

## 8. Hessischer Psychotherapeutentag: Psychotherapie wirkt!

Am 17. und 18. April fand in den historischen Gebäuden des Campus Westend der Goethe-Universität Frankfurt der 8. Hessische Psychotherapeutentag statt. Rund 350 PsychotherapeutInnen nahmen an dieser Veranstaltung teil, die die Psychotherapeutenkammer Hessen im zweijährigen Rhythmus ausrichtet.

Der Freitagnachmittag begann auch in diesem Jahr mit drei Vorveranstaltungen für PsychotherapeutInnen in Ausbildung, Neuapprobierte sowie dem Round-Table für Angestellte.

Das Treffen der hessischen **PsychotherapeutInnen in Ausbildung** wurde eingeleitet durch zwei Impulsreferate zum Stellenwert der Selbsterfahrung aus analytischer bzw. verhaltenstherapeutischer Sicht. Die eigene Selbsterfahrung erschien den Anwesenden während der Ausbildung unbedingt notwendig, um Aspekte aus Kontakten mit Patienten reflektieren zu können. Sie sollte daher mit den ersten Patientenkontakten beginnen. Selbsterfahrung sollte finanzierbar und auch frei wählbar sein, so dass sie nicht bei einem Selbsterfahrungsleiter stattfindet, der im Ausbildungskontext in unterschiedlicher Funktion z.B. als Ausbildungsleiter aktiv ist. Damit soll ausgeschlossen werden, dass der Selbsterfahrungsleiter über die Eignung innerhalb der Ausbildung entscheidet.

Über 70 Ausbildungskandidaten und **Neuapprobierte** lauschten dem 3-stündigen Vortrag von Tilo Silwedel über die Perspektiven nach der Approbation. Ein besonderer Schwerpunkt war dabei die Tätigkeit in eigener Praxis, die – so zeigten die Handzeichen bei Befragung der Teilnehmer nach ihren Plänen – von einem Großteil der jungen Kolleginnen und Kollegen angestrebt wird. Der Vortrag wurde ergänzt durch praktische Beispiele der Moderatorin, Ariadne Sartorius, Vorstandsmitglied der LPPKJP.

Auf Einladung des Kammerausschusses "Psychotherapie in Institutionen"

trafen sich **angestellte Kolleginnen und Kollegen** zum fachlichen Austausch. In drei Gesprächsrunden wurde die aktuelle Situation in dem betreffenden Arbeitsfeld diskutiert: Psychiatrie, Krankenhaus und Rehabilitation, Jugendhilfe und Beratungsstellen. Es zeigte sich bei der Vergütung (besonders PiAs) und bei der Anerkennung der beruflichen Qualifikation ein breites Spektrum von erfolgreich erkämpfter Leitungsfunktion bis hin zu fehlender Abgrenzung zu Nicht-Approbierten. Im Hinblick auf Jugendhilfeeinrichtungen und Beratungsstellen, deren Zielgruppen gesellschaftlich benachteiligt sind (z.B. Flüchtlinge oder Menschen, denen die Voraussetzungen für eine regu-

die zwar für die Versorgung multimorbid erkrankter Patienten benötigt werden, deren Wirksamkeit aber wegen des hohen Forschungsaufwands im Vergleich zu Kurzzeittherapien schwerer nachweisbar ist. Mit Bezugnahme auf das Phänomen „Burn out“ und die gesellschaftliche Tendenz zur Beschleunigung zitierte Präsident Krieger den Medizinethiker Maio: „Schneller Zuhören geht nicht.“

In Ihren Grußworten gingen sowohl **Prof. Tanja Brühl**, Vizepräsidentin der Goethe-Universität Frankfurt, als auch Ministerialdirigent **Dr. Stephan Hölz** als Vertreter des Hessischen Ministeriums für Soziales und Integration auf



8. HPT - Eröffnungstag

läre psychotherapeutische Behandlung zunächst fehlen) wurde die Befürchtung ausgesprochen, dass für dieses Klientel im konkreten Alltag Psychotherapie in Zukunft nicht mehr vorgesehen sein könnte. Die Diskussion der angestellten Kolleginnen und Kollegen ergab wichtige Hinweise für zusätzliche Initiativen der Kammer.

