

## Buchbesprechungen

**Schneider, E.: Wer bestimmt, was hilft?** Über die neue Zahlengläubigkeit in der Therapieforschung. Eine Streitschrift. 184 S. Junfermann, Paderborn, 1996. Brosch. DM 34,80, sFr 32,50, öS 254,-.

Man hätte sich gewünscht, daß das Buch von Eberhard Schneider noch früher herausgekommen wäre. Es hilft in hervorragender Weise Berufsanfängern und Praktikern der Psychotherapie, sich in dem unübersichtlichen Feld der aktuellen Wirksamkeitsdiskussion von Psychotherapie zurecht zu finden. Der Autor, hauptberuflich selbst Praktiker, stellt in leicht verständlicher Form das schwierige Sujet vor. Seine Sprache ist flüssig und mit Metaphern angereichert, was das Lesen angenehm macht.

Die Geduld des Lesers wird am Anfang etwas auf die Probe gestellt, wenn der Autor die Evaluationskonzepte und das Empirieverständnis so verschiedener Schulenbegründer wie S. Freud, C. Rogers, E. Berne und anderer umreißt. Der Autor führt in die alte Denkweise ein, daß es eine bestimmte Psychotherapieschule sein müsse, die am wirksamsten sei. Diese Hoffnung hat sich als Illusion erwiesen. Er zitiert Forschungen, die belegen, daß fast alle PsychotherapeutInnen eklektisch arbeiten, d.h. Ideen aus mehreren Therapieschulen verwenden.

Im Folgenden bekommt man einen Überblick über den aktuellen Stand der Diskussion in Deutschland, besonders die Auffassungen der Berner Arbeitsgruppe um Klaus Grawe. Von hier aus kann man sich im Folgenden gut in die erfrischende Polemik des Autors eindenken. Er kritisiert zielgenau und kenntnisreich die Überbewertung der kontrollierenden Vergleichsstudien als „Universal-Maßstab“ der Psychotherapieforschung und die damit einhergehende massive Abwertung bewährter Psychotherapiemethoden. Folgerichtig lehnt der Autor auch die Grawe'sche Idee einer schulentranszendierenden „Allgemeinen Psychotherapie“ ab. Auf den folgenden Seiten lernen wir die Unterschiede zwischen wissenschaftlichem Experimentieren (z.B. Kontrollgruppenuntersuchungen mit Studenten) und konkreter psychotherapeutischer Praxis kennen, in deren Rahmen sich das Kontrollgruppen-Design in den allermeisten Fällen schon allein aus ethischen Gründen verbietet. Ja, das Modell von kontrollierten Studien läßt sich vielleicht in Nichtraucher-Trainingskursen sinnvoll anwenden, nicht aber bei den meist komplexen Lebensproblemen, die in der Psychotherapie zur Sprache kommen. Ein solches reduktionistisches Wissenschaftsmodell schränkt die kreativen Elemente der psychotherapeutischen Praxis derart ein, daß die Wirksamkeit stark verloren geht.

Es ist erfreulich, daß der Autor nicht verschweigt, daß sich eine ganze Reihe von Psychotherapieschulen den Fragen von

Forschung und Evaluation der eigenen Arbeit gegenüber bislang ablehnend verhielten, sich aber – angesichts der veränderten gesellschaftlichen Wirklichkeit – in die Pflicht genommen sehen. Es geht also – und da stimme ich dem Autor sehr zu – nicht um die Verteufelung wissenschaftlicher Forschung, sondern um das konkrete „Wie“.

Sehr interessant liest sich im Weiteren die Darstellung der Arbeiten von Donald Schön (MIT) und Martin P. Seligman, die die Komplexität psychotherapeutischer Praxis belegt haben. Seligman hat 1995 die Unwirksamkeitsannahme („inertness assumption“) für Therapieformen, die bislang nicht kontrollierten Wirksamkeitsstudien unterzogen wurden, frontal angegriffen und widerlegt. Gerade diese Unwirksamkeitsannahme bildet jedoch das zentrale Element des Psychotherapiegutachtens von 1991, das Grawe wesentlich mitverantwortet und das Grundlage für die Diskussion um das neue Psychotherapeutengesetz ist. Eine auf diesem Denkansatz beruhende „Hitliste der Psychotherapien“ – so erinnert uns der Autor – kolportierte der STERN 1993 und verbreitete damit erhebliche Verunsicherung unter den PsychotherapeutInnen.

