

Psychotherapie



Ralf T. Vogel

C.G. Jung für die Praxis

Zur Integration jungianischer
Methoden in psychotherapeutische
Behandlungen

2., überarbeitete und
erweiterte Auflage

Kohlhammer

Psychotherapie



Ralf T. Vogel

C.G. Jung für die Praxis

Zur Integration jungianischer
Methoden in psychotherapeutische
Behandlungen

2., überarbeitete und
erweiterte Auflage

Kohlhammer



150 Jahre
Kohlhammer

Ralf T. Vogel

C.G. Jung für die Praxis

Zur Integration jungianischer Methoden in
psychotherapeutische Behandlungen

2., überarbeitete und erweiterte Auflage

Verlag W. Kohlhammer

Für Sabine

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Warenbezeichnungen, Handelsnamen und sonstigen Kennzeichen in diesem Buch berechtigt nicht zu der Annahme, dass diese von jedermann frei benutzt werden dürfen. Vielmehr kann es sich auch dann um eingetragene Warenzeichen oder sonstige geschützte Kennzeichen handeln, wenn sie nicht eigens als solche gekennzeichnet sind.

2., überarbeitete und erweiterte Auflage 2016

Alle Rechte vorbehalten
© W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart
Gesamtherstellung: W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Print:
ISBN 978-3-17-026852-4

E-Book-Formate:
pdf: ISBN 978-3-17-026853-1
epub: ISBN 978-3-17-026854-8
mobi: ISBN 978-3-17-026855-5

Für den Inhalt abgedruckter oder verlinkter Websites ist ausschließlich der jeweilige Betreiber verantwortlich. Die W. Kohlhammer GmbH hat keinen Einfluss auf die verknüpften Seiten und übernimmt hierfür keinerlei Haftung.

Geleitwort zur ersten Auflage

Wissen wir Therapeutinnen und Therapeuten jeweils eigentlich, woher wir einen Einfall zu einer Intervention haben? Es gibt einen solchen Reichtum an psychotherapeutischen Einfällen, die wir oft im Vorbeigehen aufnehmen, und dann auch wieder vergessen – man könnte ja auch einmal ein therapeutisches Unbewusstes postulieren – in entscheidenden Momenten in der therapeutischen Situation aber wieder aktivieren können! Ein schöpferischer Einfall, basierend auf Arbeiten von vielen Kolleginnen und Kollegen.

Solche Anregungen stammen nicht selten – auch unerkant – aus der Jung'schen Psychotherapie. Darauf macht Ralf T. Vogel energisch, selbstbewusst und lustvoll im vorliegenden Buch aufmerksam. Die Jung'sche Psychotherapie, mit ihrer Orientierung an Ressourcen, mit ihrer Beziehung zu Imagination und Erzählungen, zu Träumen, ist eine Form der Therapie, die viele Impulse für verschiedene Formen von Therapien – nicht nur die psychodynamischen – gesetzt hat und immer noch setzt. Es ist deshalb sinnvoll und hilfreich, diese Methoden in einem Zusammenhang für die Praxis darzustellen. Der Dreiklang, den der Autor jeweils bei der kurzen Darstellung der Methoden anstrebt – anthropologische Fundierung, klinische Relevanz und therapeutische Implikation –, bewirkt, dass die Arbeitsmethoden in einem größeren Zusammenhang stehen.

Besonders anregend an diesem Buch ist, dass weit gespannt weiterführende Literatur zur Vertiefung genannt wird. Dadurch wird sichtbar, wie viele jungianische Kolleginnen und Kollegen sich von den Gedanken Jungs haben inspirieren lassen, an ihnen weitergearbeitet und versucht haben, sie für die Praxis immer mehr nutzbar zu machen. Dieses Einbeziehen der Arbeiten von Kolleginnen und Kollegen ist nicht selbstverständlich: Die Sichtung der Literatur ist mit sehr viel Arbeit

verbunden. Diese Darstellungsweise zeugt indessen auch davon, dass der Autor sich einem integrativen Ansatz, auch innerhalb der Jung'schen Community verpflichtet fühlt. Man glaubt daher dem Autor, dass es ihm darum geht, auf jungianische Methoden zu sensibilisieren, um sie noch gezielter in psychotherapeutische Behandlungen integrieren zu können.

