

Für Sie gelesen

Schindler, Bettina, Abt-Mörstedt, Beatrice & Stieglitz, Rolf-Dieter

Flugangst und Flugphobie

2020, Göttingen: Hogrefe Verlag
ISBN 978-3-8017-2864-9, 89 Seiten, € 19,95 (Print)

Dieses Buch beschreibt die Symptomatik, Epidemiologie, den Verlauf, die diagnostischen Kriterien und die Diagnostik sowie die Komorbidität von Flugangst und Flugphobie. Es beschreibt die Modelle zur Deutung dieser Erkrankungen sowie die Ansätze zur Behandlung, wobei Flugphobie (F 40.2) die zur Erkrankung gewordene Flugangst ist. In einem Anhang werden Kompetenzziele und Prüfungsfragen geboten sowie Fragebogen zur Erhebung von Flugangst und Flugphobie. Schließlich werden Informationen für Laien geboten, warum ein Flugzeug fliegen kann und wie Sicherheit gewährleistet wird.

Eine gute Ergänzung bietet das Flugangst- und Flugphobie-Inventar ebenfalls aus dem Hogrefe Verlag, aber schon 2011 herausgegeben, verfasst von Andreas Mühlberger und Paul Pauli. Es besteht aus dem Fragebogen für Flugangst (FFB) und einem Screening-Bogen für Flugphobie (FSB). Der FFB ist eine Übersetzung der Fear of Flying Scale (FFS) von T. Haug et al. (1987).

Flugangst ist ein weit verbreitetes Phänomen, etwa jeder zweite Fluggast hat sie, was von den meisten Betroffenen aber verschwiegen wird. Sie verstecken sich vor dem Start hinter Zeitungen, wobei sie in genau dieser Phase von der Besatzung informiert werden, welche Gefahren bestehen und wie man sich dagegen schützen sollte. Etliche konsumieren auch vermehrt alkoholische Getränke. Das trägt weder zur Verringerung der Angst bei noch werden die Informationen umgesetzt und für den Fall gespeichert. Ich erinnere mich an einen lieben Kollegen, der zu einem Kongress in Stockholm aus Wien mit der Eisenbahn anreiste und dafür drei Tage unterwegs war. Einem meiner Klienten hat das Fliegen in die Ferien regelmäßig den Urlaub verdorben. Es ist daher für viele vor allem Vielflieger nötig, eine Therapie zu bekommen.

Die Autoren gehen von der Erfahrung aus, dass Angst eine biologische Reaktion ist, welche das Überleben durch Flucht oder Angriff sichern kann. Fliegen ist keine dem Menschen angeborene Verhaltensweise und daher löst das Höhererlebnis Angst aus. Diese erhöhte „Preparedness“ wird verstärkt durch ungewohnte Wahrnehmungen wie Motorengeräusche, Beschleunigungen, Drehbewegungen, Schütteln etc. Weiters ist beim Fliegen die Auseinandersetzung mit dem Eingeschlossensein zu führen, welche Agoraphobie auslösen und sich mit traumatischen Erlebnissen verbinden kann.

Dieses Buch ist in erster Linie für Therapeuten gedacht, die sich der Klientel der Passagiere annehmen

möchten und ist daher Teil der Reihe „Fortschritte der Psychotherapie“. Es ist aber auch für Laien gut lesbar, die sich über die Möglichkeiten zur Therapie informieren möchten, wobei Grundkenntnisse in Psychologie kein Nachteil sind.

Für Sie gelesen von
Wolf-Dietrich Zuzan
aus Salzburg

Kern, Sabine & Hintermeier, Sonja (Hrsg.)

Psychodrama-Psychotherapie im Einzelsetting – Theorie und Praxis des Monodramas

2018, Wien: Facultas Verlags- und Buchhandels AG
ISBN 978-3-7089-1544-9, 536 Seiten, € 39,90

2018 erschien das Buch „Psychodrama-Psychotherapie im Einzelsetting – Theorie und Praxis des Monodramas“. Die Herausgeberinnen Sabine Kern und Sonja Hintermeier sind Klinische- und Gesundheitspsychologinnen und Psychodrama-Lehrtherapeutinnen. Sie legen mit diesem Buch eine Sammlung des aktuellen Fach- und Praxiswissens des Lehrkörpers der Psychodrama-Psychotherapie vor.

