

Entwicklung benachbarter Wissenschaften einen offenen, aber auch kritischen Diskurs zu führen. Dabei halte ich es jedoch für wesentlich, den Anspruch unseres Ansatzes nicht aus den Augen zu verlieren, nämlich durch die Bereitstellung einer geeigneten förderlichen Beziehung Wachstum und persönliche Entwicklung unserer Klienten/Klientinnen zu fördern. Systemtheorie kann dabei nur im Rahmen eines interdisziplinären Diskurses einen Beitrag für unseren Ansatz leisten, indem wir unsere Konzepte ständig im Lichte von deren Erkenntnissen und Paradigmen diskutieren und gegebenenfalls modifizieren, wie dies auch gegenüber anderen Nachbardisziplinen, wie der Neurobiologie, der Sozialpsychologie oder der Säuglingsforschung der Fall ist. Geht es doch immerhin bei der wissenschaftlichen Begründung der Personenzentrierten Psychotherapie neben der internen, narrativen Kohärenz auch um die externe Kohärenz, das heißt, sie muss sich als kohärent mit dem allgemein anerkannten Wissensstand in diesen Bereichen erweisen.

Grundlage für die Diskurs- und Anschlussfähigkeit von Methoden ist die Aneignung und Reflexion der Entwicklung der eigenen Konzepte auf der Basis der eigenen Tradition und der kulturellen Deutungssysteme, aus denen sie hervorgehen. Erst dann ist es möglich die Gültigkeit von Bedeutungs- und Begründungszusammenhängen zu erfassen und in den Dialog mit anderen Schulen einzubringen, ohne Gefahr zu laufen, die eigenen Grundlagen und Ansprüche aus den Augen zu verlieren. Sie kann jedenfalls nicht auf der unkritischen

Übernahme schulenfremder Konzepte oder auf empirischen Daten der Erfolgskontrolle gründen. So wäre dabei abzuklären, welche institutionellen, kulturellen und letztlich persönlichen Bedingungen und welche wissenschaftlichen Voraussetzungen z. B. zur Entwicklung der Triebtheorie durch Freud geführt haben und warum andere Schulen ohne Triebtheorie auskommen; welche Implikationen damit verbunden sind und welche Konsequenzen es hat. Dasselbe gilt für das Konzept der „Aktualisierungstendenz“ unseres Ansatzes oder des „operanten Lernens“ in der Verhaltenstherapie. Wir müssen davon ausgehen, dass die verschiedenen Methoden auf unterschiedlichen Voraussetzungen basieren, unterschiedliche Intentionen einbringen und damit auch unterschiedliche Ansprüche und Ziele verbinden. Es geht darum, die oft impliziten Grundannahmen und Ideologien herauszuarbeiten und in den Diskurs einzubringen. Außerdem geht es dabei auch um die Entscheidung, ob wir uns als angewandte Psychologie verstehen wollen, indem wir auf der Basis von naturwissenschaftlichen Konzepten und den daraus abgeleiteten Techniken arbeiten, die sich empirisch-statistisch als wirksam erwiesen haben (à la Grawe) oder als eigenständige wissenschaftliche Disziplin mit einem spezifischen Gegenstandsbereich und entsprechenden Forschungsmethoden. Gerade wenn es um die Behandlung von Leidenszuständen geht, ist es aus fachlichen wie ethischen Gründen notwendig, die Voraussetzungen und Leitbilder auszuweisen, an denen sich Psychotherapie orientiert und zu legitimieren hat.

Ilse Freyenschlag und Christine Wakolbinger

Sonja Bieg und Michael Behr: „Mich und Dich verstehen“ – Ein Trainingsprogramm zur emotionalen Sensitivität bei Schulklassen und Kindergruppen im Grundschul- und Orientierungsstufenalter

Göttingen: Hogrefe, 2005. 221 Seiten, ISBN 3-8017-1809-3, € 39,95.

