

Für Sie gelesen

Wolf, Doris

Einen geliebten Menschen verlieren. Eine Begleitung durch die Trauer

2018, 23. Auflage, Mannheim, PAL Verlagsgesellschaft
ISBN 978-3-923614-48-6, 180 Seiten, € 15,30

Die Autorin widmet sich mit ihrem knapp 200 Seiten starken Buch dem großen Thema Tod. In einer kurzen Einleitung richtet die Autorin ihr Wort an die Trauernden, sie spricht sie direkt an. Doris Wolf erklärt, was die Leser:innen in diesem Buch erwartet und schließt die Einleitung mit der großen Frage ab: „Was kommt nach der Trauer?“

Im Weiteren gliedert sich das Buch in zwei Teilbereiche. Den ersten Teil des Buches beginnt Frau Wolf mit der Überschrift „Was wir über den Tod wissen müssen“. Dieser Teil widmet sich einleitend dem Umgang mit dem Tod in verschiedenen Kulturen und der Tatsache, wie unterschiedlich in den verschiedenen Kulturkreisen getrauert wird, und zeigt auch mitunter große Unterschiede zu unserem Trauerverhalten in Europa auf. Es wird übergeleitet zu den einzelnen Phasen der Trauerverarbeitung und wie Kinder im Vergleich zu Erwachsenen trauern. Nach einem Unterkapitel zu den verschiedenen Formen des Verlusts werden Mythen zum Thema Tod von Frau Wolf dargebracht. Zu jedem genannten Mythos zeigt die Autorin hilfreiche Einstellungen auf. Zum Abschluss des ersten Teils werden Tod und Religion sowie die Macht unserer Gedanken im Rahmen des Trauerprozesses kurz behandelt. Im Anschluss an den ersten Themenbereich des Buches „Einen geliebten Menschen verlieren – Eine Begleitung durch die Trauer“ geht Doris Wolf über zu konkreten Strategien der Trauerarbeit und beschäftigt sich genauer mit den einzelnen Phasen der Trauerverarbeitung. Sie legt großen Fokus darauf, dass die einzelnen Trauerphasen durchlaufen werden MÜSSEN, um wieder inneren Frieden zu finden, um im Anschluss daran das Leben in neue Bahnen lenken zu können. Beginnend mit der Phase des Schocks und der Verzweiflung zeigt die Autorin deutlich auf: „Der Schock ist die erste notwendige Reaktion auf einen Verlust. Wenn er aufhört, beginnt der Schmerz, aber auch der Weg bis zur Heilung.“ Übergegangen wird in die „Phase der aufbrechenden Gefühle“. Es wird beschrieben, wie Depression, Wut, Schuld, Angst, Einsamkeit und körperliche Unruhe die Trauernden überwältigen können. Sie fühlen sich hilflos und es scheint, als ob nichts mehr unter Kontrolle wäre. Schlaflosigkeit, Gewichtsverlust können die Folge sein. All die oben genannten Emotionen sind ein Teil des Trauerprozesses und es ist wichtig, ja sogar unumgänglich, sich damit auseinanderzusetzen und diese auch zu akzeptieren. Nur dann ist es möglich,

in die nächste Phase des Trauerprozesses zu gelangen, in die „Phase der Akzeptanz und Neuorientierung“, um schließlich ein neues Lebenskonzept zu erarbeiten. Das Buch liest sich flüssig und kommt ganz ohne Fachbegriffe aus. Es ist gedacht als Begleiter für Trauernde.

Das Buch kann als Selbsthilfe-Buch kategorisiert werden und richtet sich von Anfang bis Ende an die Trauernden. Sie werden direkt angesprochen. So kann das Buch ein wertvoller Begleiter für trauernde Personen sein.

Dr. Doris Wolf ist Psychologin und Psychotherapeutin und Autorin mehrerer Selbsthilfe-Bücher.

