

Psychodynamische Psychotherapie

Die Arbeit an Konflikt, Struktur und Trauma

Bearbeitet von
Gerd Rudolf

2., überarb. Aufl. 2014. Buch. ca. 272 S. Hardcover
ISBN 978 3 7945 2988 9
Format (B x L): 16,5 x 24 cm

[Weitere Fachgebiete > Psychologie > Psychotherapie / Klinische Psychologie > Psychodynamische Therapieverfahren](#)

Zu [Inhaltsverzeichnis](#)

schnell und portofrei erhältlich bei


DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

Stärken besser nutzen zu können, ein realistisches Selbstwertgefühl aufrechterhalten zu können, sich mit anderen besser verständigen zu können, eine größere Bandbreite von Affekten erleben und aushalten zu können, emotional lebendiger zu sein, sein Leben freier und flexibler gestalten zu können.

Damit wird ein psychodynamisches Vorgehen mit aufdeckender, bewusstmachender Zielsetzung in einer deutlich emotional gefärbten, interaktionell betonten Psychotherapie beschrieben. Nicht berücksichtigt sind die in der europäischen Tradition betonten Aspekte von Übertragung, Widerstand, Regression, Unbewusstheit, Abwehr und Deutung. Die Autoren beschreiben eine Therapie, die erkennbar psychoanalytische Wurzeln hat, aber ebenso erkennbar auf die Verwendung klassischer analytischer Ansätze zugunsten einer psychodynamisch-interaktionellen Vorgehensweise verzichtet.

Während in früherer Zeit zu Recht auf Forschungsdefizite in diesem Therapieansatz hingewiesen wurde, konnte in jüngerer Zeit die Wirksamkeit psychodynamischer Ansätze in zahlreichen Einzelstudien und Metaanalysen belegt werden (DeMaat et al. 2009, 2013; Grande et al. 2006, 2012; Jakobsen et al. 2007; Leichsenring 2002; Leichsenring u. Rabung 2008, 2011; Rudolf u. Doering 2012; Rudolf et al. 2012; Shedler 2010; Zipfel et al. 2013).

1.4 Psychodynamische Psychotherapie als Verfahren

Psychodynamische Psychotherapie als therapeutisches Verfahren umfasst alle analytisch begründeten Vorgehensweisen, die, wie z. B. die Analytische oder Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, methodische Varianten des Verfahrens darstellen.

In den zurückliegenden Abschnitten wurden die wesentlichen Merkmale der Therapieansätze zusammengestellt, die sich aus psychoanalytischen Wurzeln heraus entwickelt haben. Im Folgenden wird die Zweckmäßigkeit und Notwendigkeit begründet, diese Vielfalt in dem Verfahren der Psychodynamischen Psychotherapie zusammenzufassen.

1.4.1 Psychodynamisch begründete Verfahren: eines oder mehrere?

Die im deutschen gesundheitlichen Versorgungssystem geltende Psychotherapie-Richtlinie (Fassung vom 17. Juli 2008, in Rüger et al. 2009) definiert als Behandlungsformen der Psychotherapie:

- psychoanalytisch begründete Verfahren (§ 14) und
- Verhaltenstherapie (§ 15).

Psychoanalytisch begründete Verfahren werden wie folgt definiert:

„Diese Verfahren stellen Formen einer ätiologisch orientierten Psychotherapie dar, welche die unbewusste Psychodynamik neurotischer Störungen mit psychischer oder somatischer Symptomatik zum Gegenstand der Behandlung machen. Zur Sicherung ihrer psychodynamischen Wirksamkeit sind bei diesen Verfahren übende und suggestive Interventionen auch als Kombinationsbehandlung grundsätzlich ausgeschlossen.“

„Als psychoanalytisch begründete Therapieverfahren gelten im Rahmen dieser Richtlinie die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie und die analytische Psychotherapie.“

Auf der vergleichbaren Ebene finden sich in der Verhaltenstherapie fünf „Schwerpunkte der therapeutischen Interventionen“ wie z. B. stimulusbezogene Methoden, responsebezogene Methoden, Methoden des Modelllernens, Methoden der kognitiven Umstrukturierung und Selbststeuerungsmethoden, d. h. es erfolgt keine weitere Aufteilung in Verfahren, sondern die Beschreibung von Methoden. Während also für die Verhaltenstherapie unterschiedliche methodische Variationen beschrieben werden, findet sich für die psychoanalytisch begründeten Verfahren die Unterscheidung von Analytischer und Tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie. Dabei wird sprachlich nicht ganz klar, ob es sich um zwei Verfahren oder um zwei Methoden eines Verfahrens handelt. Hoffmann hatte bereits 2000 für die Verwendung des Begriffs „Psychodynamische Psychotherapie“ plädiert.

