

Titel: **So wirkt Psychotherapie**
Empirische Ergebnisse und praktische Folgerungen

Herausgeber: **Mark Hubble, Barry Duncan, Scott D. Miller**

Verlag: **Modernes Lernen, Systemische Studien, Bd. 21, Dortmund, 2001**

Umfang: **350 Seiten**

ISBN-Nr.: **3-808-0466-5**

Preis: **29,80 €**

Rezensentin: © **Elizabeth Kandziora**, Hannover
Systemische Beraterin, Diplom-Supervisorin (DGSv)

Dieses Buch räumt mit mehreren Vorurteilen auf. Es kommt aus Amerika und ist dennoch auf allen 350 Seiten interessant und anregend. Gar nicht so wie etliche andere, die auf viel zu vielen Seiten eine nur dünne Essenz breitwalzen. Es ist ein empirisches Werk und langweilt auf keiner Seite. Die Herausgebergruppe Hubble, Duncan und Miller erforschen die Wirksamkeit von Psychotherapie und entwickeln daraus praktische Folgerungen, die manche liebgewordene Ansicht über die besondere Wirksamkeit verschiedener Psychotherapiemethoden über Bord wirft.

Das als Dodo-Verdikt berühmt gewordene Zitat aus Alice im Wunderland: „Jeder hat gewonnen, und alle müssen einen Preis bekommen.“ zielt darauf, dass von den „großen Vier“ Faktoren, dem Anteil von Modellen und Techniken lediglich ein geringfügiger Bereich von 15% Einfluß zugeschrieben werden kann. „Keine Behandlungsform ist der anderen wirklich überlegen!“

Statt dessen beeinflusst die KlientIn mit ihren Stärken und Kompetenzen die Wirksamkeit zu einem überwiegenden Anteil von 40%.

Dazu zählen auch „extratherapeutische“ Lebensumstände, die zur Besserung der KlientIn beitragen. Dieses Ergebnis stellt insbesondere die Einflußmöglichkeiten (zum Gelingen der Therapie) der KlientIn selbst in den Vordergrund, während in den meisten Veröffentlichungen über Therapieerfolge der Beitrag der TherapeutIn, ihr Modell oder ihre Technik gefeiert wird.

30% können unter der Bandbreite beziehungsbezogener Faktoren zusammengefaßt werden. Sie lassen sich in allen Therapien finden, unabhängig von der Überzeugung/dem Modell der TherapeutIn. Es sind Empathie, Wärme, Akzeptanz, Ermutigung und tragen dazu bei, die therapeutische Allianz zu stärken.

Der vierte mit 15% identifizierte Bereich besteht aus Placebo, Hoffnung und Erwartung. Diese Klasse der therapeutischen Faktoren bezieht sich darauf, dass sowohl KlientIn wie TherapeutIn an die heilende Kraft der Behandlungsformen oder – rituale glauben.

Das Buch ist hervorragend aufgebaut und thematisch unterteilt. Die schon in der Einleitung skizzierten Hauptthesen werden in den folgenden Kapiteln weiter ausgeführt und erläutert. Durch die Zeilen weht das gemeinsame ForscherInneninteresse, die für eine erfolgreiche Psychotherapie hilfreichen Faktoren deutlich herauszustellen und damit den KlientInnen (wieder) zu ermöglichen, ihre optimalen Fähigkeiten zu nutzen.

Kleine Nebenbemerkung der Rezensentin:

Obwohl die ForscherInnen entschieden jede therapeutische Methode als gleich nützlich ansehen, erscheint mir doch der lösungs- und ressourcenorientierte Ansatz von Steve de Shazer schon sämtliche aufgeführten Faktoren aufgegriffen zu haben. Man könnte sogar so weit gehen, dass in diesem Buch die Hintergründe dieses Ansatzes um Längen prägnanter und plausibler beschrieben sind als von de Shazer selbst. So ist es nur folgerichtig, dass es Jürgen Hargens in der Reihe: Systemische Studien, Band 21, herausgegeben hat.

Hannover, den 09.04.2002

Veröffentlicht in der Zeitschrift Familiendynamik, Heft 1/2003