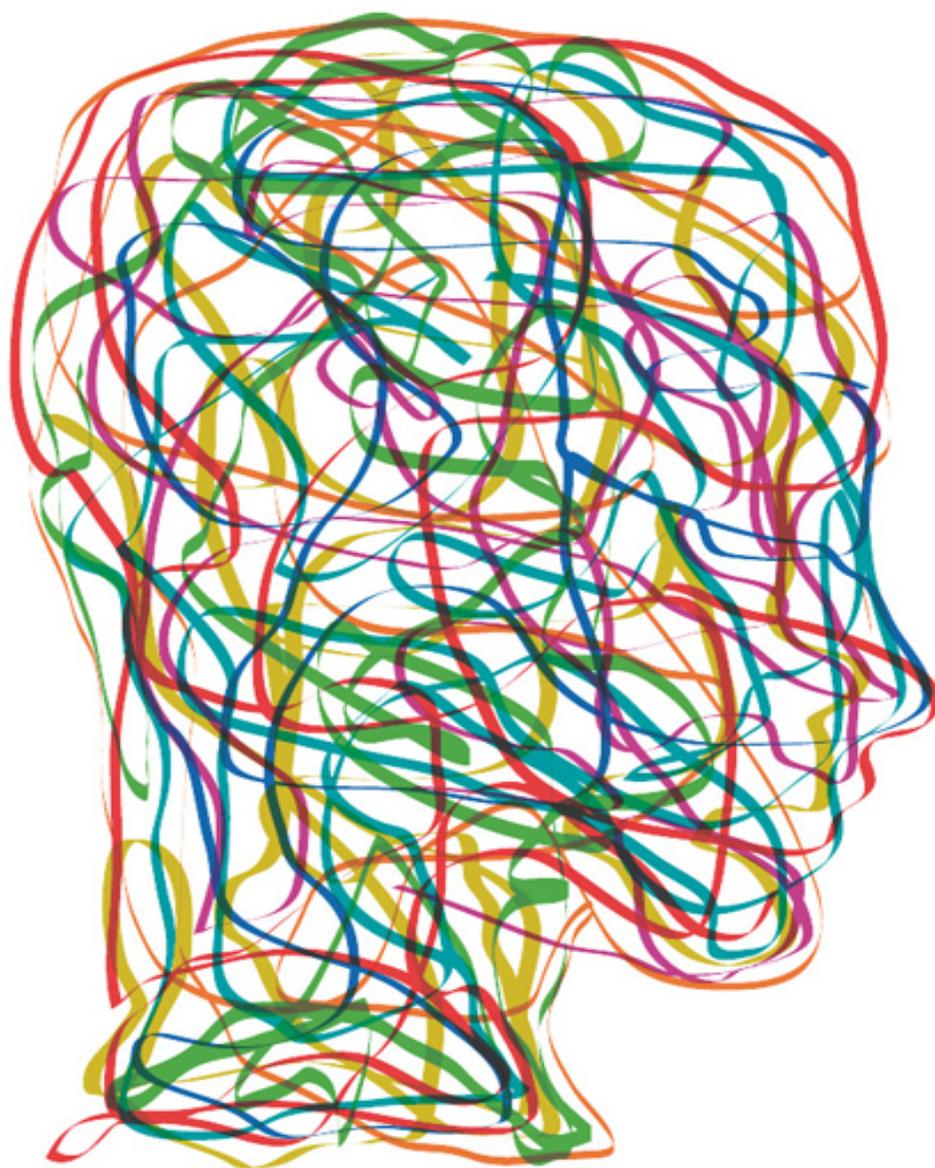


Markus Hochgerner (Hg.)

Grundlagen der Psychotherapie

Lehrbuch zum Psychotherapeutischen Propädeutikum

2., aktualisierte und erweiterte Auflage



Markus Hochgerner (Hg.)
Grundlagen der Psychotherapie

Markus Hochgerner (Hg.)

Grundlagen der Psychotherapie

Lehrbuch zum psychotherapeutischen Propädeutikum

2., aktualisierte und vollständig überarbeitete Auflage



Zum Herausgeber

Markus Hochgerner, MSc. MSc.

Psychotherapeut, Gesundheitspsychologe, Dipl. Sozialarbeiter, Mitglied der Autorengruppe zum Psychotherapiegesetz und des Psychotherapiebeirates am Bundesministerium für Gesundheit ab 1991. Wissenschaftlicher Leiter des Propädeutikums im Österreichischen Arbeitskreis für Gruppentherapie und Gruppendynamik (ÖAGG). Lehrtherapeut in mehreren Psychotherapieverfahren.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen

Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Alle Angaben in diesem Fachbuch erfolgen trotz sorgfältiger Bearbeitung ohne Gewähr, eine Haftung des Herausgebers, der Autorinnen, Autoren oder des Verlages ist ausgeschlossen.

2. Auflage 2021

Copyright © 2021 Facultas Verlags- und Buchhandels AG
facultas Universitätsverlag, Stolberggasse 26, 1050 Wien, Österreich

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und der Verbreitung sowie der Übersetzung, sind vorbehalten.