Am Freitagabend eröffnete **Präsident Alfred Krieger** den 8. Psychotherapeutentag und führte ins Thema ein. Er betonte die hohe Wirksamkeit psychotherapeutischer Verfahren auch im Vergleich zu psychopharmakologischen Behandlungen. Seine Sorge galt dem Erhalt der Langzeitbehandlungen,

die vom Deutschen Psychotherapeutentag beschlossene Ausbildungsreform ein. Prof. Brühl stellte die aktive Mitwirkung der Universität in Aussicht und Dr. Hölz bekräftigte einmal mehr die Unterstützung des Ministeriums für die Forderung der Profession nach einer Ausbildung auf Master-Niveau. Er wies auf die Arbeitsgruppe „Psychische Gesundheit in Hessen“ hin, die Minister Grüttner initiiert hat. Der Leiter des Gesundheitsamts der Stadt Frankfurt, **Prof. René Gottschalk** hob die traditionell gute Zusammenarbeit zwischen der Stadt Frankfurt und der Landeskammer hervor und berichtete von gemeinsamen Projekten in Vergangenheit und Zukunft.

Den Festvortrag mit dem Titel „**What is the psychotherapist trying to do to the brain?**“ hielt der südafrikanische Psychoanalytiker und Neurowissenschaftler **Prof. Mark Solms**, Kapstadt. Er wies auf die weitgehend biologisch vorgegebenen hirneurophysiologischen Systeme hin. Bei Menschen wie auch allen anderen Säugetieren gibt es basale Systeme, mit deren Hilfe



Prof. Mark Solms

Gefühle reguliert werden: Lust, Bindung, Annäherung, Furcht, Wut, Spiel. Sehr anschaulich und mit großem darstellerischem Talent zeigte Prof. Solms, wie Gefühle als Störung einer Homöostase entstehen und welche Hirnareale daran beteiligt sind. Die Aufgabe des Psychotherapeuten besteht darin, dem Patienten zu helfen, mit diesen Gefühlen klar zu kommen und die gestörte Homöostase wieder herzustellen. Symptome der Depression beispielsweise können phylogenetisch als Schutzmechanismus verstanden werden: So hört ein Jungtier nach einer Weile deshalb auf zu schreien und auf sich aufmerksam zu machen, weil die primäre Funktion, die Mutter herbeizurufen, nicht erfolgreich ist und jetzt vermieden werden soll, von Feinden wahrgenommen und gefressen zu werden. Anders als Psychotherapie wirken Psychopharmaka direkt auf Gefühle ein und verändern sie, womit die Frage des aktiven Umgangs mit Gefühlen sozusagen erledigt ist.

Der **Samstag** begann mit **drei Hauptvorträgen**, in denen die Wirksamkeit unterschiedlicher psychotherapeutischer Verfahren dargestellt wurde. **Vizepräsidentin Dr. Heike Winter** eröffnete den mit über 400 Teilnehmern

sehr gut besuchten hessischen Psychotherapeutentag am Samstagmorgen. Sie stellte den Gegensatz um das Wissen von einerseits sehr gut wirkenden psychotherapeutischen Behandlungsverfahren und -methoden und dem andererseits hohen Anteil nicht versorgter Menschen mit psychischen Erkrankungen in Deutschland heraus. Gleichzeitig verwies sie auf die besondere Bedeutung und den Nutzen der an den Universitäten durchgeführten Psychotherapieforschung für die gesamte Profession.