Als personenzentrierte Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutinnen bzw. im Schuldienst tätige Psychagogin und klinische Psychologin haben wir es sehr gerne übernommen, das „Mich und Dich verstehen“-Trainingsprogramm auf seinen Nutzen und seine Brauchbarkeit hin zu untersuchen.

In den letzten Jahren ist an Schulen der Trend zu vermehrtem Training der „social skills“ als ein Schwerpunkt der pädagogischen Arbeit zu beobachten. Mit zunehmender Anerkennung sozialer Kompetenz als wesentlicher Anteil am Erfolg oder Misserfolg im Arbeitsleben stieg auch die intensive Beschäftigung von Pädagogen mit Programmen, die diese Kompetenz verbessern und fördern sollten.

Aus der Fülle der auf diesem Sektor bereits vorhandenen Literatur sticht das vorliegende Buch als besonders praxisgerecht und einfach in der Handhabung heraus. Es beschäftigt sich in Theorie und Praxis mit den Möglichkeiten, Kindern im Alter von 8 bis 12

Jahren in einem dreistufigen Trainingsprogramm eine verbesserte Wahrnehmung von eigenen Gefühlen, ein erhöhtes Einfühlungsvermögen in andere und eine adäquatere Bewältigung von Angst- und Stresssituationen zu vermitteln. Die Besonderheit des „Mich und Dich verstehen“-Trainingsprogramms liegt darin, dass es ein Präventionsprogramm ist. Es werden damit keine problemzentrierten Strategien verfolgt, sondern positive Entwicklungen bei Kindern gefördert.

Das „Mich und Dich verstehen“-Trainingsprogramm basiert theoretisch auf der personenzentrierten Persönlichkeitstheorie nach Carl Rogers, dem transaktionalen Stressmodell von Lazarus und dem Konzept der Emotionalen Intelligenz nach Salovey & Mayer. Diese Grundlagen werden im ersten Teil des Buches auch für Laien verständlich, kurz und prägnant dargestellt und ihre Bedeutung für die kindliche Entwicklung gut verstehbar zusammengefasst.

Bieg und Behr führen die drei zugrunde liegenden Theorien unter dem Begriff der emotionalen Sensitivität als Zielvorstellung der Arbeit mit dem „Mich und Dich verstehen“-Programm zusammen. Diese ist laut Bieg und Behr die Basis für eine gute Bewältigung von Lebensaufgaben im emotionalen und sozialen Bereich. Eine emotional sensitive Person erlebt weniger Reize als bedrohlich. Bei Reizen, die sie als bedrohlich erlebt, kann sie sich innerlich besser von diesen Prozessen distanzieren und ihre Bedeutungsgebung kognitiv durcharbeiten.

Das Trainingsprogramm gliedert sich in Grundlagenteil, Programmteil und Materialteil. Die Autoren legen großen Wert darauf, den Zusammenhang zwischen theoretischem Hintergrund und praktischen Übungen genau darzustellen. So wird im Programmteil bei jeder einzelnen Übung genau beschrieben, welche Grundidee dahinter steht und welches Ziel mit der Übung verfolgt wird. Damit können alle im pädagogischen Bereich tätigen Personen das Programm in Schulen, in der Sonder- und Heilpädagogik, in Heimen und Horten, in der Freizeitpädagogik und in sozialpädagogischen Einrichtungen gezielt anwenden, wenn sie sich mit diesen Grundlagen vertraut gemacht haben. Das „Mich und Dich verstehen“-Training ist zwar primär ein präventives Programm, es sind jedoch auch einzelne Teile zur spezifischen Entwicklungsförderung einsetzbar, z. B. als begleitendes Gruppenprogramm im heilpädagogischen oder psychotherapeutischen Kontext.

Der Materialteil enthält alle verwendeten Kopiervorlagen und Arbeitsmaterialien. Da das Programm von Grundschullehrern in der Praxis erprobt wurde, ist es besonders anwenderfreundlich gestaltet. Es arbeitet mit einer breiten Palette von Entspannungsübungen, Fantasiereisen, Bildern, die Gefühlszustände ausdrücken, Rollenspielen, Bewegungsspielen, Übungen zur Körpersprache, Arbeit mit Farben, Formen und Gerüchen, Geschichten und Märchen,

Malspielen, Bildgeschichten und Gedichten. Dazwischen gibt es Auflockerungsspiele und Bewegungsspiele, die das soziale Lernen in der Gruppe fördern sollen.

