

Zu diesem Buch

Ein Patient, der uns seine Symptome präsentiert, will vordergründig von seinen Beschwerden befreit werden. Aber bei längeren Leidensgeschichten ist es naiv zu glauben, die Symptombeseitigung sei das einzige Anliegen von Patienten. In der Therapie haben wir es oft mit verborgenen Motiven und Erwartungen (impliziten Aufträgen) zu tun, die viel stärker sind als der triviale Wunsch, gesund zu sein.

Das Buch wendet sich an ÄrztInnen und PsychotherapeutInnen in der Praxis, Klinik oder Ausbildung, die sich der Behandlung psychisch und psychosomatisch kranker Menschen verpflichtet haben, sowie an deren Supervisoren. Grob zusammengefasst enthält das Buch drei Grundbotschaften:

Eine frohe Botschaft

Als TherapeutIn sind Sie mit hoher Wahrscheinlichkeit wirksam. Die meisten PatientInnen profitieren von verschiedenen Therapiemethoden und von den TherapeutInnen, die sie durchführen.

Eine unbequeme Botschaft

Sie sind wahrscheinlich aus anderen Gründen wirksam, als Sie bislang dachten. Das Therapieergebnis wird überwiegend von Faktoren beeinflusst, die mit Ihrer Methode wenig zu tun haben. Möglicherweise bedarf vieles von dem, was Sie als unverbrüchliches psychotherapeutisches Grundwissen erlernt haben, einer Revision.

Eine exzellente Botschaft

Sie können Ihre Wirksamkeit gezielt verbessern. Eine umfangreiche empirische Forschung, die seit Jahrzehnten weltweit nach wissenschaftlichen Maßstäben durchgeführt wird, hilft uns zunehmend, Glauben von Wissen abzugrenzen. Wir verstehen immer besser, warum wir therapeutisch wirksam oder unwirksam sind. Dieses Wissen lässt sich praktisch nutzen.

In dem vorliegenden Buch geht es zum einen darum, das zeitgemäße psychotherapeutische Wissen in seinen wesentlichen Grundzügen zu umreißen. Durch anschauliche und praxisnahe Beispiele wird dieses zum Teil komplizierte Wissen verständlich dargestellt. Der Autor zeigt an vielen Praxisbeispielen seinen eigenen Weg auf, das heutige empirische Wissen in der Patientenbehandlung und in der Supervision möglichst wirksam umzusetzen.