Für Sie gelesen von
Christina Kirchler
aus Tirol

Kal, Doortje

Gastfreundschaft: Das niederländische Konzept Kwartiermaken

2022, 3. Auflage, Köln, PARANUS im Psychiatrie Verlag
ISBN: 978-3-96605-137-8, 216 Seiten, € 30,00

Im Februar 2022 ist in Deutschland die Neuausgabe des Buches „Das niederländische Konzept Kwartiermaken“, geschrieben von Frau Dr. Doortje Kal, bei PARANUS im Psychiatrie Verlag erschienen, wohingegen in den Niederlanden eine zweite, mittlerweile vergriffene Auflage im Jahr 2002 erschien. Frau Dr. Kal forschte und lehrte an der Universiteit voor Humanistiek in Utrecht. Sie promovierte im Jahr 2001; das Thema ihrer Dissertation war das Projekt „Kwartiermaken“. Ihr Ziel war es, die soziale Integration von psychiatriee erfahrenen Menschen zu fördern. Man kann auch behaupten, dass Dank der Tätigkeit und der Forschung von Frau Dr. Kal das Projekt Kwartiermaken in den Niederlanden und in Belgien aufgebaut und entstanden ist. Seit ihrer Projektstätigkeit und dementsprechender Promotionstätigkeit leitet Frau Dr. Kal den Nationalen Stützpunkt Kwartiermaken. Sie führte auch die präsentische Herangehensweise in der psychosozialen Versorgung ein und forschte über die Thematik „Muslime und Psychiatrie“. Aber was ist eigentlich „Kwartiermaken“? Wofür steht der Begriff „Kwartiermaken“? Rein vom Wort her, bedeutet „Kwartiermaken“ die Vorbereitung von einem Aufenthaltsort für Anfänger/Novizen/für den Neuzugang. Wie bereits erwähnt, handelt es sich dabei um ein niederländisches Konzept, welches in den 90er-Jahren entwickelt wurde. Es sollte Antworten auf die Kernfragen des Umgangs der Gesellschaft mit psychiatrischen PatientInnen anbieten. Dabei geht es um die Förderung eines gesellschaftlichen Klimas, in dem man mehr Möglich-

keiten für von der Gesellschaft ausgegrenzte Menschen (insbesondere den psychiatrieeerfahrenen) erschaffen kann. Nicht nur die psychisch erkrankte Person muss an sich arbeiten, sondern auch die Gesellschaft, denn diese muss daran arbeiten, einen Raum für „das Abweichende“ zu erschaffen. Man kann auch somit „Kwartiermaken“ mit dem Arbeiten der Gesellschaft an einer Gastfreundschaft gleichsetzen. Dieses Werk besteht aus sieben Kapiteln und einem Ausblick. Die Autorin gewährt den LeserInnen nicht nur einen Einblick in die Geschichte und die Entstehung des „Kwartiermaken“, sondern setzt sich auch mit der ambivalenten Art und Weise des Umgangs der Gesellschaft mit den Betroffenen und dieser Thematik kritisch und dennoch reflektierend auseinander. Soll sich die leidende Person anpassen oder sich ausgrenzen lassen und am Rande der Gesellschaft leben oder soll die Gesellschaft einen Raum für die Entfaltung und Entwicklung von psychisch kranken Menschen erschaffen? Das Leiden durch ein nicht erfolgtes Teilhaben an der Gesellschaft führt ja zu einer „Entfremdung“. Hierbei spricht die Autorin über „fremde Gäste“, die um eine „Gastfreundschaft“ bitten, um sich in ihrem Umfeld „wohl“ zu fühlen. Es soll Raum für das Anderssein und Andersdenken geschaffen werden. Des Weiteren weist die Autorin in ihrem Buch darauf hin, dass man die Beziehung zwischen dem/der Betroffenen und der behandelnden Fachkraft nicht nur auf eine „technische Ebene“ reduzieren bzw. auf dieser betrachten kann, da dies ansonsten zu einer „Vernachlässigung“ beider Parteien („KlientInnen“ und „Profi“) führen würde/könnte. Zu guter Letzt spricht die Autorin über „beteiligte Bürger“ und eine sogenannte „Bürgerschaft“. Hierbei bezieht sie in der Begriffsdefinition der Bürgerschaft auch die Aspekte der Verletzlichkeit und der Fürsorglichkeit mit ein. Das Buch eignet sich für alle Menschen, die sich mit dieser Thematik auseinandersetzen wollen bzw. schon auseinandersetzen. In der Welt sollten viel mehr „Kwartiermaken“, entstehen.

