

Peter Schulthess

Rezension von: Hauser, R., Heidelberg, R., Weyermann, R., Helbling, J., Goodbread J., Hörtreiter, S. & Apel, C. (2022). Prozessorientierte Psychotherapie



Psychotherapie-Wissenschaft

12. Jahrgang, Nr. 2, 2022, Seite 102–103

DOI: 10.30820/1664-9583-2022-2-102

Psychosozial-Verlag

Impressum

Psychotherapie-Wissenschaft
ISSN 1664-9583 (Print-Version)
ISSN 1664-9591 (digitale Version)
12. Jahrgang Heft 2/2022
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-2>
info@psychotherapie-wissenschaft.info
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Herausgeber

Schweizer Charta für Psychotherapie in der Assoziation
Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten
Geschäftsstelle ASP
Riedtlistr. 8
CH-8006 Zürich
Tel. +41 43 268 93 00
www.psychotherapie.ch

Redaktion

Mara Foppoli, Lugano
Lea-Sophie Richter, Zürich
Mario Schlegel, Zürich
Peter Schulthess, Zürich

Hinweise für AutorInnen befinden
sich auf der Homepage der Zeitschrift:
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG
Walltorstr. 10
D-35390 Gießen
+49 6421 96 99 78 26
info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Abo-Verwaltung

Psychosozial-Verlag
bestellung@psychosozial-verlag.de

Bezugsgebühren

Jahresabonnement 44,90 € (zzgl. Versand)
Einzelheft 24,90 € (zzgl. Versand)
Studierende erhalten gegen Nachweis 25 % Rabatt.
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern
nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Ende des Bezugs-
zeitraums erfolgt.
ASP-Mitglieder wenden sich wegen des Abonnements bitte
direkt an die ASP.

Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag:
anzeigen@psychosozial-verlag.de
Es gelten die Preise der auf www.psychosozial-verlag.de
einsehbaren Mediadaten.
ASP-Mitglieder wenden sich bitte direkt an
die ASP-Geschäftsstelle: asp@psychotherapie.ch

Digitale Version

Die Zeitschrift Psychotherapie-Wissenschaft ist auch online
einsehbar: www.psychotherapie-wissenschaft.info



Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der Creative Commons
Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz lizenziert.
Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte
Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle
Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter:
creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de

Depressionsstudie, die belegen konnte, dass in erfolgreich verlaufenden Psychotherapien von depressiven Menschen deren Träume mit der Zeit positiver wurden, mehr helfende Personen auftauchten und das Ich aktiver und initiativer wurde. Probleme konnten eher gelöst werden.

Daran schliesst das Kapitel der Methodik der Strukturalen Traumanalyse an, die Roesler ausführlich beschreibt, an der er selbst mitarbeitet und Kolleg:innen dafür sucht. Träume werden dabei strukturalistisch betrachtet und besonderes Gewicht wird auf die Aktivität des Traum-Ichs gelegt, das schliesslich mit dem Verlauf der Analyse verglichen wird, um eine Veränderung der Probleme, Themen und insbesondere der Ich-Stärke der Patient:innen zu untersuchen. Roesler zeigt die Methodik an einem Fallbeispiel ausführlich auf. Er setzt sich sehr dafür ein, dass Träume von jungianischen Therapien ebenfalls empirisch untersucht werden, wobei man ihn nur unterstützen kann.

Zusammenfassend zeigt Roesler auf, dass die psychoanalytische Haltung, Träumen Bedeutung zuzumessen, empirisch bestätigt wurde. Träume hängen mit dem Wachleben der Träumenden und deren emotionalen Anliegen und Problemen zusammen. Auch Jungs Annahme, dass im Schlaf das Unbewusste über mehr Informationen und Verknüpfungskapazitäten als im Wachleben verfügt und deshalb mehr Lösungsvorschläge aufzeigen kann, wurde empirisch bestätigt. Die wichtigsten Funktionen des Träumens sind die Entwicklung, Aufrechterhaltung und Reintegration der Psyche. Jungs These der Kompensationsfunktion des Traumes konnte nicht bestätigt werden, Roesler schlägt als Kompromissformel die Bewusstseinsweiterungsfunktion des Traumes vor.

Ein Thema des Buches war mir neu und weckte mein Interesse. In einem Ausblick weist Roesler darauf hin, dass unter Traumforscher:innen die Frage diskutiert werde, inwiefern sich das Ich des Traumes vom Ich des Wachzustandes überhaupt unterscheidet und was dies über das subjektive Selbst aussagt. Möglicherweise unterscheiden sich die beiden nicht so sehr. In diesem Zusammenhang verweist Roesler auf das Bewusstseinsnetz, das sogenannte *Default Mode Network* (DMN; Ruhezustandsnetzwerk), dessen Aktivitäten einsetzen, wenn keine zielgerichtete Aufmerksamkeit nötig ist und unsere Gedanken zu wandern beginnen. Anscheinend sind wir etwa 30–50 % des Wachzustandes in ein solches *mind wandering* oder Tagträumen versunken (Windt, 2015). Das DMN scheint auch bei Träumen zuständig zu sein. Das sei ein neues Forschungsgebiet, über das noch nicht viel bekannt sei.