Das Buch macht Mut, sich mit der Evaluation der eigenen Praxis zu beschäftigen und dem Trend in der aktuellen Wirksamkeitsdiskussion eigene Positionen entgegenzusetzen. Für PsychotherapeutInnen, die sich mit der Legitimationskrise infolge des Psychotherapiegutachtens, der STERN-Kolportage sowie der Diskussion um das Psychotherapiegesetz informieren und auseinandersetzen wollen, stellt das Buch eine wertvolle Hilfe dar.

*Henning Streppel, Pirmasens*

**Dickhaut, H. H.: Selbstmord bei Kindern und Jugendlichen.** Ein Handbuch für helfende Berufe und Eltern. 217 S. Beltz, Weinheim, 1995. Geb. DM 36,-, sFr 33,-, öS 263,-.

*Erster Eindruck:* Übersichtliches Handbuch, nicht schwierig zu lesen, ansprechendes Layout.

Was ist los mit unseren Kindern?  
Was ist los mit der Jugend?  
Was ist los mit den Eltern?  
Was ist los mit der Schule?  
Was ist los mit der Gesellschaft?  
Was ist los mit Gott?

Der Autor, Neuropsychologe, Psychotherapeut, Lehrtherapeut und Leiter von Balintgruppen, versucht, Antworten auf diese Fragen zu geben, Hintergründe aufzuzeigen und an Hand von Fallbeispielen zur Suizidverhütung bei jungen Menschen beizutragen. Er untermauert schon im Vorwort die Dringlichkeit dieses Anliegens mit statistischen Daten. *Selbstmorde* stehen an *erster Stelle* bei den Todesursachen von Jugendlichen in der BRD und in Österreich, gefolgt von Verkehrsunfäl-

len (auf 2 Verkehrstote kommen 3 junge Menschen, die sich selbst das Leben nehmen). Wobei bei Unfällen noch eine Dunkelziffer von unerkannten Suiziden vermutet wird.

In der Einführung findet man den Einstieg mit Gedanken zum Thema Selbsttötung in verschiedenen Zeiten und Kulturen.

Unter dem Motto Epiklets: „Man darf das Schiff nicht an einen einzigen Anker und das Leben nicht an eine einzige Hoffnung binden“ werden mögliche Motive, theoretische Überlegungen und Betrachtungen zu Selbstmordhandlungen von Jugendlichen angestellt, und die Unterschiede zu denen von Erwachsenen herausgearbeitet. Ausführlich werden Signale und das von Ringel beschriebene praesuizidale Syndrom erörtert. Auch auf den sogenannten „Werther-Effekt“ wird eingegangen und dabei zur Berichterstattung der Medien kritisch Stellung bezogen.

Der Autor betont immer wieder, daß fast jeder Suizid durch bewußte oder unbewußte Signale angekündigt wird und Hilferufe an die Umgebung ausgesendet werden. Er arbeitet daran, das Verständnis für unterschiedliche und verschlüsselte Ausdrucksweisen zu wecken und zeigt das prozeßhafte Geschehen durch Fallbeispiele. Der Stellenwert von Selbstmordphantasien, Depressionen und narzißtische Krisen sind ebenso Thema wie Fragen von Ethik, Religionen und eine kritische Hinterfragung der Haltung der Kirche. Es werden autoaggressive Tendenzen in zeitgeistigen Angst-Lust-Spielen, bei exzessiven Sportarten und der „Selbstmord auf Raten“ in Form von Süchten aufgezeigt. Der Autor hebt die Wichtigkeit des *Prinzips des Ansprechens* dieses tabuisierten Themas immer wieder hervor. Das unterstreicht er wieder mit dem Faktum, daß laut einer Umfrage in der BRD 70% der 16–20jährigen das Bedürfnis habe, über Tod und Sterben zu reden.

Es hat ganz einfach angefangen.

Irgendwo bin ich in einem dunklen Zimmer gelegen.

Ich habe geschrien

in der Hoffnung

daß jemand kommt.

Es ging ganz einfach weiter.

Irgendwann hörte ich auf zu schreien.

Ich habe so getan

als würde es mir nichts ausmachen

daß niemand kommt.

Es geht ganz einfach weiter.

Irgendwie habe ich mir angewöhnt

auf alle Beleidigungen und Verletzungen

so zu reagieren als ob.

Als ob mich das alles nicht betreffen würde.

Es geht ganz einfach nicht mehr weiter.

