behaviorismus warf er vor, dass er vom Durchschnittsmenschen ausgehe (das mechanistische Input-Output-Modell).

Dem setzte Maslow nun das „innere Harmonie-Modell“ der Humanistischen Psychologie entgegen. Maslow und seine Humanistische Psychologie geht von den „besten Menschen“ aus. Er studierte 20 Biographien von herausragenden Persönlichkeiten (Lincoln, Livingstone, Spinoza, Einstein, Albert Schweitzer, etc.).

Maslow glaubte wie Freud auch an das Unbewusste, nur sah er es als positiv und kreativ an. Der Mensch hätte tief innen ein großes Potential an positiven menschlichen Möglichkeiten (--> *Human potential movement*). Diese gälte es zu entfalten. Dabei wolle die Humanistische Psychologie helfen.

B. Die Maslow´sche Bedürfnispyramide

Maslow behauptet, ein Mensch sei erst dann als „gesund“ zu bezeichnen, wenn er alle seine inneren Möglichkeiten entfaltet habe. Es geht bei Maslow um die Selbstverwirklichung des Menschen. Um wiederum diese zu erreichen, müssen die Bedürfnisse eines Menschen befriedigt werden, und zwar in folgender Rangordnung:

Selbstverwirklichung, Gebrauch aller Fähigkeiten und Qualitäten

Wertschätzung	Selbst- achtung	Achtung vor anderen
Liebe	„irgendwo zugehören“	Geborgenheit
Sicherheit,	Gewissheit, Festigkeit	Stabilität

Körperliche Bedürfnisse (Essen, Trinken, Schlafen, etc.)

Kritik: Maslow dringt zu der eigentlichen Bestimmung des Menschen, der Gemeinschaft mit Gott, überhaupt nicht durch. Darum ist seine Pyramide letztlich irreführend. Ouweneel schreibt:

„Bei Maslow steht in typisch humanistischer Weise der Mensch im Mittelpunkt mit der Befriedigung seiner auf sich selbst gerichteten Bedürfnisse und mit seiner Selbst-Verwirklichung“ (S.72).

Die Bibel zeigt uns einen anderen Weg: die **Christus-Verwirklichung** in unserem Leben (**Römer 14,7-8; Galater 2, 19-20**). *„Herr Jesus, lebe Du Dein Leben in mir!“*

Zusammenfassung des bisher Gesagten

Die Psychoanalyse fragt nach dem *Warum* (Wissenschaft des dynamischen Unbewussten). Der Behaviorismus fragt nach dem *Was* (Wissenschaft des äußeren Verhaltens). Die Humanistische Psychologie fragt nach dem *Wozu* (Wissenschaft der ungeahnten menschlichen Möglichkeiten).

III. Carl Rogers und die Gesprächspsychotherapie

Carl Rogers (1902-1987) war ebenfalls ein amerikanischer Psychologe. Er entstammte einer gut-christlichen, harmonischen Familie und wuchs auf einer Farm auf. Dort machte er eines Tages eine Beobachtung, die zum Schlüsselerlebnis für seine spätere Psychologie wurde. Er hatte mit Saatgut experimentiert und kam zu dem Ergebnis: wenn man die richtigen Bedingungen schafft, kommt aus dem Samen das heraus, was drin steckt!

Rogers studierte zunächst Landwirtschaft, dann Theologie. Er suchte sich bewusst die liberalste Universität aus. Nach eigener Aussage hatte er eine tiefe Abneigung gegen jede Art von Dogmen.

Die Gesprächsmethodik der Humanistischen Psychologie

- Bei Rogers ist der Hilfesuchende nicht der Patient, sondern der „Klient“. Rogers betont, dass sich der Therapeut in den Klient einfühlen muss. Er geht im Blick auf das Einfühlen soweit, dass der Therapeut im Idealfall zum „zweiten Ich“ (Alter-Ego) des Klienten werden soll.

Biblische Seelsorge: mit den Augen Jesu sehen, mit den Ohren Jesu hören, mit dem Herzen Jesu lieben, etc.

- Bei Rogers gibt es keine Schuld, sondern nur Schuldgefühle.
- Der Therapeut darf nicht direktiv werden. Weil der Klient als autonom angesehen wird, darf der Therapeut allenfalls einen Rat geben, aber auf keinen Fall ermahnen. Jede Ermahnung würde einer Bevormundung gleichkommen (Bitte nicht mit Gottes Wort kommen!).
- Der Klient muss akzeptiert werden, wie er ist (samt unbiblischen Normen und Verhalten). Beispiel: Wenn eine Frau kommt, die abtreiben will, dann muss der Therapeut ethisch-religiös neutral bleiben und eine völlig „undogmatische“ Haltung einnehmen (siehe Stichwort „Abtreibung“ in: *Wörterbuch Psychologie & Seelsorge* von M. Dieterich).
- Rogers führte auch so genannte „Encounter-Gruppen“ ein (Begegnungsgruppen). Unter der Gesprächssteuerung eines Gruppenleiters (und ggf. eines Kotherapeuten) sollen die Teilnehmer zu einer tieferen persönlichen Begegnung und zu neuer Selbsterfahrung geführt werden (leider empfiehlt Prof. Dieterich trotz aller Bedenken dennoch die Selbsterfahrungsgruppe für angehende BTS-Seelsorger - *Handbuch Psychologie & Seelsorge*, Brockhaus Verlag 4. Aufl. 1995, S.286).

Schlusswort von Viktor Frankl (Wiener Psychologe):

„Der ganze Rummel um die Selbstverwirklichung ist ein Symptom des Scheiterns. Selbstverwirklichung sucht nur derjenige, der unfähig ist, den Sinn seines Lebens in etwas anderem zu finden als in seinem Egoismus.“

09/96 Wilfried Plock, Mannheim

Quellen:

- Antholzer, Roland: *Plädoyer für eine biblische Seelsorge*, Schwengeler Verlag 1986
- Berger, Klaus: *Sigmund Freud - Vergewaltigung der Seele*, Schwengeler Verlag
- Bertelsmann: „*Lexikon der Psychologie*“, Bertelsm. Lexikon Verlag, Gütersloh 1995
- Bobgan, Dr. Martin u. D.: *Psychoheresy*, EAS Gate Publishers, Santa Barbara 1987
- Bobgan, Dr. Martin u. Deidre: *Psychotherapie oder biblische Seelsorge*, CLV 1991
- Krüger, Dr. Hartmut: *Couch oder Kreuz?*, Schwengeler Verlag 1994
- Nannen, Els: *Psychologie im biblischen Licht*, Bibel und Gemeinde, 1987/1
- Nannen, Els: *Psychologie im biblischen Licht*, Kassettenvorträge, Liebenzell 1992
- Ouweneel, Dr. Wim: *Herz und Seele, Gibt es eine christl. Psychologie?*, Dillbg. 1991