

VORWORT DER HERAUSGEBER

„Haben Sie mich schon analysiert? Muss ich jetzt auf die Couch?“ Diese und ähnliche Fragen hört man als Psychotherapeut immer wieder, insbesondere wenn man sagt, dass man tiefenpsychologisch arbeitet. Auch wenn (noch) etwa die Hälfte aller in Deutschland niedergelassenen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten psychodynamisch arbeitet, entscheidet sich derzeit der Großteil der Studierenden der Psychologie und Pädagogik für eine verhaltenstherapeutische Approbationsausbildung. Wir bedauern diese Entwicklung, da sie die deutsche Psychotherapie-Landschaft und -Versorgung auf Jahrzehnte verändern wird. Es gibt hierfür viele Gründe – einer davon ist, dass die meisten Studierende nicht wissen, was Tiefenpsychologie überhaupt ist. Wie uns ein Student im Masterstudium der klinischen Psychologie vor kurzem sagte: „Wir haben nur gelernt, dass es mal einen Mann gegeben hat, der Sigmund Freud hieß und der hatte eine Couch.“

Dieses Buch möchte diese Informationslücke schließen – und zwar nicht theoretisch, sondern praxisnah und anschaulich. Wir haben zwölf Kolleginnen und zehn Kollegen, die an der Wiesbadener Akademie für Psychotherapie lehren, Supervision und Selbsterfahrung durchführen, gebeten, ihren persönlichen Lebens- und Berufsweg zu beschreiben, der sie zur tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie gebracht hat. Nach dem Motto „Umwege erhöhen die Ortskenntnis“ gibt es so viele Wege, wie es Psychotherapeuten gibt. Und nicht selten waren es herausfordernde Situationen und Lebenskreuzungen, die letztendlich dazu geführt haben, Therapeut/-in zu werden, sich für die Tiefenpsychologie zu entscheiden und auch dabei zu bleiben. Oft waren es auch Begegnungen mit Therapeuten oder Patienten, die faszinierten und bei vielen einen nachhaltigen Eindruck hinterlassen haben.

Alle vereint die Erfahrung, dass es kaum etwas Interessanteres gibt, als mit Menschen zu arbeiten, die infolge ihres Leidensdrucks

bereit sind, sich auf eine innere Entdeckungsreise einzulassen. In der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie gibt es so Spannendes und Wunderbares zu entdecken. Was die Tiefenpsychologie aber in ganz besonderer Weise auszeichnet, ist die professionelle Nutzung der zwischenmenschlichen Beziehung zwischen Patient und Therapeut einschließlich von Übertragung und Gegenübertragung.

Gerade der integrative Ansatz der modernen Tiefenpsychologie – ein humanistisches, positives Menschenbild als Grundlage der Therapeut-Patient-Beziehung, ein psychodynamisches Krankheitsverständnis, die systemische Einbeziehung des Umfeldes (Familie, Arbeit, Kultur), und die Anwendung konkreter Techniken – macht die Tiefenpsychologie so individuell, flexibel und spannend. Jeder Mensch ist einzigartig und so sollte sich die Therapie an den Patienten anpassen – und nicht umgekehrt. Die moderne Tiefenpsychologie mit ihrem halb-strukturierten Ansatz befindet sich zwischen der manualisierten Verhaltenstherapie und der sehr prozessorientierten analytischen Psychotherapie. Tiefenpsychologisch zu arbeiten ist manchmal recht anstrengend; man muss auch viel über sich reflektieren und sich weiterentwickeln. Die psychodynamische Einzel- und Gruppenselbsterfahrung löst viel aus. Aber wer möchte schon immer stehen bleiben, wo er/sie heute ist?

Die Autoren sind alle psychotherapeutisch und lehrend tätig, sie sind zwischen Ende 30 bis Ende 60 Jahre alt, die Hälfte arbeitet mit Kindern und Jugendlichen, die andere mit Erwachsenen. Es sind Psychologen, Ärzte und Pädagogen. Die meisten haben neben einer tiefenpsychologisch fundierten Ausbildung auch andere Verfahren, Methoden und Techniken, wie Psychodrama, Körperpsychotherapie, Gesprächstherapie, Positive Psychotherapie, transkulturelle Psychotherapie, Gestalttherapie, Systemische Familientherapie, Psychoanalyse, Sexualtherapie, Hypnose oder Musiktherapie erlernt und wenden diese an.

Alle Beiträge sind sehr persönlich und beinhalten viel an Selbstoffenbarung. Wir haben lange mit den Autoren diskutiert, ob dies klug sei – man weiß ja nie, was andere aus solchen Informationen

machen. Aber alle sind sich einig, dass gerade diese Offenheit für junge Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten hilfreich sein kann. Wir hätten uns auch einiges an Umwegen erspart, wenn unsere Lehrer so offen gewesen wären. Die Beiträge zeigen aber auch, dass eine (tiefenpsychologische) psychotherapeutische Ausbildung gleichzeitig ein psychotherapeutischer Prozess ist, den man während seiner Ausbildungsjahre durchläuft – und der im Grunde auch nie aufhört.

Dieses Buch erscheint im Jubiläumsjahr der Wiesbadener Akademie für Psychotherapie: 1969 begann alles mit einer psychotherapeutischen Praxis, seit 1979 gibt es die ärztliche Weiterbildung und seit 1999 die Ausbildung für Psychologische und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten.

Das Buch richtet sich in erster Linie an Studierende der Psychologie, Erziehungswissenschaft und Medizin, die sich mit dem Gedanken tragen, nach ihrem Studium eine psychotherapeutische Aus- oder Weiterbildung zu absolvieren. Falls die persönlichen Lebensgeschichten der Autorinnen und Autoren sie für die tiefenpsychologische Arbeit mit Patienten faszinieren und begeistern können, haben sich unsere Erwartungen mehr als erfüllt.

Wiesbaden, im Juli 2019

Hamid Peseschkian

Udo Boessmann