Umschlagfoto: © [LuckyTD/istockphoto.com](https://www.istockphoto.com)

Gestaltung, Satz: Ekke Wolf, typic.at

Druck und Bindung: finidr, Tschechien

Printed in the EU

ISBN [978-3-7089-1984-3](https://www.isbn-international.org/)

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort

Vorwort zur 1. Auflage

Vorwort zur 2. Auflage

Einleitung

1. Psychotherapeutische Hauptströmungen/Cluster

1.0 Vorbemerkung: Begriffsklärungen und erste Bestandsaufnahme zur Psychotherapie

1.1 Überblick zu den psychotherapeutischen Verfahren in Österreich

1.1.1 Psychotherapeutische Verfahren

1.1.2 Ausbildung zum Psychotherapeuten/zur Psychotherapeutin

1.1.3 Die vier Hauptströmungen/Cluster der Psychotherapie

1.1.3.1 Allgemeine Wirkfaktoren der Psychotherapieverfahren

1.1.3.2 Allgemeine und spezifische Schwerpunkte der vier Cluster

Vier Zugangsweisen zum Menschen

1.2 Psychodynamische Psychotherapie: Heilung durch Erkennen

1.2.1 Psychoanalytische Methoden

1.2.1.1 Analytische Psychologie nach C. G. Jung

1.2.1.2 Gruppenpsychoanalyse/psychoanalytische Psychotherapie

1.2.1.3 Individualpsychologie

- 1.2.1.4 Psychoanalyse
- 1.2.1.5 Psychoanalytisch orientierte Psychotherapie
- 1.2.1.6 Psychoanalyse und Selbstpsychologie
- 1.2.2 Psychodynamisch fundierte Psychotherapie
 - 1.2.2.1 Autogene Psychotherapie
 - 1.2.2.2 Daseinsanalyse
 - 1.2.2.3 Dynamische Gruppenpsychotherapie
 - 1.2.2.4 Hypnosepsychotherapie
 - 1.2.2.5 Katathym Imaginative Psychotherapie
 - 1.2.2.6 Konzentrierte Bewegungstherapie
 - 1.2.2.7 Transaktionsanalytische Psychotherapie
- 1.3 Humanistische Psychotherapie: Heilung durch Begegnung
 - 1.3.1 Existenzanalyse und Logotherapie
 - 1.3.2 Gestalttheoretische Psychotherapie
 - 1.3.3 Integrative Gestalttherapie
 - 1.3.4 Integrative Therapie
 - 1.3.5 Personzentrierte Psychotherapie
 - 1.3.6 Psychodrama
- 1.4 Systemische Psychotherapie: Heilung durch Beziehung
 - 1.4.1 Systemische Familientherapie
- 1.5 Verhaltenstheoretische Psychotherapie: Heilung durch Lernen
 - 1.5.1 Kognitive Verhaltenstherapie
- 1.6 Problemgeschichte der Psychotherapie
 - 1.6.1 Frühe Annahmen zur Entstehung von psychischer Erkrankung
 - 1.6.2 Geschichte des Umgangs mit abweichendem Verhalten
 - 1.6.3 Wissenschaftliche Grundorientierung – Szientifizierung der Behandlung
 - 1.6.4 Der Urknall in der Psychotherapie
 - 1.6.5 Nationalsozialismus, Vertreibung und Ermordung
 - 1.6.6 Das österreichische Psychotherapiegesetz

2. Persönlichkeitstheorien

- 2.1 Einleitung
- 2.2 Psychoanalyse
- 2.3 Lerntheorie - verhaltensorientierte Psychotherapie
- 2.4 Humanistische Grundorientierung - am Beispiel der personenzentrierten Psychotherapie
- 2.5 Systemtheorie - systemisch orientierte Psychotherapie

3. Psychotherapiespezifische Psychologie

- 3.1 Allgemeine Psychologie
 - 3.1.1 Wahrnehmung
 - 3.1.2 Aufmerksamkeit
 - 3.1.3 Bewusstsein
 - 3.1.4 Lernen
 - 3.1.5 Gedächtnis
 - 3.1.6 Motivation
 - 3.1.7 Emotion
 - 3.1.8 Kognition
 - 3.1.9 Urteilen und Entscheiden
 - 3.1.10 Problemlösen
 - 3.1.11 Sozialpsychologische Modelle
- 3.2 Entwicklungspsychologie
 - 3.2.1 Pionierinnen und Pionier der Entwicklungspsychologie
 - 3.2.2 Bindungstheorie
 - 3.2.3 Säuglingsforschung
 - 3.2.4 Entwicklungspsychologische Kompetenz und psychotherapeutisches Handeln

4. Sonder- und Heilpädagogik, Rehabilitation

- 4.1 Was ist Pädagogik, Sonder- und Heilpädagogik?
- 4.2 Methodenvielfalt der Heilpädagogik
- 4.3 Der Wirkfaktor Beziehung
- 4.4 Das Spiel im heilpädagogischen Kontext

- 4.5 Heilpädagogik, eine ganzheitliche Förderung
- 4.6 Diagnostische Beobachtung und Einschätzung - »Behinderung«
- 4.7 Rechte von Menschen mit Beeinträchtigung
- 4.8 Segregation - Integration - Inklusion
- 4.9 Was ist Rehabilitation?
- 4.10 Ausbildung und Arbeitsgebiete

5. Diagnostik in der Psychotherapie

- 5.1 Psychotherapeutische Diagnostik
 - 5.1.1 Umfassender Gesundheits- und Krankheitsbegriff
 - 5.1.2 Psychotherapeutische Diagnostik
 - 5.1.3 Der psychotherapeutisch-diagnostische Prozess
 - 5.1.4 Diagnostik der vier therapeutischen Grundströmungen
 - 5.1.5 Behandlungsvoraussetzungen und Veränderungsmotivation
 - 5.1.6 Landkarte der Diagnostik
- 5.2. Psychiatrische Diagnostik
 - 5.2.1 Die psychiatrische Exploration
 - 5.2.2 Erstellung einer psychiatrischen Diagnose
 - 5.2.3 Medikation
 - 5.2.4 Der psychiatrische Arztbrief
 - 5.2.5 Zusammenarbeit mit anderen Berufsgruppen
- 5.3 Psychologische Diagnostik
 - 5.3.1 Diagnostik bei Kindern und Jugendlichen
 - 5.3.2 Erwachsenenendiagnostik: Diagnostik von psychischen Störungen bei Erwachsenen

6. Psychosoziale Interventionsformen

- 6.1 Psychosoziale Interventionsformen
 - 6.1.1 Was ist Kommunikation?
 - 6.1.2 Vom Anlass über das Anliegen zum Contracting - ein Leitfaden für das systemische Erstgespräch

