

Besprechung Psychotherapeut, eingereicht 2009

HAND, I. (2008). *Strategisch-systemische Aspekte der Verhaltenstherapie*. Wien New York: Springer.

Der Wissenschaftliche Beirat Psychotherapie hatte in seiner vergangenen Sitzungsperiode zum zweiten Mal die Aufgabe, die „Wissenschaftlichkeit“ der systemischen Therapie zu bewerten. Rückblickend ist es richtig schade, dass der Autor dieses Buches nicht am Tische saß. Iver Hand stellt in sehr lebendiger Art und Weise seine langjährigen Erfahrungen als Mit-Gestalter der deutschsprachigen Verhaltenstherapie vor. Frühe Auslandsaufenthalte in London und Montreal sorgten für seine internationale Einbettung und Offenheit seiner theoretischen und klinischen Entwicklung als Psychiater und Psychotherapeut. Das Motto, das er diesem historisch-autobiographischen Text voranstellt, lässt manches ahnen: „Nicht geschehene Taten lösen oft einen katastrophalen Mangel an Folgen aus“. Woran hat der Autor wohl gedacht? An den eigenständigen Lehrstuhl, der ihm als Einzelgänger in der deutschen Psychiatrie versagt blieb? Der Text jedenfalls gibt dazu vielfältige Antworten. Bedeutsam erscheint mir - als psychoanalytisch informierten Referenten - besonders, dass I. Hand eine klare Absage an die Eindimensionalität störungs-spezifischer, möglichst manualisierter Therapien gibt. (Be-)Handlungstrategie – so betont er im Prolog - sei erfahrungsabgeleitet, pragmatisch und ohne Theorieanspruch. Sie beinhalte eine kausal und funktional orientierte Hierarchisierung von Symptom-, Störungs – und Problembereichen auf der Basis eines biographisch abgeleiteten, individuellen Entwicklungsmodells, unter Einbeziehung der aktuellen bio-psycho-sozialen Einflussfaktoren“ (S.VII).

Seine Darstellung der „Geschichte der Verhaltenstherapie“ (Kap. 2) ist mehr als lesenswert für Psychotherapeuten jedweder Provenienz. Sie skizziert – knapp und doch informativ – die rasant zu nennende Entwicklungsdynamik in drei Wellen, deren dritte als „neanalytisch beeinflusste Wiederentdeckung prägender Gefühle und Beziehungen“ mich besonders berührt. Er unterstreicht die Hinwendung zu Themen wie „Übertragung, therapeutische Beziehung, Achtsamkeit, Akzeptanz und Dialektik“ (S. 14). Dabei spielt der in der BRD wenig beachtete Psychiater Sullivan, dem M. Conci unlängst eine umfangreiche Biographie widmete¹, eine besondere Rolle. Zwei neo-psychoanalytische Therapien würden gerade für die deutsche Verhaltenstherapie wieder entdeckt werden, die „Schema-Therapie“ von Young und das „Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy“ von McCullough. Darüber hinaus lenkt Hand unsere Aufmerksamkeit auf eine Vielzahl von „hybriden Verfahren“, die in Zukunft genügend Diskussionsbedarf abgeben, über ihre Einordnung in das bestehende Ordnungssystem der Richtlinien-Psychotherapie nachzudenken. Ist alles (noch) Verhaltenstherapie oder ist diese Ordnung obsolet geworden? (Kächele u. Strauß 2008²). Möglicherweise ist es sinnvoll, alles was gut und evidenz-basiert ist unter die Kategorie „Evidence-Based Psychotherapy (Goodheart u. Kazdin 2006³) zu fassen. Das hatten wir doch auch von Klaus Grawes Ausführungen zur Allgemeinen Psychotherapie schon gehört⁴.

¹ CONCI, M. (2005). *Sullivan neu entdecken. Leben und Werk Harry Stack Sullivans und seine Bedeutung für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychoanalyse*. Giessen: Psychosozial-Verlag.

² KÄCHELE, H. & STRAUß, B. (2008). Brauchen wir Richtlinien oder Leitlinien für psychotherapeutische Behandlungen? *Psychotherapeut*, 53: 408-413.

³ GOODHEART, C. D. & KAZDIN, A. E. (2006). *Evidence-based psychotherapy. Where practice and research meet*. Washington, DC: American Psychological Association.

⁴ GRAWE, K. (1995). Grundriss einer Allgemeinen Psychotherapie. *Psychotherapeut*, 40:130-145.

Autobiografische Skizzen aus I. Hands „Learning by Doing“ ermöglichen es den professionellen Weg des Verfassers nachzuvollziehen (Kap. 3). Die beiden folgenden Kapitel, die den Hauptteil des Buches ausmachen, sind der Darstellung der „multimodalen, strategisch-systemischen Verhaltenstherapie gewidmet.

Schulübergreifend besteht nach Hand seit längerem Übereinstimmung darüber, dass Wesen, Aufbau und Nutzung der therapeutischen Beziehung fundamental sind. Auch in der Verhaltenstherapie können gestörte Interaktionsmuster des Patienten aus früheren prägenden Erfahrungen in der therapeutischen Beziehung modifiziert werden (S. 51). Auch dort geht es nicht nur um ein verbessertes Krankheits- oder Störungs- sondern auch um ein erweitertes Selbst-Verständnis. Die Ermutigung neue Schritte zu wagen, um neue Erfahrungen zu machen, ist ebenfalls geteilte Überzeugung aller Psychotherapien; in den Mitteln zur Erreichung dieses Zwischenziels unterscheiden sich die Psychotherapien dann mehr oder weniger. Aus diesen inhaltlichen Zielsetzungen ergeben sich dann wünschenswerte Ergebnisse wie eine vergrößerte Risikobereitschaft zum Handeln, vergrößerte Entscheidungsfreiheit und Handlungskompetenz, eine vermehrte Selbsthilfe-Kompetenz, u.a. mehr. Im Sinne von Jerome Franks lange zurückliegender Botschaft⁵ heißt das, auf dem Boden der therapeutischen Beziehung wird ein für Patient und Therapeut Zeitgeist-entsprechendes, überzeugendes Erklärungs- und Behandlungsrationale eingeführt, dessen Umsetzung dann nach einem klaren Ritual erfolgt.

⁵ FRANK, J. D. (1981). *Die Heiler: Wirkungsweisen psychotherapeutischer Beeinflussung. Vom Schamanismus bis zu den modernen Therapien*. Stuttgart: Klett-Cotta.

Die Umsetzung des Handschen Therapie-Programmes wird in sehr lebendigen Fallskizzen verdeutlicht, die das Buch für klinisch Tätige sehr lesenswert machen. Die kritische Reflexion der Fallkonzeptualisierungen im Kontext gängiger Richtlinienpraxis macht den praktischen Gewinn dieses Buches aus.

Horst Kächele (Ulm)