

**(Wieder-)Erlangung der ursprünglichen, menschlichen Da-Seins Kraft der
Empathie: Wie und wodurch kann dies gelingen?**

*Welche Voraussetzungen müssen in einer Gesellschaft vorliegen, um ein
kooperatives, empathisches Miteinander entwickeln zu können?*

Zusammenfassung

Zunächst werden in dieser Arbeit einige Definitionen von Empathie dargestellt, wobei auf substantielle Unterschiede zu anderen psychotherapeutischen Schulen eingegangen wird. Im Anschluss folgt eine tiefergehende Auseinandersetzung von empathischem Verstehen aus personenzentrierter Sicht, die in der Beschreibung der 6 notwendigen und hinreichenden Bedingungen für konstruktive Persönlichkeitsveränderung (Rogers 1957a) münden. Im Speziellen soll hier auf den personenzentrierten Blickwinkel zur Theorie der Persönlichkeitsentwicklung bzw. der personenzentrierten Entwicklungstheorie, sowie der kindlichen Entwicklung der Empathiefähigkeit detaillierter eingegangen werden.

Dabei wird deutlich, dass der Schlüssel zur Beantwortung der Fragen in den sog. Rogers Variablen liegt: Kongruenz, bedingungsfreie positive Beachtung und empathisches Verstehen. Auf Basis dieses Wissens wird versucht, die Bedeutung und Auswirkungen der sog. Rogers' Variablen, die sie für menschliche Beziehungen haben, aus biographischen Erfahrungen und anhand von Praxisbeispielen zu veranschaulichen. Abschließend werden Überlegungen zu konkreten Vorschlägen dargestellt, die bei praktischer Umsetzung zu einem gesellschaftlichen Wandel beitragen könnten.

Schlüsselwörter

Nicht an Bedingungen geknüpfte Wertschätzung, Kongruenz, Empathie, Empathieentwicklung, Präsenz, Gesellschaft, prosoziales Handeln, soziale Veränderung und gesellschaftliche Heilung, Humanismus

Re-gaining the primal human power of empathy: How can this „way of being (with)“ succeed?

Which prerequisites are required for developing cooperative, empathetic, "person-centered" relationships in a society?

Abstract

First of all, this article starts with definitions of empathy regarding substantial differences between the concepts of empathy as defined by Rogers versus psychoanalytic therapy or cognitive/behavioral therapy. Followed by a serious discussion of empathic understanding from a person-centered point of view, leading to the description of Rogers' six necessary and sufficient conditions of therapeutic change of personality (1957a).

In particular, I will elaborate on the person-centred view regarding the theory of personality development and the person-centered theory of development, as well as the development of empathy in infants.

The thesis will illustrate that the key to answer these questions lies in Rogers' variables: congruence, unconditional positive regard and empathic understanding. Based on that, I will demonstrate the significance and consequence of the person-centered approach on human relationships, from personal experience as well as using concrete examples from my practice.

I will conclude with considerations and suggestions that could help to further this societal change.

Keywords

Unconditional Positive Regard, Congruence, Empathy, development of empathy, child-development in PCA, presence, Society, prosocial motivation, social change, upheaval and healing, humanism