

Kapitel 25 – Rogers

Die personenzentrierte Theorie

Die Persönlichkeitstheorie von Carl Ransom Rogers ist das Ergebnis seiner jahrzehntelangen therapeutischen Arbeit. Aus seiner Therapiemethode und einer Lehre vom Prozess der Veränderung des menschlichen Verhaltens, hat er eine Theorie der Persönlichkeit entwickelt.

Die Tendenz zur Aktualisierung

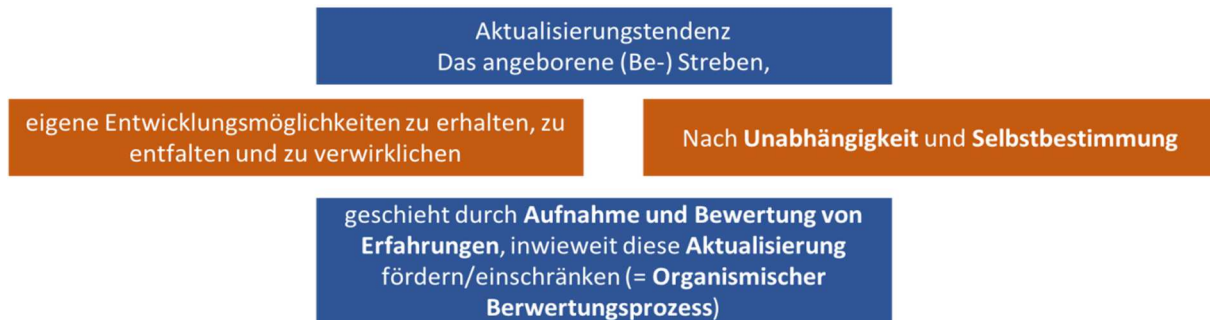
Der Mensch besitzt nach Rogers wie jeder Organismus eine Tendenz zur Entwicklung all seiner Möglichkeiten im Sinne der Erhaltung und Entfaltung seiner selbst. Dies bezeichnet er als Aktualisierungstendenz oder Tendenz zur Selbstverwirklichung. Neben Hunger, Durst, u.a., hat der Mensch das Grundbedürfnis, des Strebens nach Unabhängigkeit, Selbstbestimmung und Ausschöpfung seiner Möglichkeiten.

⇒ *Aktualisierungstendenz bezeichnet das grundlegende Motiv menschlichen Verhaltens und ist das angeborene und beständige Bestreben des Menschen sine Entwicklungsmöglichkeiten zu erhalten, zu entfalten und zu verwirklichen, sowie Unabhängigkeit und Selbstbestimmung zu erlangen.*

Die Tendenz zur Aktualisierung ist das grundlegende Motiv für das Tätigwerden des Menschen. Der Begriff Organismus ist jedoch nicht rein biologisch zu verstehen. Organismisches Erleben bezeichnet nach Rogers all das, was sich innerhalb eines Organismus in einem bestimmten Augenblick abspielt und was potentiell der Wahrnehmung zugänglich ist. Es ist die Verkörperung bzw. „Umsetzung“ der Aktualisierungstendenz.

Das Streben nach Aktualisierung geschieht in der Auseinandersetzung mit Erfahrungen und Erlebnissen, die ein Mensch macht. Dies nennt man organismischen Bewertungsprozess. Dabei bewertet ein Individuum diese Erfahrungen ständig, inwieweit sie der Selbstverwirklichung dienen. Erfahrungen, die eine Aktualisierung ermöglichen, werden positiv bewertet und angestrebt; Erfahrungen, die die Selbstverwirklichung behindern, werden negativ bewertet und vermieden.

⇒ *Organismischer Bewertungsprozess ist der Prozess des Organismus, Erfahrungen aufzunehmen und dahingehend zu bewerten, inwieweit sie das Streben nach Selbstverwirklichung fördern, bzw. einschränken.*



Der Organismus stellt nach Rogers eine mehr oder weniger verdeckte Ebene des Erfahrens und Wertens dar.

