

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> .....	13
<b>Danksagungen</b> .....	16
<b>Geleitwort</b> .....	17
<hr/>	
<b>I Die Entwicklung zur Therapeutin oder zum Therapeuten</b> .....	19
<b>1 Woher kommen wir, und wer sind wir?</b> .....	21
<i>Paul Hoff</i>	
1.1 Einleitung .....	21
1.2 Die Person im Zentrum: Leitidee und beständige Aufgabe .....	21
1.3 Eine „Reise“ durch Zeiten und Perspektiven der Psychiatrie .....	23
1.4 Psychiatrie und Psychotherapie im 21. Jahrhundert .....	26
<b>2 Die Identität der Ärztlichen Psychotherapeut:in</b> .....	31
<i>Viktor Meyer</i>	
2.1 Identität .....	31
2.2 Identität als Ärzt:in .....	32
2.3 Identität als Psychiater:in .....	32
2.4 Identität als Psychotherapeut:in .....	33
2.5 Einige eigene Erfahrungen .....	34
2.6 Konvergierende Identitäten .....	36
2.7 Zusammenfassung .....	37
<b>3 Die berufliche Identität der Psychologischen Psychotherapeut:in</b> .....	39
<i>Barbara Ganz</i>	
3.1 Aus dem Leben .....	39
3.2 Der Weg zur Psycholog:in .....	39
3.3 Der berufliche Einstieg .....	40
3.4 Die Weiterbildung in Psychotherapie .....	41
3.5 Die Identität .....	42

<b>4</b>	<b>Professionelle Identität im interprofessionellen Team</b> . . . . .	47
	<i>Felicitas Sigrist</i>	
4.1	Einleitung . . . . .	47
4.2	Synergien verbal und non-verbal basierter Therapien . . . . .	49
4.3	Interprofessionelle Zusammenarbeit . . . . .	51
<hr/>		
<b>II</b>	<b>Erste Erfahrungen mit Patient:innen</b> . . . . .	59
<b>5</b>	<b>Meine erste Psychotherapie-Stunde</b> . . . . .	61
	<i>Peer Abilgaard</i>	
<b>6</b>	<b>Der therapeutische Auftrag</b> . . . . .	65
	<i>Peer Abilgaard</i>	
<b>7</b>	<b>Entwicklung von spezifischer Fachkompetenz – Wissen und Erfahrung</b> . . . . .	69
	<i>Peer Abilgaard</i>	
<b>8</b>	<b>Die therapeutische Verantwortung definieren</b> . . . . .	73
	<i>Peer Abilgaard</i>	
<b>9</b>	<b>Umgang mit Leistungsdruck, Überforderung</b> . . . . .	77
	<i>Peer Abilgaard</i>	
<b>10</b>	<b>Regulation von Nähe und Distanz zur Patient:in</b> . . . . .	79
	<i>Peer Abilgaard</i>	
<b>11</b>	<b>Bedeutung von Supervision und Intervision für die Qualität der therapeutischen Arbeit</b> . . . . .	85
	<i>Peer Abilgaard</i>	
<hr/>		
<b>III</b>	<b>Wesentliche Aspekte guter Behandlung in Psychiatrie und Psychotherapie</b> . . . . .	89
<b>12</b>	<b>Was wirkt?</b> . . . . .	91
	<i>Stefan Büchi</i>	
12.1	Einleitung . . . . .	91
12.2	Die Grundfigur der Medizin . . . . .	92
12.3	Beziehung als Kernelement guter Therapie . . . . .	92
<b>13</b>	<b>Grundkonzepte guter Therapie</b> . . . . .	95
	<i>Stefan Büchi</i>	
13.1	Leben . . . . .	95
13.2	Gesundheit und Krankheit . . . . .	98
13.3	Leiden . . . . .	101