Dieses Gedicht von Peter *Turrini* und andere Beispiele aus der Literatur veranschaulichen multifaktorielle Ursachen und Problembereiche in Familien, Schulen und in der Gesellschaft, die Kränkungen, Minderwertigkeitsgefühle, Einengungen und letztlich das Gefühl von Ausweglosigkeit erzeugen.

Im Kapitel *Vorbeugen – Verhüten – Helfen* werden in erster Linie das Gespräch mit dem jungen Menschen, die Haltung und notwendige Einstellung des Helfenden und kontraproduktive Eigenschaften und Ansätze beschrieben. Etwas zu kurz kommen mir therapeutische Interventionen, die Umfeldarbeit und der systemische Ansatz.

Am Schluß des Buches gibt es noch Hinweise auf Hilfseinrichtungen und Kriseninterventionsstellen.

*Meine Meinung:* Der Autor versteht es sowohl einen kompetenten theoretischen als auch einen emotionalen und praxisorientierten Zugang zum Thema Selbstmord bei Jugendlichen zu schaffen und wird dem Anspruch, Ratgeber für helfende Berufe und Eltern zu sein, gerecht. Mir wäre eine deutlichere Eingrenzung der Themen der einzelnen Kapitel zur Verwendung als Handbuch noch lieber.

Susanne Sterk-Hickel, Wien

**Kraft, J.: Autogenes Training.** Methodik, Didaktik und Psychodynamik 3., überarb. u. erw. Aufl. 5 Tab., 8 Abb., 196 S. Hippokrates, Stuttgart, 1996. Brosch. DM 59,-, sFr 59,-, öS 437,-.

Das vorliegende Buch ist die Dritte Auflage des erstmals 1982 erschienenen Buches. Der Autor, Psychiater und Psychoanalytiker, beschreibt grob eingeteilt die Grundlagen des Autogenen Trainings im allgemeinen, die Grundstufe, Autogenes Training für Fortgeschrittene und die Autogene Imagination (Oberstufe des Autogenen Trainings).

Dazugekommen sind in dieser Auflage Kapitel über den Wirksamkeitsnachweis dieser Methode, die Einführung in die Autogene Imagination und transpersonale Aspekte beim Autogenen Training.

Das Buch beginnt mit den Grundlagen des Autogenen Trainings (AT) und nimmt vorerst auf die Stellung der Arzt-Patient-Beziehung mit dieser Methode Bezug. Dabei wird auf die Wichtigkeit einer offenen, analytisch orientierten Vermittlung, in der mehr Raum für die aus unbewußten Beziehungsmustern heraus sich spontan konstellierenden Art der Übertragungsbeziehung gegeben wird, hingewiesen.

Die geschichtliche Entwicklung der Methode wird in den Anfängen mit seinem Begründer J. H. Schultz dargestellt. Es folgt die Beschreibung der Weiterentwicklung, wobei auch andere Ausbilder und Autoren inhaltlich vorgestellt werden.

Die Wirkungsweise dieser Therapiemethode wird in ihren Grundzügen beschrieben, wobei hypnoide Zustände und psychophysische und neurophysiologische Zusammenhänge zur Darstellung gelangen. Lerntheoretische Ansätze werden angeführt. Großzügig werden den Indikationen und Kontraindikationen Raum gewährt. Begrenzende Faktoren für die Vermittlung des Autogenen Trainings und prognostisch ungünstige Faktoren sowie die Indikationen für diese Methode werden angeführt und ausführlich dargestellt.

Es ist schade, daß der Autor immer noch von AT-Kursen anstelle von AT-Gruppen spricht. Da mit dem Begriff Kurs mehr schulungsmäßiges und nicht so sehr psychotherapeutisches verbunden wird, besteht die Gefahr, daß es dabei zu Fehlvorstellungen und auch zu Abwertungen über die heute bestens bewährte und auch fachlich anerkannte psychotherapeutische Methode kommen könnte.

Im Kapitel Stellung des Autogenen Trainings (Grundstufe) in der psychosomatischen Medizin wird nicht nur auf die Möglichkeit der Methode als ein Basis-Psychotherapeutikum hingewiesen, sondern es werden auch einige psychosomatische Konzepte beschrieben. Das neurohumorale Streßmodell, lern- und verhaltenstherapeutische Konzepte werden ebenso dargestellt wie psychodynamische Konzepte. Hier werden das Koverersionsmodell, Aktualneurose (Breuer und Freud), die zweiphasige Verdrängung (Mitscherlich), individuelle Konflikte und psychosomatische Erkrankungen um die Arbeitsgruppe F. Alexander und Modelle des Ich- und Selbst-Defizits beschrieben und angeführt, welchen Stellenwert das Autogene Training dabei hat.