Das Selbstkonzept

Wesentlich für die Aktualisierung eines Menschen ist die Entwicklung eines Selbst. Der für die Entwicklung eines Selbstkonzeptes bzw. Selbst zuständige Teil der Aktualisierungstendenz ist die Selbstaktualisierung (sowas wie ein Subsystem).

Viele Erfahrungen, die ein Mensch macht (besonders als Kind) betreffen ihn selbst. Diese Erfahrungen verdichten sich mit der Zeit zum Selbst/Selbstkonzept einer Person und bilden so ein wertendes Bild. Es ist also die subjektive Einschätzung der eigenen Person in verschiedenen Bereichen, die nicht mit der Wirklichkeit übereinstimmen muss.

⇒ *Das Selbstkonzept stellt die, durch Erfahrung zustande gekommene Gesamtheit aller Wahrnehmungen, Meinungen, Urteilsbildungen und Bewertungen des Individuums über sich selbst und seine Umwelt dar.*

Rogers verwendet Selbst und Selbstkonzept deckungsgleich; Selbstkonzept bezeichnet den Vorgang vom Individuum aus gesehen, Selbststruktur bezeichnet den Vorgang von außen.

Das Selbstkonzept besteht aus einem Realselbst (das tatsächliche Bild, das eine Person von sich hat; Bewusstsein über das, was er ist und was er kann; wird auch Selbstbild genannt) und dem Idealselbst (wie der Mensch gerne seine möchte oder andere ihn gerne hätten; auch Selbstideal genannt).

Menschen versuchen die Diskrepanz zwischen Realselbst und Idealselbst möglichst gering zu halten. Sind Ideal- und Realselbst weitgehend stimmig, so erlebt die Person diesen Zustand positiv (angenehm, entspannt, ausgeglichen, ...). Sind sie jedoch nicht stimmig, so erlebt die Person innere Spannungen, Unruhe oder Unausgeglichenheit, was über Zeit zu psychischen Problemen und Störungen führen kann.

Die Entstehung des Selbstkonzeptes

Das Selbstkonzept entsteht in erster Linie durch Erfahrungen mit der eigenen und über die eigene Person. Diese sind:

- **Forderungen der Bezugsperson(-en)**
Um Zuwendung und Bestätigung zu erhalten übernimmt das Kind Forderungen seiner Umwelt (z.B. seiner Eltern) und verinnerlicht so diese Forderungen in seinem Selbstkonzept
- **Positive bzw. negative Rückmeldungen**
Nach Tausch & Tausch prägen insbesondere Rückmeldungen erhält die Sichtweise, die eine Person von sich selbst hat.
- **Beziehungsbotschaften**
Botschaften, die etwas über die Beziehung zwischen Kind und Erzieher aussagen und aus denen hervorgeht, was dieser von ihnen hält, beeinflussen das Selbst.
- **Zuschreibungen**
Wertende Behauptungen über Menschen (meist negativ) bei denen es um Eigenschaften oder Verhaltensweisen geht, prägen grundlegend das Selbstkonzept.
- **Bewertungsbedingungen**
Menschen lernen, dass sie nur geachtet, gemocht und respektiert werden, wenn sie sich auf eine ganz bestimmte Art und Weise verhalten. Ein Kind, dass sich nur unter bestimmten Bedingungen angenommen fühlt, nimmt Wertmaßstäbe anderer Personen auf, die es erfüllen muss, um Wertschätzung zu erhalten.
⇒ *Bewertungsbedingungen sind Wertmaßstäbe anderer Personen, die ein Mensch erfüllen muss, um die Zuneigung und Wertschätzung dieser zu erhalten.*
Hat ein Mensch Wertmaßstäbe einmal verinnerlicht, kann er sich nur positiv sehen, wenn er sich im Sinne der Bewertungsbedingungen verhält. Erfüllt er diese nicht, so erlebt er sich selbst als ablehnenswert. Um sich Anerkennung und Zuwendung zu sichern werden eigene Gefühle und Bedürfnisse verleugnet, womit der Mensch nicht mehr er selbst ist (Ausgangspunkt für psychische Störungen).

