

Buchrezensionen

Ein praktisches Lehrbuch? Geht denn das?

Brakemeier, E.-L. & Jacobi, F. (Hrsg.). (2017). *Verhaltenstherapie in der Praxis*. Weinheim: Beltz, 1.009 Seiten, 89,- €
Brakemeier, E.-L. & Jacobi, F. (Hrsg.). (2017). *Verhaltenstherapie in der Praxis*. Beltz Video-Learning. Weinheim: Beltz, 3 DVDs, 625 Min. Laufzeit, 129,- €. **Setpreis Buch und DVDs: 178,- €**

Ich arbeite seit Jahren an einer Tagesklinik und bilde Studenten¹ der Psychotherapie an einem Institut aus und habe mich gefragt: Kann ein Student der Verhaltenstherapie sagen: „Problem X: Lasst uns im Brakemeier/Jacobi nachsehen“? Was bringt mir das Buch als Praktiker in der Klinik mit den schwierigen Fällen? Ein Test: Mit einem Patienten kommt der Psychotherapeut an den Punkt, an dem offensichtlich wird, dass dieser in verschiedenen kognitiv-emotionalen Modi („Schemata“) agiert. Um eine emotionale Aktivierung zu ermöglichen, sucht der Psychotherapeut nach der „Stühle-Technik“. Und tatsächlich, es gibt ein Extra-Kapitel über Stuhldialoge, kurz und kompakt. Zunächst werden Hintergrund und allgemeine Merkmale der Technik geschildert, es folgen Indikationsstellungen und dann stellen die Autoren schon die praktische Durchführung vor. Es gibt ein Fallbeispiel, es werden die typischen Inhalte dargestellt und auch die typischen Fehler und Schwierigkeiten.

Und solch hilfreiche Beschreibungen gibt es in diesem Lehrbuch neben den Standardtechniken für viele integrative und third-wave-Techniken, die auch störungsübergreifend beschrieben werden, zum Beispiel Achtsamkeit, Imagery Rescripting und EMDR.

Das Buch ist aufgebaut wie eine Psychotherapie: von der aktiven Gestaltung der Therapiebeziehung zur Fallplanung, über Basistechniken und störungsübergreifende Techniken hin zur störungsorientierten Behandlung. So kann man störungs- und manualgeleitet die grund-

legende Erkrankung angehen, dieses Vorgehen aber modular um Phänomene jenseits der Diagnosen erweitern, wie etwa: komplizierte Trauer, Ablösungen vom Elternhaus, Alter und Tod sowie Themen, die spezifisch bei Migranten auftreten. Ergänzt wird das Buch um ein Kapitel zu Ethik und Berufsrecht, zur Approbationsprüfung und zu Nebenwirkungen von Psychotherapie.

Bei den Autorinnen und Autoren kommen bis auf Frank Jacobi und Eva-Lotta Brakemeier selbst, Franz Caspar und Friederike Potreck-Rose kaum bekannte Namen vor. Ein Manko ist das nicht! Die Kapitel sind erfrischend geschrieben, es gibt wenig ausufernde Theorie. Grafisch entspricht das Buch dem heutigen Rezeptionsgebrauch mit Übersichten, Fallbeispielen, FAQ und Merksätzen.

Nun ist das Buch nicht perfekt. So hätte ich mir ein Kapitel zu klassischen und nicht nur „Anfänger-Psychotherapeutenfehlern“ gewünscht, zu weiteren Standardsituationen, wie etwa der narzisstischen Achsenstörung, zum Umgang mit Schuld, zu Krankheitsgewinn und „unendlicher Therapie“. Im Kapitel zur PTBS fehlen einige Strategien zur Bearbeitung der sekundären Folgen, wie der Täterumgang, die Anklagebearbeitung und angemessene Techniken der Selbstverteidigung. Das Kapitel zu den Persönlichkeitsstörungen ist zu kurz und zu wenig spezifisch für die einzelnen Störungen; zumindest eine kurze Übersicht zu den Hauptstrategien, Methoden und Literatur bezogen auf die einzelne Persönlichkeitsstörung wäre wünschenswert gewesen.

Dazu gibt es noch die drei nicht ganz preiswerten DVDs. Auf ihnen findet man Lehrvideos zu häufigen Störungen, zu Techniken der „dritten Welle“ der Verhaltenstherapie (wie ACT oder Schematherapie) sowie zu zwei Techniken jenseits der Störungsorientierung und drei

besonderen Problemen (Trauer, Umgang mit Flüchtlingen und Dolmetschern, schwierige Anfangssituationen). Der Anfänger kann auf der DVD gut erfahren, wie ein Psychotherapeut redet und wie man strukturiert eine Störung anpacken kann. Aber: Die Untertitel sind deutlich zu dürftig. Es fehlt ein gutes Kontextmenü, das anzeigt, an welchem Punkt der Psychotherapie man ist, und das bei „Spielen“ der Patienten einen Hinweis bringt und auch die Interventionen auf der „Spielebene“ kennzeichnet. Die Darstellung der Patienten und Psychotherapeuten ist professionell, gut verständlich und realitätsnah. Die DVDs sind gut, um grundlegende Verläufe von Psychotherapiesitzungen, Therapeutenvariablen und Interventionen kennenzulernen. Für die wirklich schwierigen Situationen in einer Psychotherapie bringen sie nichts, da man nicht zu einem Stichwort eine Lösung auf der DVD findet. Das zugehörige Buch ist für solche Fälle praktischer, da man unter Stichworten direkt etwas findet. Anhand der Videos können Dozenten in spezifische Seminare einführen; sie brauchen aber Kommentare. Für den erfahrenen Psychotherapeuten ist der Preis der DVDs zu hoch, in fortgeschrittenen Psychotherapien gibt es Metaprobleme, personelle Verwicklungen, Projektionen und systemische Effekte, die sich kaum per Video darstellen lassen.

Dennoch kann ich das Buch dem Studenten wie auch dem erfahrenen Praktiker rundheraus empfehlen. Für einen angemessenen Preis enthält es den wesentlichen Stand der heutigen Verhaltenstherapie in verständlicher Didaktik und Übersichtlichkeit.

Dr. Holger Richter,
Dresden

¹ Zu der mit der Ausgabe 4/2017 neu eingeführten geschlechtersensiblen Schreibweise im Psychotherapeutenjournal lesen Sie bitte den Hinweis auf der vorderen inneren Umschlagseite. Bei dieser Ausgabe handelt es sich um ein Heft in der männlichen Sprachform.