Kurzum: Der Traum bleibt etwas Rätselhaftes und Geheimnisvolles, so Roesler im Schlusssatz, dem man nur zustimmen kann.

Isabelle Meier

Literatur

- Bohleber, W. (2012). Neue Befunde zum Traum und seiner Deutung. *Psyche*, 66(9–10), 769–775.
 Windt, J.M. (2015). *Dreaming*. Cambridge: MIT Press.

**Hauser, R., Heidelberg, R., Weyermann, R., Helbling, J., Goodbread J., Hörtreiter, S. & Apel, C. (2022). *Prozessorientierte Psychotherapie. Einführung in Theorie, Methoden und Praxis*. Gießen: Psychosozial-Verlag
 ISBN: 978-3-8379-3153-2
 280 S., 52.90 CHF, 36.90 EUR**

Psychotherapie-Wissenschaft 12 (2) 2022 102–103
www.psychotherapie-wissenschaft.info
 CC BY-NC-ND
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-2-102>

Die AutorInnengruppe um Reini Hauser stellt in diesem Buch die Prozessorientierte Psychotherapie anschaulich und kompakt dar und gibt eine fundierte Einführung in diesen Psychotherapieansatz, der unter der Verantwortung der ASP in Zusammenarbeit mit dem Institut für Prozessarbeit, Zürich, gelehrt wird und vom Bund akkreditiert ist.

Es ist den AutorInnen gelungen, eine gut zu lesende Darstellung der Metatheorien, des schulenspezifischen Theoriemodells und der Praxeologie zu vermitteln. Die Prozessorientierte Psychotherapie hat ihre Wurzeln in der Analytischen Psychologie C. G. Jungs, hat ihren Ansatz aber durch Bezugnahme auf anderen Metatheorien neu verortet und zählt sich heute zu Recht zu den humanistisch-experienziellen Therapieformen. Dies wird in den beiden Kapiteln «Metatheorien» und «Theoriemodell» überzeugend dargelegt. Eine besondere Bedeutung kommt der Phänomenologie und Leiblichkeit, der Bindungs- und der Kommunikationstheorie zu. Das Theoriemodell ist ein integratives und fokussiert auf die Struktur und Dynamik von Prozessen, wie auch auf ein Wahrnehmungsmodell, das sich auf die Kommunikationstheorie und die Bedeutung von (auch sensorischen) Signalen stützt.

Im Kapitel «Praxeologie» werden anschaulich die besonderen «Werkzeuge» bzw. Vorgehensweisen dieses Therapieansatzes vorgestellt. Das Arbeitsmodell der Prozessorientierten Psychotherapie wird beschrieben, ebenso Veränderungsprozesse in Sitzungen, wie TherapeutInnen Prozessen folgen und diese führen. Die Gestaltung der therapeutischen Beziehung wird als Grundlage des therapeutischen Handelns reflektiert und betont. Der Einfluss der Bindungstheorie auf das therapeutische Handeln wird erörtert. Die theoretischen Ausführungen sind mit anschaulichen Praxisbeispielen illustriert.

Einen besonderen Schatz stellt das Kapitel «Methodenspezifischer Umgang mit Störungsbildern» dar. Besprochen werden depressive Störungen, Angst- und Panikstörungen, somatische Belastungsstörungen, Abhängigkeitsstörungen, die Borderline-Persönlichkeitsstörung und Psychosen. Diese Abschnitte führen anhand der ICD- oder der DSM-Kriterien in das Störungsbild ein, schildern Ansätze anderer Therapierichtungen zum Umgang damit und fokussieren schliesslich auf das methodenspezifische Vorgehen in der Prozessorientierten Psychotherapie. Anschauliche Vignetten aus Therapiegesprächen illustrieren das Vorgehen.

Ein eigenes Kapitel ist der Gruppentherapie gewidmet, die ein wichtiges und wirksames Setting für die Prozess-

orientierte Psychotherapie darstellt. Beide Kapitel sind durch Bezüge zur Psychotherapieforschung (allgemein und schulenspezifisch) gut unterlegt.