Die Begriffe **Psychotherapieverfahren** und **Psychotherapiemethode** werden in der neuen Fassung der Psychotherapie-Richtlinie definiert (Rüger et al. 2009). Das wurde notwendig, nachdem sich der Gemeinsame Bundesausschuss mit dem Wissenschaftlichen Beirat Psychotherapie über einen umfangreichen methodischen Definitionskatalog (Methodenpapier) geeinigt hatte (Wissenschaftlicher Beirat 2007). Die Definitionen lassen deutlich werden, dass die Psychotherapiemethode der engere Begriff ist, der eine therapeutische Vorgehensweise zur Behandlung einer oder mehrerer Störungen auf der Grundlage einer Behandlungstheorie beschreibt. Hingegen wird bei den Psychotherapieverfahren „ein breites Spektrum von Anwendungsbe-
reichen oder mehrere darauf bezogene psychotherapeutische Behandlungsmethoden für ein breites Spektrum von Anwendungsbereichen“ benannt sowie eine „umfassende Theorie der Entstehung und Aufrechterhaltung von Krankheit und Behandlung“ oder gar „verschiedene Theorien der Entstehung und Aufrechterhaltung von Krankheit und ihrer Behandlung auf der Basis gemeinsamer theoriegebundener Grundannahmen“.

Neu formuliert ist auch die Voraussetzung für die Anerkennung von Psychotherapieverfahren und -methoden. Hier muss zum einen das therapeutische Verfahren durch den Wissenschaftlichen Beirat als wissenschaftlich anerkannt werden, sodann muss der indikationsbezogene Nutzen durch den Gemeinsamen Bundesausschuss anerkannt werden und zwar mindestens für die drei wichtigsten Anwendungsbereiche (affektive Störungen, Angst- und Zwangsstörungen, somatoforme und dissoziative Störungen) sowie zusätzlich für mindestens einen Anwendungsbereich aus einer weiteren Störungsgruppe und mindestens zwei aus einer Liste von anderen Anwen-

dungsbereichen. Ein Psychotherapieverfahren muss sich also als Breitbandverfahren bei zahlreichen Störungen als effektiv erwiesen haben.

Ein neues psychotherapeutisches Verfahren kann erst nach Anerkennung durch den Wissenschaftlichen Beirat und nach der Anerkennung durch den Gemeinsamen Bundesausschuss bezüglich Nachweis von Nutzen, medizinischer Notwendigkeit und Wirtschaftlichkeit indikationsbezogene Anwendung finden.

1.4.2 Psychodynamische Psychotherapie als Oberbegriff

Anlässlich der Überprüfung der Wissenschaftlichkeit von Tiefenpsychologisch fundierten und Analytischen Psychotherapien hat der Wissenschaftliche Beirat Psychotherapie 2004 eine Stellungnahme abgegeben, in der er beide Therapien unter dem Oberbegriff der „Psychodynamischen Psychotherapie“ zusammenfasst (Wissenschaftlicher Beirat 2004):

„Der Wissenschaftliche Beirat Psychotherapie sieht keine wissenschaftliche Grundlage für eine Unterscheidung zwischen tiefenpsychologisch fundierten und analytischen Psychotherapien als zwei getrennten Verfahren. Diese Unterscheidung ist lediglich sozialrechtlich bedingt und eine Besonderheit der Bundesrepublik Deutschland (...) Bei der psychodynamischen Psychotherapie handelt es sich um ein Verfahren, bei dem verschiedene Methoden und Techniken mit einem gemeinsamen störungs- und behandlungstheoretischen Hintergrund in den verschiedenen Settings zur Anwendung gelangen.“

Im Weiteren wird psychodynamische Therapie folgendermaßen definiert:

„Die psychodynamische Psychotherapie gründet auf der Psychoanalyse und ihren Weiterentwicklungen. Die Behandlungsprinzipien der Psychodynamischen Psychotherapie bestehen in einer Bearbeitung lebensgeschichtlich begründeter unbewusster Konflikte und krankheitswertiger psychischer Störungen in einer therapeutischen Beziehung unter besonderer Berücksichtigung von Übertragung, Gegenübertragung und Widerstand. Dabei wird je nach Verfahren stärker im Hier und Jetzt oder im Dort und Damals gearbeitet, die Stundeninhalte sind je nach Verfahren strukturierter (Technik: Fokussierung) oder unstrukturierter (Technik: freie Assoziation), und der Therapeut greift jeweils auf eine stärker aktive oder eher zurückhaltendere Interventionstechnik zurück.“