<b>14</b>	<b>Therapeutische Beziehung</b> . . . . .	109
	<i>Verena Kast</i>	
14.1	Ein Arbeitsbündnis entsteht . . . . .	109
14.2	Die Therapiebeziehung ist ein Beziehungsangebot . . . . .	110
14.3	Das Einfühlungsvermögen der Therapeut:in . . . . .	111
14.4	Geteilte Träume und Imaginationen – Resonanz auf unbewusstes Material . . . . .	112
14.5	Die therapeutische Beziehung als Instrument der Transformation . . . . .	112
14.6	Einfühlung: Das freundliche Auge . . . . .	114
14.7	Beenden der therapeutischen Beziehung . . . . .	115
<b>15</b>	<b>Was ist eine gute Therapie?</b> . . . . .	117
	<i>Jens Gaab</i>	
15.1	Ende gut, alles gut? . . . . .	117
15.2	Autonomie braucht Autonomie . . . . .	117
15.3	Go open! . . . . .	119
15.4	Was ist eine Behandlung? . . . . .	120
15.5	Ein biopsychosozioethisches Behandlungsmodell . . . . .	121
<b>16</b>	<b>Erklärungsmodelle in der Psychotherapie</b> . . . . .	125
	<i>Christoph Flückiger</i>	
16.1	Einleitung . . . . .	125
16.2	Das medizinisch-medikamentöse Rahmenmodell . . . . .	125
16.3	Kontextuelle Rahmenmodelle . . . . .	127
16.4	Beispiele prominenter Wirkfaktorenmodelle . . . . .	130
16.5	Medizinisches und kontextuelle Rahmenmodelle im Vergleich . . . . .	132
<b>17</b>	<b>Praktische Aspekte guter Therapie</b> . . . . .	135
	<i>Sebastian Haas</i>	
17.1	Das soziale Umfeld beachten: Angehörige und Beruf . . . . .	135
17.2	Klärung von Erwartungen und Therapiezielen . . . . .	139
<b>18</b>	<b>Umgang mit körperlichen Symptomen</b> . . . . .	151
	<i>Stefan Büchi</i>	
<b>19</b>	<b>Umgang mit Psychopharmaka</b> . . . . .	157
	<i>Stefan Büchi</i>	
19.1	Einleitung . . . . .	157
19.2	Die eigene Einstellung zu Psychopharmaka reflektieren . . . . .	158
19.3	Shared-Decision-Making – die Haltung der Patient:in berücksichtigen . . . . .	159

19.4	Hilfreiche Informationen zu Wirkungen und Nebenwirkungen . . . . .	159
19.5	Das therapeutische Ritual beachten und die Placebo-Wirkung fördern . . . . .	160
19.6	Umgang mit fehlendem Therapieerfolg . . . . .	161
19.7	Einsatz neuer Medikamente – was es zu beachten gilt . . . . .	162
19.8	Integration der Psychopharmaka-Therapie in den therapeutischen Prozess . . . . .	162
<b>20</b>	<b>Das bleibend Gute aus 50 Jahren Psychiatrie und Psychotherapie</b> . . . . .	165
	<i>Daniel Hell</i>	
20.1	Einleitung . . . . .	165
20.2	Das bleibend Gute der Sozialpsychiatrie . . . . .	166
20.3	Das bleibend Gute der Psychotherapie . . . . .	167
20.4	Das bleibend Gute der biologischen Hilfe . . . . .	169
20.5	Was folgt? . . . . .	170
<hr/>		
<b>IV</b>	<b>Die Bedeutung der Kontextfaktoren</b> . . . . .	173
<b>21</b>	<b>Kontextfaktoren</b> . . . . .	175
	<i>Helen Koechlin und Cosima Locher</i>	
<b>22</b>	<b>Wie Erwartungen die Therapie beeinflussen</b> . . . . .	177
	<i>Cosima Locher</i>	
22.1	Weshalb Erwartungen wichtig sind . . . . .	177
22.2	Die Erwartungen der Patient:innen . . . . .	178
22.3	Die Erwartungen der Therapeut:in . . . . .	180
22.4	Aktiver Einbezug der Erwartungen in den Therapieprozess . . . . .	181
22.5	Fehlannahmen im Bereich von Erwartungen . . . . .	183
<b>23</b>	<b>Das Narrativ in der Psychotherapie</b> . . . . .	187
	<i>Cosima Locher und Helen Koechlin</i>	
23.1	Einleitung . . . . .	187
23.2	Die verschiedenen Narrative im therapeutischen Prozess . . . . .	187
23.3	Die Bildung und Verformung des Narrativs als heilsamer Prozess . . . . .	188
<b>24</b>	<b>Heilung durch Beziehung</b> . . . . .	195
	<i>Cosima Locher</i>	
24.1	Der Mensch als soziales Wesen . . . . .	195
24.2	Heilung im sozialen Kontext . . . . .	195
24.3	Die therapeutische Beziehung . . . . .	196

