

# DAS HUMANISTISCHE MENSCHENBILD



*Unser Menschenbild prägt unsere Begegnungen mit anderen Menschen – das ist die Ausgangsthese dieses Coachingbriefes. Denn Menschenbilder bestimmen unser zwischenmenschliches Handeln, ob bewusst oder unbewusst: unser Menschenbild ist ein Autopilot für unsere Haltung.*

## **EIN MENSCHENBILD BESTIMMT UNSERE INNERE HALTUNG:**

wie wir Menschen begegnen, welche Werte wir vertreten, wofür wir einstehen – nicht nur in Beratung und Coaching. Das humanistische Menschenbild gründet dabei auf einer grundsätzlichen innerlichen Bejahung des Gegenübers. Es ist ein Menschenbild, „das den Menschen als Person versteht und ihm daher anerkennend begegnet, statt ihn – ihn zu erkennen suchend – zu objektivieren“ (Peter F. Schmid).

## **„ALLES WAS WIR DENKEN, IST IN EINEM ATEMZUG ENTHALTEN“**

Eine innere Haltung steuert nicht nur unser Handeln, sondern zeugt auch von innerer Stärke. Denn eine Haltung gibt Halt und unterscheidet sie daher auch von einer bloßen Einstellung. Von einer Einstellung kann man reden: wie ist die Stellung zu etwas oder jemandem, welche Meinung hat man sich gebildet. Doch eine Haltung zeigt sich auch darin, bestimmte Einstellungen abzulehnen und wohlmöglich entschieden zu bekämpfen. Denn eine Einstellung kann ausgrenzen – eine Haltung ist mit den Werten des „Wir“ vereinbar; d.h., sie darf anderen nicht schaden, darf nicht dogmatisch sein.

### ***Haltung unterscheidet das Verstehen vom Akzeptieren.***

Ich kann eine Person in ihrem entgegengesetzten Denken und Handeln verstehen und kann es trotzdem als nicht akzeptabel empfinden. Ich kann verstehen, dass die Kollegin die Aufgabe aus Bequemlichkeit wieder abgelehnt hat, muss es aber nicht akzeptieren.

### ***Haltung trennt die Sache von der Person.***

Eine Haltung zeigt sich im Tun. Es ist eine Grundorientierung, die sich gerade in kritischen Situationen erkennen lässt. Denn gerade dann, wenn nicht auf kognitive Erklärungsmuster, auf gedanklich Umwege, die richtig oder falsch filtern, zurückgegriffen werden kann, dann wird Haltung sichtbar – und somit zeigt sich Haltung besonders in kritischen Situationen. Dann zeigen sich

- Handlungen die authentisch sind,
- Reaktionsweisen einer Person, die ihr Halt geben,
- eigene Werte die häufig mit Einsatz verteidigt werden.

## HALTUNG STATT TECHNIK

Das humanistische Menschenbild setzt damit auch voraus, dass eine wertschätzend-empathische Haltung verinnerlicht werden möchte, ggf. als eigenes Prozessziel – da sie nicht unvermittelt angeschaltet werden kann.

Das gilt gerade für stressbehaftete Situationen, in denen die Kontrolle des Bewusstseins vermindert ist und kognitiv „vorgenommenes“ kaum umgesetzt werden kann – dann reagieren Menschen intuitiv auf die eine oder andere individuelle Art und Weise.

Dies entspricht den Forschungen der Neurowissenschaften (z.B.: Hüther, Roth, Damásio): je mehr Daten verarbeitet werden müssen oder je weniger diese in den neuronalen Strukturen verankert sind, desto mehr entspringen Handlungsmuster dem Unbewussten, da die „Steuerungszentrale“, unser Großhirn, überfordert ist. Dieses „impliziten Gedächtnis“ (Roth) ist nicht dem Bewusstsein zugänglich, aber bestimmt über (sprachliche) Handlungen das Verhalten einer Person.