Der klare Aufbau des Programms erlaubt ohne viel zusätzlichen Aufwand sowohl zeitliche als auch inhaltliche Anpassungen an die jeweilige Arbeitssituation und hebt sich durch seine praxisgerechte Aufbereitung von ähnlichen Werken angenehm ab.

Die Durchführung erfolgt an drei mal drei aufeinander folgenden Tagen zu jeweils vier Stunden, wobei eine Pause von 6 bis 8 Wochen zwischen den drei Blöcken liegen sollte.

Die meisten Inhalte sind lehrplankonform mit der 3. und 4. Grundschulstufe und können fächerübergreifend vermittelt werden.

Eine weitere Besonderheit des „Mich und Dich verstehen“-Programms liegt darin, dass seine Effizienz von den Autoren durch eine aufwändige Wirksamkeitsstudie, der ein eigenes Kapitel gewidmet ist, an 470 Grundschulkindern überprüft wurde. Damit zählt es zu den wenigen pädagogischen Programmen, deren Wirksamkeit in einem klassischen Versuchs-/Kontrollgruppendesign belegt werden konnte. Bieg und Behr konnten signifikante Veränderungen nachweisen. So akzeptierten die Kinder der Versuchsgruppe eigene Gefühle mehr und nahmen sie günstiger wahr, sie hatten bessere Fähigkeiten, eigene Gefühle zu beeinflussen, und ihr Einfühlungsvermögen in andere hatte signifikant zugenommen. Aus Sicht der Eltern fand außerdem eine Angstreduktion bei den Schülern der Versuchsgruppe statt.

Zusammenfassend können wir aus mehreren Gründen das „Mich und Dich verstehen“-Trainingsprogramm empfehlen: Es steckt ein klares theoretisches Konzept dahinter, die Wirksamkeit des Trainings konnte signifikant nachgewiesen werden, letztlich ist es anwenderfreundlich gestaltet und auf die jeweilige spezielle Gruppensituation abgeändert einsetzbar.

Diether Höger

Gerhard Stumm, Alfred Pritz, Paul Gumhalter, Nora Nemeskeri und Martin Voracek (Hrsg.): Personenlexikon der Psychotherapie

Wien/New York: Springer, 2005. ISBN-10 3-211-83818-X, ISBN-13 978-3-211-84818-1; € 69,80.

Wer hat sich nicht schon gefragt „Wie hat eigentlich Sándor Ferenczi ausgesehen?“ oder Karen Horney oder Edmund Jacobson (der Erfinder der Progressiven Muskelentspannung) oder sonst jemand aus der großen Zahl der für die Psychotherapie und ihre Entwicklung bedeutsamen Persönlichkeiten? Hier kann sie oder er sich ein Bild von ihnen machen, aber nicht nur im wörtlichen, auch im übertragenen Sinne. Für die genannten und viele andere haben in einer kurzen Charakteristik 153 namhafte Autoren kurz ihre Bedeutung für die Psychotherapie beschrieben, an die sich hoch informative

Darstellungen der Stationen ihres Lebens und ihrer wichtigen theoretischen Beiträge und Orientierungen anschließen. Es folgt ein Verzeichnis ihrer wesentlichen Publikationen sowie, so weit vorhanden, eine Literaturliste über Biografie und Werk.

Das Buch versucht, so die Herausgeber, „die Psychotherapie über die Biografien von 286 Persönlichkeiten zu verstehen, die – jede auf ihre Weise – Substanzielles zur Entwicklung und Ausdifferenzierung der Psychotherapie beigetragen haben“ (S. V). Ihr besonderes Anliegen ist dabei, Vertreterinnen und Vertreter aller