Im Kapitel «Wirksamkeit» werden Forschungsbelege zur Wirksamkeit der humanistisch-experienziellen Ansätze angeführt, aber auch schulenspezifische Forschungsergebnisse, wie etwa diejenigen der PAP-S (Praxisstudie Ambulante Psychotherapie Schweiz), in der der Prozessorientierten Psychotherapie eine hohe Wirksamkeit bescheinigt wird.

Im letzten Kapitel wird die Forschungstradition innerhalb des Instituts und der Weiterbildung beschrieben und auch die internationale Beziehung zu Forschungsverbänden dargelegt. Zum Schluss wird auch über die Grenzen der Anwendbarkeit des Ansatzes reflektiert. Es folgen Literaturangaben, Abbildungen und Tabellen, Fallbeispiele und ein Glossar. Im Anhang werden einige Dokumente zur Praxeologie, Übungen, Gruppentherapie und Forschung beigelegt.

Das Buch gibt eine fundierte Einführung und ist zugleich ein wertvolles Lehrbuch. Es ist auch für TherapeutInnen anderer Richtungen mit einem Interesse an vergleichender Psychotherapie gut lesbar und gibt Anregungen auch für die eigene Arbeit. Gewöhnungsbedürftig und den Lesefluss etwas störend ist die gewählte Genderschreibweise mit Doppelpunkt. Verantwortlich dafür sind wohl weniger die AutorInnen als der Verlag.

Erschreckend ist der aktuelle Buchhandelspreis in der Schweiz. Eine so hohe Differenz zum Europreis ist stossend, insbesondere da der Euro heute gar weniger Wert hat als der Franken. Da kann man nur empfehlen, das Buch in Deutschland zu kaufen und den Schweizer Buchhandel zu umgehen. Die Schrift ist auch als E-Book erhältlich, zu einem deutlich günstigeren Schweizer Preis.

Peter Schulthess

Meier, I. & Roth, G. (2022).
Depression. Verstehen und Behandeln aus Sicht der Analytischen Psychologie
Stuttgart: Kohlhammer
ISBN: 978-3-17-041472-3
170 S., 51.90 CHF, 35.00 EUR

Psychotherapie-Wissenschaft 12 (2) 2022 103–104

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-2-103>

Isabelle Meier und Gerold Roth legen ein Buch vor, das, wie Verena Kast in ihrem Geleitwort schreibt, erstmals zeigt, wie das Störungsbild der Depression in der aktuellen Jungianischen Psychotherapie verstanden und wie damit gearbeitet wird. Anstoss zu diesem Buch gaben Diskussionen in den Wissenschaftskolloquien der Schweizer Charta für Psychotherapie im ASP (Assoziation Schweizer PsychotherapeutInnen) über die Manualisierung spezifischer Störungsbilder. Das Buch ist kein eigentliches Manual mit Handlungsanweisungen, sondern ein Leitfaden, der therapeutische Handlungsräume eröffnet. Es war eine Herausforderung für den Jung'schen Ansatz, den Begriff der Manualisierung nicht einfach als «unjungianisch» abzulehnen, sondern sich der Aufgabe zu stellen, herauszuarbeiten, wie auch in der Analytischen Psychologie in der Behandlung von depressiven Störungen durchaus ein beschreibbares Therapiekonzept vorliegt, dem die JungianerInnen in der therapeutischen Praxis folgen.

Das Buch gliedert sich in die Kapitel «Therapiemodell», «Diagnostik», «Störungstheorien», «Behandlung», «Techniken und Methoden», «Besondere Probleme» und «Wirkfaktoren und Forschungsstand».

Psychosozial-Verlag



Reini Hauser, Reiner Heidelberg, Ruth Weyermann,
Josef Helbling, Joe Goodbread, Sylvia Hörtreiter, Claudia Apel

Prozessorientierte Psychotherapie **Einführung in Theorie, Methoden und Praxis**

277 Seiten • Broschur • € 36,90 / CHF 49,90

ISBN 978-3-8379-3153-2

Prozessorientierte Psychotherapie nach Arnold Mindell verbindet Analytische Psychologie und Systemdenken mit erfahrungsorientierter Praxis. Als humanistisch-experienzieller Ansatz werden mit wahrnehmungsbasierten Methoden die Potenziale in den Störungen selbst entfaltet – hin zur Erfahrung von Kohärenz und Sinnhaftigkeit. Die Autor*innen geben einen umfassenden Einblick in Theorie, Methode und Praxis der Prozessorientierten Psychotherapie. Eine Darstellung des Forschungsstandes zu Wirksamkeit und Therapieerfolg sowie Übungen für einen Transfer von der Theorie in die Praxis runden das Buch ab.

Walltorstr. 10 • 35390 Gießen • Tel. 0641-969978-18 • Fax 0641-969978-19
bestellung@psychosozial-verlag.de • www.psychosozial-verlag.de