- 6.1.3 Handlungen Gesprächsführender (eine kleine Einführung zur Reflexion)
- 6.1.4 Klient_innenprofile
- 6.1.5 Interventionen nach de Shazer
- 6.1.6 Phasen des Gesprächs
- 6.1.7 Theoretische Grundlagen
- 6.2 Paarberatung
 - 6.2.1 Typische Probleme in der Paarberatung
 - 6.2.2 Wenn die Liebe zum Problem wird - sieben Liebesprobleme
 - 6.2.3 Das Setting »Paar und Berater*innen«
 - 6.2.4 Mögliche Interventionen in der Paarberatung
 - 6.2.5 Ziele der Paarberatung

7. Einführung in die Psychiatrie, Psychosomatik und medizinische Terminologie

- 7.1 Allgemeine Psychiatrie
 - 7.1.1 Internationale Klassifikation psychischer Störungen (ICD)
 - 7.1.2 Psychopathologischer Status - die Grundlagen
 - 7.1.3 Spezifische Störungsbilder
 - 7.1.4 Psychiatrie und Gesellschaft
- 7.2 Kinder - und Jugendpsychiatrie
 - 7.2.1 ADHS - Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung
 - 7.2.2 Autistische Störungen
 - 7.2.3 Störung des Sozialverhaltens (SSV)
 - 7.2.4 Schulverweigerung
- 7.3 Psychosomatik
 - 7.3.1 Das Leib-Seele-Problem
 - 7.3.2 Definition
 - 7.3.3 Geschichte der Psychosomatik
 - 7.3.4 Formen psychosomatischer Reaktionsbereitschaft
- 7.4 Medizinische Terminologie
 - 7.4.1 Terminologie

- 7.4.2 Medizinische Fachbegriffe: allgemein
- 7.4.3 Zentrale Begriffe in der ärztlichen Praxis
- 7.4.4 Terminologie für den psychologisch-
psychiatrischen Bereich
- 7.4.5 Die ICD-10
- 7.4.6 Aus der psychiatrischen Praxis: Psychopharmaka
und Krankheiten

8. Psychopharmakologie

- 8.1 Einführung
- 8.2 Psychopharmaka: Definition und Einteilung
- 8.3 Compliance
- 8.4 Fehlende Krankheitseinsicht, Zwangsbehandlung
- 8.5 Indikation, Kontraindikation
- 8.6 Placebo, Nocebo
- 8.7 Psychopharmaka und Psychotherapie
- 8.8 Pharmakokinetik, Pharmakodynamik
- 8.9 Klinische Arzneimittelprüfung
- 8.10 Richtlinien und Vorsichtsmaßnahmen im Umgang mit
Psychopharmaka
- 8.11 Psychopharmaka: historischer Rückblick
- 8.12 Tranquilizer und Hypnotika
- 8.13 Pflanzliche Sedativa
- 8.14 Neuroleptika, Antipsychotika
- 8.15 Anti-Parkinson-Mittel
- 8.16 Antidepressiva
- 8.17 Auswahl des Antidepressivums
- 8.18 Amphetamin und Analoge
- 8.19 Medikamente zur Entzugsbehandlung und zur
Substitution

9. Erste Hilfe in der psychotherapeutischen Praxis

- 9.1 Medizinische Not- und Akutfälle
- 9.2 Rechtliche Aspekte zur Ersten Hilfe in Österreich

- 9.3 Handlungsablauf
- 9.4 Symptome, Ursachen, Erstmaßnahmen
- 9.5 Ausgewählte Notfälle bzw. Akutfälle

10. Grundlagen der Psychotherapieforschung und Wissenschaftsmethodik

- 10.1 Philosophie als Basis der Wissenschaften
- 10.2 Quantitative und qualitative Psychotherapieforschung
- 10.3 Wissenschaftstheorie
- 10.4 Psychotherapieforschung
- 10.5 Historischer Hintergrund und Entwicklung der Psychotherapieforschung
- 10.6 Aktuelle Trends der Psychotherapieforschung
- 10.7 Evidenzbasierte Medizin und ihre Relevanz für Psychotherapie
- 10.8 Outcome-Forschung
- 10.9 Forschungsdesigns

11. Fragen der Ethik

- 11.1 Berufsethik
 - 11.1.1 Ethik und Moral
 - 11.1.2 Berufsethik
 - 11.1.3 Schutz der Beziehung
 - 11.1.4 Verschwiegenheit
 - 11.1.5 Vertrauenswürdigkeit
- 11.2 Ethik in der Psychotherapie
 - 11.2.1 Die Begriffe Ethik und Moral
 - 11.2.2 (Meine) Persönliche Moral - Grundausrichtungen der Persönlichkeit (Circumplexmodell)
 - 11.2.3 Moralische Entwicklung im Lebenslauf
 - 11.2.4 Grundlagen für ethische Orientierungen
 - 11.2.5 Generelle ethische Systeme
 - 11.2.6 Ethik der Profession Psychotherapie

11.2.7 Ethische Aspekte der Psychotherapie in der Praxis

12. Spezielle Fragestellungen

12.1 Psychotherapie und Gender

12.1.1 Sichtweisen auf Geschlecht

12.1.2 Gender in der Psychotherapie

12.1.3 Doing Gender im Prozess der Psychotherapie

12.1.4 Deshalb: Gendersensibilität und Genderkompetenz!

12.2 Gerontopsychotherapie

12.2.1 Altern und Alter

12.2.2 Demenz

12.2.3 Delir

12.2.4 Depression

12.2.5 Nichtmedikamentöse Therapiemethoden:
Beispiele

12.3 Traumatherapie und Psychotraumatologie

12.3.1 Abriss zur Geschichte der Psychotraumatologie

12.3.2 Was ist ein Trauma?

12.3.3 Traumafolgeerkrankungen

12.3.4 Unterschiedliche Traumtypen

12.3.5 Diagnosen im ICD-10 und ihre Symptome

12.3.6 Traumatherapie

12.4 Notfallpsychologie – Erste Hilfe für die Seele

12.4.1 Indikationen und Einsatzorganisationen

12.4.2 Notfall – Trauma – Krise

12.4.3 Handlungsschritte der Krisenintervention

12.4.4 Trauer

12.4.5 Psychotraumatologie

12.4.6 Spezielle Themen und Interventionstechniken

12.4.7 Suizid und Suizidalität

12.4.8 Akutbetreuung bei Kindern und Jugendlichen

12.4.9 Gewalt und Gewaltdelikte im Einsatz

- 12.4.10 Betreuung im Rahmen von
Großschadensereignissen
- 12.4.11 Stressmanagement nach kritischen Ereignissen