Ich wünsche diesem Buch mit seinen vielen Anregungen für die Praxis viele interessierte Kolleginnen und Kollegen, die sich davon anregen und gelegentlich auch herausfordern lassen.

Verena Kast

Inhalt

Geleitwort zur ersten Auflage

Vorwort

Einführung

1 Die Tradition deutschsprachiger Einführungsliteratur zu Jung

2 Methodenintegration in der Psychotherapie

Exkurs: Jungianisches in der Psychotherapie

3 Zur Biographie Jungs (1875–1961) und der modernen
Analytischen Psychologie

4 Grundlegende Begriffe

4.1 Jung im Original

4.2 Allgemeines zur Analytischen Psychologie

4.3 Das Unbewusste im Zentrum der Aufmerksamkeit

4.3.1 Die unbewusste Landschaft

4.3.2 Die Inhalte des kollektiven Unbewussten

4.4 Das Selbst

4.5 Individuation

Exkurs: Jungianische Entwicklungspsychologie

4.6 Die Typologie – Das Stiefkind jungianischer Theorie und Praxis

4.7 Finalität

4.7.1 Herleitung und Begriffsbestimmungen

4.7.2 Das Finalitätsprinzip in der Praxis

Exkurs: Synchronizität – Eine weitere Ergänzung des Kausalitätsdenkens

4.7.3 Gefahren des Finalitätskonzepts

5 Die klinische Theorie Jungs

5.1 Die Komplextheorie

5.2 Die Theorie von der psychischen Balance und den Einseitigkeiten

5.3 Die Theorie des Individuationsstillstands

5.4 Die Theorie der Inflationierung

Exkurs: Jung »störungsspezifisch«?