Für Sie gelesen von
Julian Ferrari
aus Wien

Scholz, Falk Peter

Ich bin gut zu mir! Selbstfürsorge-Schatzkiste für Kinder und Jugendliche

2020, Weinheim – Basel, Beltz
ISBN/GTIN 4019172100292, € 29,95

Herr Scholz ist in Dresden in eigener Lehrpraxis als Kinder- und Jugendtherapeut sowie systemischer Paar- und Familientherapeut tätig. Er bringt auch seine Erfahrung

als langjähriger Leiter einer Jugendberatungsstelle in die Erstellung eines handhabbaren Kartensets ein, das mit 120 Impulsfragen Kindern und Jugendlichen im Alter von 8-16 Jahren einen spielerischen Zugang zur Aktivierung und Weiterentwicklung selbstfürsorglicher Kompetenzen bietet.

Das Material leitet an, sich in Gruppen oder zu zweit mit einem Spielleiter oder einer Spielleiterin auf Schatzsuche nach Möglichkeiten zu machen, wie man gut zu sich selbst sein kann. Reflexionsfragen und handlungsorientierte Impulse regen dazu an, über Strategien zur eigenen Vor- und Fürsorge zu sprechen, diese zu aktivieren, weiterzuentwickeln und für die Alltags- und Krisenbewältigung zu nutzen.

Die Karten mit Impulsen zu verschiedenen Themenbereichen bringen diagnostische Fragestellungen auf eine spielerische Ebene und unterstützen somit das Generieren neuer Ideen und das gedankliche Erproben, empfehlen zu experimentieren und laden ein, kurz- und langfristig gut für sich zu sorgen. Das erschafft eine gedankliche Basis, um Flexibilität in den Reaktionen des Alltags zu entwickeln, Selbstwirksamkeit zu erfahren und mit der Selbstakzeptanz und Selbstverantwortung die Resilienz zu erhöhen.

Die Karten der Selbstfürsorge-Schatzkiste sind für gemeinsame Spiele von 2 bis 8 Personen konzipiert und in drei Altersbereiche gegliedert (ab 8, ab 11 und ab 14 Jahren). Das Kartenset ist für alle Bereiche der professionellen Begleitung und Förderung geeignet, seien es ambulante Praxen, stationäre Einrichtungen der kinder- und jugendpsychologischen, -psychotherapeutischen, -psychiatrischen Praxis, Einrichtungen der Kinder-, Jugend- und Familienhilfe, Beratungsstellen etc., sowie für den Einsatz im psychotherapeutischen und pädagogischen Bereich nutzbar. Textsequenzen und Vertiefungsfragen regen zum Austausch an und können zum thematischen Einstieg oder zur Prozessbegleitung genutzt werden. Das Mitspielen durch eine*n Spielleiter*in ermöglicht das konstruktivistische Erweitern von Ideen ohne Fingerzeig. Kopien der Karten können nach Anregung des Autors auch kopiert und direkt als verankernde Hausaufgaben oder zum Handlungsexperiment mitgegeben werden.

Im begleitenden 20-seitigen Booklet finden sich neben Ideen für den Einsatz in der Praxis in Einzel- und Gruppensettings Hinweise auf die alters- und themenspezifische Spielvorbereitung. Diese lenken den Fokus auf Fähigkeiten und deren Einsatz und können Türöffner sein für die Themen Alltags- und Krisenbewältigung/emotionale Balance/Selbstbewusstsein/Zugehörigkeit und Beziehungsgestaltung/selbstbestimmtes Handeln/Gedankenkultur/Freundschaft zum eigenen Körper.

Nicht alle Formulierungen erschließen sich Kindern der jüngeren Altersgruppe, sodass in der Spielvorberei-

tung hinsichtlich der Kartenwahl auf alters- und entwicklungspsychologische Passung geachtet werden sollte. Dies wird durch farbige Markierungen auf den Karten unterstützt, erleichtert die Erstellung von individualisierten Kartensets und lässt auch bei den Spielleiter*innen Spielfreude aufkommen.

Für Sie gelesen von
Luise Hollerer
aus Graz

Bergmann, Felicitas

Kreatives Problemlösen mit Jugendlichen. 75 Therapiekarten

2021, Weinheim – Basel, PVU Psychologie Verlags Union in der Verlagsgruppe Beltz, Booklet mit 21 Seiten, €49,95

Die Autorin stellt mit dieser Veröffentlichung eine Sammlung von 75 Therapiekarten zur Verfügung, die sie selbst als Jugendlichentherapeutin entwickelt hat. Die Karten weisen Symbole auf, die jeweils auf der Rückseite Anleitungen für die Jugendlichen geben. Sie lädt Kolleg*innen ein, offen mit dem Material umzugehen. In einer 21 Seiten umfassenden beiliegenden Broschüre erklärt sie den theoretischen Hintergrund, den Aufbau der Karten und deren Einsatzmöglichkeiten.

