

Vorwort

In meiner langjährigen Tätigkeit als Dozentin für Selbsterfahrung und Supervisorin in der Verhaltenstherapieausbildung habe ich immer wieder die Erfahrung gemacht, dass die angehenden Therapeutinnen¹ trotz eines umfangreichen theoretischen Lernstoffs nur unzureichend auf die Konfrontation mit der realen therapeutischen Situation vorbereitet sind. Ursachen dafür sehe ich zum einen in dem normalen, für den Übergang von der Theorie zur Praxis typischen „Praxischock“ dieser Phase; zum anderen aber in den derzeit üblicherweise vermittelten störungsspezifischen Konzepten, die sich nur begrenzt auf die therapeutische Praxis übertragen lassen. Angesichts dieser Problematik formulieren Ausbildungskandidatinnen ein großes Bedürfnis, zusätzlich zur Supervision und Selbsterfahrung Einblick in das konkrete therapeutische Vorgehen erfahrener Therapeutinnen zu erhalten, um damit an unterschiedlichen Modellen lernen zu können. Hierbei ist der Wunsch von Bedeutung, nicht nur einzelne Situationen, sondern gesamte Therapieprozessverläufe mitzuverfolgen.

Im Folgenden möchte ich diesem Bedürfnis entsprechen, indem ich – unter Rückgriff auf die alte Tradition der Fallgeschichten – fünf Therapieverläufe aus meiner Praxis beschreibe.

Zudem wenden sich diese Geschichten auch an interessierte Laien. Zum einen könnte dies Leserinnen betreffen, die selbst keinen Bezug zur Therapie haben, sich aber für Lebens- und Therapieprozesse interessieren. Zum anderen möchten vielleicht Menschen, die selbst schon eine Psychotherapie gemacht haben, schauen, wie es anderen in deren Behandlung ergangen ist. Schließlich richtet sich dieses Buch an potenzielle oder bereits in Therapie befindliche Patientinnen.

Im Laufe meiner Berufstätigkeit bin ich immer wieder folgenden Fragen begegnet:

Was tun Sie eigentlich als Therapeutin? Wie funktioniert, was passiert in einer Therapie? Wer sind diese Patientinnen? Wer geht mit welchen Problemen wann in Therapie? Könnte mich das auch betreffen? Und wenn ja, worauf sollte ich dann achten?

1 Aus Gründen der besseren Lesbarkeit und aufgrund der Tatsache, dass heutzutage sowohl Therapeuten als auch Patienten überwiegend weiblichen Geschlechts sind, verwende ich in diesem Buch zumeist die weibliche Form. Dies schließt selbstverständlich Männer ein. Zur Erläuterung: Nur ein Drittel der Psychotherapiepatienten sind Männer, was nicht am geringeren Bedarf liegt – die Suizidrate von Männern z.B. ist dreimal so hoch wie von Frauen –, sondern an deren spezifischer Symptomatik und typischen Bewältigungsstrategien (somatische Symptome, Süchte, Ausagieren etc.) sowie an Psychotherapievorbehalten, die mit bestimmten Männlichkeitsvorstellungen zusammenhängen. Zudem gibt es aktuell nahezu doppelt so viele niedergelassene Psychotherapeutinnen wie Psychotherapeuten. Die Entwicklung in den Ausbildungsinstituten lässt keine Änderung dieses problematischen Zustandes erwarten, im Gegenteil: Die Anzahl der Frauen nimmt in diesem Beruf weiter zu (Bühning 2013; DPV 2013c).

Mit der Einführung und den Therapiegeschichten hoffe ich, einige dieser Fragen beantworten zu können. Das im Anhang befindliche Glossar soll eine Übersetzungshilfe bieten, wo ich – trotz guter Vorsätze – doch in ein Fachchinesisch verfallen bin.

Über das Interesse erfahrener Kolleginnen würde ich mich ebenfalls sehr freuen. Der fachliche Austausch anhand konkreter Therapiebeispiele gehört meines Erachtens zu den fruchtbaren Möglichkeiten der Reflexion, der Anregung für die fachliche Weiterbildung und letztlich der Qualitätssicherung.

Dr. Sabine Rehahn-Sommer

Marburg, Juli 2014

Verhaltenstherapeutische Praxis in Fallbeispielen

Leben statt Überleben und andere Geschichten

Rehahn-Sommer, S.

2015, XII, 254 S.,

ISBN: 978-3-642-55078-2