Unter dem Titel „**Psychoanalytische Langzeittherapien: Dinosaurier oder Zukunftsmusik?**“ und am Beispiel der LAC-Depressionsstudie zeigte **Prof. Marianne Leuzinger-Bohleber**, Universität Kassel, SFI Frankfurt, wie Effekte psychoanalytischer Langzeitbe-



Prof. Marianne Leuzinger-Bohleber

handlungen auf hohem methodischem Niveau untersucht werden können. Die noch laufende umfangreiche multizentrische Studie vergleicht die Wirksamkeit von psychoanalytischer und kognitiv-behavioraler Behandlung von Depressionen. Erste Ergebnisse belegen, dass chronisch depressiven Patienten mit Langzeittherapien geholfen werden kann, wenn sie selbst das Therapieverfahren wählen, statt nach Zufallsprinzip zugeordnet zu werden. Zielsetzung der Studie ist die differenzielle Indikation: Welchen Patienten mit welcher psychischen Problematik kann mit welcher Kurz- bzw. mit Langzeitpsychotherapie am ehesten wirksam und nachhaltig geholfen werden?

**Prof. Jürgen Hoyer**, Technische Universität Dresden, gab in seinem Vor-

trag einen Überblick über die neuesten **Metaanalysen zur Wirksamkeit von Psychotherapie** bei verschiedenen



Prof. Jürgen Hoyer

Störungen. Dabei bezog er auch Studien ein, die unter Alltagsbedingungen durchgeführt wurden. Hier konnten sowohl für die kognitive Verhaltenstherapie als auch für die tiefenpsychologische Psychotherapie gute bis sehr gute Effektstärken nachgewiesen werden.

**Prof. Jürgen Kriz**, Universität Osnabrück, bezog sich in seinem Vortrag „**Die zunehmend integrative Sicht unterschiedlicher therapeutischer Ausrichtungen: Zu den Gemeinsamkeiten und Unterschieden moderner Psychotherapie**“ auf die Gemeinsamkeiten der unterschiedlichen Psychotherapieschulen und stellte das integrative Potential der Psychotherapie her-



Prof. Jürgen Kriz

aus, untermauert von neurobiologischen, entwicklungs- und evolutionspsychologischen Befunden. Ohne die Pluralität der Ansätze zu nivellieren skizzierte er den von ihm entwickelten integrativen Ansatz der „Personenzentrierten Systemtheorie“ mit vier

zentralen Prozessebenen: die biologisch-somatische, die psychische, die mikrosozial-interpersonelle und die makrosozial-kulturelle Prozessebene.

Am **Nachmittag** fanden zehn eineinhalbstündige Foren statt, die ein breites Themenspektrum abdeckten.

**Andreas Dally**, Gruppenlehranalytiker und leitender Arzt in der Fachklinik Tiefenbrunn, stellte die **psychodynamische Gruppentherapie nach dem Göttinger Modell** vor. Das Göttinger Modell ermöglicht dem Gruppenleiter, unterschiedliche Dimensionen des Gruppengeschehens zu verstehen und bezogen auf die persönlichkeitsstrukturellen Fertigkeiten der Gruppenteilnehmer gezielt zu intervenieren. Der Schwerpunkt des Forums lag auf der sog. psychoanalytisch-interaktionelle Gruppentherapie, die für Patienten mit strukturellen Schwierigkeiten entwickelt wurde und interpersonelle Regulierungen sowie das bewusst zugängliche Selbsterleben fokussiert. Die Diskussion profitierte sehr von den vielen lebendigen Praxisbeispielen, mit denen Herr Dally die Beiträge illustrierte.

**Prof. Ralf Zwiebel**, Facharzt für psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Psychoanalytiker stellte **Grundelemente der professionellen Psychotherapie** dar, basale Funktionen des Therapeuten **aus – nicht nur – psychoanalytischer Sicht**: u.a. die Reflexion des eigenen inneren Arbeitsmodells; eine therapeutischen Position, die als oszillierend zwischen einem „persönlichen“ und einem „technischen“ Pol beschrieben werden kann; die Herstellung eines Rahmens in seiner haltenden Funktion; die Achtsamkeit für Spannungen als Indikatoren für die affektive Regulierung in der therapeutischen Situation und zentral der Umgang mit Störungen als ein bedeutendes Geschehen, das jenseits normativer Bewertungen kreatives Potential enthält und zu einem vertieften Verstehen genutzt werden kann. Der Vortrag eröffnete einen Raum für die anschließende lebhaft Diskussion der Teilnehmer über das Ringen um die eigene therapeutische Position, deren

Erwerb, In-Frage-stellen und (Wieder-)Finden in der alltäglichen Praxis und in der Ausbildung – um immer wieder „ein hinreichend guter Psychotherapeut“ zu sein.