Der methodische Zugang orientiert sich vorwiegend an der Verhaltenstherapie mit Problemlösungstraining. Es finden sich auch Anleihen bei Impact-Techniken und systemischen Vorgehensweisen wie Ressourcenaktivierung, Externalisierung und Reframing. Auch der Humor kommt nicht zu kurz und Metaphern werden gerne angewandt.

Die Karten orientieren sich am Therapieverlauf und sind auf der Rückseite farblich entsprechend zugeordnet. In der diagnostischen Phase werden Angebote für die Verbalisierung und Zuordnung der Probleme junger Menschen angeboten; der nächste Bereich dient der Zielformulierung. Einige Karten beschäftigen sich mit den Hindernissen auf dem Lösungsweg und in der Abschlussphase geht es um die Reflexion der Lösungssuche und die Würdigung der Annäherung an Lösungen; auch eine Rückfallprophylaxe wird angeboten.

Weiterführende Hinweise zu den einzelnen Karten werden durch ein Buchsymbol auf der Karte gekennzeichnet, unterstützt durch einen entsprechenden Text im Booklet; dies dient zur Unterstützung der TherapeutInnen für ein vertiefendes Verständnis des Einsatzes der jeweiligen Karte. Einzelne Karten werden in der beiliegenden Broschüre genauer beschrieben; ein Überblick über alle Karten findet sich am Ende der Broschüre.

Die Karten sind eine Einladung zum kreativen Gestalten in der Psychotherapie. Einige Bilder konnte ich bereits in meiner therapeutischen Arbeit nutzen, nicht nur bei Jugendlichen. Die Bilder sind sehr ansprechend gestaltet. Mancher Text auf der Kartenrückseite entspricht nicht meiner therapeutischen Herangehensweise, das beeinträchtigt aber nicht den Nutzen der Bilder.

Damit kann ich die Verwendung dieser Therapiekarten für Psychotherapeut*innen und klinische Psycholog*innen in spielerischer Weise durchaus empfehlen.

Für Sie gelesen von
M. Brigitta Beghella
aus Salzburg

Stangier, Ulrich, Kananian, Schahryar, Yehya, Marwan & Hinton, Devon E.

Kulturell adaptierte Verhaltenstherapie für Menschen mit Fluchterfahrung

2020, 1. Auflage, Weinheim – Basel, Beltz Verlag
ISBN 978-3-621-28797-5, 222 Seiten, €44,95

Für viele Geflüchtete beginnt meist erst nach dem Erwerb genügender Deutschkenntnisse die Auseinandersetzung mit ihrem Trauma. Die psychischen Belastungen nach der Flucht sind meist geprägt von Ängsten, Depressionen und/oder einer Posttraumatischen Belastungsstörung. Als besonderes Merkmal kommt der kulturelle Hintergrund der Betroffenen aus Afghanistan bzw. Irak/Syrien hinzu. Das vorliegende Buch befasst sich mit verschiedenen Therapiemöglichkeiten, um Resilienz und innere Ausgeglichenheit zu stärken sowie bestehenden Ängsten und Sorgen einer Stigmatisierung entgegenzuwirken.

Im Manual werden verschiedene Belastungsfaktoren von Geflüchteten beleuchtet sowie kulturelle Problemstellungen in der Therapie berücksichtigt. Da es auf Grund der Herkunft oftmals große Scham und Angst vor Stigmatisierung gibt, fällt es den Betroffenen häufig schwer, Hilfe anzunehmen. Im Manual werden vereinfachte Störungsmodelle (Thinking a lot) vermittelt, um so einen Einstieg in eine psychotherapeutische Behandlung zu erleichtern. Zusätzlich werden Ausdrucksweisen (Idioms of Distress) der beiden Länder vorgestellt, um zu verdeutlichen, wie Gefühle und belastende Zustände in der jeweiligen Sprache ausgedrückt werden.

Die Therapieprogramme sind aufgeteilt in Einzel- und gruppentherapeutische Programme. Die Gruppentherapie umfasst dabei einen strukturierten Ablauf für 12 Sitzungen, bei der für jede Sitzung ein thematischer Schwerpunkt vorliegt. Allgemein sollen sowohl im Ein-

zel- als auch im Gruppensetting Psychoedukation, Problemlösestrategien, Meditation, körperorientierte Übungen und imaginative Übungen zum Einsatz kommen. Zudem werden kritische Therapiesituationen und deren Umgang beschrieben. Weiters wird der Einsatz von Dolmetschern diskutiert, damit diese rein als Übersetzer agieren und nicht eine therapeutische Rolle einnehmen.

