

Therapie auf Augenhöhe

Winfried Pohl unterstützt die kassenärztliche Anerkennung der **Humanistischen Psychotherapie**

Winfried Pohl bildet Therapeuten in den Grundlagen der Gestalttherapie, einem Verfahren der Humanistischen Psychotherapie, aus. Der 59-jährige Geschäftsführer des Tübinger Gestalt-Zentrums unterstützt die kassenärztliche Anerkennung einer Behandlung, die dem Klienten auf Augenhöhe begegnet.

TAGBLATT ANZEIGER: Was unterscheidet die Gestalttherapie von anderen Richtungen in der Psychologie?

Pohl: Die Psychoanalyse / Tiefenpsychologie sucht im Unbewussten des Menschen nach unbewältigten Konflikten. Die klassische Verhaltenstherapie sieht ihre Klienten als Black-Box, die auf Umweltreize reagiert, und entwickelt Veränderungsprogramme. Im Gegensatz zu diesen beiden Schulen betrachtet die Humanistische Psychologie den Menschen als verantwortlichen und selbstbestimmten Gestalter seines Lebens. Die daraus abgeleitete Gestalttherapie unterstützt die Menschen in ihrer persönlichen Entwicklung, sie lernen, auf einer tieferen Ebene achtsam mit ihren Bedürfnissen umzugehen, sie ernst zu nehmen und sich ihnen entsprechend zu verhalten (Symptome verschwinden dann) und so die notwendige Verantwortung für den eigenen Lebensprozess und sein Gelingen zu übernehmen.

Wie läuft so eine Therapie konkret ab?

Wir teilen die Patienten nicht in leicht depressiv oder schwer neurotisch ein. Etiketten sind für Flaschen, nicht für Menschen. Der Gestalttherapeut begegnet seinem Klienten vielmehr in einem Dialog auf Augenhöhe. Entsprechend seiner dialogischen Grundhaltung versteht er sich als partnerschaftlicher Begleiter seiner Klienten: Er tritt ihnen als persönlich erkennbarer, emotional resonanzfähiger und unabhängiger Mensch gegenüber und verschanzte sich nicht hinter der Rolle des besserwissenden Experten oder mächtigen Psycho-technikers. Er zeigt sein Mitgefühl und stellt auch seine Wahrnehmungen vom Klienten zur Verfügung, damit dieser sich selbst mehr und genauer wahrnehmen kann und mehr Be-



Winfried Pohl plädiert für eine Psychotherapie, die den Menschen auf einer tiefen Ebene heilt. Privatbild

wusstheit von dem entwickelt, was in ihm vorgeht. Meine Sitzungen sind oft sehr emotional, intensive Gefühle kommen zum Ausdruck. Es wird nicht nur geredet, sondern auch geweint und gelacht, und manchmal geht es richtig „laut und heftig“ zu.

Warum sollen die Kassen die Gestalttherapie bezahlen?

Weil sie nicht nur die Symptome einer Krankheit behandelt, sondern den Menschen auf einer tiefen Ebene heilt.

Gibt es dafür Belege?

Die Wirksamkeit der unterschiedlichen Methoden wird in der Psychotherapieforschung in Effektstärken gemessen. Dabei gilt 0,80 als ein guter Wert. Die humanistischen Verfahren schneiden im Schnitt mit 0,93 sehr gut ab. Besonders gute Ergebnisse erzielen sie bei depressiven Krankheitsbildern, Angststörungen und Posttraumatischen Belastungsstörungen sowie bei ihrer speziellen Anwendung als Paar- und Familientherapie.

Wie sieht die Ausbildung zum Gestalttherapeuten aus?

An meinem Gestaltzentrum läuft die Ausbildung über drei Jahre, in denen die Studierenden pro Jahr an sechs Wochenenden sowie im Rahmen von zwei fünftägigen Kompaktkursen geschult werden. Die Ausbildung zum Gestalttherapeuten ist nicht gesetzlich geregelt. Bisher kann sich je-

der Gestalttherapeut nennen, der ein Buch über die Humanistische Psychologie gelesen hat.

Eine Online-Petition zur Aufnahme der Humanistischen Psychotherapie in das leistungsrechtliche System der Patientenversorgung wurde nur mit knapp 13 000 Unterschriften unterstützt. Wie erklären Sie sich diese schwache Resonanz?

Die Gestalttherapie ist nicht „in“, weil es zu wenig praktizierende Vertreter dieser Richtung gibt. Das wiederum liegt u. a. daran, dass Gestalttherapeuten keine kassenärztliche Zulassung bekommen.

Fragen von Stefan Zibulla

➤ **Info:**

Die Humanistische Psychologie (mit Abraham Maslow als einer ihrer Gründerväter) etablierte sich in den 60er Jahren neben Verhaltensforschung und Psychoanalyse als die „Dritte Kraft“ der Psychologie, die ein optimistisches, potentialorientiertes Menschenbild und ein neues Verständnis von Psychotherapie entwickelte. Die wohl bedeutendsten praktischen Vertreter sind Fritz Perls, der Begründer der Gestalttherapie, und Carl Rogers, der Begründer der Gesprächstherapie / Personzentrierten Therapie.

Das Psychotherapeutengesetz aus dem Jahr 1999 schließt eine Unterstützung humanistischer Verfahren durch die Kassen aus.