Obwohl Jacob Levy Moreno das Psychodrama ursprünglich als gruppenpsychotherapeutisches Verfahren konzipierte, wird es auch als Einzelpsychotherapie angewendet und das vorliegende Buch dient zur Nutzung des Psychodramas in der Einzeltherapie (Monodrama).

Das Buch umfasst mehr als 500 Seiten und gliedert sich in sieben Abschnitte mit insgesamt 36 Beiträgen.

Der Beginn des Buches gilt der Beleuchtung theoretischer und methodischer Grundlagen der Monodramatherapie, etwa der Entwicklung des Monodramas im deutschsprachigen Raum, Morenos therapeutischer Philosophie oder auch der Soziometrie im Monodrama, um nur einige zu nennen.

Im Anschluss wird auf die Methodik des Monodramas eingegangen. Zur Sprache kommen hier beispielsweise die Diagnostik und der klassische Verlauf des Monodramas wie auch Erläuterungen zu den Aufgaben und Rollen für Monodramatherapeut_innen.

Der dritte Abschnitt widmet sich monodramatischen Arrangements und Handlungstechniken.

Altersgruppen- und störungsspezifische Modifikationen im Kindes- und Jugendalter sowie im Erwachsenenalter werden in den Abschnitten vier bis sechs dargestellt. Als besonders interessant und wertvoll, vor allem auch für Psycholog_innen, die nicht gleichzeitig auch ausgebildete Psychodramatiker_innen sind, erachte ich den sechsten Teil "Störungsspezifische Modifikationen im Erwachsenenalter". Wir erhalten Beiträge zu konkreten psychodramatischen Behandlungsmöglichkeiten bei Depressionen, Angststörungen, Traumatisierungen, in der Arbeit mit Sucht, mit Persönlichkeitsstörungen, einen Beitrag zur Sexualtherapie im Monodrama, zu Psychose-Erfahrungen und zu psychosomatischen Ansätzen.

Im letzten Abschnitt wird das Monodrama in speziellen Lagen zum Thema gemacht, konkret werden Trennung und Scheidung, Krisenintervention, Transidentität, kognitive Beeinträchtigung und die Arbeit im stationären Setting thematisiert.

Das Werk bietet meines Erachtens einen sehr gut aufbereiteten und breitgefächerten Überblick über das Psychodrama und seine Anwendungsmöglichkeiten im Einzelsetting. Lesenswert ist das Buch nicht nur, um Morenos theoretisches Gebäude und dessen Weiterentwicklungen zu ergründen, sondern auch um Anwendungsmöglichkeiten in diversen Bereichen in den Blick und Werkzeuge für unterschiedliche Problematiken an die Hand zu bekommen.

Als Kritikpunkt ist anzumerken, dass viele Beiträge von der Geschlechterbinarität durchzogen sind, obwohl gerade das Psychodrama besonderes Potenzial aufweist, dieser Norm entgegenzuwirken bzw. mit ihr zu spielen. Es wäre daher wünschenswert gewesen, stärker der Tatsache gerecht zu werden, dass es mehr als zwei klar bestimmbare Geschlechter/rollen gibt.

Nach der Lektüre des Werkes bleibt insgesamt ein sehr buntes und vielgestaltiges Bild des Psychodramas, das Lust macht auf mehr. Es ist den Herausgeberinnen und den Autor_innen ein fruchtbares Zusammenspiel von Theorie und Praxis gelungen.

Das Buch ist sicherlich für die tägliche psychologische und psychotherapeutische Arbeit mit Klient_innen in Institutionen und in der freien Praxis nutzbar. Es hat meine dringende Leseempfehlung.

Für Sie gelesen von
Daniela Maier
aus Wien

Pietrowsky, Reinhard

Träume in der Kognitiven Verhaltenstherapie. Ein Praxisleitfaden.