<b>25</b>	<b>Mehr Schein als Sein? Artefakte in der Psychotherapie</b> . . . . .	201
	<i>Cosima Locher und Helen Koechlin</i>	
<b>26</b>	<b>Therapeut:in als wichtiges Instrument</b> . . . . .	205
	<i>Helen Koechlin und Cosima Locher</i>	
26.1	Erfahrung und Fähigkeiten von Therapeut:innen . . . . .	205
26.2	Gängige Fehlannahmen . . . . .	207
26.3	Ressourcenorientiertes Arbeiten . . . . .	208
<hr/>		
<b>V</b>	<b>Gute Behandlung unter Berücksichtigung von organisatorischen und systemischen Faktoren</b> . . . . .	213
<b>27</b>	<b>Die Vermessung der Behandlung</b> . . . . .	215
	<i>Jens Gaab, Helen Koechlin und Cosima Locher</i>	
27.1	Einleitung – warum und wie soll und kann was und wann gemessen werden? . . . . .	215
27.2	Wirksamkeit, Zweckmäßigkeit und Wirtschaftlichkeit – reicht das für eine gute Behandlung? . . . . .	219
27.3	Umfassende Evaluation einer guten Behandlung . . . . .	220
27.4	Feedback-Kultur . . . . .	220
<b>28</b>	<b>Sich auf den Weg machen – Anregungen zur Eigenreflexion und Vereinbarkeit</b> . . . . .	223
	<i>Cosima Locher und Andrea Flora Bauer</i>	
28.1	Einleitung . . . . .	223
28.2	Am Anfang steht der Anfang . . . . .	223
28.3	Hohe Erwartungen . . . . .	223
28.4	Fragen stellen statt In-Frage-stellen . . . . .	224
28.5	Vereinbarkeit verlangt Einigung . . . . .	225
28.6	Ein Plädoyer für die Leichtigkeit . . . . .	227
<b>29</b>	<b>Der Mensch im Mittelpunkt? Berufseinstieg im Spannungsfeld der Organisation und ihrer Kultur</b> . . . . .	229
	<i>Sabine Claus</i>	
29.1	Ich und mein Beruf . . . . .	229
29.2	Ich im Spannungsfeld der Organisation . . . . .	231
29.3	Was die Organisationskultur für mich bedeutet . . . . .	236
29.4	Vertrauen im Berufseinstieg . . . . .	238
29.5	Meine Vorgesetzten und Kolleg:innen . . . . .	241
29.6	Der Mensch im Mittelpunkt – gilt das auch für mich? . . . . .	242
29.7	Wie gelingt der Berufseinstieg ganz praktisch? . . . . .	244

---

<b>VI Scheitern in der Therapie</b> . . . . .	249
<b>30 Warum über das Scheitern reflektieren?</b> . . . . .	251
<i>Peer Abilgaard</i>	
<b>31 Was ist Scheitern?</b> . . . . .	255
<i>Bernhard Strauß und Peer Abilgaard</i>	
31.1 Scheitern – eine Definition aus wissenschaftlicher Sicht . . . . .	255
31.2 Scheitern – eine Definition aus klinischer Sicht . . . . .	256
<b>32 Fünf Geschichten über das Scheitern</b> . . . . .	259
<i>Peer Abilgaard</i>	
32.1 Herr F. . . . .	259
32.2 Frau S. . . . .	263
32.3 Herr Dr. A. . . . .	265
32.4 Herr Z. . . . .	267
32.5 Frau B. . . . .	268
<b>33 Was führt zu Scheitern in der Psychotherapie?</b> . . . . .	273
<i>Bernhard Strauß</i>	
<b>34 Häufigkeiten von Scheitern und negative Effekte von Psychotherapie</b> . . . . .	279
<i>Bernhard Strauß</i>	
<b>35 Was ist im Fall von Scheitern ganz praktisch zu tun?</b> . . . . .	281
<i>Peer Abilgaard</i>	
35.1 Therapieabbruch . . . . .	281
35.2 Suizid . . . . .	283
35.3 Suchrückfall . . . . .	288
<b>36 Lernen aus dem Scheitern</b> . . . . .	291
<i>Bernhard Strauß</i>	
<b>37 Scheitern und Qualität in der Therapie</b> . . . . .	295
<i>Peer Abilgaard</i>	
<b>38 Entwurf einer „palliativen“ Psychotherapie</b> . . . . .	297
<i>Peer Abilgaard</i>	
38.1 Einführung . . . . .	297
38.2 Eckpunkte eines neu zu schaffenden Therapiemanuals für eine palliative Psychotherapie . . . . .	300
<b>39 Eintreten für ein Recht auf Scheitern</b> . . . . .	303
<i>Peer Abilgaard</i>	

---

<b>VII Gesund bleiben – als Therapeut:in</b> . . . . .	307
<b>40 Selbststärkung und Selbstfürsorge</b> . . . . .	309
<i>Peer Abilgaard</i>	
40.1 Einleitung . . . . .	309
40.2 Resilienz und Medizin – Wie passt das zusammen? . . . . .	309
40.3 Wie Resilienzkonzepte Teil eines neuen therapeutischen Selbstverständnisses wurden . . . . .	310
<b>41 Was behindert Selbstfürsorge?</b> . . . . .	315
<i>Peer Abilgaard</i>	
41.1 Einleitung . . . . .	315
41.2 Persönliche Aspekte, Gruppeneffekte, gesamtgesellschaftliche Widerstände . .	315
41.3 Resilienz – dank Selbstoptimierung fit für die Katastrophe! . . . . .	318
<b>42 Bestmögliche Prävention</b> . . . . .	319
<i>Peer Abilgaard</i>	
42.1 Work-Life-Balance . . . . .	319
42.2 Resilienz und Psychohygiene . . . . .	320
<b>43 Seele braucht Zeit</b> . . . . .	323
<i>Peer Abilgaard</i>	

---

<b>Anhang</b> . . . . .	327
<b>Abkürzungen</b> . . . . .	329
<b>Autorenadressen</b> . . . . .	331
<b>Sachwortverzeichnis</b> . . . . .	333