Selbstkonzept und Selbstachtung

So wie die Bezugspersonen das Kind sehen und achten, so wird es sich auch selbst sehen und achten. Dabei spielt die positive Beachtung/Wertschätzung des Erziehers eine entscheidende Rolle, Wertschätzung als Grundhaltung des Erziehers gegenüber dem Educand ist für die Selbstachtung und seelische Entwicklung des Kindes notwendig.

⇒ *Wertschätzung ist eine gefühlsmäßige Grundhaltung gegenüber einer anderen Person, die sich in Achtung, Anerkennung und Wohlwollen zeigt und sich in Zugewandtheit, Interesse, Aufmerksamkeit und Freundlichkeit ausdrückt.*

Erlebt ein Kind nicht wirklich anerkannt und geschätzt zu sein, schafft dies eine tiefgreifende Verunsicherung und einen Mangel an Vertrauen zu sich selbst und seiner Umwelt.

⇒ *Selbstachtung ist die gefühlsmäßig wertende Einstellung einer Person zu sich selbst und die Wertschätzung, die eine Person für sich selbst empfindet.*

Menschen mit einem starken Selbst haben eine hohe Meinung von sich, glauben über wichtige Fähigkeiten zu verfügen, sind sich ihres Wertes sicher und fühlen sich dem Leben gewachsen. Ein starkes Selbst ist eine wichtige Voraussetzung für Lebenszufriedenheit, Gesundheit und Erfolg.

Selbstachtung hängt eng mit dem Selbstkonzept zusammen. Eine überwiegend hohe Selbstachtung führt in der Regel zu einem flexiblen Selbstkonzept, Menschen sind in der Lage Erfahrungen zu akzeptieren und in ihr Selbstkonzept zu integrieren/es anzupassen.

Eine geringe Selbstachtung führt zu einem starren Selbstkonzept, welches keine neuen Erfahrungen integrieren kann und diese abwehren muss.

Die Grenze zwischen flexiblen und starrem Selbstkonzept und ihr Zusammenhang zur Beachtung ist fließend.

Die (Nicht-)Stimmigkeit mit sich selbst

Der Mensch besitzt 2 Ebenen des Wertens, den Organismus und das Selbstkonzept. Das organismische Bewerten ist das eigentlich zielsichere, zu sich selbst führende; im Gegensatz dazu bewertet das Selbstkonzept nach verinnerlichten Sichtweisen und Vorstellungen von außen.

Die Beziehung zwischen Aktualisierung und Selbstkonzept

Je nach Erfahrungen mit der eigenen und über die eigene Person, können die Wertungen des organismischen Erlebens und des Selbstkonzeptes übereinstimmen. Die personenzentrierte Theorie bezeichnet diesen Zustand als Kongruenz.

⇒ *Kongruenz bezeichnet die Übereinstimmung des Selbstkonzeptes mit dem organismischen Erleben einer Person.*

Bei einer Kongruenz steht das, was eine Person in sich selbst erfährt und auch bewusst so sieht mit dem, wie sich sieht und sein möchte in Einklang.

Durch Kongruenz kann der Mensch seinem „wahren Selbst“ entsprechen, was nach Rogers eine gesunde Entwicklung bewirkt.

Oft stehen organismisches Erleben und Selbstkonzept jedoch zueinander in Widerspruch: verinnerlichte Sichtweisen und Vorstellungen stimmen nicht mit der Selbstverwirklichung überein. Dabei arbeiten Aktualisierungstendenz und Selbstaktualisierung gegeneinander. Dieser Zustand ist durch Spannung und innere Verwirrung gekennzeichnet (=psychische Fehlanpassung). Diese Diskrepanz wird als inkongruent bezeichnet. Das Bild von sich selbst stimmt nicht mit dem überein, was die Person in sich selbst erfährt.