6 Die therapeutischen Ansätze

6.1 Prozess und Ziel in der Jung'schen Psychotherapie

6.2 Nutzbarmachung des Potentials des Unbewussten – Die symbolisierende Einstellung

6.3 Der veränderte Umgang mit dem Schatten

7 Die Stärken jungianischer Psychotherapie

7.1 Die Arbeit am Existentiellen

7.1.1 Der (verlorene) Sinn

7.1.2 Der Tod in der Analytischen Psychologie

7.2 Religion und Spiritualität

7.3 Psychotherapie im höheren Lebensalter

7.4 Frühstörungen

8 Therapeutische Methoden

8.1 Jung und die therapeutischen Methoden

8.2 Die therapeutische Beziehung: Jung »topaktuell«

8.2.1 Übertragung und Gegenübertragung nach C. G. Jung

8.2.2 Dieckmanns Systematisierung

8.2.3 Weitere jungianische Aspekte des Übertragungsgeschehens

Exkurs: Alchemie als Metapher

8.3 Intersubjektivität

8.4 Traumarbeit nach C. G. Jung

8.5 Die Arbeit mit Märchen und Mythen

8.5.1 Das Märchen/der Mythos des Patienten

8.5.2 Das Märchen/der Mythos des Therapeuten

8.6 Kreativtherapeutische Methoden

8.6.1 Das therapeutische Sandspiel

8.6.2 Therapeutisches Malen

8.6.3 Andere Kreativmethoden

8.7 Aktive Imagination

8.7.1 Zum Ablauf der Aktiven Imagination

Exkurs: Achtsamkeit

8.8 Persönlichkeit Nr. 1 und Nr. 2

8.9 Einreden

8.10 Gruppenpsychotherapie in der Analytischen Psychologie

9 Die Anwendung des Jungianischen beim Therapeuten

9.1 »Passung« und persönliche Indikationsstellung

9.2 Der Traum des Therapeuten

9.3 Die Komplexe des Therapeuten

9.4 Der therapeutische Schatten

9.5 Die Archetypen der Psychotherapie

9.6 Die Veränderung des Psychotherapeuten in der und durch die Psychotherapie

9.7 Die Aktive Imagination des Therapeuten

10 Wie integrieren?

11 Analytische Psychologie und die Wissenschaft

12 Tipps und Hinweise zum Weiterlesen

Literatur

Stichwortverzeichnis

Vorwort

Das vorliegende Buch entstand aus der Vortrags- und Seminartätigkeit des Autors zu Themen der praktischen Arbeit mit jungianischen Methoden und wurde anhand entsprechender Gelegenheiten weiterentwickelt und nun, zusätzlich einige Kritik- und Anregungspunkte aufgreifend, in zweiter Auflage erweitert und, v. a. was die Zitierexaktheit der Werke Jungs betrifft, korrigiert. Selbst in unterschiedlichen Therapiemethoden ausgebildet, war es immer mein Anliegen, die verschiedenen psychologischen Zugänge zum Seelenleben der uns Therapeutinnen und Therapeuten anvertrauten Menschen sich nicht einander ausschließen zu lassen, sondern ihren Wahrheitsgehalt als auf verschiedenen Verstehensebenen angesiedelt zu betrachten und ihren – in gut jungianischem Sinne – komplementären Gehalt herauszustellen. Sowohl in der eigenen therapeutischen Arbeit als auch in den zahlreichen supervisorischen Zusammenhängen, in denen ich derzeit tätig bin, habe ich den Vorteil eines breiten Verstehens- und Methodenrepertoires zu schätzen gelernt, auch wenn dies manchmal auf Kosten einer tiefen »Durchdringung« einzelner Theorieelemente gehen mag. Letzteres erschien mir immer wieder als intellektueller Selbstzweck oder als manchmal durchaus gewinnbringende »Grundlagenüberlegung« zur Weiterentwicklung spezifischer Teile einer therapeutischen Denkrichtung. Für die praktische therapeutische Arbeit aber brauchen diese komplexen Denkgebäude die Umsetzung in handhabbare Therapieelemente. So nützte mir v. a. ein Zugang zu unterschiedlichen, manchmal durchaus heterogenen therapeutischen Wissensbeständen, um meine therapeutische Tätigkeit den Bedürfnissen der zu mir kommenden Patientinnen und Patienten anzupassen, statt diese zur Anpassung an meinen zunächst schmalen Methodenkanon bewegen zu müssen. Dass dies nicht zu einem

theorielosen und oberflächlichem Eklektizismus führen muss, wird hoffentlich das vorliegende Buch ebenso zeigen wie die meiner Ansicht nach besondere Eignung und der besondere Nutzen gerade jungianischer Ansätze für die konkrete Praxisarbeit. Obwohl neuere Entwicklungen innerhalb der Analytischen Psychologie gerade in der vorliegenden zweiten Auflage verstärkt Berücksichtigung finden, wird vorwiegend ausgegangen von Jung selbst, die von ihm herangezogenen Zitate beziehen sich, wenn nicht explizit anders bezeichnet, sämtlich auf die 20-bändigen Gesammelten Werke in der Studienauflage des Walter Verlags (1995), die angeführte Jahreszahl meint das Ersterscheinungsdatum des jeweiligen Einzelwerkes.