13. Rahmenbedingungen für die Psychotherapie

- 13.1 Auszüge aus den rechtlichen Rahmenbedingungen der Psychotherapie
- 13.2 Umgang mit Gutachten
 - 13.2.1 Definition
 - 13.2.2 Umgang eines Rezipienten mit Gutachten
 - 13.2.3 Definition des Sachverständigen
 - 13.2.4 Die einzelnen Teile des Gutachtens
 - 13.2.5 Beispiele für spezielle Fragestellungen
- 13.3 Zur Entwicklung der Psychotherapie in Österreich: Zahlen und Fakten
 - 13.3.1 Die Psychotherapie – ein neues Berufsbild
 - 13.3.2 Ausbildung
 - 13.3.3 Alter
 - 13.3.4 Abbrüche
 - 13.3.5 Regionale Verteilung
 - 13.3.6 Universitätsreife, Quellenberuf und Zulassungsbescheid
 - 13.3.7 Arbeitsverhältnisse der Psychotherapeut*innen
 - 13.3.8 Zur Zukunft der Berufsgruppe
 - 13.3.9 Aktueller Stand Juni 2020: Ergänzungen zur 2. Auflage

Verzeichnis der Autorinnen und Autoren

Stichwortverzeichnis

Personenverzeichnis

*»Die Verwirklichung des österreichischen Psychotherapiegesetzes löst NICHT die anstehenden Aufgaben, sondern weist uns die Entwicklung und Lösung der anstehenden Fragen zu.«
(Raoul Schindler, 1990)*

VORWORT ZUR 1. AUFLAGE

Das vorliegende Buch versteht sich als umfassende **Lernplattform** für alle AusbildungskandidatInnen des psychotherapeutischen Propädeutikums im ersten Ausbildungsabschnitt zur Psychotherapie in Österreich. Darüber hinaus vermittelt es wesentliche Inhalte zu psychosozialen Fragestellungen für beratende psychosoziale Berufsfelder.

Die Entwicklung dieses Buchprojektes, der Wissensinhalte und die Auswahl der AutorInnen ist Ergebnis der bereits 30-jährigen Ausbildungstradition im Propädeutikum des Österreichischen Arbeitskreises für Gruppentherapie und Gruppendynamik (ÖAGG). Die dort von AusbildungskandidatInnen besonders wertschätzend wahrgenommenen und im Dialog mit den AusbildungskandidatInnen langjährig entwickelten Inhalte der Seminare sollen nun auch in den vorliegenden Texten erstmals als Zusammenschau und zentrale Lernunterlage sichtbar werden und in der propädeutischen Ausbildung aller anerkannten Ausbildungsinstitute zur Vermittlung der gesetzlich vorgeschriebenen Lehrinhalte des Propädeutikums als **Buch mit Lernapp** zur Erarbeitung der Lerninhalte hilfreich zur Geltung kommen.

Noch eine Anmerkung zur gendergerechten Gestaltung der Texte: Wir haben die Form der geschlechtsspezifischen Formulierungen in der Verantwortung der Autorinnen und

Autoren der einzelnen Beiträge belassen. Sie werden somit unterschiedliche Formulierungen finden – so könnte beispielsweise von »Patient*innen«, »Patient*en«, »Patientinnen und Patienten«, »PatientInnen« oder auch »Patient_innen« die Rede sein. Auch diverse Kombinationen aus gendersensiblen Formulierungen in den Texten waren willkommen, sofern damit sinnerfassendes Lesen unterstützt wurde. Traditionelle Formen genderbezogener Formulierung meinen jedenfalls alle Geschlechter.

Mein Dank gilt den MitarbeiterInnen des Facultas Verlages für ihre unablässige professionelle Unterstützung des Projektes, den wissenschaftlichen MitarbeiterInnen im Propädeutikum des ÖAGG und besonders Mario Krieger und Mag.a Marion Reiter für ihre unermüdliche Zusammenführung von AutorInnen, Texten und editorischen Bemühungen zu diesem Buch.

Markus Hochgerner MSc MSc
Wissenschaftlicher Leiter des ÖAGG-Propädeutikums
Wien, September 2018

VORWORT ZUR 2. AUFLAGE

Die gute Annahme der ersten Auflage dieses Buches und die freundliche Verwendung in mehreren Ausbildungsorganisationen machte schon nach zwei Jahren eine Neuauflage notwendig. Unser ambitioniertes Projekt, die Inhalte des ersten, allgemeinen Teils der psychotherapeutischen Ausbildung (Propädeutikum) in Österreich mit den wesentlichen Inhalten in einem Buch zu präsentieren, wurde von den Ausbildungskandidat*innen zur Psychotherapie als sehr hilfreich erlebt: In Kombination mit der Lern-App des Verlages zur Selbstüberprüfung der Lerninhalte ist eine sehr übersichtliche Lernplattform entstanden, die häufig und effizient genutzt wird.