Der Autor beschäftigt sich dann mit einem wichtigen und wesentlichen Thema. Der mögliche Mißbrauch dieser Methode durch Lernende und Lehrende, der anhand von beschriebenen Beispielen untermauert wird.

Das Kapitel methodisch-didaktische Aspekte in der strukturierend-stützenden Vermittlung des Autogenen Trainings befaßt sich mit Motivation, Sozialform der Vermittlung, Überlegungen zur Methodik sowie Feedback und Übungserfolg.

Tiefenpsychologische Begriffe wie Arbeitsbündnis, Übertragung, Gegenübertragung, Widerstand, Körpererleben und Deutung werden bei den psychodynamischen Aspekten der offenen analytisch orientierten Vermittlung des Autogenen Trainings behandelt.

Neu in dieser Auflage ist das Kapitel über den Wirksamkeitsnachweis des Autogenen Trainings. Die derzeit heftigen

und kontroversiellen Auseinandersetzungen um die Effektivität einzelner psychotherapeutischer Methoden, die vor allem durch die Studie von Grawe ausgelöst wurde, haben auch die psychotherapeutische Methode des Autogenen Trainings nicht verschont. Der Autor versucht, in kurzer Zusammenfassung die einzelnen Forschungsergebnisse und die Reaktionen darauf darzustellen. Darüber hinaus gibt er Anregungen zu einer weiter differenzierenden Sichtweise, und welche Aspekte (z.B. Therapeuten- und Patientenprofile) noch für weitere Untersuchungen zu berücksichtigen seien.

Der zweite Abschnitt dieses Buches beschäftigt sich in ausführlicher Weise mit der Grundstufe, dem Autogenen Training schlechthin. Er beginnt vorerst mit einer allgemeinen Einführung in die Methode und setzt mit spezifischen Inhalten wie z.B. dem Setting, Verhalten bei Störungen etc. fort. Praktische Beispiele für die erste Übungsstunde werden gegeben. Die einzelnen Formelübungen werden in ihren physiologischen Grundlagen und in ihren psychosomatischen Bezügen beschrieben. Sehr ausführlich werden auch methodisch-didaktische Einführungen und eventuell auftretende Störungen dargestellt. Im nächsten Kapitel werden verwandte Verfahren zur Grundstufe des Autogenen Trainings angeführt und in kurzer Darstellung auf Gemeinsamkeiten und Unterschiede hingewiesen. Ebenso werden Kombinationsmöglichkeiten der Grundstufe mit anderen Verfahren wie z.B. mit Medikamenten, Hypnose, Verhaltenstherapie, physikalischer Therapie und analytischer Psychotherapie dargestellt.

Autogenes Training für Fortgeschrittene wird im dritten Abschnitt behandelt. Darin werden auf die Ziele und Inhalte dieser psychotherapeutischen Methode eingegangen. Der Autor geht dabei auch auf konkrete Inhalte, wie der Behebung spezieller Schwierigkeiten bei einzelnen Übungen der Grundstufe, der Förderung der Motivation, der Erarbeitung formelhafter Vorsatzbildungen ein.

Der vierte Abschnitt ist der Autogenen Imagination, der sogenannten analytisch-orientierten Oberstufe des Autogenen Trainings gewidmet.

Durch die Verwendung des Begriffes Autogene Imagination anstelle der bisher üblichen Bezeichnung Oberstufe des Autogenen Trainings, rückt der Autor von einer veralteten und oft fehlgeleiteten Vorstellung ab, daß es sich bei dieser Methode um eine Aufeinanderfolge für Anfänger und Fortgeschrittene handelt. Der vormals bezeichnete Ausdruck Unterstufe, der dann durch Grundstufe verbessert wurde, wird oftmals nur als Grundstein für die erstrebte Form der Oberstufe betrachtet, die als die reifere und bessere angesehen wird und meist auch einen unbewußten Druck auf die Teilnehmer ausübt. Die Autogene Imagination, eine analytisch orientierte psychotherapeutische Methode, wird als eine vertiefte Selbsterfahrung mit Hilfe einer speziellen Wachtraumtechnik beschrieben. Der Autor grenzt dabei die Methode klar von der geschlossenen Grundstufe, dem Autogenen Training, ab. Er stellt auch klar, daß es sich dabei nicht um eine Einzeltherapie in der Gruppe handelt, sondern um einen gruppenspezifischen Prozeß. In den einzelnen Kapiteln nimmt der Autor dann Stellung zu den Voraussetzungen, Indikationen und Kontraindikationen dieser Methode. Physiologische Grundlagen des Nachttraums werden kurz erläutert. Für die Autogene Imagination stützt sich der Autor dann auf alte, überholte Verfahren der Hypnosetechniken. Es folgen weitere Ausführungen zur Theorie und Praxis der Autogenen Imagination, wobei hier Traum und Wachtraum aus psychoanalytischer Sicht beschrieben werden. Sehr ausführlich und

