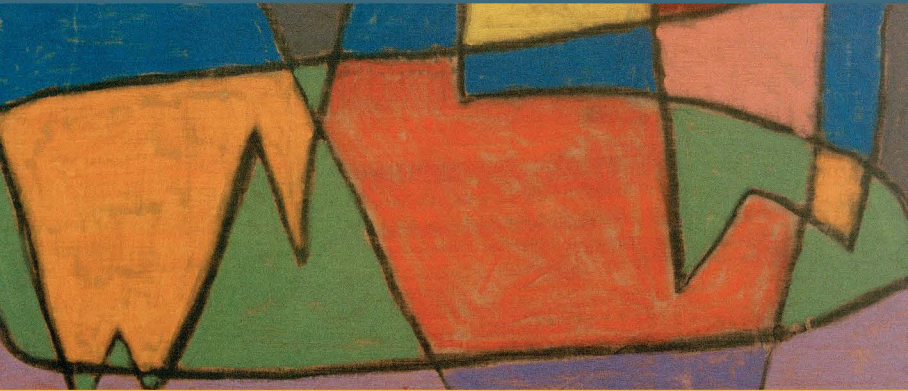


Cord Benecke



PSYCHODYNAMIK **Kompakt**

Psychodynamische Therapien und Verhaltenstherapie im Vergleich

Zentrale Konzepte und Wirkprinzipien

V&R



Benecke, Psychodynamische Therapien und Verhaltens-therapie im Vergleich

PSYCHODYNAMIK **Kompakt**

Herausgegeben von
Franz Resch und Inge Seiffge-Krenke

Cord Benecke

Psychodynamische Therapien und Verhaltens- therapie im Vergleich: Zentrale Konzepte und Wirkprinzipien

Vandenhoeck & Ruprecht

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.

ISBN 978-3-647-40568-1

Umschlagabbildung: Paul Klee, »Blumenanlage im Park von V.«, 1936, Bern, Zentrum Paul Klee/akg-images

© 2016, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen/
Vandenhoeck & Ruprecht LLC, Bristol, CT, U.S.A.
www.v-r.de

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Produced in Germany.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Inhalt

Vorwort zur Reihe	7
Vorwort zum Band	9
Vorbemerkungen	11
1 Divergenzen und Konvergenzen der Grundlagenmodelle ...	13
1.1 Das Unbewusste in der Psychoanalyse und der Verhaltenstherapie	14
1.2 Was macht »krank«? Triebe, Motive, Grundbedürfnisse – und Konflikte	18
1.3 Affekte und Emotionen, Abwehr und Regulierungen ...	23
1.4 Bedeutsame Beziehungsmuster: Repräsentanzen, Schemata, Übertragung	29
1.5 Die Sicht auf den Menschen: Persönlichkeitstypologien und Strukturniveaus	32
1.6 Fazit: Bedeutsame Differenzen trotz großer Annäherungen	36
2 Divergenzen und Konvergenzen in aktuellen Veränderungstheorien und -methoden	38
2.1 Funktion und Nutzung der therapeutischen Beziehung	39
2.2 Gegenübertragungsanalyse oder Beachtung der emotionalen Resonanz	48
2.3 Vermittlung von emotionaler Einsicht	51

2.4 Arbeit am Strukturniveau oder Skill-Training, Mentalisierung oder Achtsamkeit	55
2.5 Fazit zu den Veränderungskonzepten: Ist jetzt alles gleich?	58
3 Implikationen für die Praxis: Kann man sich im konzeptuellen Gemischtwarenladen beliebig bedienen?	63
Literatur	65

Vorwort zur Reihe

Zielsetzung von PSYCHODYNAMIK KOMPAKT ist es, alle psychotherapeutisch Interessierten, die in verschiedenen Settings mit unterschiedlichen Klientengruppen arbeiten, zu aktuellen und wichtigen Fragestellungen anzusprechen. Die Reihe soll Diskussionsgrundlagen liefern, den Forschungsstand aufarbeiten, Therapieerfahrungen vermitteln und neue Konzepte vorstellen: theoretisch fundiert, kurz, bündig und praxistauglich.

Die Psychoanalyse hat nicht nur historisch beeindruckende Modellvorstellungen für das Verständnis und die psychotherapeutische Behandlung von Patienten hervorgebracht. In den letzten Jahren sind neue Entwicklungen hinzugekommen, die klassische Konzepte erweitern, ergänzen und für den therapeutischen Alltag fruchtbar machen. Psychodynamisch denken und handeln ist mehr und mehr in verschiedensten Berufsfeldern gefordert, nicht nur in den klassischen psychotherapeutischen Angeboten. Mit einer schlanken Handreichung von 60 bis 70 Seiten je Band kann sich der Leser schnell und kompetent zu den unterschiedlichen Themen auf den Stand bringen.