Hinweise der Studierenden, Autor*innen und Lehrenden wurden aufgegriffen und haben zu deutlichen Veränderungen geführt: Redundanzen zwischen einzelnen Beiträgen wurden mit Verweisen zu weiterführenden Artikeln gekürzt und verschiedene Beiträge (z. B. Psychiatrie) aus Übersichtsgründen zusammengeführt. Große Wissensgebiete (z. B. Entwicklungspsychologie) wurden auf die psychotherapiespezifisch relevanten Fragestellungen und Hintergrundinformationen fokussiert, weitere Aspekte konnten thematisch ergänzt werden (z. B. medizinische Terminologie, Gerontopsychotherapie, psychotherapeutische Diagnostik). Verändert dargestellt oder neu aufgenommen wurden ethische und genderspezifische Aspekte der Psychotherapie.

Psychotherapie als selbstständige Wissenschaft und eigenständiger Heilberuf

Nach nunmehr gut 180 Jahren in der modernen Krankenbehandlung (James Braid, Hypnose in der Krankenbehandlung ab 1840) konstituierte sich in wenigen Jahrzehnten die Anwendung psychologisch-psychotherapeutischer Techniken in unterschiedlichen Bereichen der Medizin. Ein erster internationaler Kongress für Psychotherapie fand 1889 in Amsterdam statt, im gleichen Jahrzehnt konstituiert wie die Schwesterdisziplinen Psychiatrie (erster Lehrstuhl für Psychiatrie: Paris 1882) und Psychologie (erstes Institut für Psychologie: Leipzig 1879). Damit war die Psychotherapie – vor dem Hintergrund gleicher vorwissenschaftlicher Betrachtungen im Umgang mit psychisch abweichendem Verhalten wie Medizin und Psychologie – auf dem Weg zu einer Disziplin im Rahmen der heilenden Wissenschaften.

Psychotherapiewissenschaft definiert sich dabei grundsätzlich nicht vorrangig über einzelne gegenstandsnahe Referenzwissenschaften, wie Medizin und Psychologie mit ihrem naturwissenschaftlich-experimentellen Ansatz, oder ausschließlich geisteswissenschaftliche Grundannahmen, sondern beinhaltet notwendigerweise und gleichberechtigt ein hinreichendes, theoriegeleitetes Spektrum von humanwissenschaftlichen Disziplinen und wissenschaftsbasierten Ansätzen, um der Komplexität des einzelnen leidenden Menschen zu genügen und entsprechende Angebote zur Heilbehandlung machen zu können. Die etwa in der Medizin neu geforderte »individualisierte Behandlung« ist in der Psychotherapie *Conditio sine qua non* der therapeutischen Grundhaltung und hilfreichen Vorgangsweise und damit ein qualitativ wertvolles und wirkungsmächtiges Charakteristikum dieses Gesundheitsberufes (Löffler-Stastka, 2018; Wampold et al., 2017).

Die Behandlungspraxis des »Gesundheitsberufes Psychotherapie« entwickelt(e) sich historisch und aktuell

weiter in den *Kerntheorien* ihrer vier Grundströmungen (psychodynamisch, humanistisch, systemisch und verhaltensorientiert – siehe dieses Buch), vernetzt mit natur-, geistes- und sozialwissenschaftlichen Sichtweisen als *Brückentheorien* in einer der Psychotherapiewissenschaft entsprechenden Kompetenz mit zwei Wurzeln: die oben genannte naturwissenschaftlich-experimentell orientierte Medizin und Psychologie und dazu gleichrangig die Geistes- und Sozialwissenschaften Philosophie, Soziologie, Pädagogik und Kulturwissenschaften. Weitere Wissensbestände und *Handlungskompetenzen* (z. B. Neuropsychologie, Linguistik, Kommunikationsforschung, Gender- und Diversityforschung, soziale Arbeit, künstlerisch-kreative Verfahren, Methoden im Zugang zum Körpererleben) fließen hilfreich in Menschenbild, Gesundheitsverständnis, Methodologie und Techniken der Psychotherapie ein.

Diese zuerst *feldunspezifischen* Kompetenzen, auch im breiten Zugang der Quellenberufe zur Psychotherapie in Österreich transparent ausgewiesen, ermöglichen und erhalten eine der Komplexität und vielfältigen Intentionalität des Menschen entsprechende Vielfalt im Zugang zu den psychotherapeutischen Problemstellungen. So können umfassende Sichtweisen und individuelle Entwicklungsaufgaben in jeweils aktuellen Mikroanalysen aus der intersubjektiven Begegnung mit therapeutischen Angeboten erfasst werden, die nicht vorrangig auf ein-dimensional verkürzte, symptommindernde Perspektiven in manualisierten Vorgangsweisen abzielen, sondern die gesamte Lebenswirklichkeit von Personen erfassen und anhaltend hilfreich unterstützen können. Diese umfassende Sicht wird durch das Psychotherapiegesetz, speziell in § 1, mit dem Auftrag formuliert, »die Reifung, Entwicklung und Gesundheit des Behandelten zu fördern«.

Die notwendige, den Berufsstand konstituierende und kompetenzfördernde Zusammenführung der genannten

Wissensgebiete als Grundlage umfassender Psychotherapie bildet sich zu Ende der Ausbildung in der Entwicklung und Etablierung psychologisch geformter *psychotherapeutischer Identität* ab, die ein hochflexibles, professionelles, begegnungsorientiertes Gegenüber für Menschen in psychischer Not bietet und dort mit ihrem ganz persönlich vermittelten Handlungswissen als *individuelle Topik* hilfesuchenden Personen wirksam zur Verfügung steht. Unsere Bemühungen in diese Richtung bilden sich letztlich im Projekt ab, die »Grundlagen der Psychotherapie« schon mit Beginn der Ausbildung transparent, lehr- und lernbar aufeinander bezogen darzustellen.

Diese multiperspektivische Aufgabenstellung bildet sich auch in der am Erleben des einzelnen Individuums ansetzenden Psychotherapieforschung und der Psychotherapie als *gesellschaftskritischer Wissenschaft* ab, die immer auch Marginalisierung, sozialökonomische Verwerfungen und Ungleichheit, strukturelle Benachteiligung, Armut, Migrationen und geschlechtsbezogen anhaltende Verschiedenheiten von Individuen mitbedenken, im diagnostischen Prozess erkennen und im Handlungsauftrag und Therapieziel umfassend mitformulieren muss.