⇒ *Inkongruenz bezeichnet die Nichtübereinstimmung des Selbstkonzeptes mit dem organismischen Erleben einer Person.*

Durch die Unvereinbarkeit von organismischem Erleben und Selbstkonzept kann der Mensch nicht seinem „wahren Selbst“ entsprechen, es wird verdrängt. Dies setzt einen Prozess der Selbstentfremdung in Gang, wird die Inkongruenz dadurch aufrechterhalten, dass sich das Selbstkonzept gegen neue Erfahrungen wehrt (=starres Selbstkonzept). Dies ist ein Ausgangspunkt für psychische Störungen.

Es gibt 2 Arten von Diskrepanzen, die auch bedingt auftreten können: die eine zwischen Selbstkonzept und organismischem Erleben und die andere zwischen Idealselbst und Realselbst.

Die Bewältigung von Erfahrungen

Der Schlüsselpunkt für eine gesunde Entwicklung ist das Selbstkonzept. Es muss sich der Aktualisierungstendenz anpassen und Erfahrungen integrieren.

Menschen mit einem flexiblen Selbstkonzept können Erfahrungen akzeptieren und in ihr Selbstkonzept integrieren, auch wenn diese von ihrem bisherigen Selbstkonzept abweichen. So ist es möglich einen kongruenten Zustand aufrecht zu erhalten.

Personen, die ein starres Selbstkonzept haben und dieses neuen Erfahrungen nicht anpassen können sind außer Stande Unstimmigkeiten zwischen Erfahrungen und Selbstkonzept zu überwinden und somit den inkongruenten Zustand zu beseitigen. Jede Erfahrung, die ihr Selbstkonzept in Frage stellt, wird als bedrohlich wahrgenommen. Um das bestehende Selbst zu schützen und aufrechtzuerhalten, werden bedrohlich erlebte Erfahrungen abgewehrt.

⇒ *Abwehr im Sinne der personenzentrierten Theorie stellt eine Reaktion auf Erfahrungen dar, die im Widerspruch zum Selbstkonzept stehen und als bedrohlich empfunden werden.*

Rogers kennt 2 wesentliche Abwehrreaktionen: Die Verleugnung und die Verzerrung. Bei der Verleugnung wird die Existenz einer Erfahrung völlig verneint. Bei der Verzerrung wird Erfahrung zwar wahrgenommen, ihre Bedeutung aber so verändert, dass sie mit dem Selbstkonzept wieder übereinstimmt.

⇒ *Verleugnung ist in der personenzentrierten Theorie eine Abwehrreaktion, die bedrohliche Erfahrungen und so vom Bewusstsein ausschließt.*

⇒ *Verzerrung ist einer Abwehrreaktion, bei der die Bedeutung der Erfahrung so verändert und entstellt wird, dass sie mit dem Selbstkonzept wieder übereinstimmt.*

Beide Abwehrreaktionen schützen das beschädigte Selbstkonzept und die Selbstachtung einer Person; die vermeintliche Bedrohung muss nicht mehr wahrgenommen werden. Auf Dauer führt Abwehr jedoch zur Verfälschung der Realität, sodass eine realitätsangepasste Bewältigung des eigenen Lebens unmöglich ist.

Die Entstehung psychischer Fehlentwicklungen

Personen mit starrem Selbstkonzept, können den inkongruenten Zustand nicht beseitigen. Aus der andauernden Unvereinbarkeit ergeben sich innerpsychische Spannungen, die das Individuum als quälend erlebt.

Über ein oder mehrere Symptome (Anzeichen einer Störung) kann die Bewältigung des Konfliktes/Nichtwahrnehmung der Inkongruenz erreicht werden, was den Schutz des Selbstkonzeptes gewährleistet. Das Individuum versucht die Inkongruenz zu verleugnen, da diese beängstigend ist.

