

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

bedeutsamen Richtungen der Psychotherapie zu berücksichtigen. So ein Unternehmen steht und fällt natürlich mit der Auswahl der berücksichtigten Personen, was nicht nur bei den noch lebenden ein heikles Unterfangen ist. Und so mag sich mancher fragen, warum einige berücksichtigt worden sind, andere wiederum nicht. Hier konkret Namen zu nennen, könnte einen Stich in ein Wespennest der Empfindlichkeiten bedeuten. Klugerweise haben daher die Herausgeber in ihrem Vorwort das Buch als ein „Werk in Progress“ bezeichnet, verbunden mit der expliziten Aufforderung an die Leserinnen und Leser, Vorschläge für künftige Auflagen zu machen.

Jedenfalls ist das Blättern in dem Buch ausgesprochen interessant. Natürlich begegnen wir dabei vielen Bekannten, über die wir aber durchaus auch Neues erfahren können, manche kennen wir dem Namen nach und bleiben hängen, um mehr über sie zu erfahren, andere sind uns unbekannt. So hatte der Rezensent z. B. den Marquis de Puységur (Armand-Marie-Jacques de Castenet)

(1751–1825) bisher nicht gekannt und er erfuhr, dass dieser der Begründer des Somnambulismus war, dem historischen Bindeglied zwischen dem orthodoxen und dem romantischen Mesmerismus, der seinerseits bekanntermaßen den Ausgangspunkt für die Hypnose bildete, mit der wiederum Freud seine Studien begonnen hatte.

Und so können Psychotherapeuten, Psychologen, Psychiater, Ärzte, Berufsgruppen aus dem psychosozialen Feld und interessierte Laien, für die das Buch gedacht ist, entweder mit Gewinn darin schmökern oder es immer wieder zu Rate ziehen, wenn ihnen bei ihrer Fachlektüre oder in Gesprächen Namen begegnen, zu denen sie mehr wissen wollen. Ein Inhaltsverzeichnis am Anfang des Buches schafft ihnen die nötige rasche Übersicht über die beschriebenen Personen. Wer sich mit diesem Buch näher beschäftigt, gewinnt in jedem Falle ein differenzierteres Bild von dem Gesamtgebiet der Psychotherapie.

Gerhard Stumm

Lisbeth Sommerbeck: The Client-centred therapist in psychiatric contexts. A therapists' guide to the psychiatric landscape and its inhabitants

PCCS Books, Ross-on-Wye, 200. ISBN 1 898059 55 1, 150 pages, € 28,00.

Wenn jemand nahezu 30 Jahre lang Erfahrung als Personenzentrierte Psychotherapeutin im psychiatrischen Feld gesammelt hat, wie das bei der dänischen Psychologin Lisbeth Sommerbeck der Fall ist, dann hat das Gewicht. Wenn die Autorin dem eigenen Handeln dann noch dezidiert und geradezu lupenrein Konzepte des Personenzentrierten Ansatzes zugrunde legt, so ergibt sich daraus ein Buch, das in mehrfacher Hinsicht einmalig ist:

1.) Es ist das erste Buch, das durchgehend die Anwendung des Personenzentrierten Ansatzes aus der Sicht einer einzelnen Person im Rahmen eines institutionellen psychiatrischen Kontexts zum Inhalt hat.

2.) Es bietet für alle personenzentrierten Praktiker, die in psychiatrischen Diensten arbeiten, wertvolle Anregungen in anwendungsbezogener Hinsicht. Es ist meiner Ansicht nach geradezu eine Pflichtlektüre für alle Personenzentrierten Psychotherapeuten (und solche in Ausbildung), die mit der Psychiatrie zu tun haben.

3.) Die Autorin leuchtet in systematischer Weise aus personenzentrierter Perspektive eine Vielzahl kontextrelevanter Gesichtspunkte aus, die für alle in diesem Bereich tätigen Personen (also nicht nur personenzentriert orientierte) eine – wenn auch durchaus herausfordernde – Fundgrube darstellen.

4.) Die Publikation gemahnt in radikaler Weise an die Wurzeln des Personenzentrierten Ansatzes. Sie vertritt selbstbewusst eine the-

rapeutische Praxis, die in allererster Linie auf eben diesen Wurzeln beruht. Dass die Autorin dies so ausdrücklich argumentiert, obwohl sie selbst auch den psychoanalytischen und den kognitiv-behavioralen Ansatz im Rahmen ihrer psychotherapeutischen Arbeit zum Einsatz gebracht hat, verleiht ihrem Standpunkt zusätzliche Brisanz. Sommerbeck selbst zählt sich zu den „traditionellen“, „klassischen“, „puristischen“, „nicht-direktiven“ bzw. „orthodoxen“ Klientenzentrierten Psychotherapeuten/innen. Ein weiteres Kennzeichen ihres Therapieverständnisses ist die verhaltensmäßige Umsetzung des empathischen Verstehens im Hinblick auf die Therapiebedingung 6 in Rogers (1957), wonach es ja auch auf die Wahrnehmung der Einstellungen des Psychotherapeuten durch den Klienten ankommt.

5.) Schließlich geht der Nutzen für den interessierten Leser meines Erachtens weit über das enger gefasste psychiatrische Anwendungsgebiet hinaus, sind doch eine Reihe von Überlegungen zu finden, die z. B. auch für die Arbeit mit Klienten, zumal mit sog. „schwierigen“ Klienten mit einem fragilen und inkonsistenten Selbstempfinden, in freier Praxis Geltung haben. Dies betrifft sowohl grundlegende Verarbeitungsprozesse und Charakteristika von Klienten wie z. B. von jenen, die von der Autorin als „near-psychotic“ bezeichnet werden, wie auch die Hinweise auf die fundamentale Bedeutung der personenzentrierten therapeutischen Grundhaltungen.