

## Vorwort

---

Bevor es inhaltlich losgeht, zunächst noch ein paar Worte zum Anspruch dieses Buchs: Sicherlich liegt es auf der Hand, dass hier keine ganzheitlichen Störungs- und Therapiekonzepte formuliert werden können, die für gleich mehrere psychische Störungen gelten. Dennoch ist es beabsichtigt, Gemeinsamkeiten der vielen modernen Weiterentwicklungen in der Psychotherapie zu bündeln, zu integrieren, und damit denjenigen Kollegen einen Überblick zu bieten, die allmählich das Gefühl dafür verlieren, was sich eigentlich hinter der Bezeichnung „moderne Kognitive Verhaltenstherapie“ verbirgt. Wichtig ist dabei noch anzumerken, dass keiner der Autoren dieses Buchs in den strikten Denkmustern einer Therapieschule verhaftet ist. Das zeigt sich vermutlich am deutlichsten daran, dass PD Dr. Ursula Gast, die tiefenpsychologisch orientiert ist, einen Beitrag liefert. Hinter der Bezeichnung „Moderne Verhaltenstherapie“ verbirgt sich also eine integrative Denk- und Handlungsweise, die sich an den Bedürfnissen und Erfordernissen der jeweiligen psychischen Störungen orientiert, und nicht in den Schablonen einer therapeutischen Heimat haftet.

Inhaltlich werden den vielen angehenden Psychotherapeuten, die im Rahmen ihres praktischen Jahres mit sehr schwer gestörten Patienten konfrontiert sind, konkrete Handlungsmöglichkeiten aufgezeigt und ihnen Mut dahingehend gemacht, vor keinem Störungsbild zurückzuschrecken. Aber auch bereits approbierten Kollegen soll das Buch Anregungen liefern, damit sie sich die Behandlung schwer gestörter Patienten zutrauen. Denn leider zeigt sich immer wieder, dass gerade Patienten mit schweren und komplexen Störungsbildern von niedergelassenen Therapeuten abgewiesen werden. Dabei sind das diejenigen Patienten mit dem höchsten Bedarf an einer langfristig angelegten und ambulanten Psychotherapie. Und es gibt außer diesen Kollegen niemanden, der diese Aufgabe übernehmen könnte. Stationäre Einrichtungen fangen diese Patienten notgedrungen immer wieder auf, können eine langfristige Remission der komplexen Symptomatik aber nicht gewährleisten. Schließlich richtet sich dieses Buch auch an Studierende der Psychologie mit einem klinischen Schwerpunkt. Die einzelnen Störungsbilder werden so präsentiert, dass die jeweiligen Ausführungen auch ohne vertieftes Grundlagenwissen verstanden werden können.

Selbstverständlich ersetzt die Lektüre dieses Buchs keine intensive störungsspezifische Weiterbildung, wie der Dialektisch-Behavioralen Therapie (DBT) zur Behandlung schwerer Störungen der Affektregulation, der Schematherapie (ST) oder der Klärungsorientierten Psychotherapie (KOP) zur Behandlung von Persönlichkeitsstörungen. Die therapeutischen Strategien leiten sich aber häufig von diesen Konzepten ab, was jeweils entsprechend gekennzeichnet ist. Somit vermittelt das vorliegende Buch neben störungsspezifischem Wissen auch einen grundlegenden Überblick über Gemeinsamkeiten und Unterschiede der verschiedenen kognitiv-verhaltenstherapeutischen Weiterentwicklungen. Approbierte Therapeuten können nach der Lektüre der folgenden Seiten vermutlich eine recht fundierte Entscheidung dahingehend treffen, ob eine solche zusätzliche Weiterbildung hilfreich für die ei-

gene therapeutische Arbeit wäre und welche der jeweiligen Ausrichtungen ihnen am ehesten zusagt.

Die ersten vier Kapitel bilden die Grundlage für die störungsspezifischen Kapitel. Das therapeutische Konzept sowie die Bedeutung der Bezeichnung „schwere psychische Störung“ werden in ► Kap. 1 vorgestellt.