Voraussetzung ist in der Regel eine aktuelle Erfahrung/Ereignis, welches die Inkongruenz gegenwärtig werden lässt. Daher ist es unmöglich die Inkongruenz dauerhaft nicht wahrzunehmen.

Eine psychische Störung entsteht im Sinne der personenzentrierten Theorie in einem **Zusammenspiel von bestehender Inkongruenz, welche aufgrund eines starren Selbstkonzeptes nicht aufgelöst werden kann und in einer aktuellen Erfahrung/Lebensereignis**. Dies führt zu einem inneren Konflikt, welcher sich in einer Störung/Krankheit äußert. Wie in der Psychoanalyse (aber anders als im Behaviorismus) liegt in der personenzentrierten Theorie einem Symptom grundsätzlich ein innerer Konflikt zugrunde.

Die Bedeutung der personenzentrierten Theorie für die Erziehung

Rogers hat anders als die Behavioristen keine bestimmten „Techniken“ des Erziehverhaltens entworfen, sondern großen Wert auf die Grundhaltung des Erziehers gelegt, die das Kind nicht zu sehr in seiner Selbstverwirklichung einschränkt und es seinem Wesen gemäß handeln lässt. Nur dann entwickelt es sich zu einem positiven, sozialen und vertrauenswürdigen Wesen.

Bedingungslose Wertschätzung

Da nach Rogers die Natur des Menschen „gut“ ist, sollte man sie in der Form fördern, dass der Educand sich selbst finden/er selbst werden kann. Die Rolle der Erziehung hat also als eine Art Resonanzboden zu fungieren, auf welchem sich das Kind selbst entwickeln kann. Dabei betont Rogers die (bedingungslose) Wertschätzung, die notwendig ist, damit sich das Kind seelisch gesund entwickeln und selbst achten kann.

⇒ *Bedingungslose Wertschätzung besteht darin, dass Achtung, Anerkennung und Wohlwollen nicht mit Bedingungen verknüpft oder davon abhängig gemacht werden.*

Ein Kind, das erfährt, dass er als Person bedingungslos angenommen wird, kann die in ihm angelegten Entwicklungsmöglichkeiten entfalten und so immer wieder neue Erfahrungen machen. Wenn nötig kann es sich den neuen Erfahrungen flexibel anpassen und sein Selbstkonzept verändern, es ist in der Lage sich an der eigenen seelischen Realität und nicht vorgegebenen Wertmaßstäben zu orientieren.

Förderliche Haltungen in der Erziehung

Nach Tausch & Tausch hängt die Wertschätzung eng mit dem Verstehen und der Echtheit zusammen.

⇒ *Verstehen bedeutet das Einfühlen in die innere Welt des anderen, die Wahrnehmung und vorstellungsmäßige Vergegenwärtigung der subjektiven Welt eines anderen Individuums.*

⇒ *Echtheit ist eine erzieherische Grundhaltung, bei der der Erzieher dem zu Erziehenden gegenüber aufrichtig ist und sein Verhalten mit seinen Einstellungen übereinstimmt.*

Des Weiteren sind fördernde nicht dirigierende Einzeltätigkeiten erforderlich (Aktivitäten, die **Wertschätzung**, **Verstehen** und **Echtheit** entsprechen, z.B. Anregungen geben).

Zugleich gibt der Erzieher dem Educand Möglichkeiten zum Experimentieren und Ausprobieren, er gewährt Freiräume und fördert die Selbstbestimmung, er respektiert die Wünsche und Bedürfnisse des Kindes und geht (soweit möglich) darauf ein. Wenn notwendig setzt er jedoch klare und überschaubare Grenzen und begründet seine Anweisungen.

Aus der personenzentrierten Theorie geht auch die **Trennung von Person und Sache** hervor, die Erziehung hat sich an der „Sache“ zu orientieren. Zum einen sollten Erziehungsmaßnahmen wie Lob, Belohnung und Strafe daher nicht auf die Person, sondern auf das Verhalten des Educanden gerichtet werden. Zum anderen sollte der Erzieher bestimmte Verhaltensweisen, die der Educand zeigt, nicht auf sich selbst beziehen.