Ralf T. Vogel

Einführung

Jungianische Methoden erleben in der angewandten Psychotherapie eine Renaissance: Die Arbeit mit Imaginationstechniken verschiedenster Art gehört zum Standardrepertoire vieler psychodynamisch und verhaltenstherapeutisch ausgebildeter Kolleginnen und Kollegen (im Weiteren werde ich der einfacheren Lesbarkeit halber die männliche Anrede benutzen und hoffe, dadurch keine Ressentiments zu erzeugen), die Einbeziehung von Märchen und kreativen Methoden gilt gerade bei den schwierigen, mit verbalen Methoden nur schwer erreichbaren Patienten als wichtige und oft unabdingbare Methodenergänzung, und jungianische Traumbetrachtungen erweitern klassische Konzepte um unverzichtbare Aspekte. Von der Hirnforschung werden zentrale Konzepte der Analytischen Psychologie, wie das Archetypenkonzept, erforscht, moderne therapeutische Beziehungstheorien erinnern an traditionelle jungianische Grundannahmen. Trotzdem wollen oder können sich nicht alle an Jung und seinen Methoden interessierten Therapeuten einer aufwändigen Ausbildung in jungianisch orientierter Psychoanalyse an einem der wenigen Jung-Institute im deutschsprachigen Raum unterziehen. Ein Kompromiss ist die fundierte Integration jungianischen Denkens und der daraus abgeleiteten Behandlungsmethoden in die bisherige therapeutische Arbeit. Diesem Zweck will das vorliegende Buch dienen. Es richtet sich vorwiegend an ausgebildete und praktisch erfahrene Therapeuten, die sich angesprochen fühlen vom Menschenbild und von der Weite, der Kreativität und der originellen und doch tiefsinnigen Gedankenwelt klassischer und moderner Jung'scher Psychologie und sich inspirieren lassen wollen, das eine oder andere wohl reflektiert zu übernehmen, ohne die bisherige therapeutische Identität verlassen zu wollen. In

Ausbildung befindlichen jungianischen Therapeuten mag es ein nützliches Kompendium zum alltagsrelevanten Überblick über die Jung'schen »Essentials« sein. So verzichtet das vorliegende Werk auf allzu ausschweifende theoretische Diskurse, schildert Theorie so weit, wie sie zum Verständnis der Methoden und des ihnen zugrunde liegenden Menschenbilds notwendig ist und verweist ansonsten auf weiterführende Literatur. Die für die therapeutische Praxis zentralen Konzepte werden größtenteils in einem »Dreiklang« in ihrer anthropologischen Fundierung, ihrer klinischen Relevanz und schließlich ihren therapeutischen Implikationen vorgestellt. Der Schwerpunkt liegt demgemäß nicht auf einer umfassenden Einführung in das Jung'sche Gesamtwerk (dazu liegen ausreichend Schriften vor), sondern auf dem praktischen Nutzen des jungianischen Gedankengebäudes in der alltäglichen therapeutischen Arbeit. Dazu werden neben den grundlegenden Ideen auch zentrale Therapiemethoden so geschildert, dass sich Therapeuten rasch orientieren und diese in der Therapiestunde umsetzen können. Bezüge zur Freud'schen Denktradition und deren Begrifflichkeiten werden gezogen, so dass Unterschiede, oft aber auch Überschneidungen deutlich werden können.

Für die Annäherung an das jungianische Gedankengut ist es sicher gut, nicht nur auf Ratio und Denken zu setzen, sondern zu versuchen, sich auch gefühlsmäßig auf die dargestellten Konzepte einzulassen, denn »es gilt schon für Freud, erst recht für Jung: Über die Lektüre und den intellektuellen Nachvollzug allein gewinnen ihre Einsichten bestenfalls eine unverbindliche Plausibilität. Die ihnen innewohnende, oftmals erschütternde Evidenz eröffnet sich nur durch ein Stück erlebten Mitvollzugs. Sie sind ›am eigenen Leibe‹ gewonnen und vermitteln sich daher nur in der Bereitschaft zur Selbstbegegnung, die aus der Selbstverwunderung und Selbstverwundung kommt.« (Evers 1997, S. 26)

