Vorwort

Als im Jahr 1996 mit der „Praxis der Psychotherapie“ das erste konsequent integrative Lehrbuch für Psychotherapie erschien, konnten wir Herausgeber nicht ahnen, wohin die Reise gehen wird. Die „Praxis“ liegt inzwischen in der 5. Auflage vor. Ermutigt durch den Erfolg der integrativen Idee, starteten wir im Jahr 2000 das Projekt einer Zeitschrift: Bislang können wir auf 13 erfolgreiche Jahre der integrativ angelegten Zeitschrift für Praktiker „Psychotherapie im Dialog (PiD)“ zurückblicken. Jetzt runden wir das Experiment mit damals ungewissem Ausgang im Jahr 2013 mit den jetzt vorliegenden „Techniken der Psychotherapie“ ab.

In der psychotherapeutischen Praxis kommt man nach unserer Überzeugung über den Dialog zwangsläufig zur Technik. Mit anderen Worten haben wir das Ziel, das wir uns gesetzt hatten, (fast) erreicht: Über Methodentransparenz haben wir Mut zur Methodenkombination gemacht und sind über den beständigen Dialog bei einer pragmatischen Methodenintegration angekommen. Schon das Wort Integration führt bei manchen Kolleginnen und Kollegen zu Gänsehaut mit der Sorge und in der Vorstellung, dass die eigene wohl behütete psychotherapeutische Identität dadurch bedroht sei. Hier können wir schon vorab beruhigen: Mit unserem auf die konkrete Praxis bezogenen Ansatz – deswegen haben wir in Anlehnung an Peter Fürstenau (1979) für das Grundlagenkapitel den etwas provokanten Begriff Praxeologie gewählt – treten wir niemandem auf die Füße und jeder kann bei seiner Identität bleiben. Wir geben lediglich zu bedenken, dass sich die Psychotherapie in den letzten Jahrzehnten rasant weiterentwickelt hat und der so genannte Schulenstreit anachronistisch ist, da wir es mit unterscheidbaren psychotherapeutischen Kompetenzen für eine psychotherapeutische Behandlung zu tun haben. Diese Kompetenzen resultieren aus den verschiedenen wissenschaftlichen Theorien und aus den unterschiedlichen klinischen Erfahrungsbildungen in der Psychotherapie – das ist in der „Praxis der Psychotherapie“ ausführlich dargelegt. Je nach Störungsbild, Problemstellung, Persönlichkeit, psychosozialer Voraussetzung, Rahmenbedingung usw. stehen uns unterschiedliche psychotherapeutische Verfahren, Methoden, Techniken und Settings als differenzielle psychotherapeutische Kompetenzen zur Verfügung – das wiederum findet sich in den „Techniken der Psychotherapie“. Und um diese Aspekte zusammenzuführen, brauchen wir den Dialog.

Genau diesen psychotherapeutischen Dialog wollen wir mit diesem Buch voranbringen. Wir haben uns bemüht, in einem pragmatischen Grundmodell zusammenzuführen, was die Psychotherapie an Behandlungsmöglichkeiten zu bieten hat. Das Grundmodell ist daran orientiert, was im Rahmen wissenschaftlich gesicherter Wirkfaktoren der Psychotherapie an Behandlungstechniken zur Verfügung steht und in der Praxis zur Anwendung kommt, um die gestörte Balance von Anforderung und Bewältigung bei unseren Patientinnen und Patienten wieder ins Lot zu bringen. Hierzu wollen wir ihnen nicht nur dabei helfen, ihre Probleme und Motivationen erkennen zu lernen und dafür Lösungen zu finden, sondern auch gezielt ihre Resilienz stärken, indem wir ihre Ressourcen fördern. Neu ist dabei, dass wir nicht nur von einer kurativen oder akuten, sondern ebenso von einer präventiven, bewältigungsorientierten und auch palliativen Psychotherapie sprechen und diese Ansätze unterscheiden.

Techniken und Praxis sind also ein Geschwisterpaar, sie gehören zusammen und ergänzen sich mit ihren unterschiedlichen Schwerpunkten. In den Techniken erscheint, bekannt aus früheren Auflagen der Praxis, wieder das Kapitel Spezielle Therapietechniken, und es finden sich die Hinweise zu den Rahmenbedingungen für eine qualifizierte psychotherapeutische Tätigkeit.

Allen Autorinnen und Autoren, die an diesem Buchprojekt beteiligt sind, danken wir sehr herzlich. Herzlichen Dank sagen wir Frau Korinna Engeli, Frau Katharina Esmarch und Frau Heide Addicks sowie allen anderen Beteiligten vom Thieme Verlag, die unser Projekt und jetzt auch dieses Buch über die Jahre hinweg mit energischer Geduld, aber auch mit viel Ermutigungen und vor allem herzlicher Verbundenheit begleitet und befördert haben.

Nordhausen, Essen, Bad Bergzabern, im Frühjahr 2013
Bettina Wilms, Wolfgang Senf, Michael Broda

aus: Senf u.a., Techniken der Psychotherapie (ISBN 9783131631619) © 2013 Georg Thieme Verlag