2021, Göttingen: Hogrefe
ISBN 978-3-8017-2919-6, 179 Seiten, € 30,80

Herr Prof. Dr. Reinhard Pietrowsky ist seit 1997 Professor für Klinische Psychologie an der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf und hat Schlaf- und Essstörungen als sein Fachgebiet. Er legt ein Buch vor, das sich mit der Arbeit mit Träumen aus Sicht der kognitiven Verhaltenstherapie, insbesondere nach Aaron T. Beck beschäftigt. Zentral in seiner Arbeit mit Träumen ist die Kontinuitätshypothese, dass im Traum Gefühle, Gedanken und Schemata in Erscheinung treten, die auch im Wachleben verhaltenswirksam sind und damit analoge und aufeinander rückführbare Inhalte haben. Die Komplementärhypothese, dass im Traum unterdrückte oder verdrängte Inhalte des Unbewussten in das Wachbewusstsein drängen, ein wesentlicher Punkt anderer psychologischer Theorien, wird nur eingangs erwähnt.

Pietrowsky verwendet im Wesentlichen das Vorgehen von Clara E. Hill und ihrer Arbeitsgruppe mit der Aufteilung der Arbeit an Träumen in

- a. Explorationsphase: Der Traum wird erzählt und ausgearbeitet nach der DRAW-Methode für Describe (Beschreiben), Reexperience Feelings (Wiedererleben der Gefühle), Associate (Assoziationen bilden) und Waking Life Triggers (Auslöser aus dem Wachzustand finden),
- b. Einsichtphase: Die subjektive Bedeutung des Traumes für den Träumer wird erarbeitet,
- c. Reformulierungsphase: Die Neufassung des Traumes aufgrund der bisherigen Arbeit wird neu formuliert und
- d. Handlungsphase: Das Umsetzen der gewonnenen Erkenntnisse aus der Arbeit mit Träumen wird mit konkreten Schritten in die Therapie und in den Alltag übertragen.

Dann werden bisher veröffentlichte empirische Ergebnisse im Überblick berichtet, die Arbeit mit Albträumen, den luziden Träumen und den Wahrträumen resümiert und schließlich zwei Träume von zwei eigenen Klienten ausführlich bearbeitet und dargestellt. Nach einem Literaturteil bilden einige Arbeitsunterlagen den Schluss.

Das Vorhaben, die kognitive Verhaltenstherapie mit Arbeiten an Träumen zu verbinden, kann nur begrüßt werden und macht neugierig, um auch andere psychotherapeutische Sichtweisen als psychoanalytische oder humanistische darzustellen und zu verbreiten und das

gesamte Feld des Traumarbeitens somit voranzubringen. Das Buch bleibt hinter seinem Anspruch aber zurück. Pietrowsky resümiert anfangs die Traumdeutung von Freud, um sie nach kurzen Ausführungen abzutun, kann aber diese nicht fehlerfrei darstellen. Er vermischt latente Traumgedanken und manifesten Trauminhalt und lehnt genau genommen sein eigenes falsches Verständnis ab.

Umso mehr überrascht es in der ganzen Lektüre der verhaltenstherapeutischen Arbeit mit Träumen, auch wenn Pietrowsky das einleitend ankündigt, dass viele Theorien und konkrete therapeutische Methoden vorgestellt werden, mit denen sich auch ein Psychoanalytiker oder Gestalttherapeut wohl gut identifizieren kann. Wenn man einmal neue Worte für alte Vorstellungen beiseite lässt, hört sich die vorgestellte verhaltenstherapeutische Traumarbeit durchaus bekannt an. Vieles gibt es schon lange. Quellenangaben dazu fehlen weitgehend, sodass sich die Ausführungen des Autors wie eigene und neue lesen.