Natürlich fällt ein solcher »Selbsterfahrungsaspekt« u. U. beim Lesen eines Fachbuches schwer. Manch einem klassisch psychodynamisch denkenden Kollegen wird aber auffallen, dass er, vielleicht schon lange, eigentlich »Jungianer wider Wissen« war, also durchaus bereits »am eigenen Leibe« Jungianisches verspürte. Denn »Wenn man sich vergegenwärtigt, in wie vielfältiger Hinsicht die postjungianische

Analytische Psychologie mit den verschiedenen Entwicklungen in der Psychoanalyse übereinstimmt, dann ergibt sich, dass Jung nicht nur der Hauptströmung der Theorie zuzurechnen ist, sondern dass Analyse wie Psychotherapie heute in der Tat in einem gewissen Sinne »Jungianisch« sind« (Samuels, 1989, S. 35). Der in diesem Band so häufig auftauchende Terminus »jungianisch« meint übrigens nicht nur den Bezug auf die Schriften von Jung selbst, sondern selbstverständlich auch alle von ihm ausgehenden, weiterführenden und modernen Theorieentwicklungen.

Jedem Kapitel folgen, teilweise kurz kommentiert, Empfehlungen zu weiterem Literaturstudium. In Kapitel 12 finden sich die wichtigsten Adressen jungianischer Aus-, Fort- und Weiterbildungsinstitutionen und Tipps für mögliche vertiefende Auseinandersetzungen.

1 Die Tradition deutschsprachiger Einführungsliteratur zu Jung

Jung selbst verfasste nie eine zusammenhängende Darstellung seiner Lehre. Dies entsprach wohl nicht seiner Persönlichkeit, es entsprach seiner Ansicht nach aber auch nicht der von ihm vertretenen Sicht auf die menschliche Seele, die sich mit ihren Paradoxien, mehreren Wahrheiten und ständig in Wandlung befindlichen Einzelaspekten wenig für eine in eine einheitliche Form gegossene Lehre eignet. Gleichwohl verfolgte Jung wohlwollend den ersten Versuch einer einführenden Zusammenfassung seiner Meisterschülerin Jolande Jacobi. Deren 1940 erstmals aufgelegtes Buch »Die Psychologie von C. G. Jung« ist heute noch erhältlich und besticht durch kurze, prägnante Erklärungen sämtlicher wichtiger jungianischer Einzelbegrifflichkeiten und viele anschauliche Diagramme. In dieser ersten deutschsprachigen Einführung wird allerdings deutlich, was sich durch alle späteren Werke zieht: Es scheint unmöglich (sogar oder vielleicht erst recht für Jung noch persönlich nahestehende Menschen), Jungianisches zu erörtern, ohne eigene Deutungen, Sichtweisen und Weiterentwicklungen dieser Konzepte mit einfließen zu lassen. Dies ist auch augenscheinlich in der 1972 erstmals erschienenen Monographie der zweiten großen Jung-Schülerin, Marie-Louise von Franz (1996, 2001), die die Lebensgeschichte Jungs mit der Entwicklung seines Werkes in spannender Art und Weise verbindet. Die Auseinandersetzung mit jungianischen Grundkonzepten fordert eben eine *persönliche* Stellungnahme und einen daraus sich entwickelnden persönlichen Bezug zu den durch diese Konzepte zu verstehenden gesuchten seelischen Belangen, so dass schon während der Rezeption

Jungs individuell gefärbte Verständniszugänge aufscheinen. Dies soll wohl auch so sein und wäre sicher »im Sinne des Erfinders«.

