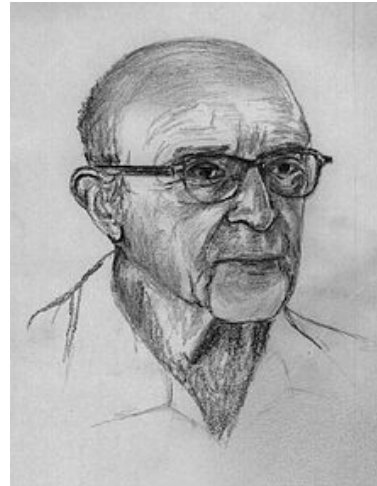


Kurzportrait des Personzentrierten Ansatzes (PCA)

Begründer: **Carl Ransom Rogers**,
1902 – 1987, viertes von sechs Kindern einer strengen, protestantischen amerikanischen Familie. Studiert zuerst Agronomie, wechselt zur Theologie und dann zu Pädagogik und Psychologie. 12 Jahre Mitarbeiter und Leiter einer Erziehungsberatungsstelle. Begleitet Soldaten, die aus dem 2. Weltkrieg zurückkehren. Ab 1940 Professor für Psychologie und Psychotherapie. Später eigenes Institut und Friedensarbeit. Forschungspionier (Plattenaufnahmen, Transkripte), bedeutender Vertreter der Humanistischen Psychologie.



Rogers nannte seine Arbeitsweise aufgrund seiner Erfahrungen in der Erziehungsberatung zuerst „nicht-direktiv“ (um 1940), ab 1950 betonte er, seine Aufmerksamkeit sei auf die Erlebenswelt der Klienten gerichtet („klienten-zentriert“). Ab 1960 erkannte er die zentrale Bedeutung der Begegnung. Zudem weitete er seine Tätigkeit auch auf Pädagogik und Friedensarbeit aus und prägte den heute meist verwendeten Begriff „**Personzentrierter Ansatz**“ (person-centered approach)

Dieser Begriff weckt wiederum Missverständnisse, denn Rogers betonte zwar die Einzigartigkeit jedes Menschen, aber eben auch sein Eingebundensein. Der PCA wurde folgerichtig theoretisch und praktisch wesentlich erweitert, insbesondere durch **Focusing (G. Gendlin)** und eine **Systemtheorie (J. Kriz)**.

Humanistische Psychologie

Die Humanistische Psychologie bildete eine Gegenbewegung zu den zwei bestehenden starken Strömungen der Tiefenpsychologie (insbesondere Psychoanalyse) und des Behaviorismus. Am Ende des Zweiten Weltkriegs wirkte das revolutionär: Sie hebt die Würde und Freiheit des Menschen hervor, sowie seine Fähigkeit, sich weiter zu entwickeln und schöpferische Kräfte zu entfalten. In der Arbeit mit Menschen betont sie:

Die **Begegnung, Beziehung**

- Klient/in und Berater/in sind gleichwertig, jedoch in verschiedenen Rollen

Das **persönliche Erleben**, die Erst-Person-Perspektive ist bedeutsam

- Klient/in ist Experte/in für sich selbst

Die **Wachstumstendenz** des Lebens

- günstige Bedingungen bringen Entwicklung und Gesundheit

Die **Gegenwart**

- Das Relevante ist hier und jetzt erfahrbar - daran kann gearbeitet werden

Was bedeutet „Personzentriert“ für die Begleitung von Menschen?

Der Personzentrierte Ansatz orientiert sich am humanistischen Menschenbild und versucht die damit verbundenen Annahmen im Denken und Handeln zu verwirklichen. Konkret heisst das:

- davon ausgehen, wie Menschen sind und welche Möglichkeiten sie haben
 - andere in ihrer **Eigenart** verstehen und sie darin unterstützen
 - **mit** dem Gegenüber Wege finden und Lösungen suchen
 - **verstehen** (statt erklären)
 - **ermöglichen** (statt machen)
- (nach Marlies Pörtner)

Die Haltungen des PCA

Rogers realisierte in seiner praktischen Tätigkeit und dank Forschungsarbeiten, dass nicht primär Techniken anderen Menschen weiterhelfen, sondern bestimmte Haltungen, die die Bezugsperson zum Ausdruck bringt. Wichtig ist, sie als eine Grundhaltung zu verstehen, bei denen verschiedene Aspekte zusammenwirken.

Echtheit, Kongruenz

= aufrichtig sich selbst sein, offen für sich und das Gegenüber, lebendig

Wertschätzung, Akzeptanz

= bedingungslose Zuwendung, Respekt, Interesse, Wärme

Einführendes Verstehen, Empathie

= teilnehmen, aktiv zuhören, absichtslos mitsuchen, sich konkret mitteilen

Wer Rogers in Videos zuschaut, bemerkt viel „handwerkliches Können“. Dass er das im Hinblick auf die Wirksamkeit seiner Arbeit für sekundär hielt, wird u.a. durch die Psychotherapie-Forschung bestätigt, die seit Jahrzehnten immer wieder die zentrale Bedeutung einer guten Beziehung hervorhebt. Das spricht m.E. aber nicht gegen hoch entwickelte Fachkompetenz: Sie schafft eben gerade Spielraum für Spontaneität und Präsenz, so auch für die Beziehungsgestaltung.

Anmerkung zu Rogers' Theorie:

Dies sind seine drei bekannten „Basisvariablen“. Als pragmatische Orientierungshilfe genügen sie. Tatsächlich aber formulierte Rogers sechs Bedingungen: 1. ein Minimum an Beziehung. 2. Der Klient, die Klientin empfindet eine gewisse innere Bereitschaft. 3., 4. und 5. siehe oben. 6. Die Kommunikation der bedingungslosen Wertschätzung und des empathischen Verstehens durch die Bezugsperson erreicht das Gegenüber wenigstens in einem minimalen Ausmass.