

# Personzentriert – aber wie? ...

## Eine Einführung in den Personzentrierten Ansatz

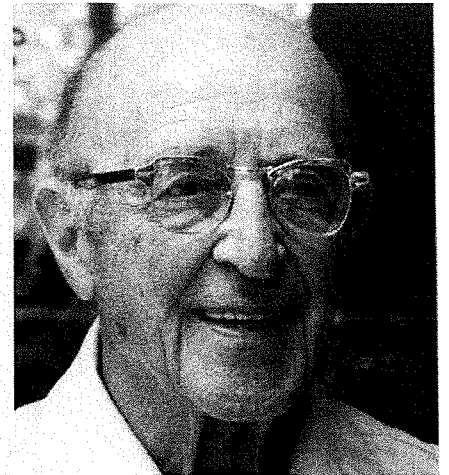
Theorie und Praxis der wissenschaftlichen "Gesprächspsychotherapie", auch als Personzentrierte Psychotherapie bekannt, werden immer mehr in die sozialrechtlich anerkannten Psychotherapieverfahren (Richtlinien-therapie) integriert. Sie ist Bestandteil der Approbationsprüfung.

Der Personzentrierte Ansatz ist vom humanistischen Weltbild geprägt. Darin geht man von der Einzigartigkeit des Individuums und von einer organismischen Tendenz zu wachsen und sich zu entwickeln aus.

In langjährigen detaillierten Beobachtungen und dem Abhören unzähliger Tonbandaufnahmen von Beratungs- und Therapiesitzungen haben Rogers und die Forschungsgruppe um ihn herum (im Besonderen E.T. Gendlin) wesentliche Erkenntnisse über Therapieprozesse gewonnen. Bereits in den vierziger Jahren legte er seine Persönlichkeits- und Entwicklungstheorie vor. Darin sind konkrete Vorstellungen darüber, was Therapierende wie formulieren können, um das individuelle Wachstum anzuregen und Veränderungen zu ermöglichen. Die therapeutische Haltung und Grundprinzipien hat er in 6 Bedingungen in seiner Veränderungstheorie festgelegt (darin die sog. Kernvariablen Empathie, Echtheit und bedingungslose positive Wertschätzung). „Person“ stellt das Kernkonzept des Ansatzes dar (C.R. Rogers: „from person to person“, „from I to you“) und macht die therapeutische Beziehung zu der wichtigsten psychotherapeutischen Variable. Seine Konzepte von Organismus, Selbstkonzept, Wertbedingungen, Gewährwerden,... werden im Personzentrierten Ansatz durch Gendlins Konzepte („from I to Me“) theoretisch und praktisch modifiziert und durch das Prozesshafte des Experiencing wesentlich erweitert. Das innere Erleben (Experience) wird weit gefasst und enthält alles, was in einem Augenblick in einem Menschen vor sich geht und spürbar werden kann.

Das Therapeutenverhalten und die therapeutische Haltung können in langjährigen Weiterbildungen erlernt werden. Personzentriert zeichnet sich durch eine Vielfalt von lebendigen Verfahren aus.

An diesem Tag lernen Sie die theoretischen Grundzüge des Personzentrierten-Experienziellen Ansatzes kennen und erfahren die Grundelemente der Gesprächsführung in praktischen Übungen.



Carl Rogers

### Auf einen Blick

#### Ziel des Kurses

Der Kurs ist eine erste Einführung in den Personzentrierten Ansatz. Nähere Informationen über „Gesprächspsychotherapie“ und Focusing finden Sie auf der Webseite [focusing.saarland](http://focusing.saarland).

#### Größe des Kurses

Die Zahl der Teilnehmenden ist auf zwölf begrenzt.

#### Kurszeiten

07.02.2026

Sa: 10-11:30; 11:45-13:30; 13:45-16:00

#### Kosten

90€; Bildungsanerkannt  
50% Rabatt für Studierende und Auszubildende

#### Kursleitung

Dipl.-Psych. Sylvia Hübschen. Sie ist Gründerin und Leiterin des Focusing Zentrums Saarland ([focusing.saarland](http://focusing.saarland)), Institut für Personzentrierte und Experienzielle Beratung und Psychotherapie