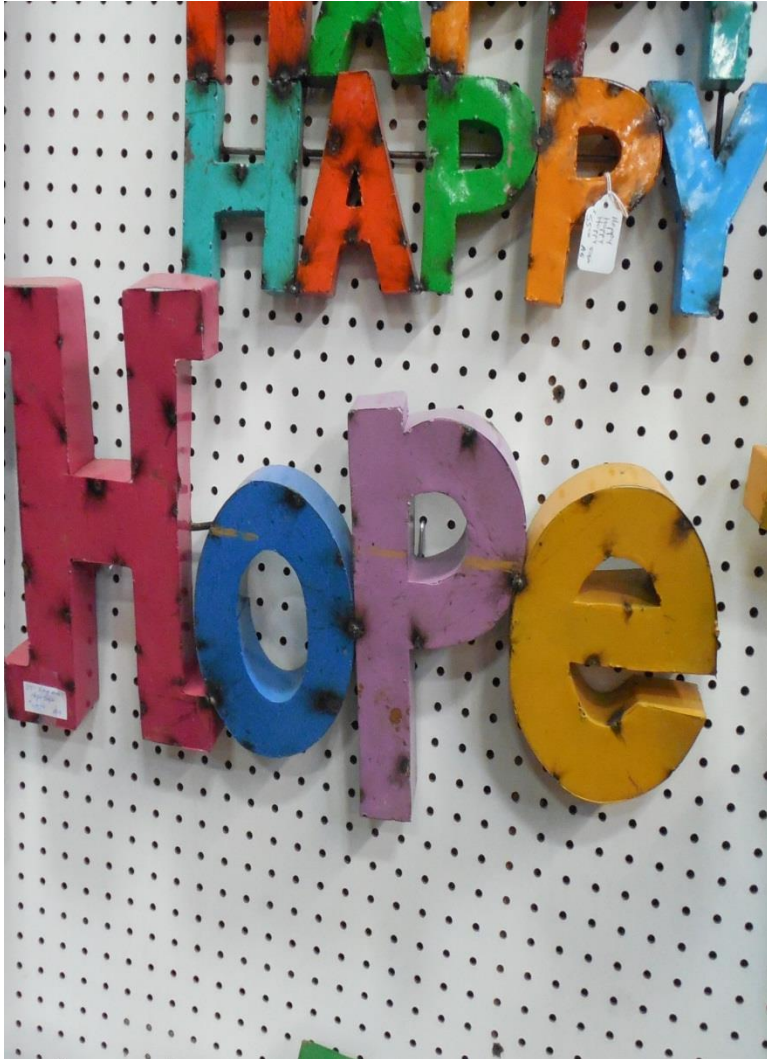


# Psychotherapeutisch orientierte Förderung der Persönlichkeit

Franz Sedlak



Nicht Pragmatismus und Nihilismus können den Menschen in seiner Personalität erfassen, sondern nur eine Auffassung, die die schöpferische Gestaltungsfähigkeit und Kreativität des einzelnen, seine Erlebnis-, Phantasiefähigkeit und Rezeptivität, aber auch seine Widerstandsfähigkeit und Fähigkeit zur Aufrechterhaltung der inneren Würde trotz misslicher Umstände (Krankheit, Verlust..) ernst nimmt.

Eine besonders wichtige Erziehungs- und Bildungsaufgabe ist die **Förderung der Persönlichkeit**. Das Plädoyer der **existentiellen Psychotherapien** gilt dem Ziel, Freiheit, Verantwortung und Personwürde lebbar zu machen. Der Mensch soll seine besonderen Fähigkeiten frei, aber auch verantwortlich und in Übereinstimmung mit seinem Gewissen und mit den Anforderungen von außen realisieren lernen.

**Die autogene Psychotherapie** zielt darauf ab, **zwischen Unterbelastung und Überbelastung, zwischen Erschlaffung und Verkrampfung eine Balance herzustellen, die ihr Pendant in einer seelischen Ausgewogenheit findet: Mit positiver Einstellung zum eigenen Körper das individuell optimale innere Gleichgewicht erreichen.**

**Die systemischen Psychotherapien intendieren ökologische Integriertheit**, das meint, dass jeder sich den Ort sucht, an dem er sich optimal entfalten kann und zugleich mit allen anderen in möglichst vielseitiger Verbindung verbleibt. Sowohl die undifferenzierte Vermischung als auch die überdifferenzierte Aufsplitterung wären Verfehlungen einer integrativen Förderung.

**Die Verhaltenstherapie strebt die Förderung strategischer Kompetenz an.** Zwischen dem einzelnen und seiner Umwelt kommt es zu vielfachen Austauschprozessen. Deshalb ist es notwendig, dass auch ein strategisches Training stattfindet, sich selbst zu behaupten, positive Leistungen auch selbst zu verstärken, ein für die verschiedenen Anforderungen ausreichendes Differenzierungsvermögen zu entwickeln. Es geht darum, Handlungs- und Problemlösungsstrategien zu entwickeln.

**Die humanistischen Psychotherapien betonen die Förderung der Synergiefähigkeit**, dem Einzelnen zu helfen, in einem positiven Lernklima, in einer wachstumsförderlichen Atmosphäre **Empathie sich selbst und anderen gegenüber** zu entwickeln, zu einer **Identität** zu finden, in **Kongruenz** mit sich selbst auch nach außen hin echt und unfassadenhaft auftreten zu können. Wo es zu einer Förderung der Rezeptivität nach außen, aber auch nach innen kommt, können Assimilations- und Akkommodationsprozesse in einer Ausgewogenheit gefördert werden, sodass es zu einem Zusammenwirken mit anderen Personen, aber auch der verschiedenen Selbstanteile kommen kann. Ziel ist ein einfühlsamer, wertschätzender, echter Umgang mit sich und anderen.

**Die individualpsychologische Psychotherapie intendiert u.a. die Förderung der Kompensationsfähigkeit.** Der Mensch hat die Fähigkeit, Mängel auszugleichen bzw. durch andere Fähigkeiten wettzumachen und einen konstruktiven **Lebensstil** zu entwickeln. Solidarität, Gemeinschaftsgefühl, die Balance zwischen Ich und Du und Wir sind Förderanliegen.

**Die imaginativen Methoden setzen die Fantasie ein und engagieren sich für die Förderung der eigenen Ressourcen.**

Dies alles ist nur als beispielhaft und als Auswahl aus vielen Förderimpulsen und dazu gehörenden psychotherapeutischen Methoden zu verstehen. Fazit: Es gibt für die Erziehung und Bildung Förderziele, die man aus psychotherapeutischen Schulen ableiten kann. Davon profitiert die Pädagogik. Es gibt aber Phasen in der Psychotherapie, wo es um den Aufbau neuer Fähigkeiten geht, hier profitiert die Psychotherapie von der Pädagogik!