Die Psychoanalyse kann mit bizarren und belastenden, mehrdeutigen Botschaften und Inhalten von Träumen besser umgehen. Pietrowsky bemüht sich entsprechend der Kontinuitätshypothese dagegen, Rationalität in das Traumgeschehen zu bringen und den Träumen mit Verstandesarbeit beizukommen. Er verwendet auch mehrmals das komplexe Konzept der Schemata, die als einflussreich in Erleben und Verhalten anzusehen sind und verändert werden können, ohne dies genauer zu erklären.

Empfehlung für Ausbildungskandidaten in Psychologie, Psychotherapie und Psychiatrie, insbesondere Verhaltenstherapeuten. Die Theoriebildung in Worten und Konzepten der Verhaltenstherapie mit genauen Anweisungen und Arbeitsmaterialien in Richtung eines Manuals kommt denen entgegen, die sich mit Theorien und Konzepten der Psychoanalyse schwer tun. Ein Beginn für die Einbindung des Traumes in die Verhaltenstherapie ist sicherlich gemacht, es bleibt aber viel zu tun, etwa eine genauere empirische Überprüfung von Therapieeffekten, nicht nur auf der Ebene von Fragebögen als abhängiger Variable mit kleinen Stichproben und in kurzen Zeiträumen, auch mehr Klarheit, was denn verhaltenstherapeutisch an der Arbeit mit Träumen sein kann, indem auch VT-Kernkonzepte eingebunden werden.

Für Sie gelesen von
Christian Arnezeder
aus Linz

Jacob, Gitta

Vorsicht Therapiefallen! Verfahrenre Situationen und Sackgassen in der Psychotherapie erkennen und auflösen

2020, 1. Auflage, Weinheim Basel: Beltz Verlag
ISBN 978-3-621-28760-9, 176 Seiten, € 36,95 €

Frau PD Dr. Jacob ist Psychologische Psychotherapeutin und Supervisorin für Verhaltens- und Schematherapie. Seit 2013 ist sie als leitende Psychotherapeutin bei GAIA in Hamburg tätig und ist für die Entwicklung und Betreuung der Klinischen Versorgungsprogramme (von GAIA) zuständig und verantwortlich.

Ihr Werk: „Vorsicht Therapiefallen! Verfahrenre Situationen und Sackgassen in der Psychotherapie erkennen und auflösen“ wurde Anfang April 2020 im Beltz Verlag veröffentlicht. Das Hauptthema des Buches sind die „Fallen“, die in der Therapie entstehen können.

Frau Dr. Jacob unterteilt die Therapiefallen in 2 Hauptkategorien: die Patientenfallen und die Therapeutenfallen. Diese werden wiederum in Unterkategorien differenziert.

Bestandteile der Patientenfälle sind: die Abhängigkeits-Fälle, die System-als-Familienersatz-Fälle, die Verwöhntheitsfälle, die Falsches-Setting-Fälle, die Verbitterungsfälle, die Maligne-Narzissten-Fälle, die Non-response-Fälle.

Die Therapeutenfälle hingegen wird in folgende Arten unterteilt: die Retter-Fälle und die Idealismus-Fälle. Jede Falle wird zuerst zusammengefasst dargestellt und die wichtigsten Merkmale dieser werden beschrieben. Beispielsweise werden die relevanten Verhaltensweisen vom Patienten/Therapeuten, die in dieser Falle stecken, erläutert.

Danach wird gezeigt, wie sich diese Falle in der therapeutischen Beziehung zeigt bzw. erkennen lässt und wie diese mit der Symptomatik des Patienten zusammenhängt.

Das Hauptaugenmerk des Buches liegt auf den Patientenfallen. Dr. Jacob betont auch, dass die Fallen nicht immer ganz trennscharf sind. So kann es sein, dass das Verhalten eines Patienten mehreren „Fallen“ zugeschrieben/zugeordnet werden kann. Man muss aber auch den „Einfluss“ des Therapeuten nicht unterschätzen bzw. vergessen, da das Verhalten, die Einstellung und Erfahrung des Therapeuten einen wesentlichen Einfluss auf den Therapieerfolg/Misserfolg haben kann.