Themenschwerpunkte sind unter anderem:

- *Kernbegriffe und Konzepte* wie zum Beispiel therapeutische Haltung und therapeutische Beziehung, Widerstand und Abwehr, Interventionsformen, Arbeitsbündnis, Übertragung und Gegenübertragung, Trauma, Mitgefühl und Achtsamkeit, Autonomie und Selbstbestimmung, Bindung.
- *Neuere und integrative Konzepte und Behandlungsansätze* wie zum Beispiel übertragungsfokussierte Psychotherapie, Schematherapie, Mentalisierungsbasierte Therapie, Traumatherapie, internet-

basierte Therapie, Psychotherapie und Pharmakotherapie, Verhaltenstherapie und psychodynamische Ansätze.

- *Störungsbezogene Behandlungsansätze* wie zum Beispiel Dissoziation und Traumatisierung, Persönlichkeitsstörungen, Essstörungen, Borderline-Störungen bei Männern, autistische Störungen, ADHS bei Frauen.
- *Lösungen für Problemsituationen in Behandlungen* wie zum Beispiel bei Beginn und Ende der Therapie, suizidalen Gefährdungen, Schweigen, Verweigern, Agieren, Therapieabbrüchen; Kunst als therapeutisches Medium, Symbolisierung und Kreativität, Umgang mit Grenzen.
- *Arbeitsfelder jenseits klassischer Settings* wie zum Beispiel Supervision, psychodynamische Beratung, Arbeit mit Flüchtlingen und Migranten, Psychotherapie im Alter, die Arbeit mit Angehörigen, Eltern, Gruppen, Eltern-Säuglings-Psychotherapie.
- *Berufsbild, Effektivität, Evaluation* wie zum Beispiel zentrale Wirkprinzipien psychodynamischer Therapie, psychotherapeutische Identität, Psychotherapieforschung.

Alle Themen werden von ausgewiesenen Expertinnen und Experten bearbeitet. Die Bände enthalten Fallbeispiele und konkrete Umsetzungen für psychodynamisches Arbeiten. Ziel ist es, auch jenseits des therapeutischen Schulendenkens psychodynamische Konzepte verstehbar zu machen, deren Wirkprinzipien und Praxisfelder aufzuzeigen und damit für alle Therapeutinnen und Therapeuten eine gemeinsame Verständnisgrundlage zu schaffen, die den Dialog befördern kann.

Franz Resch und Inge Seiffge-Krenke

Vorwort zum Band

Nach wie vor existiert eine starke Konkurrenz der »Schulen« im Bereich der Psychotherapie, nicht nur in Bezug auf die Krankenversorgung, sondern auch in Bezug auf das, was konzeptuell und therapeutisch für angemessen und effizient gehalten wird. In diesem Buch geht es um einen Vergleich zwischen den beiden auch international bedeutsamsten Richtungen, die Kognitiven Verhaltenstherapien und die Psychodynamischen Therapien. Zentrale Konzepte in beiden Therapieverfahren wie Vorstellungen zum Unbewussten, zu Beziehungsmustern, aber auch zum Menschenbild und zum therapeutischen Vorgehen werden historisch hergeleitet und miteinander in Beziehung gesetzt und die Konsequenzen für die therapeutische Praxis illustriert.

Cord Benecke versteht es, sehr differenziert die Gemeinsamkeiten und Unterschiede in den Grundannahmen der unterschiedlichen Therapieschulen herauszuarbeiten. Dabei kann er verblüffende Ähnlichkeiten aufweisen, die allerdings stärker durch eine Annäherung der Verhaltenstherapie an die Psychoanalyse als umgekehrt zustande gekommen sind. Auch zeigt seine sorgfältige Analyse, dass die Benutzung der gleichen Konzepte (wie Unbewusstes, Übertragung) noch lange nicht meint, dass dasselbe darunter verstanden wird oder gar das Gleiche therapeutisch getan wird. Es gibt zwar viele Berührungspunkte, aber keineswegs wird in der therapeutischen Praxis alles aus einem einzigen Grundgedanken gespeist. Diese Komplexität ist wichtig, dennoch: Es gibt keine verbindliche Metatheorie, die alle Unterschiede der Therapieschulen aus übergeordneter Sicht aufhebt. Gleichmacherei löst die alten Konflikte nicht. Trotz aller Annäherungen bleiben also interessante und bedeutsame Differenzen bestehen,