Psychotherapie ist zwar nachweislich sehr wirksam, Misserfolgsraten zwischen 10-25% veranlassen aber zu der Frage, ob und wie sich durch gezielte Ausbildung und kritische Reflektion der eigenen therapeutischen Arbeit weitere Verbesserungen erzielen lassen. Ausgehend von Studienergebnissen, nach denen der psychotherapeutische Einflussbereich bei 60% liegt (40% werden dem Lebens- und Einflussbereich der Patienten zugerechnet), lenkte **PD Dr. Florian Weck**, Universität Mainz, den Blick vor allem auf die **psychotherapeutischen Kompetenzen**, definierte, was darunter **aus kognitiv verhaltenstherapeutischer Perspektive** zu verstehen ist, zeigte an Modellen deren Entwicklung auf und setzte sich mit deren Erfassung auseinander. Sein klares Fazit war, dass psychotherapeutische Kompetenzen sehr bedeutsam sind und durch gezielte Rückmeldung gut gefördert werden können. Als innovative Supervisionsmethode stellte er **BITE (Bug-in-the-eye)** vor, ein videogestütztes direktes Feedback, das insbesondere während der Ausbildung hilfreich ist und kompetenzsteigernd wirkt. In der anschließenden lebhaften Diskussion konnten die Teilnehmer ihre eigenen Erfahrungen einbringen und kompetenzbezogene Fragen vertiefend klären.

**Dr. Gaby Bleichhardt**, Universität Marburg, stellte in ihrem Workshop das **Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP)** vor. Dieses Verfahren gehört zu den sogenannten "Dritte Welle"-Ansätzen in der kognitiven Verhaltenstherapie und wird bei chronisch rezidivierenden Depressionen mit gutem Erfolg eingesetzt. Im Mittelpunkt des Verfahrens stehen die Analyse prägender Beziehungen in der Kindheit und mittels ausgedehnter Situationsanalysen aus dem Alltag der Patienten die Erarbeitung alternativer Interaktions-Verhaltensweisen, die

neue positive Lernerfahrungen in sozialen Situationen ermöglichen.

Aufbauend auf seinen Vortrag vertiefte **Prof. Jürgen Kriz** seine Ausführungen zur „**Personzentrierten Systemtheorie**“. Anhand von praktischen Beispielen verdeutlichte er, wie alle vier Prozessebenen in Wechselwirkung zur gegenseitigen Stabilisierung bzw. Destabilisierung von dynamischen Mustern beitragen. Die zahlreichen und hoch interessierten WorkshopteilnehmerInnen interessierten sich für die praktische Umsetzung der Integration unterschiedlicher Methoden, vor allem in Bezug auf die eigene Grundorientierung.

Über "**Risiken und Nebenwirkungen**" von Psychotherapie referierte **Jun.-Prof. Yvonne Nestoriuc** vom Hamburger Psychologischen Institut. In der anschließenden Diskussion wurde deutlich, dass die aus der pharmazeutischen Werbung geläufige Begrifflichkeit der "Risiken und Nebenwirkungen" nicht zum psychotherapeutischen Prozess passt. Es wurde vorgeschlagen, den Begriff "Beiwirkungen" zu nutzen, um die ihnen auch innewohnenden Chancen im dialogischen psychotherapeutischen Prozess zu unterstreichen. Gleichwohl, das war Konsens, gehört es zu den Patientenrechten, zu Beginn einer Psychotherapie über Wirkungen der geplanten Psychotherapie und alternative psychotherapeutische Herangehensweisen aufgeklärt zu werden.