► Kapitel 2 fokussiert Konzepte der therapeutischen Beziehungsgestaltung, sofern sie für die nachfolgenden Störungen relevant sind. Es sind vor allem die schweren psychischen Erkrankungen, bei denen eine sensible und planvoll gestaltete Interaktion von hoher Bedeutung ist. Zudem hat die moderne Verhaltenstherapie mittlerweile derart viele verschiedene Konzepte der Beziehungsgestaltung hervorgebracht, dass mit dem Vorurteil, Verhaltenstherapeuten würden dieser Gestaltungsebene nur marginale Bedeutung beimessen, endgültig aufgeräumt werden soll.

► Kapitel 3 fokussiert eine sehr schwierige Thematik und passt daher gut zu den sonstigen Inhalten dieses Buchs. Es geht um die mehr oder minder regelhaft auftretenden Komorbiditäten bei schweren psychischen Störungen und den daraus resultierenden Konflikt, dass verfügbare Therapiemanuale bis auf wenige Ausnahmen lediglich Programme für monomorbide Störungen konzeptualisieren.

► Kapitel 4 ist der speziellen Situation von Psychotherapeuten im stationären klinischen Setting gewidmet. Psychotherapie muss hierbei anders strukturiert werden, da nicht viel Zeit dafür vorhanden ist. Gerade Psychologen in Ausbildung fragen sich im Rahmen ihres Psychatriejahres oft, ob das, was sie machen, überhaupt als Psychotherapie zu bezeichnen ist oder ob Psychotherapie in diesem Setting generell möglich ist. Dies soll nachfolgend diskutiert werden inklusive konkreter Anregungen für sinnvolles therapeutisches Handeln trotz kurzer zeitlicher Perspektiven.

In den störungsspezifischen ► Kap. 5–10 werden einige ausgewählte schwere psychische Störungen sowie exemplarisch zwei typische Komorbiditäten vorgestellt (Depression und narzisstische Persönlichkeitsstörung sowie Psychose und Sucht) und therapeutische Herangehensweisen aus der Perspektive moderner Kognitiver Verhaltenstherapie (KVT) vorgeschlagen. Wenn es ein Störungsbild erfordert, den Blick über die Grenzen der KVT hinaus zu öffnen, so wird dem Rechnung getragen. Dies ist bei der Thematik der komplexen Posttraumatischen Belastungsstörung der Fall inklusive des Exkurses zum Störungsbild der Dissoziativen Identitätsstörung (DIS). Diesbezüglich sprechen sich die Empfehlungen der International Society of the Study of Dissociation (ISSD-Richtlinien) explizit für eine integrative Behandlung aus, bestehend aus Elementen der KVT und der psychodynamisch orientierten Psychotherapie. Das entsprechende Kapitel wurde daher auch von der Tiefenpsychologin PD Dr. Ursula Gast verfasst, die im deutschsprachigen Raum als führende Expertin der DIS gilt. Ihr gebührt ganz spezieller Dank für die Bereitschaft, an einem Buch mit dem Titel „moderne Kognitive Verhaltenstherapie“ zu partizipieren. Diese Bereitschaft kann vielleicht stellvertretend für modernes psychotherapeutisches Denken jenseits alter Fehden der großen Therapieschulen betrachtet werden, dem wir uns im Folgenden verpflichtet fühlen.

Ganz besonderer Dank gilt zudem einigen Studierenden der Medical School Hamburg (MSH), die durch kritische Anmerkungen, inhaltliche Anregungen und viel klinisches Verständnis wesentlich zum Gelingen dieses Buchs beigetragen haben. Diesbezüglich sind vor allem Sabrina Link, Christiane Thies sowie Moritz Heimann zu nennen.

Abschließend noch eine stilistische Anmerkung. Aus Gründen der Lesbarkeit wurde im Folgenden darauf verzichtet, jede Aussage durch entsprechende Quellenangaben zu belegen. Es handelt sich hier nicht um eine streng wissenschaftliche Abhandlung. Das Denken der Autoren ist jedoch empirisch geprägt und jegliches eigene Gedankengut, welches ohne empirische Absicherung formuliert wurde, ist als solches gekennzeichnet.

**Thomas Schnell**

Hamburg im Juli 2014

Moderne Kognitive Verhaltenstherapie bei schweren  
psychischen Störungen

Lösungswege für die Psychotherapie schwieriger  
Patienten

Schnell, Th.

2014, XII, 182 S. 14 Abb., 8 Abb. in Farbe., Hardcover

ISBN: 978-3-642-55075-1