Die im Anhang verfügbaren Arbeitsmaterialien, wie Arbeitsblätter und Audiodateien, sind online in Arabisch und Farsi zum Download verfügbar und können somit für die Klienten in ihrer Sprache zur Verfügung gestellt werden. Ein Überblick der gängigen diagnostischen Verfahren und Hilfestellung zur Diagnosestellung runden das Angebot des Buches ab.

Insgesamt bietet das vorgestellte Buch eine Vielzahl an verhaltenstherapeutischen Interventionen, um Geflüchtete zu stärken und zu unterstützen. Das Buch ist sehr interessant geschrieben und ermöglicht es Psychologen und Psychologinnen, Betroffenen eine wertvolle Hilfe anbieten zu können und passender auf ihre Bedürfnisse in der Beratung eingehen zu können.

Für Sie gelesen von
Verena Burtscher
aus Bludenz

Hüther, Gerald

Lieblosigkeit macht krank

2021, Freiburg im Breisgau, Verlag Herder GmbH
ISBN 978-3-451-60099-9, 172 Seiten, € 18,90

Der Autor Gerald Hüther beschäftigt sich als Neurobiologe mit dem Einfluss früher Erfahrungen auf die Hirnentwicklung und den Auswirkungen von Angst und Stress. Der zentrale Ansatz seines Buches „Lieblosigkeit macht krank“ lautet wie folgt:

„Krank werden wir deshalb, weil wir das, was uns krank macht, für etwas halten, das uns glücklich machen soll. Und dafür sind wir bereit und haben leider auch allzu gut gelernt, völlig lieblos mit uns selbst und mit anderen umzugehen. Viele Menschen sind auf der Suche nach möglichst viel Anerkennung, Erfolg, Reichtum und Besitz lieblos geworden. Anderen war es besonders wichtig, alles im Leben zu optimieren und zu kontrollieren, oft sogar sich selbst. Auch das hat sie lieblos gemacht. Manche wünschen sich, von anderen gebraucht, von ihnen beschützt und umsorgt zu werden. Aber es ist nicht liebevoll, die Verantwortung für sich selbst an andere abzugeben.“ (Hüther, 2021, S. 11)

Wir sind alle auf der Suche, wie wir glücklich und gesund bleiben können. Die meisten Menschen wünschen

sich ein Leben ohne Sorgen, mit viel Geld und Wohlstand, doch dieses Leben kann niemals glücklich machen, weil Glücksgefühle im Gehirn nur dann entstehen können, wenn sich das, was wir im Augenblick erleben, sehr positiv vom vorher Erlebten unterscheidet. Am glücklichsten sind wir, wenn wir aus eigener Kraft unsere körperlichen und seelischen Bedürfnisse stillen können. Dazu müssen wir selbst herausfinden, worauf es in unserem Leben ankommt. Viele Menschen beginnen diese Suche allerdings nicht bei sich selbst, sondern möchten möglichst viel Einfluss, Macht, Reichtum, Statussymbole und Positionen erreichen, durch welche sie sich als wertvoll erleben, auch indem sie sich auf Kosten anderer durchsetzen. Wenn wir andere Menschen zu Objekten unserer Ziele, Erwartungen, Bewertungen und Anordnungen machen, können wir unsere Persönlichkeit jedoch nicht weiterentwickeln und somit auch nicht dauerhaft glücklich, gesund oder ein liebevoller Mensch werden.

Laut Dr. Hüther müssen wir uns stattdessen als Subjekte begegnen und auch andere Menschen so betrachten: als verletzbare Personen mit tiefen Bedürfnissen und einer Vielfalt von Erfahrungen, die unsere Einzigartigkeit ausmachen. Wir sollten uns entscheiden bewusster, zuversichtlicher, mehr im Einklang mit uns und der Natur sowie liebevoller uns selbst und anderen gegenüber zu leben.

