

Geleitwort

Um es gleich vorweg zu sagen, dies ist ein herrlich hilfreiches, gut geschriebenes, informatives Buch! Eine unschätzbare Hilfe für die Ausbildung von Psychotherapeuten, deren Supervision und deren Selbsterfahrung. Es ist eine Fundgrube für die Arbeit mit Patienten, um diese zu motivieren, um Anamnese, Diagnostik und Problemanalyse zu erstellen, um Gutachten zu formulieren, Behandlungsoptionen und Therapieprozesse zu veranschaulichen. Für zukünftige Falldarstellungen und Fallkonzeptionen, für Prüfungsfälle, doch auch für Behandlungsabschlussberichte wünsche ich mir, dass TIPP einen zentralen Platz einnimmt. Als mir die Autorin ihre Überlegungen zu TIPP erstmals vorstellte, hat mich ihr Zugang sofort überzeugt und die Nutzung von Symbolen und Bildern in der Arbeit mit Patienten begeistert.

Wenn wir davon ausgehen, dass bei psychischen und psychophysiologischen Problemen Störungen unserer Nervensysteme einschließlich des zentralen Nervensystems vorliegen, ergibt sich für Therapeuten (Ärzte, Psychologen) die schwierige Aufgabe, diese Störungen zu erkennen, (vermutete) ursächliche Zusammenhänge zu analysieren, diese Erkenntnisse Patienten zu erläutern, um daraus Veränderungsmotivation, Therapieziele und Behandlungsstrategien abzuleiten. Vereinfachte ursächliche Erklärungsmodelle, wie z. B. Stoffwechselstörung, Verstärkerverlust, fehlgeleitete libidinöse Energie, traumatische Lebenserfahrungen, Konditionierung, Gendefekt, Bindungsstörung, Persönlichkeit, Entwicklungsblockade usw. greifen – wie vielfältig belegt – zu kurz. Es ist oft nicht einfach, Patienten diese komplexen Zusammenhänge zu erläutern.

TIPP bietet mit seinen zahlreichen Symbolen eine Visualisierung der unterschiedlichsten, folglich komplexen, Einflüsse auf die persönliche Entwicklung und die gegenwärtige (erkrankte) Lage. Man könnte es als eine »Landkarte der Seele« betrachten. Es integriert biografische Informationen, biologische, endokrine, neurophysiologische Einflüsse, Persönlichkeitsmerkmale, soziale, familiäre, schulische, berufliche, partnerschaftliche Erfahrungen über die Lebensspanne, Prägungen und Werthaltungen, Erinnerungen, emotionale Erfahrungen, Verhaltens- und Handlungsmuster, Lebensführung, Alltagsgestaltung, aktuelle Belastungen, Bewältigungsfertigkeiten und Belastungsausgleichsverhalten.

TIPP erlaubt es in der Interaktion mit Patienten (gleichermaßen im Einzel-, Paar- oder Gruppensetting) jeder Altersstufe anhand der Visualisierung einen Überblick über das eigene Leben (Biografie), einen Einblick in die psychologischen, sozialen, biologischen Zusammenhänge (Beweggründe) und einen Ausblick über die Veränderungsoptionen zu erhalten. TIPP folgt damit den Anforderungen an jede Psychotherapie, wie z. B. von Kanfer oder Grawe formuliert. Psychotherapeuten ermöglicht TIPP bezüglich eines Patienten eine Zusammenschau verschiedener Bedingungsfaktoren, um daraus ein überzeugendes, motivierendes Erklärungsmodell zu formulieren, einen Überblick über die notwendigen Veränderungen (Ziele) unter Einsatz möglicher

Behandlungsstrategien (Therapieplanung) vorzuschlagen bzw. zu begründen. Das TIPP-Schaubild kann Patienten als Hilfsmittel (»Checkliste«) und als Orientierung mitgegeben werden. TIPP kann im Therapieprozess immer wieder ergänzt bzw. aufgegriffen und schließlich zur Evaluation (Fortschritte, Zielerreichung) am Therapieende herangezogen werden.

TIPP ist keine (neue) Therapieform, sondern ein diagnostisches und therapeutisches Hilfsmittel, das von unterschiedlichsten psychotherapeutischen Orientierungen adaptiert werden kann. Die Autorin liefert im zweiten Teil dieses Buches dafür anregende Illustrationen. TIPP erlaubt im Sinne einer modernen, offenen, Evidenzbasierten Psychotherapie übergreifende bzw. transdiagnostische Fallkonzeptionen, die erlauben, pharmakologische, emotionale, kognitive, behaviourale, interaktive, übende, apparative, selbst operative Interventionen abzuleiten bzw. vorzuschlagen. TIPP ist somit eine wesentliche Ergänzung und Bereicherung der probatorischen Phase und der Psychotherapiebegründenden (Eingangs-)Phase. Gesprächsführung, Interaktionsverhalten, theoretisches und diagnostisches Wissen, Fallkonzeption lassen sich daran herrlich illustrieren und trainieren.

Aus der Psychotherapieforschung und der Beschäftigung mit Placeboeffekten wissen wir, wie wichtig es ist, Patienten persönlich und mit ausreichend Zeit zu begegnen, ein Ohr für deren Geschichte und Leiden zu haben, Zusammenhänge für die Betroffenen anschaulich und verstehbar mit Bezug zu konkreten Erfahrungen zu erläutern und Behandlungsoptionen darzustellen, die eine ausgewogene, selbstverantwortliche Entscheidung von Patienten ermöglichen. Dadurch werden die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Psychotherapie geschaffen bzw. vorhandene Ressourcen aktiviert, die zur Problemlösung, zur Klärung und zur Überwindung einer Störung beitragen. Klaus Grawe hätte an TIPP seine Freude gehabt!

Ich wünsche diesem Buch und den darin niedergelegten Gedanken, basierend auf über Jahrzehnte gehenden klinischen Erfahrungen, weite Verbreitung!

Prof. Dr. Martin Hautzinger