

Zur Struktur dieses Buches

Um die Orientierung über die einzelnen Kapitel in diesem Buch zu erleichtern, ist in ► Abb. A1 die Humanistische Psychotherapie – und die Gliederung dieses Buches – schematisch als Baum dargestellt.

Wenn man einen Baum betrachtet, springen meist die weitverzweigten Kronen mit ihren Ästen, Blättern, Blüten und/oder Früchten ins Auge. Manche Äste sind weit ausladend und streben scheinbar auseinander. Andere sind so eng verzweigt, dass schwer zu unterscheiden ist, welche Blätter genau zu welchem Ast und Zweig gehören. Doch bei aller Bedeutsamkeit solcher Details: Wesentlich ist, dass die Äste nicht einfach irgendwie zusammen – oder gar: in der Luft – hängen, sondern klar zu *einem* Baum gehören, der wesentlich auch durch seine Wurzeln bestimmt wird. Diese Wurzeln sind oft unerwartet tiefgründig und nicht immer so offensichtlich zu erkennen, wie die Baumkrone. Aber ohne diese Wurzeln könnten wichtige Nährstoffe aus unterschiedlichen Bereichen des Bodens gar nicht zum Leben und Gedeihen des Baumes mit seinen Zweigen, Früchten und Blüten zur Verfügung stehen. Und nur die stützende Kraft starker Wurzeln ermöglicht es, dass der Baum sich oben in seiner Krone erfolgreich entfalten kann.

Es ist nicht unwichtig, in solche Betrachtungen auch die Frage über die Sicherheit und die weitere Entwicklung eines Baumes einzubeziehen. Dies gilt besonders in einer Zeit und in einer Landschaft, in der Bäumen kaum noch in ihrer Eigenart und Schönheit ein Wert beigemessen wird, sondern ihr Nutzen zunehmend unter Verwertungs- und Effizienzaspekten bewiesen werden muss. Da das »kognitive Klima« von Wertbeurteilungen stets (auch) interessengeleitet ist, gilt es, die dabei aufgestellten Kriterien nach ihrer Angemessenheit zu hinterfragen.

Diese Baum-Metapher passt in wesentlichen Punkten gut zur Humanistischen Psychotherapie (► Abb. A1): Vordergründig springen zwar die einzelnen Ansätze der HPT (Äste) mit ihren Vorgehensweisen (Blättern, Blüten und Früchten) ins Auge. Doch hängen auch diese nicht einfach »in der Luft«, sondern sind eben Äste *eines* Baumes, auch wenn einzelne aus manchen Perspektiven weiter auseinanderliegen, während andere in ihren Verzweigungen so verwoben sind, dass es müßig erscheint, genau zu verfolgen, welchem Ast denn nun genau ein einzelnes Blatt zuzuordnen ist.

Trotz der Wichtigkeit der einzelnen Ansätze der HPT mit ihrer Vielzahl von Vorgehensweisen sind diese, wie bereits im Vorwort betont, in diesem Buch nur

extrem kurz in Teil B dargestellt. Neben Platzgründen spricht dafür, dass zu jedem Ansatz der HPT gute Einzelwerke vorliegen. Sofern man vor allem an der Praxis der HPT und den konkreten Vorgehensweisen – möglichst eingebettet in Fallgeschichten – interessiert ist, sollte auf diese Werke zurückgegriffen werden (Hinweise sind bei den einzelnen Ansätzen in B1–B9 angegeben).

Der zentrale Fokus dieses Buches liegt auf den Grundlagen der Humanistischen Psychotherapie. Daher wird mit diesen auch begonnen; im umfangreiche Teil A werden nach den allgemeinen Grundlagen (A1–A3) vor allem die so wichtigen gemeinsamen konzeptionellen Wurzeln der HPT (A4–A8) dargestellt und diskutiert. Fasziniert von der »Blüten- und Blätterpracht« – ggf. gar nur an einzelnen Zweigen – wurden diese so wesentlichen Grundlagen der HPT zwar auch bislang schon implizit genutzt, aber kaum explizit dargestellt. Umso wichtiger erscheint es, diese konzeptionellen Wurzeln etwas genauer darzustellen, auch wenn dies für manchen Praktiker vielleicht etwas mühselig erscheinen mag. Es wäre ein Missverständnis, »Wurzeln« primär unter einer historischen Perspektive zu sehen. Wie bei jedem lebenden Baum sind die Wurzeln nicht nur für einen festen Stand notwendig, sondern sie liefern auch für alle aktuellen Lebensvorgänge die essenziellen Nährstoffe, ohne die die o. a. »Blüten- und Blätterpracht« an den einzelnen Zweigen nicht möglich wäre und der Baum seine Lebenskraft verlieren würde.

Dass letztlich auch den »klimatischen Bedingungen« für den Gedeih der HPT Aufmerksamkeit geschenkt werden muss, wurde bereits oben anhand der Baum-Metapher erläutert. Konkret bedeutet dies, den aufgestellten Kriterien für die Wertentscheidungen über die HPT, die in Deutschland abweichend von der gesamten restlichen Welt eine überlebensnotwendige Bedeutung erlangt haben, nachzugehen und den Wert der HPT nach internationalen Kriterien hervorzuheben. Dies erfolgt in Teil C. Dabei sind die Kapitel C1–C7 mit ihrem, umfangsbedingt, recht engen Fokus der Evidenzbewertung an den gegenwärtigen Diskursen und ihren Narrativen bezüglich der HPT ausgerichtet.

Die Struktur des Buches folgt entsprechend diesen Argumenten: In ► Abb. A1 – quasi von unten nach oben – von den Grundlagen (Teil A) über die Ansätze der HPT (Teil B) bis zur Frage einer angemessenen Evidenzbeurteilung (Teil C).