Die Vielfalt psychotherapeutischer Verfahren (manchmal als »diffuse Heterogenität« denunziert) wird an Transparenz und Nachvollziehbarkeit durch die Förderung der Gemeinsamkeiten der vier Grundströmungen sowohl in der Lehre durch die Kooperation verschiedener Träger als auch in der Forschung und Außendarstellung gewinnen, ohne eine Zusammenführung aller Formen der Psychotherapie anstreben zu wollen.

Mein besonderer Dank gilt den Autor*innen der einzelnen Beiträge, die vor dem Hintergrund von Expertise und langer Berufserfahrung mit ihren Beiträgen die Entwicklung psychotherapeutischer Identität grundlegen

und im Unterricht klinisch fundiert fördern. Für das unermüdliche und fundierte Lektorat danke ich Frau Mag.a Verena Hauser, ebenso Herrn Mario Krieger für seine Koordination der zweiten Auflage.

Markus Hochgerner MSc MSc
Wien, Dezember 2020

Literatur im Text

- Löffler-Stastka, H. (2018). Psychotherapieausbildung in Österreich. Teil 1: Basisdaten und soziodemographische Hintergrunddaten aus der SPRISTAD-Studie. *psychopraxis.neuropraxis*, 21, 227-231. DOI: 10.1007/s00739-018-0508-9
- Wampold, B. E., Imel, Z. E., & Flückiger, C. (2017). *Die Psychotherapie-Debatte. Was Psychotherapie wirksam macht*. Bern: Hogrefe.

*Gewidmet Raoul Schindler,
Gründer des ÖAGG*

und

*Ursula Margreiter,
Leiterin des ÖAGG Propädeutikums 1991-2013*

EINLEITUNG

Markus Hochgerner

Als im Sommer 1990 das Bundesgesetz zur Ausübung der Psychotherapie zeitgleich mit dem Psychologengesetz im Parlament einhellig verabschiedet worden war, hatte Österreich zusätzlich zur Medizin zwei eigenständige Heilberufe dazugewonnen.

Diese gesetzlich anerkannte Eigenständigkeit als Heilberuf erlaubte ab diesem Zeitpunkt die eigenberechtigte Diagnostik und Behandlung psychisch Erkrankter »mit wissenschaftlich-psychotherapeutischen Methoden« (§ 1/PthG), die nicht von ärztlicher Verordnung abhängig und als freier Beruf geregelt ist, schützt die Patient*innen vor irreführenden Berufsbezeichnungen und Behandlungsangeboten und legt fest, welche Therapieverfahren ausbildungs- und anwendungsberechtigt sind.

Als damals sehr junges Mitglied der AutorInnengruppe zum Psychotherapiegesetz erinnerte ich mich an die beiden zurückliegenden Jahre, nachdem der amtierende Bundesminister für Gesundheit und öffentlichen Dienst, Harald Ettl, im Jahr 1988 im Beirat für psychische Hygiene den Auftrag erteilt hatte, ein Gesetz zu entwickeln, das einen breiten und qualifizierten Zugang zur Ausbildung mit gleichzeitiger Aussicht auf österreichweite Versorgung mit Psychotherapie versprach.

Der eklatante Missstand in der Versorgung Österreichs mit Psychotherapie war erstmals (!) 1988 in einer großen Erhebung wissenschaftlich belegt worden. Alle Fragen zur Patientensicherheit, zur Entwicklung von gemeinsamen Standards für die Psychotherapieausbildung und ein

geschützter Nachweis der psychotherapeutischen Kompetenz und Heilbehandlung waren bis dahin ungesichert. Zugleich war es ab 1983 gelungen, wesentliche Vertreter*innen der unterschiedlichen Psychotherapieverfahren im »Österreichischen Dachverband psychotherapeutischer Vereinigungen« zu Angelegenheiten der Psychotherapie zu vernetzen und federführend in die Entwicklung und Durchsetzung des kommenden Gesetzes einzubinden. Hier seien beispielhaft für viele Doz. Dr. Raoul Schindler, Prof. Dr. Gernot Sonneck, Prof. Dr. Hans Strotzka, Prof. Elisabeth Jandl-Jäger (alle Wien), Prof. Dr. Otto Lang (Salzburg), Prof. Dr. Hans Georg Zapotoczky (Wien, Graz) und Prof. Dr. Erich Pakesch (Graz), der wesentliche Impulse zur Verständigung und Zusammenarbeit der unterschiedlichen Psychotherapieverfahren und deren Vertreter*innen gab, als wesentliche Mentor*innen der Gesetzesbildung genannt.

Zu allen oben genannten Arbeitsaufgaben konnte in langen Verhandlungen mit allen Gruppierungen ein bis heute gültiger Abgleich der noch sehr heterogenen Standpunkte von Ausbildungstraditionen, -organisationen und universitären ExpertInnen in einem gemeinsamen Gesetzestext gefunden und im Konsens aller politischen Parteien beschlossen werden.

Das Propädeutikum

Eine zentrale Frage jedoch blieb zu Beginn der Konzeption des Psychotherapiegesetzes als wesentliches Hemmnis ungelöst: Wie sollten die unterschiedlichen Herkunftsberufe der kommenden Psychotherapeut*innen in einem offenen Zugang zur Berufsausübung zu einem gemeinsamen Ausbildungsprofil zusammengeführt werden, wenn man den Berufsstand der PsychotherapeutInnen (wie

von der Ärztekammer gefordert) nicht auf einen »Grundberuf Medizin« einengen wollte?

Eine alte akademische Tradition wurde hilfreich übernommen: Propädeutika waren als Einführung und Überblick in geisteswissenschaftliche Studien, in der Medizin, Pharmazie und Theologie lange üblich und bewährt.