Diese Trennung von Person und Sache bedeutet, dass man „ja“ zum Kind sagt. Auch wenn es anders reagiert als man möchte oder ein Konflikt eine harmonische Beziehung im Moment stört.

Die klientenzentrierte Psychotherapie

Rogers erprobte in seiner Tätigkeit als klinischer Psychologe neue therapeutische Techniken, die er später zur klientenzentrierten Psychotherapie zusammenfasste. Sie ist auch unter dem Namen Gesprächs(psycho)therapie (GT) bekannt.

Das Ziel therapeutischen Vorgehens

Die Grundannahme ist, dass der Mensch nach Erhaltung, Entfaltung von Verwirklichung seiner Entwicklungsmöglichkeiten, sowie nach Unabhängigkeit und Selbstbestimmung. Das Ziel ist die **Aufhebung der Erstarrung der Aktualisierungstendenz**, damit der Mensch sich wieder entfalten und seine Autonomie wiedererlangen kann. Dies geschieht in der Regel durch die Auflösung des inkongruenten Zustandes des Klienten.

Der Erfolg einer Therapie ist dabei nicht von bestimmten Techniken abhängig, sondern von der Kommunikation und der deutlich spürbaren Haltung des Therapeuten. Es kommt beim Klienten zu Veränderungen, wenn der Therapeut bedingungslose **Wertschätzung**, **Verstehen** und **Echtheit** zeigt.

Verfahren im klientenzentrierten Konzept

Im klientenzentrierten Konzept werden 2 verschiedene Verfahren angewendet um zu belastenden Problemen des Klienten vorzudringen. Diese sind das **aktive Zuhören** und die **Selbstexploration**.

Das aktive Zuhören

Man spricht von aktivem Zuhören, wenn der Therapeut sich am Gespräch beteiligt ohne es jedoch an sich zu reißen. Eine solche Möglichkeit ist das Paraphrasieren: Der Therapeut wiederholt die Aussage des Klienten mit eigenen Worten. Der Klient gewinnt so den Eindruck, dass er verstanden wird, was ihn ermutigt, weitere Gedanken und Gefühle auszudrücken.

⇒ *Paraphrasieren bedeutet die Wiederholung der Aussage(n) des Klienten durch den Psychotherapeuten mit seinen eigenen Worten.*

Eine andere Möglichkeit ist das Verbalisieren. Dabei werden Gefühle, die der Klient nur indirekt ausdrückt vom Therapeuten direkt angesprochen. Dem Sender wird gezeigt, welche Gefühle man an ihm wahrnimmt; er fühlt sich besser verstanden und akzeptiert.

⇒ *Verbalisieren bedeutet das Widerspiegeln der persönlich-emotionalen Erlebnisswelt des Gesprächspartners.*

Selbstexploration

Durch eine akzeptierende Haltung gegenüber dem Klienten unterstützt der Therapeut, dass dieser über sich spricht und wesentliche Einsichten gewinnt. Er ermutigt ihn, von dem zu sprechen, was ihn bedrückt, macht jedoch deutlich, dass er keine Lösung hat, ihm aber bei der Suche nach einer eigenen Lösung helfen wird. Stellt der Klient Fragen, gibt der Therapeut sie zurück.

⇒ *Selbstexploration bedeutet die fortschreitende Selbstwahrnehmung eigener Möglichkeiten und Verhaltensweisen.*

Kritische Würdigung der personenzentrierten Theorie

Die personenzentrierte Theorie wendet sich gegen Psychoanalyse und Behaviorismus und damit gegen eine eher mechanistische Vorstellung vom Menschen, die nicht die aktive Selbststeuerung des Menschen berücksichtigt, die ihn aus der passiven Haltung gegenüber der Umwelt herausführt in die aktive Auseinandersetzung mit ihr. Die Therapiemethode kam vor der Theorie.