Ausgehend von der Funktionsweise des Gehirns erläutert der Autor in seinem Buch leicht verständlich die Zusammenhänge von Bedürfnissen, Gesundheit, Selbstheilungsprozessen und Krankheit. Zentral ist dabei der lieblose Umgang mit uns und unserem Körper, der sich in unserer globalisierten, digitalisierten Welt zunehmend ausbreitet. Das Buch ist für jede/n geeignet und regt zum Nachdenken über die eigene derzeitige Situation oder auch von Klient/innen und Patient/innen an. Es liefert viele wertvolle Impulse, gesund zu bleiben, mehr auf sich zu achten und damit seine Selbstheilungskräfte wieder zu aktivieren.

Für sie gelesen von
Petra Hinteregger
aus Klagenfurt

Sutter, Marielle & Greenberg, Leslie S.

Praxis der Emotionsfokussierten Therapie. Ein transdiagnostischer Leitfaden

2021, München, Ernst Reinhardt Verlag
ISBN 978-3-497-03018-7, 235 Seiten, € 29,90

Frau Dr. Sutter und Prof. Greenberg leiten gemeinsam das Schweizerische Institut für Emotionsfokussierte

Therapie (EFT) in Bern und gehen im vorliegenden Buch grundlegend von dem Menschenbild aus, dass Menschen wachsen und überleben wollen. Dies gelingt umso leichter, wenn Menschen nährnde Erfahrungen von Anbeginn ihres Lebens machen, Bedürfnisse entsprechend befriedigen und Emotionen verarbeiten können. Ungünstige Lernerfahrungen können hingegen maladaptive Schemata hervorbringen, die keine Hilfe zur echten Bedürfnisbefriedigung darstellen. Im Gegenteil: Maladaptive Schemata bilden einen Nährboden für psychische Erkrankung aus, wenn Menschen immer wieder nicht wissen, was sie brauchen und möchten, den eigenen Gefühlen wiederholt ausgeliefert sind oder etwa diese nicht wahrnehmen.

Im verwendeten transdiagnostischen Ansatz werden unterschiedlichen Störungsbildern dieselben Verarbeitungsprobleme zugrunde gelegt (Greenberg, 2021):

- a) Wiederkehrende intensive negative Emotionen
- b) Fehlende Akzeptanz bzw. negative Reaktionen auf negative Emotionen
- c) Negative Bewertung von Emotionen
- d) Bemühen um „Schutz“ vor negativen Emotionen (Reduktion, Abwehren, Kontrollieren, Vermeiden)

Im vorliegenden Buch wird emotionsfokussierte Therapie als eine erlebensorientierte Arbeit mit Emotionen beschrieben mit EFT-Therapeutinnen und -Therapeuten, die nicht EFT machen, sondern EFT schlichtweg sind. Im Sinne von Grawe (1998) bedarf eine Veränderung der prozessualen Aktivierung, denn nur was erlebt wird, kann sich wandeln. Emotionale Verarbeitung in der EFT heißt ein produktives Umgehen mit Gefühlen im Hinblick auf Wahrnehmen, Erleben, Erfahren, Verstehen und Regulieren.

Im ersten Teil des Buches werden neben der Entstehung und Behandlung emotionaler Schwierigkeiten ausführlich Grundlagen der Emotionsdiagnostik ausgeführt. Ziel ist es, Reaktionen auf schlechte Erfahrungen zu identifizieren, die belasten und sich längerfristig eben nicht hilfreich für die Befriedigung von Bedürfnissen erwiesen haben. Die Wichtigkeit der Therapiebeziehung als robuster Prädiktor für den Therapieerfolg und das MENSIT-Modell stellen den Schwerpunkt der ersten beiden Kapitel des Buches dar. Das dritte und vierte Kapitel handeln von der Praxis der EFT und vom Umgang mit schwierigen Momenten. Im Praxisteil des Buches werden erlebensvertiefende und regulierende Interventionen vorgestellt und anhand von Beispieldialogen dargestellt. Der aufmerksamen Leserin und dem Leser entgegen dabei nicht Indikation und Kontraindikation von derlei Interventionen. Der Schluss des Buches handelt vom Umgang mit schwierigen Momenten im Psychotherapieprozess.

In der EFT interessiert weniger Effektivitäts- und Vergleichsforschung, sondern vielmehr wie tief sich Verhaltensmuster in relevanten Therapiesitzungen verändern. In diesem Ansatz werden Untersuchungen bevorzugt, die den Zusammenhang zwischen therapeutischen Interventionen, der Verarbeitungstiefe und dem Therapieergebnis erforschen.