Daher beschreibt Frau Dr. Jacob auch einige Therapeutenfallen. Sie erhofft sich dadurch, dass andere Therapeuten durch die Lektüre ihres Werkes die Therapiefallen, in die sie geraten könnten, erkennen. Dabei geht es ihr nicht nur um das Erkennen dieser, sondern auch da-

rum, den zugrunde liegenden Mechanismus der „Falle“ zu verstehen, um auch den Weg aus der Therapiefalle hinauszufinden.

Da es aber nicht immer einen Ausweg gibt, genügt auch nur die Einsicht, damit eine Therapie dann nicht unnötig weitergeführt wird.

Meines Erachtens nach gehören zur Zielgruppe dieses Werks sowohl schon eingetragene Psychotherapeuten und Klinische Psychologen als auch die Ausbildungskandidaten. Diejenigen, die schon eingetragen sind und den Beruf ausüben, haben durch die Lektüre dieses Werks die Gelegenheit zu überprüfen, ob sie selber in solche Fallen geraten oder nicht. Hingegen können die Ausbildungskandidaten dank der Lektüre dieses Werkes schon während der Ausbildung solche Fallen vermeiden lernen, da sie sich dieser leichter bewusst werden können.

Ich finde es toll, dass echte Fallbeispiele für die Beschreibung/Erklärung der „Fallen“ herangezogen werden. Somit wird ein besserer Einblick für die Praxis gewährt. In einer neueren Auflage würde ich vorschlagen, den Fokus auf die Therapeutenfallen zu legen, da auch der Einfluss des Behandlers eine fundamentale Rolle spielt.

Für Sie gelesen von
Julian Ferrari
aus Wien

Bücherliste

Bücher, die zur Rezension angefordert werden können

Sollten Sie Interesse haben, eines der Bücher für die PiÖ zu rezensieren, wenden Sie sich bitte an Frau Mag.^a Ulrike Richter (richter.pioe@boep.or.at).

Böge, K. & Hahn, E. (2021). Achtsamkeit bei psychotischen Störungen. Gruppentherapiemanual für die stationäre und ambulante Behandlung SENSE
Beltz Verlag.

Deppe-Schmitz, U. & Deubner-Böhme, M. (2020). Gesund führen mit Ressourcenaktivierung. 1. Auflage
Hogrefe Verlag.

Flassbeck, J. & Barth, J. (2020). Die langen Schatten der Sucht. Behandlung komplexer Traumafolgen bei erwachsenen Kindern aus Suchtfamilien. 1. Auflage
Leben Lernen 316
Klett-Cotta Verlag.

Fries, W. (2020). Begutachtung nach Schädel-Hirn-Trauma – Schädigungsmechanismen – Schädigungsfolgen – Sozialmedizinische Bewertung
Hippocampus Verlag.

Geiß, P. G. & Tulis, M. (2021). Psychologie unterrichten. Fachdidaktische Grundlagen für Deutschland, Österreich und die Schweiz
Verlag Barbara Budrich.

Herteux, A. (2020). Grundlagen gesellschaftlicher Entwicklungen im 21. Jahrhundert – Neue Erklärungsansätze zum Verständnis eines komplexen Zeitalters
Erich von Werner Verlag.

Hüther, G. (2021). Lieblosigkeit macht krank. Was unsere Selbstheilungskräfte stärkt und wie wir endlich gesünder und glücklicher werden
Herder Verlag.

Korczak, D. (2020). Digitale Heilsversprechen. Zur Ambivalenz von Gesundheit, Algorithmen und Big Data
Mabuse Verlag.

Letschert-Grabbe, B. (2020). Das übersehene Kind. Wenn »Super!« zu wenig und Verwöhnen Vernachlässigen ist
Beltz Verlag.

Streck-Fischer, A. (2021). Jugendliche zwischen Krise und Störung. Herausforderungen für die psychodynamische Psychotherapie. 1. Auflage
Schattauer Verlag.

Bitte senden Sie Ihre Rezension innerhalb eines Jahres an: richter.pioe@boep.or.at – Die Richtlinien für Rezensionen finden Sie unter: http://www.pioe.at/fuer_autorInnen/.