Die Lösung lag somit in der Einführung eines grundlegenden und allgemeinen ersten Teils der Psychotherapieausbildung als »Psychotherapeutisches Propädeutikum« zur nachfolgenden speziellen psychotherapeutischen Fachausbildung, der fundamentale Bereiche der Psychotherapie vermittelt: rechtliche Rahmenbedingungen der Psychotherapie, medizinische, psychologische und psychosoziale Grundkompetenzen, Wissen um Herkunft, Formen und Vorgangsweisen der Psychotherapie, Ethik, den praktischen Umgang mit psychisch leidenden Personen unter Supervision und Eigenerfahrung in Psychotherapie als ersten Schritt zur Schulung psychotherapeutischer Identität.

Der Umfang des gesetzlich festgelegten psychotherapeutischen Propädeutikums von aktuell 1315 Stunden bietet im theoretischen Teil (765 Stunden) und praktischen Bereich (550 Stunden) nicht nur die Möglichkeit eines - nach nunmehr 30 Jahren entsprechend bewährten - Wissenserwerbes zur allgemeinen Psychotherapie, sondern zugleich die Entwicklung psychosozialer Grundkompetenz, die auch eine wertvolle Hilfe im beratenden Umgang jeder psychosozialen Tätigkeit mit Menschen ist.

Gemeinsam mit Dr. Ursula Margreiter konnte ich die Durchführung eines propädeutischen Ausbildungslehrganges im Österreichischen Arbeitskreis für Gruppentherapie und Gruppendynamik (ÖAGG) anregen und 1991 beginnen. Dank ihr als Leiterin des ÖAGG-Propädeutikums von 1991 bis 2014 stellt sich nun

die Einrichtung nach 30 Jahren als größter Anbieter mit etwa 20 % der aktuellen österreichweiten KandidatInnen des Propädeutikums vor – auch konnten von 1991 bis 2020 mehr als 2700 Ausbildungskandidat*innen unseren Lehrgang erfolgreich absolvieren.

Zum Aufbau und zur Gestaltung des Buches

Bestehende Publikationen zu den wesentlichen Inhalten des Propädeutikums lagen meist in mehrbändigen Ausgaben oder sehr verdichteten Kurzeinführungen vor. Den Ausgangspunkt bildete eine sechsbändige Enzyklopädie im Facultas Verlag (1996) – erschienen als »Bibliothek Psychotherapie« – mit Prof. Dr. Sonneck als Herausgeber.

Unser Ziel mit diesem Buch ist, die relevanten Kerninhalte des Propädeutikums als Grundstudium der Psychotherapie in *einem* Studienband in thematisch angemessener Ausführung und dem curricularen Aufbau folgend zu vermitteln. Zugleich soll der Lehrstoff zur Evaluation einzelner Seminare dienen und als Basis der Abschlussprüfung zum Propädeutikum didaktisch hilfreich aufbereitet sein. Somit liegt die Hauptaufgabe in der Konzentration der umfangreichen Wissensinhalte und in einer Umsetzung in Form und Text, der zu weitergehendem, auch elektronisch gestütztem Selbststudium mit der durch den Verlag bereitgestellten Lern-App anregt.

Die Autor*innen der einzelnen Fachbeiträge sind langjährige Referent*innen im Seminarprogramm unseres Propädeutikums und ausgewiesene ExpertInnen mit vertiefter Erfahrung in Klinik, Lehre und Forschung der Psychotherapie, ergänzt durch ExpertInnen aus relevanten Fachgebieten zu speziellen Fragestellungen.

Eine Literaturliste zu jedem Fachartikel mit Kern- und ggf. weiterführender Literatur, konkrete Prüfungsfragen zu

jedem Kapitel mit der Möglichkeit zur Selbstüberprüfung in der Lern-App und der strukturierte Text mit Stichwortverzeichnis ermöglichen gezielten Wissenserwerb und schnellen Zugriff auf die Inhalte.

Literatur im Text

Bundesgesetz vom 7. Juni 1990 über die Ausübung der Psychotherapie (Psychotherapiegesetz), BGBl. Nr. 361/1990 (NR: GP XVII RV 1256 AB 1389 S. 146. BR: AB 3896 S. 531.)

Jandl-Jäger, E., & Stumm, G. (Hrsg.). (1988). *Psychotherapie in Österreich. Eine empirische Analyse der Anwendung von Psychotherapie*. Wien: Deuticke.

1. PSYCHOTHERAPEUTISCHE HAUPTSTRÖMUNGEN/CLUSTER

1.0 Vorbemerkung: Begriffsklärungen und erste Bestandsaufnahme zur Psychotherapie

Markus Hochgerner

Es werden – auch im Rahmen dieses Buches – unterschiedliche Begrifflichkeiten für die in Österreich gesetzlich anerkannten Psychotherapien verwendet. Dies hat historisch gewachsene und auch in den verschiedenen Wissenstraditionen wohlbegründete Ursachen, führt jedoch zu Mehrdeutigkeit und Missverständnissen in der Zuordnung und im Verständnis. Wir schlagen daher die folgende Festlegungen von Begrifflichkeiten zur allgemeinen Verständigung vor:

Eine grundsätzliche erste Ebene gesetzlich anerkannter Psychotherapie wird mit den Begriffen *psychotherapeutische Hauptströmungen/psychotherapeutische Cluster* umschrieben. Damit sind konkret die in Österreich und auch international anerkannten vier *Grundorientierungen der Psychotherapie* bezeichnet, die psychodynamisch, humanistisch, systemisch oder verhaltensorientiert jeweils durch ein gemeinsames Feld von konsistenten wissenschaftlichen Grundannahmen und erprobten, als wirksam ausgewiesene Vorgangsweisen geprägt sind.