Das am humanistischen und neuropsychologischen Ansatz orientierte Fachbuch ist allen empfohlen, die sich kundig machen möchten im Umgang mit wiederholten schmerzhaften Erfahrungen und Wege zu einem verbesserten Umgang mit Emotionen suchen.

Literatur im Text:

- Grawe, K. (1998). Psychologische Therapie. Göttingen: Hogrefe Verlag.
Greenberg, L. (2021). Changing Emotion with Emotion. A Practitioner Guide. Washington: APA.

Für Sie gelesen von
Ulrike Richter
aus Linz

Bock, Thomas

Psychose und Eigensinn. Noncompliance als Chance

2021, 1. Auflage, Köln, Psychiatrie Verlag
ISBN 978-3-96605-177-4, 191 Seiten, € 18,50

In diesem Werk des psychologischen Psychotherapeuten und Leiters der sozialpsychiatrischen Spezialambulanz für Psychosen und bipolare Störungen am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf wird das Thema der schizophhrenen und affektiven Psychosen aufgegriffen. Im Aufriss werden die Aspekte von Eigensinn dargestellt, jedoch ohne auf das Thema an sich einzustimmen in Form einer Begriffsannäherung oder gar Definition. Fragen wie „Wie zeigt sich Eigensinn? Wo begegnet man ihm? Was sind die Herausforderungen?“ bleiben anfangs unbeantwortet und erschweren es von Beginn an, das Thema und das Anliegen des Buches zu erfassen. Zum Schluss hin, vor allem durch den zweiten Teil des Buches, die Schilderung von 17 Fallbeispielen, werden Thema und Botschaft des Buches greifbar und verständlich.

Interessant ist, dass Prof. Dr. phil. Bock – selbst tätig in einer sozialpsychiatrischen Institution – mit selbiger Knallhart abrechnet und mit konstruktiver Kritik an der Starrheit der Psychiatrie hinsichtlich Prozessen, Menschen- und Krankheitsbildern sowie Behandlungskonzepten nicht hintanhält. Anhand unterschiedlicher Beispiele werden die Grenzen der Psychiatrie sowie

die Herausforderung der institutionellen Behandlung eigensinniger psychoseerfahrener Noncompliance-PatientInnen geschildert und gleichwohl auch Lösungs-ideen und Verbesserungsansätze konkret genannt.

Im Mittelteil erfolgt die Vorstellung einer Studie zu Entstehung, Sinn und Bedeutung sowie der Botschaft von Psychosen. Das Charakteristikum des Eigensinns fehlt hier gänzlich, was dem Zusammenhang und dem roten Faden des Buches an dieser Stelle eher abträglich erscheint. Nichtsdestotrotz sind die Ergebnisse und Erkenntnisse der Studie im Lesefluss erfrischend und bieten einen neuen Blickwinkel auf das Erleben und die Behandlung der angesprochenen PatientInnen.

Aus aktuellem Anlass können auch in diesem Zusammenhang Tipps im Umgang mit den Corona-Pandemie-Auswirkungen im Buch vorgefunden werden.

Die bereits erwähnten Fallbeispiele bieten dem Leser/der Leserin eine unterschiedliche Erkenntnistiefe. Zugutehalten möchte ich hier jedoch die sehr behutsame, individuelle und gut erklärte Annäherung des Autors, in diesen Beispielen oftmals als Psychotherapeut, an die PatientInnen. In der persönlichen Begegnung

und im Dialog mit seinen PatientInnen vermittelt Prof. Dr. phil. Bock einen äußerst interessanten Einblick in seine Arbeit als Psychotherapeut und stellt dadurch den gewohnten und gängigen Griff zu Psychopharmaka verständlicherweise in Frage.

Zum Abschluss fasst der Autor nochmals aus verschiedenen Gesichtspunkten die Fälle zusammen, stellt Gemeinsamkeiten vor und streicht Unterschiede heraus.

Fazit: Anfangs kann das Einfinden in das angesprochene Thema selbst einem Fachmann/einer Fachfrau, der/die mit psychoseerfahrenen PatientInnen zu tun hat, Schwierigkeiten bereiten. Es lohnt sich jedoch dranzubleiben, da das Buch einen sehr guten Einblick in die Welt der Behandlung dieser Patientengruppe bietet und anregende Denkanstöße zum Umdenken in der Psychiatrie und im Umgang mit PatientInnen gibt.

Für Sie gelesen von
Sandra Wimmer
aus Linz