Das Menschenbild der personenzentrierten Theorie

Rogers geht davon aus, dass *der Mensch im Kern gut ist* und eine gesunde und selbstbestimmte Persönlichkeit entwickeln will. Wird er nicht zu sehr eingeschränkt und kann seinem Wesen gemäß handeln, entwickelt er sich zu einem positiven, sozialen Wesen.

Da der Mensch „gut“ ist, muss man ihn so fördern, dass er sich selbst finden, er selbst werden kann, so wird er gesund, glücklich und ausgeglichen. Unterdrückt man das „Gute“ jedoch, so wird der Mensch psychisch krank. Die positiven Wachstumspotentiale müssen durch die Beziehung unterstützt und dürfen nicht verschüttet werden.

Allerdings sieht Rogers auch irrationale und zerstörerische Kräfte im Menschen, er geht jedoch davon aus, dass der Mensch bei entsprechendem Klima dazu neigt, sich positiv zu entwickeln, während Erziehung ohne Achtung und bedingungslose Wertschätzung, den Menschen destruktiv werden lässt.

Die personenzentrierte Theorie hat (anders als Psychoanalyse & Behaviorismus) ein optimistisches Menschenbild: Der Mensch ist von Natur aus gesund und besitzt Selbstheilungskräfte, die es ihm ermöglichen ungünstige Lebensbedingungen zu kompensieren.

Der Mensch wird als eine Ganzheit gesehen: Menschliches Erleben und Verhalten ist ziel- und sinnorientiert, alle Erlebens- und Verhaltensweisen, alle Aktivitäten sind auf ein Ziel ausgerichtet und sinnvoll.

Das Verhalten des Individuums ist zielgerichtet, es ist der Versuch seine gegenwertigen Bedürfnisse zu befriedigen.

Die Bewertung der personenzentrierten Theorie

Diese Theorie kann menschliches Erleben und Verhalten nur begrenzt erklären/beschreiben. Auch ist sie beschränkt auf emotionale und motivationale Prozesse. Motorische und kognitive Prozesse, wie z.B. Wahrnehmung, Denken, ... sind weitestgehend ausgeschlossen. Auch lassen sich nicht alle Fehlentwicklungen auf eine Diskrepanz von Aktualisierung und Selbstaktualisierung – also von biologischen Bedürfnissen und sozialen Forderungen – zurückführen.

Rogers geht fälschlicher Weise davon aus, dass der Mensch seine Lebensbedingungen und Umwelt komplett selbst gestaltet und bewusst über die Möglichkeiten seines Handelns entscheidet. Dabei ist das Individuum keineswegs für seine Lebensgeschichte im Ganzen verantwortlich, gesellschaftliche Prozesse werden vernachlässigt und haben keine eigenständige Bedeutung.

Sehr umstritten ist die Annahme, der Mensch sei in seinem Kern „gut“ und es gäbe gesunde Kräfte in der menschlichen Persönlichkeit, die das natürliche Streben nach Wachstum und Selbstverwirklichung ausmachen. Kritiker werfen Rogers „Unwissenschaftlichkeit“ vor, da viele Aussagen nicht erschöpfend wissenschaftlich nachgewiesen und überprüft sind, sie bleiben Vermutungen. Dazu gehört auch die Annahme, der Mensch besitze eine angeborene Aktualisierungstendenz, die den Menschen in eine konstruktive Richtung bewege.

Zweifelhaft ist auch die Behauptung, dass Verhalten durch einen organismischen Bewertungsprozess reguliert werde. Rogers Theorie ist oft mehr auf sein psychologisches oder sogar religiöses Menschenbild zurückzuführen.

Hauptkritikpunkt ist die unklare Definition und der schwierige Nutzen der zentralen Begriffe (z.B. Selbstaktualisierung, Selbst und Selbstkonzept, Kongruenz oder Inkongruenz, Erfahrung oder Organismus). Begriffe werden unüblich, mehrdeutig und uneinheitlich verwendet und sind deshalb leicht missverständlich.