Auf einer zweiten Ebene kann innerhalb der vier *Grundorientierungen (Hauptströmungen/Cluster)* von unterschiedlichen *Psychotherapieverfahren* gesprochen werden, die mit aktuell 23 Zusatzbezeichnungen im Bundesministerium für

Gesundheit ausgewiesen sind, da sich auch innerhalb eines anerkannten Verfahrens – beispielsweise der Logotherapie nach V. Frankl im humanistischen Cluster – **Methoden** so weit voneinander unterscheiden können, dass mehr als eine Zusatzbezeichnung eines Verfahrens ausgewiesen wird, in diesem Fall »Logotherapie« und »Logotherapie und Existenzanalyse« (siehe Übersicht zum Stand der Methoden). Zwölf psychodynamische, sechs humanistische, ein systemisches und ein verhaltensorientiertes Psychotherapieverfahren sind aktuell ausbildungsberechtigt und ausbildungsaktiv – diese 20 Verfahren werden im ersten Abschnitt dieses Buches vorgestellt. Auf die umfassende Anführung aller Ausbildungsträger und gleichlautenden Verfahren wurde aus Platzgründen verzichtet.

Auf einer dritten Ebene sprechen wir von **psychotherapeutischen Schulen** innerhalb eines Psychotherapieverfahrens/einer Methode, die historisch oder lokal gewachsene Ausprägungen eines Verfahrens darstellen. Diese können sich in ihrer Schwerpunktsetzung zu Theorie, Praxis und/oder rechtlicher/personeller Trägerschaft von weiteren verfahrensgleichen Methoden unterscheiden, ohne damit ein eigenständig ausgewiesenes Verfahren (= Methode) zu begründen, beispielsweise die Wiener Psychoanalytische Vereinigung und die Österreichischen Arbeitskreise für Psychoanalyse mit der gleichlautenden methodischen Zusatzbezeichnung »Psychoanalyse/psychoanalytische Therapie« in der psychodynamischen Grundströmung oder »Logotherapie« und »Logotherapie und Existenzanalyse« im humanistischen Cluster.

Generell ist die Psychotherapieausbildung in zwei Abschnitte gegliedert. Jeder fachspezifischen Psychotherapieausbildung ist in Österreich als erster Ausbildungsteil ein **Propädeutikum** als psychotherapeutisches Grundstudium mit wesentlichen allgemeinen Inhalten der

Psychotherapie in der Länge von durchschnittlich zwei Jahren und durchschnittlich 90 ECTS vorgeschaltet. Derzeit sind 19 Ausbildungsinstitute mit davon 17 aktiven Einrichtungen am Bundesministerium für Gesundheit registriert.

Im zweiten Ausbildungsteil, der **fachspezifisch orientierten Ausbildung** im Rahmen des in einer der vier Grundorientierungen anerkannten Verfahrens, sind aktuell 44 Ausbildungsinstitute registriert, davon 39 zurzeit aktiv. Die Psychotherapieausbildung ist als postsekundäre Ausbildung im Rahmen des Wissenschaftsministeriums anerkannt und dauert berufsbegleitend im Schnitt 6,9 Jahre. Einige gesetzlich anerkannte Institute haben ihre Ausbildungstätigkeit im Laufe der 30 Jahre seit Beschlussfassung des Psychotherapiegesetzes ruhend gestellt oder sind derzeit nicht ausbildungsberechtigt. Mögliche Gründe sind z. B. eine aktuell zu geringe Zahl von Lehrberechtigten oder auf gültigem Niveau ungesicherte Nachweise zur Wirksamkeit.

Psychotherapieverfahren entwickeln sich weiter in ihrer Theorie, Technik und Vorgangsweise – auch in Zukunft ist mit neuen Verfahren oder weiteren Differenzierungen innerhalb von anerkannten Verfahren oder auch der Zusammenführung verfahrensgleicher/-ähnlicher Ausbildungsinstitutionen zu rechnen (jüngstes Beispiel: »Psychoanalytisch orientierte Psychotherapie« oder »Psychoanalyse/psychoanalytische Psychotherapie« im Cluster psychodynamische Psychotherapie). Zugleich entwickeln sich auch Kooperationsmodelle zwischen anerkannten Verfahren (Beispiel: »Individualpsychologie« gemeinsam mit »Selbstpsychologie«), auch in Zusammenarbeit mit universitären Einrichtungen. Derzeit sind 23 von 39 aktiven Ausbildungsträgern universitär in der Ausbildung und durch Ausbildungsabschlüsse vernetzt, acht weitere Verfahren stehen mit 2020 kurz vor Abschluss einer Kooperation.

1.1 Überblick zu den psychotherapeutischen Verfahren in Österreich

Markus Hochgerner

Eine erste Orientierung zum Ausbildungsfeld Psychotherapie

Die anerkannten österreichischen Psychotherapieverfahren werden benannt, die gesetzlichen Bedingungen zu ihrer Anerkennung dargestellt und die unterschiedlichen Formen der Institutionalisierung und übergreifende Wirkfaktoren psychotherapeutischer Verfahren angeführt. Die anerkannten Verfahren werden in den vier Clustern der psychodynamischen, humanistischen, systemischen und verhaltensorientierten Therapie zusammengefasst. Es folgt ein Überblick zu den allgemeinen und spezifischen Schwerpunkten je Cluster und die Benennung einiger schulen-/verfahrensspezifischer Schwerpunkte in Vorschau auf die Beiträge zu den einzelnen psychotherapeutischen Methoden.

:
Zusammenfassung

Überblick Psychotherapieverfahren - gesetzliche Anerkennung als Psychotherapie - vier Cluster der Psychotherapieverfahren - allgemeine und spezielle Schwerpunkte der Psychotherapie - psychodynamisch, humanistisch, systemisch, verhaltenstheoretisch

i
Stichworte

1.1.1 Psychotherapeutische Verfahren

Mit 2020 sind in Österreich 23 psychotherapeutische Verfahren mit eigenen Zusatzbezeichnungen an 44 Ausbildungsstätten registriert, die in privatrechtlichen Vereinen, in Kooperation mit Universitäten oder über universitäre Ausbildungseinrichtungen organisiert sind. Davon sind 39 Ausbildungsträger derzeit ausbildungsberechtigt und ausbildungsaktiv