Wir machen nun einen zeitlichen Sprung nach vorne: 1989 erschien das wahrscheinlich bis heute erfolgreichste Grundlagenwerk zu Jung von der in unseren Tagen wohl bekanntesten und wichtigsten Protagonistin jungianischer Psychologie, das Buch »Die Dynamik der Symbole« von Verena Kast. Generationen von Studenten an Universitäten sowie Ausbildungsteilnehmern an Instituten näherten sich über die Lektüre dieser Schrift dem Gedankengebäude Jungs an. Wie oft in den Werken Kasts liegt einer der Schwerpunkte auf komplexpsychologischen Überlegungen; aber auch das Kapitel zu Übertragungsaspekten aus jungianischer Sicht und insgesamt der Ansatz, Theorie und praktisches therapeutisches Arbeiten aufeinander zu beziehen, unterscheidet das Buch von seinen Nachfolgern. Unter diesen ist als Erstes die 2000 in deutscher Sprache erschienene Ausgabe von »C. G. Jungs Landkarte der Seele« des bekannten amerikanischen Jungianers Murray Stein zu nennen. In der Tradition amerikanischer Lehrbücher gelingt es ihm, auch komplizierte Begriffskomplexe spannend und anschaulich zu erläutern und, wo notwendig, mit Graphiken zu veranschaulichen. 2003 kam die »Einführung in die Psychologie C. G. Jungs« des Münchner Psychiaters und Psychoanalytikers Wolfgang Roth hinzu, das durch Schwerpunktsetzung auf Unbewusstes, Animus- und Animakzept, Symbol und Traum versucht, Jungs zentrale Thesen des Seelischen zu vermitteln. Es wurde 2009 unter dem Titel »C. G. Jung verstehen« neu aufgelegt. Erstmals nach Jacobi findet sich hier auch wieder ein gesondertes kurzes Praxiskapitel, was deutlich macht, dass die Zielsetzung der Einführungswerke bisher auf der Vermittlung des jungianischen Denksystems lag und, wie übrigens in anderen psychoanalytischen Traditionen ebenfalls zu bemerken, die Darstellung dessen, was nun therapeutisch tatsächlich zu tun ist, deutlich geringer ausfällt. Das breit rezipierte, 2013 erschienene Buch des Stuttgarter Jungianers Dieter Schnocks, »Mit C. G. Jung sich selbst verstehen« darf bei dieser Aufzählung nicht fehlen, auch wenn es nicht direkt in die klassische Kategorie der »Einführungsliteratur« passt. Nach einer lesenswerten Übersicht über die grundlegenden Konzepte der Analytischen Psychologie wendet er sich nämlich in direkten Fragen

wie »Wie reguliert sich meine Psyche?«, »Wie gelangt mein Ich zum Selbst?« einer unmittelbaren und erfahrungsorientierten Umsetzung derselben zu. In einer Neuauflage erschien 2014 Verena Kasts »Die Tiefenpsychologie C. G. Jungs – Eine praktische Orientierungshilfe, das kurz und fundiert, auch für Laien verständlich, in die Gedankenwelt Jungs einführt. Auf etwa hundert Seiten gibt diese Schrift einen komprimierten und gleichzeitig umfassenden Überblick über moderne Jung'sche Psychologie und ihre Verbindungen zu heute gängigen Forschungstraditionen, so dass nach dieser kurzen Lektüre »klar ist, was jungianisch ist«. 2015 kam schließlich die Übersetzung eines Einführungsbuches des britischen Jungianers Anthony Stevens, »C. G. Jung: Eine sehr kurze Einführung«, auf den Markt, die trotz ihrer Knappheit wegen der teils unkonventionellen Schwerpunktsetzungen und seiner Bezüge zur Bindungstheorie (Stevens war Schüler von John Bowlby, dem Begründer der Bindungstheorie) sehr lesenswert ist und hier besonders empfohlen werden soll.

Nicht direkt als Schriften zur Einführung in das Werk Jungs verfasst, sind auch die Lexika und Wörterbücher anzuführen, allen voran das »Wörterbuch der Analytischen Psychologie« von Lutz und Anette Müller (2003), in dem sämtliche wichtigen Grundbegriffe des Jungianischen gesammelt und von zeitgenössischen Autoren erläutert werden. Das Wörterbuch steht in der Tradition des »Wörterbuchs Jungscher Psychologie« von Andrew Samuels u. a. (1989) und des »Lexikons Jungscher Grundbegriffe« von Helmut Hark (1990), das v. a. durch seine Zuordnung Jung'scher Originalzitate zu den Zentralbegriffen besticht. Im Jahr 2013 brachte der Patmos Verlag in seiner »Edition C. G. Jung« schließlich unter dem etwas irreführenden Titel »Kleines Lexikon der Analytischen Psychologie« einen Abschnitt aus Jungs 1921 erschienenem Werk »Psychologische Typen« (1926, GW Bd. 6), in dem er selbst lexikalisch wichtige Begriffe prägnant definiert.