auch sehr anschaulich ist wiederum die Konzeptualisierung zur Abhaltung der autogenen Imaginationsgruppen dargestellt. Sie gibt Einblick in die Einführung in die Autogene Imagination und in die erste Gruppenstunde. Dabei wird auf konkrete Inhalte, wie z.B. Vorstellung, Stimmungsbild, die erste gemeinsame Übung, die bildnerische Darstellung des Wachtraums und der Bearbeitungsphase eingegangen. Anhand eines Beispiels wird der Gruppenverlauf beschrieben.

Recht übersichtlich gestaltet sich auch der Vergleich der verschiedenen methodisch didaktischen Darstellungen der autogenen Imagination, wie sie von bekannten Autoren (Schultz, Thomas, Luthe) vertreten werden. Verwandte Verfahren wie z.B. die der Katathym imaginativen Psychotherapie und die aktive Imagination werden kurz dargestellt.

Den Abschluß dieses Abschnitts bildet der ebenfalls neu hinzugekommen Artikel über die transpersonalen Aspekte beim Autogenen Training. Dabei weist der Autor auf Phänomene hin, die in unserer Kultur, vor allem in unserem westlichen Wissenschaftsbetrieb einer „gesellschaftlichen Produktion von Unbewußtheit“ (Erdheim, 1988) unterliegen.

Sehr anregend sind die im fünften Abschnitt aufgestellten 150 Fragen zum Autogenen Training. Sie geben Gelegenheit, die in diesem Buch dargestellten Inhalte noch einmal zu überdenken. Sie sind so formuliert, daß sie den für die Methode spezialisierten Psychotherapeuten Überlegungen geben und eventuell zu Diskussionen im Kollegenkreis anregen.

Eine ausführliche Literaturübersicht beendet dieses Buch, das in klarer und verständlicher Ausdrucksweise einen guten Gesamtüberblick über die Methode des Autogenen Trainings gibt.

Martina Hexel, Wien

#### Zur Rezension angebotene Bücher

Matussek, P.: *Analytische Psychosentherapie. Bd. 2: Anwendungen.* 7 Tab., 127 S. Springer, Berlin Heidelberg New York Tokyo, 1997. Geb. DM 48,-, sFr 43,-, öS 350,40.

Naatz, T.: *Psychoanalyse und wissenschaftliche Erkenntnis. Probleme und Lösungsversuche.* 172 S. E. Reinhardt, München Basel, 1997. Geb. DM 39,80, sFr 37,-, öS 291,-.

Reinelt, T., Bogyi, G., Schuch, B. (Hrsg.): *Lehrbuch der Kinderpsychotherapie. Grundlagen und Methoden* (UTB Große Reihe). 6 Abb., 320 S. E. Reinhardt, München Basel, 1997. Geb. DM 49,80, sFr 46,-, öS 364,-.

Schmidt, Ch., K., Viola: *Unsichtbare Fesseln lösen.* Zwei Berichte über eine Psychoanalyse – von der Therapeutin und ihrer Patientin. 192 S. E. Reinhardt, München Basel, 1997. Geb. DM 39,80, sFr 37,-, öS 291,-.

Schiepek, G., Tschacher, W. (Hrsg.): *Selbstorganisation in Psychologie und Psychiatrie* (Wissenschaftstheorie, Wissenschaft und Philosophie, Bd. 43). VIII, 359 S. Vieweg, Wiesbaden, 1997. Geb. DM 128,-, sFr 114,-, öS 934,-.

Schill, S. de, Lebovici, S., Kächele, H. (Hrsg.): *Herausforderung für Psychoanalyse und Psychotherapie.* 238 S. G. Thieme, Stuttgart New York, 1997. Geb. DM 68,-, sFr 62,-, öS 496,-.

Steinbauer, M., Taucher, J.: *Integrative Maltherapie.* Eine Brücke zu Patienten mit psychischen Störungen. 167 Abb., XII, 209 S. Springer, Wien New York, 1997. Brosch. DM 69,-, sFr 61,-, öS 485,-.