Nach der Verabschiedung des Methodenpapiers mit der Unterscheidung von Verfahren und Methode hat der Wissenschaftliche Beirat (2008) eine ergänzende Stellungnahme zur psychodynamischen Psychotherapie abgegeben, welche feststellt, dass die 2004 dargelegte Einschränkung auf Behandlungen bis 100 Stunden vor dem Hintergrund des inkraftgetretenen Methodenpapiers nicht mehr berechtigt ist, da sich der Prüfauftrag nicht auf die gesonderte Wirksamkeitsprüfung der einem Verfahren zuzuordnenden Methoden (z. B. eine methodische Variation mit langer Behandlungsdauer) bezieht. Mit einfachen Worten gesagt: Tiefenpsychologisch fundierte und Analytische Psychotherapien werden in ihren unterschiedlichen Ausgestaltungen als

methodische Varianten *einem* Verfahren, der **Psychodynamischen Psychotherapie**, zugeordnet. Dieses Gesamtverfahren gilt als wissenschaftlich begründet.

Vor diesem Hintergrund betrachten wir nun auch im Folgenden Psychodynamische Psychotherapie als ein psychotherapeutisches Verfahren, dessen methodische Varianten durch gemeinsame theoriegebundene Grundannahmen verknüpft sind (vgl. Cierpka u. Buchheim 2001). Das enthebt freilich die Anwender nicht der Aufgabe, sich nun mit Fragen der Differenzialindikation zu beschäftigen, d. h. zu klären, welche methodische Variante bei welcher Art von Störung wirksam, zweckmäßig und nicht zuletzt auch wirtschaftlich ist.

Die psychoanalytischen Fachgesellschaften vertreten verständlicherweise die Ansicht, dass die angemessene Bezeichnung für das gemeinsame Verfahren nicht psychodynamische, sondern psychoanalytische Therapie heißen sollte (Brandl et al. 2004). Die Bezeichnung „psychoanalytisch“ unterstreicht das traditionelle, kulturhistorische Moment und betont, dass jedes psychodynamische Vorgehen letztlich mit psychoanalytischen Mitteln arbeitet. Die Bezeichnung „psychodynamisch“ bezieht sich hingegen auf den internationalen Sprachgebrauch für therapeutische Vorgehensweisen, die sich aus psychoanalytischen Wurzeln in verschiedene Richtungen fortentwickelt haben. Der erste Begriff unterstreicht sozusagen das zu wahrende freudianische Erbe, der zweite seine post-freudianischen Weiterentwicklungen. So gesehen dürfte es, je nach Sozialisation und Einstellung, Befürworter für beide Bezeichnungen geben. Die Auseinandersetzung um die Namensgebung ist vordergründig, faktisch geht es um die Inhalte des Verfahrens: Wie psychoanalytisch muss psychodynamische Therapie sein oder umgekehrt, wie weit können psychodynamische Therapien modifiziert und anderen Verfahren angenähert werden? Das schließt freilich auch die Frage nach der „Deutungshoheit“ ein: Wer hat das Recht, nicht nur sein eigenes, sondern auch das Vorgehen der anderen Seite zu definieren? – eine Frage von großer Tragweite für die Aus- und Weiterbildung.

Die eingeführten **Psychotherapielehrbücher** bewegen sich im Blick auf psychodynamische Aspekte auf einem Kontinuum zwischen betont analytischen und eher integrativen Akzenten: Mentzos (Lehrbuch der Psychodynamik 2009) ist psychoanalytisch ausgerichtet, auch Ermann (Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, 5. Aufl. 2007) unterstreicht im Untertitel die „psychoanalytische Grundlage“, während das Lehrbuch von Rudolf und Henningsen (Psychotherapeutische Medizin und Psychosomatik, 7. Aufl. 2013) seit der ersten Auflage 1993 die „psychodynamische Grundlage“ betont. Bei Hoffmann et al. (Neurotische Störungen und Psychosomatische Medizin, 8. Aufl. 2009) lassen sich beide Aspekte erkennen. Reimer und Rüter (Psychodynamische Psychotherapie, 4. Aufl. 2012) versteht sich als „Lehrbuch der tiefenpsychologisch fundierten Therapieverfahren“, ebenso Wöller und Kruse (Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, 3. Aufl. 2010), auch Klöpffer (Reifung und Konflikt 2006) führt die Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie im Untertitel. Hingegen plädieren Senf und Broda (Praxis der Psychotherapie, 5. Aufl. 2012) für die Integration von Psychoanalyse und Verhaltenstherapie. Auch Schüssler (Psychosomatik/Psychotherapie systematisch, 3. Aufl. 2005) vertritt eine breite Position, beginnend bei psychoanalytischen Konzepten bis hin zur Verhaltenstherapie. Herpertz et al. (Störungsorientierte Psychotherapie 2008) schließlich bemühen sich