

**T. Kircher (Hrsg.):**

**KOMPENDIUM DER PSYCHOTHERAPIE**

**Für Ärzte und Psychologen**

Springer-Verlag, Berlin-Heidelberg 2012. 454 S., € 69,95. Mit CD-ROM.

ISBN 978-3-642-23663-1

Die Psychotherapie ist zwar von ihrem Grundkonzept her so alt wie die Menschheit, bekam aber erst vor rund 100 Jahren ihr heutiges Gesicht. Dabei entwickelte sich eine solche Vielfalt an z. T. hoch-spezialisierten Behandlungs-Maßnahmen für die jeweiligen psychischen Störungen, dass man mit Fug und Recht behaupten kann: Ein fundierter Gesamt-Überblick dürfte heute keinem mehr möglich sein. Das ist natürlich auch nicht nötig. Aber es wird bereits schwierig bei einzelnen Behandlungs-Maßnahmen auf psychotherapeutischer Basis, wobei die älteren Ärzte und Psychologen ohnehin ihren eigenen Stil (und damit spezielle Klientel?) gewonnen haben, jüngere hingegen wohl bisweilen zur Resignation bei der Frage „wer – wie – wann – wo“ neigen. „Die Psychotherapie ist ein unverzichtbarer, leider aber auch inzwischen undurchdringlicher Wald geworden“ (Zitat eines älteren Hochschullehrers). Das hat seine Gefahren. Eine davon ist die erwähnte Resignation, die nicht nur zur mangelhaften Weiter- und Fortbildung führen kann, sondern auch zu einer erzwungenen Einseitigkeit, vor allem was die Fülle der an sich ja sinn- und wirkungsvollen Angebote anbelangt. Kurz: Hier täte eine komprimierte Übersicht gut.

Nun gibt es dafür Lehr- und spezielle Fachbücher. Die Lehrbücher versuchen einen möglichst vollständigen Überblick, müssen aber dafür eher kursorisch bleiben, sonst sprengt das jeden Umfang (der ohnehin schon bisweilen schwer in der Hand liegt). Die spezialisierten Fachbücher haben es dabei leichter, bleiben jedoch ggf. sehr speziell, wie der Name sagt. Das ist nicht falsch, wenn man sich für diese oder jene Behandlungs-Richtung entschieden hat. Es ist aber ein Manko, wenn einem dafür nützliche Alternativen verborgen bleiben. Fazit: ein umfassendes Kompendium der Psychotherapie tut not.

Das ist inzwischen gegeben: Die Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universität Marburg hat sich an die Arbeit gemacht und mit fast zwei Dutzend Experten die nutzbaren Erkenntnisse der psychotherapeutischen Wissenschaft und der klini-

schen Praxis (was nicht immer deckungsgleich ist!) in einem kompakten Praxis-Leitfaden zusammengefasst. Das Besondere:

– Zum einem orientiert sich dieser Sammelband in der Tat am Alltag von Klinik und Ambulanz/Poliklinik. Dabei muss die entsprechende Terminologie nicht auf der Strecke bleiben, aber man bemüht sich um Verständlichkeit. Das ist – nebenbei gesagt – in diesem Bereich nicht die Norm (manche Kritiker sehen in dieser bisweilen ungunstigen Entwicklung sogar eine „terminologische Abwehr“, um sich nicht zu sehr in die Karten des eigenen Wissenschafts-Gebäudes blicken zu lassen...).

– Zum anderen geht es nicht um die jeweilige psychotherapeutische Schule, Theorie oder praktische Umsetzung, es geht erst einmal um etwas, das im manch anderen hoch-komplizierten Manualen und Fachbüchern bisweilen unterzugehen droht, nämlich den Patienten selber bzw. sein Leiden. Hier unterteilen sich deshalb die Kapitel nach den Grundlagen der entsprechenden Störungen mit immer gleich aufgebauten Behandlungs-Strategien. Beispiele: Trauerreaktion, Krisenintervention, Suizidalität, Medikamenten-Adhärenz, Depression, Manie/bipolare Störung, Schizophrenie, Angststörungen (Panikstörung, Agoraphobie, Soziale Phobie), Zwangsstörungen, qualifizierter Alkoholkonsum, somatoforme Störungen, Borderline-Störung, kognitive Beeinträchtigungen im Alter, Ess-Störungen, Schlafstörungen u. a.

Erleichternd dabei – wie erwähnt – die immer gleiche Informations-Strategie. Beispiele: Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung, psychotherapeutisch relevante Modelle zur Entstehung und Aufrechterhaltung, evidenz-basierte Grundlagen zur Auswahl der Therapie-Module, psychotherapie-relevante Dokumentation sowie schließlich praktische Therapie-Durchführung (z. B. allgemeine Strategien zur Förderung der Mitarbeit, Psychoedukation, Aktivitätsaufbau, Tagesstrukturierung, Problemlösen, interpersonelle Schwierigkeiten, Rückfallprävention u. a.). In diesem Teil finden sich dann auch die jeweils spezifischen Behandlungs-Maßnahmen.

Wer sich dann als Arzt und Psychologe noch einmal über die Grundlagen informieren will, für den gibt es die einleitenden Kapitel über die gängigsten psychotherapeutischen Verfahren, die äußeren Bedingungen, die Aus- und Weiterbildung, die Gesprächsführung, den Umgang mit Widerstand, Risiken, Nebenwirkungen und Kunst-

fehler(!), die therapeutische Beziehungsgestaltung einschließlich Besonderheiten des Erst-Kontakts und entsprechende Fall-Konzepte.

Ein Kompendium ist kein Buch, das man durchliest oder gar durcharbeitet. Es ist ein Nachschlagewerk. Dem dient nicht nur das Inhaltsverzeichnis, sondern vor allem ein leistungsfähiges Sachwortverzeichnis. Letzteres ist gegeben (in einer Neuauflage, die erwartet werden kann, vielleicht noch intensivierbarer; der „moderne Mensch“, wozu auch Ärzte und Psychologen gehören, will es möglichst „sofort und mundgerecht“, was ihm das Internet mit entsprechendem Qualitäts-Abschlag tatsächlich immer treffender zu bieten scheint).

Insgesamt jedoch ein gelungenes Angebot für den ja anstrengenden Alltag eines psychotherapeutisch tätigen Arztes und Psychologen. Es dient auch der Entlastung bei der ggf. nagenden Frage an sich selber: Hat man auch alles beachtet, getan, empfohlen, was das Krankheitsbild bzw. sein Betroffener erfordert. Und was die heutigen therapeutischen Möglichkeiten auch bieten können – sofern man sich die Mühe macht, möglichst fundiert, ziel-gerichtet und damit erfolgreich zu therapieren. Dies gilt insbesondere für den Anfänger, der sich hier auch bald zu Hause fühlen wird. Vor allem muss er sich nicht mit umfassenden Theorien „herumschlagen“ (dieses Wort ist natürlich nicht angebracht, aber wer hat es nicht schon in entsprechender Situation beklagt) und kann rascher in die geforderte Praxis einsteigen. Darin liegt die wichtigste Empfehlung zu diesem Kompendium. Und die Gewissheit, dass dieses Angebot seinen Weg machen wird, zugunsten der Therapeuten und vor allem ihrer Patienten (VF).