Im Forum „**Brücken zwischen Psychoanalyse und Sozialpsychiatrie**“ illustrierte **Dr. Michael Putzke**, Psychoanalytiker und Chefarzt am Gesundheitszentrum Wetterau, am Beispiel der Psychosenbehandlung das Zusammenspiel unterschiedlicher Ausgangspunkte für die Therapie. Die augenblickliche „Begeisterung für das Gehirn“ und seine molekularen Funktionen vernachlässige die bedeutsame Rolle der Affektregulation, der Beziehungen, der Subjektivität und der kulturellen Einflüsse für die Entstehung der Erkrankung. Die Psychoanalyse öffne sich zunehmend den Erkenntnissen der Neurowissenschaften, der Affekt- und

Bindungstheorien sowie der Säuglingsforschung und schlage mit deren Erkenntnissen Brücken zur Psychoanalyse der Psychose. Um die inneren Konflikte des erkrankten Menschen verstehbar zu machen und die subjektive Ebene psychiatrischer Störungen zu erfassen, bedarf es der Psychoanalyse. Der Beitrag der heutigen Psychoanalyse zum Verständnis der Psychosen wurde mittels Fallvignetten verdeutlicht und im abschließenden Austausch lebhaft diskutiert.

**Prof. Stefanie Mehl**, Marburg, stellte ein **verhaltenstherapeutisches Konzept zur Behandlung von Psychosen in der ambulanten Praxis** vor. Ausgehend von dem Befund, dass psychotische Symptome (z. B. Halluzinationen) auch in der Normalbevölkerung auftreten, macht der vorgestellte Therapieansatz keinen grundsätzlichen Unterschied zur Psychotherapie von nicht-psychotischen Erkrankungen: Auch bei der Behandlung von Psychosen werden Überzeugungen hinterfragt und damit verändert. Darüber hinaus werden besonders Kompetenzen der Emotionsregulation, aber auch der Akzep-

tanz und der Achtsamkeit vermittelt. Prof. Mehl verstand es, die Interventionsansätze sehr praxisnah darzustellen und trug damit maßgeblich dazu bei, dass Vorbehalte gegen eine Psychosebehandlung in der ambulanten Praxis abgebaut werden konnten.

Im Forum „**Grundlagen der analytischen Säuglings-Kleinkind-Eltern-Psychotherapie (SKEPT)**“ stellten zwei Kolleginnen des Frankfurter Anna-Freud-Instituts ihre Arbeit vor. Bereits seit 14 Jahren besteht am dortigen Institut eine „Babyambulanz“. **Dr. Cornelia Wegeler-Schardt** erklärte das Behandlungskonzept, das für die gemeinsame Behandlung von Eltern mit ihren Säuglingen (beispielsweise wegen Fütterstörungen oder wegen fort-dauernder Unruhe oder Schreien eines Kindes) ein strukturstiftendes Angebot darstellt. Im Anschluss stellte **Dr. Angela Köhler-Weisker** eine eindrucksvolle Kasuistik aus dem Behandlungsalltag vor, die bei den teilnehmenden ZuhörerInnen großes Interesse und viele Nachfragen hervorrief. Eine Vielzahl der TeilnehmerInnen hatte dabei insbesondere Interesse an der Um-

setzbarkeit dieses Behandlungssettings in der eigenen ambulanten Praxis.

**Dr. Björn Enno Hermans**, Essen, vermittelte **Wissenswertes über Theorie und Praxis der Systemischen Therapie** dar und bot viel Raum für Fragen der Teilnehmer. Grundhaltungen und Methoden der Systemischen Therapie, die Forschungslage und neuere Entwicklungen kamen dabei ebenso zur Sprache wie Multifamilientherapie. Mit Hilfe einer Fallvignette konnten die Seminarteilnehmer sich an einem konkreten Beispiel ein Bild machen. Auch ein kurzes Video einer jugendlichen Patientin mit Anorexie, ein halbes Jahr nach ihrem stationären Aufenthalt in einer Klinik, über die von ihr empfundenen Wirkfaktoren der Behandlung machten den Workshop sehr anschaulich.

**Frau Sandra Schulze** setzte den Hessischen Psychotherapeutenag sehr eindrucksvoll grafisch um. Unter [www.ptk-hessen.de](http://www.ptk-hessen.de) ist das Ergebnis zu bewundern.