Das vorliegende Buch versucht, die oben genannten und jede für sich empfehlenswerten Einführungen in das Jung'sche Gesamtwerk um einen praktischen Akzent zu ergänzen. Der Schwerpunkt liegt daher auf der Herleitung und der kompakten Darstellung der konkreten Arbeitsmethoden zum Zwecke des »Einbaus« in die praktische psychodynamische Behandlung.

Empfohlene Literatur

Jacobi, J. (2006). *Die Psychologie von C. G. Jung.*

Kast, V. (2006/2014). *Die Tiefenpsychologie nach C. G. Jung.*

Kast, V. (2007). *Die Dynamik der Symbole.*

Roth, W. (2007). *Einführung in die Psychologie C. G. Jungs.*

Stein, M. (2006). *C. G. Jungs Landkarte der Seele.*

Stevens, A. (2015). *C. G. Jung: Eine sehr kurze Einführung*

v. Franz (1996/2001). *C. G. Jung. Leben, Werk und Visionen.*

Der Vollständigkeit halber sei auch eine klassische, gut lesbare anglo-amerikanische Einführung empfohlen, die Jung im Original im Stil eines Lesebuchs zu den verschiedenen »Essentials« seiner Psychologie zusammenfasst:

Campel, J. (Ed.) (1976). *The portable Jung.*

2 Methodenintegration in der Psychotherapie

Das griechische Wort *methodos* enthält *hodos*, den Weg. Es weist uns darauf hin, dass wir einen bestimmten Weg einschlagen, wenn wir uns für eine therapeutische Methode entscheiden, dass es sich also um einen Prozess handelt, der im Verlauf verändert und ergänzt werden kann. Moderne Psychotherapie ist methodenübergreifende Psychotherapie, verschiedene Abzweigungen auf dem (therapeutischen) Weg sind möglich und fordern immer wieder unsere Entscheidungen. Dies stellt unsere gängige, in Psychotherapieschulen aufgeteilte Psychotherapielandschaft in Frage, macht diese aber nicht automatisch obsolet (vgl. z. B. Vogel, 2003). Auch wenn die bundesdeutschen Psychotherapierichtlinien dieser Tatsache noch immer nicht ausreichend Rechnung tragen, geht die therapeutische Arbeit der Praktiker längst über eine unflexible Anwendung einer bestimmten therapeutischen Methode hinaus. So veröffentlichte zum Beispiel Kriz (2006) folgende Zahlen einer Befragung von 11 000 KV-zugelassenen Psychotherapeutinnen und -therapeuten: 58,8 % der Befragten arbeiten nach einem integrativen Konzept, 23,8 % arbeiten eklektisch (nutzen, was hilft) und lediglich 20,6 % arbeiten nur nach dem Verfahren, für das sie eine Zulassung haben. Was aber ist sinnvollerweise unter einem integrativen Arbeiten zu verstehen? Verschiedene Integrationsmodelle wurden in der Literatur bereits vorgeschlagen und diskutiert. Integrative Psychotherapie meint in unserem Zusammenhang »die Anwendung unterschiedlicher therapeutischer Methoden auf dem theoretischen Boden einer definierten therapeutischen Schulrichtung. Dabei ist es unumgänglich, vor der Integration eines Therapieelements einer therapeutischen Richtung dieses in die theoretische Sprache der Basistheorie zu übersetzen und ihre Wirksamkeit mit den Möglichkeiten der