***Wie eine Person zu einer anderen Person steht, welche Haltung gegenüber einem Menschen eingenommen wird, zeigt sich in Beziehungen.***

## DIE HUMANISTISCHE „PERSON“

Doch was macht das humanistische Menschenbild aus? Liest man die Ausführungen über den Humanismus quer, dann gehören dazu sechs, oft gegensätzliche Aspekte, die gleichzeitig unauflösbar miteinander verwoben sind:

- Selbstständigkeit wie Selbstbestimmung
- Erfahrung und Begegnung
- Beziehungsoffenheit wie Beziehungsangewiesenheit
- Autonomie und Solidarität
- Souveränität und Engagement
- Ich und Wir

Wenn also eine humanistische Haltung verinnerlicht ist, bedeutet dies in der Folge die Abkehr von einem Coachingvorgehen, indem der Coach sich als „Experte“ für Probleme der Klienten sieht.

Und aus diesen Gründen ist es das Denken überholt, dass Coachs als Fachleute dafür gerufen werden, um zu erfahren wie man in Beruf und im Privatem „richtig“ agiert. Denn: wie kann jemand eine Fachkraft für etwas sein, was doch individuell von jemand anderem ausgefüllt werden muss? Daher sollten Coachs Experten darin sein, nicht in diese Expertenrolle hinein gedrängt zu werden und dafür Experten sein eine solche Expertenrolle selbst vermeiden zu können – und das individuelle, *aktuell relevante* Innere mit der Person finden können. Denn Coachs sollten dafür ausgebildet worden sein

- in einen Dialog eintreten zu können,
- der Person als Person begegnen zu können und
- sich nicht dazu verführen zu lassen, sich als Experte für die Anliegen eines anderen zu fühlen.

Das beinhaltet auch, aufmerksam dafür zu sein, weder von den eigenen Machtansprüchen noch von der subtil fordernden Hilfsbedürftigkeit des Anderen, verführt zu werden.

Und dazu braucht es eine tiefgründige Ausbildung, die entsprechende Selbsterfahrungseinheiten involviert. Denn eigenen Bedürfnisse, eigene Hilflosigkeit oder krisenhafte Situationen verführen nur allzu schnell dazu, sich hinter der Rolle des wissenden Experten zu verstecken.

## EINE HALTUNG IST ETWAS ECHTES

Eine humanistische, personzentrierte Haltung setzt jedoch voraus, in eine dialogische Begegnung eintreten zu wollen und zu können.

Mit diesen Fragen können Sie Ihre (humanistische) Haltung überprüfen:

1. Wie konsequent zeige ich Haltung? Wodurch?
2. Wie stabil ist meine Haltung in kritischen Situationen? Welche Kompromisse gehe ich ein? Unter welchen Bedingungen?
3. Wie kompatibel ist meine Haltung mit einem konstruktiven Miteinander? Wie gradlinig und ehrlich anderen gegenüber?
4. Wie anpassungsfähig bin ich mit meiner Haltung? Kann ich „Verstehen“ von „Akzeptieren“ unterscheiden?
5. Wie selbstreflexiv bin ich in meinem Denken, Fühlen, Handeln? Kann ich einen „roten Haltungsfaden“ erkennen, der sich durch meine jüngere Biografie zieht?

## Und doch kann es schwer, ja fast unmöglich sein, eine Haltung „durchzuhalten“.

Es ist die Herausforderung der Wirklichkeitsbezogenheit: Sie mögen einen von Verständnis geprägten Umgang mit Ihrer Kollegin pflegen. Doch wenn Ihr Verständnis immer wieder für eigennützige Dinge ausgenutzt wird, dann müssten Sie mal auf klare Ansagen und Grenzen setzen (was sich übrigens auch nicht ausschließen muss). Wer seine eigene Haltung ernst nimmt, sollte immer mal wieder darum kämpfen. Und das erfordert eben immer wieder neue Auseinandersetzungen mit der Realität.

Eine Haltung zu haben, bedeutet damit auch etwas Echtes zu haben – es kann keine Imitation von etwas oder jemandem sein.

Haltung involviert einen bestimmten inneren Stil, der sich im Miteinander bewähren will und der Selbstreflexion offen und vertrauensvoll gegenübersteht. Welchen Begegnungsstil haben Sie?

*Sie haben Fragen oder Anmerkungen zum Artikel?  
Senden Sie uns eine Mail an: [Christiane Hellwig, info@dacb.de](mailto:christiane.hellwig@dacb.de)*