

## Verfahrens-Kurzübersicht

## Humanistische Verfahren

Zu den humanistischen Verfahren im engeren Sinne werden gezählt:

- [Gesprächspsychotherapie \(GT\)](#) (klientenzentrierte Psychotherapie)
- [Gestalttherapie \(GS\)](#)
- [Psychodrama \(PD\)](#)

und einige andere, weniger bekannte Verfahren, wie

- *Themenzentrierte Interaktion (TZI)*
- *Transaktionsanalyse (TA)*, u.a.m.

Die Gemeinsamkeit der humanistischen Verfahren liegt allerdings weniger in einer Ähnlichkeit der Vorgehensweisen als der des Menschenbildes.

*Keines* der humanistischen Verfahren gehört gegenwärtig zu den regulär über die gesetzlichen Krankenkassen finanzierten Verfahren (»Richtlinien-Verfahren«). Trotzdem kommen die Verfahren in mehr oder minder reiner Form oder als eingestreute Elemente im Rahmen der kassenfinanzierten tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie aber auch im Rahmen der kassenfinanzierten Verhaltenstherapie häufiger zum Einsatz.

Einen Sonderfall stellt dabei die Gesprächspsychotherapie dar, weil seit Jahren umfangreiche Untersuchungen vorliegen, die die Wirksamkeit dieses Verfahrens bei Personen mit psychischen Problemen und Störungen belegen. Inzwischen scheint sich diese Tatsache auch bei den Entscheidungsträgern herumgesprochen zu haben. Jedenfalls sieht es so aus, als stünde das Verfahren unmittelbar vor der Zulassung zu den regulär kassenfinanzierten Vorgehensweisen.

Die [Feministische Therapie](#) ist kein eigenständiges Verfahren sondern eher eine (humanistische) Einstellung und Sichtweise, die bei der Anwendung von anderen psychotherapeutischen (oder auch alternativen) Verfahren zum Tragen kommt

Die *Systemischen Therapien* (vielfach unter Familien- und Paartherapien subsummiert) ließen sich *in Teilen* von ihrem Ansatz her ebenfalls zu den humanistischen Therapien zählen. Es handelt sich bei den Systemischen und Familientherapien allerdings um *von ihrem Menschenbild* her recht unterschiedliche Verfahren, deren Gemeinsamkeit vor allem darin besteht, daß das Subjekt der psychotherapeutischen »Behandlung« nicht die Einzelperson ist, sondern das *soziale System*, innerhalb dessen sich die Person bewegt (die Familie, das Paar, die Gruppe etc.). Wir ordnen den entsprechenden Verfahren daher eine eigene Kategorie zu (»[Systemische -](#), [Familien-](#), [Paar-](#) und [Gruppentherapien](#)«), unter der wir auch die Gruppentherapien einordnen.

Wie im Fall der Tiefenpsychologie finden sich inzwischen Teile des Gedankenguts und der Theorie, aber auch einzelne Vorgehensweisen der humanistischen Verfahren in anderen Verfahren wieder. Besondere Bedeutung hat der humanistische Ansatz für

- die sogenannten  *kreativen Therapien* (u. a. Kunst- und Musiktherapien), die meist im Rahmen gestalttherapeutischer Ansätze eingesetzt werden
- bestimmte [körperorientierte](#) Therapien, z. B. die Integrative Bewegungstherapie (IBT), die

eng verwandt ist mit bestimmten Richtungen der Gestalttherapie

**AutorIn:** *Heiko Deters (2002)*, **Text:** *V\_HU~*, **Fassung vom:** *30.10.02*