

Buchbesprechung *

Paul Troendle: *Psychotherapie*

Dynamisch – intensiv – direkt

Lehrbuch zur Intensiven Dynamischen Kurzpsychotherapie, Psychosozial-Verlag, 2005

Stürmische Winde trieben Odysseus auf der Heimfahrt von Troja ins Land der Kyklopen. Nach abenteuerlichen Fahrten verbrachte er den Winter auf der Insel der Kirke, wurde sieben Jahre lang auf Kalypsos Insel festgehalten, von wo ihm die Flucht auf einem Floss gelang, so dass er wieder nach Ithaka zurückfand, wo ihn Penelope in ihre Arme schloss.

Im Vorwort seines Lehrbuchs zur Intensiven Dynamischen Kurzpsychotherapie beschreibt Paul Troendle eine ähnliche Odyssee: seine Lebensreise durch verschiedene Therapien. Mit Schalk und Charme blickt er versöhnlich zurück auf seine eigenen Therapieerfahrungen, erst als Analysand, dann als Klient im Feld humanistischer Angebote bis hin zu seinem Zielhafen, der Intensiven Dynamischen Kurzpsychotherapie. Allein dieses Vorwort macht die Lektüre dieses Werks notwendig. Für Therapeuten ist es ein Genuss, den Autor auf seiner Wanderung durch die verschiedenen Therapielandschaften zu begleiten. Manch einer wird sich lachend an eigene Erfahrungen erinnern und sich vielleicht versöhnen mit selbst erlebten therapeutischen Kränkungen.

Anhand der eigenen Therapieausbildungen stellt Troendle schonungslos die entscheidenden Fragen an die Wirksamkeit der verschiedenen Therapieansätze und verweist auf Textstellen, wo er darauf Antworten gibt. Eigentlich wünschte man sich, in diesem Stil weiter lesen zu dürfen. Dem Anspruch eines Lehrbuchs verpflichtet, wechselt der Autor jedoch von der persönlichen Dynamik zur Dynamik der Psychotherapiegeschichte und erweist sich als profund Kenner der psychoanalytischen Pionierzeit. Stringent verfolgt er die Forschungsansätze der Kurzpsychotherapien. Mit nahezu kriminologischem Gespür zeichnet der Autor die Linie nach, wie Freud bemerkte, dass seine Patienten ihm schmerzliche Erfahrungen kaum mitteilten und dadurch den Zugang zum Unbewussten erschwerten. Freud fand dafür den Begriff des Widerstandes. Während er und andere den Weg beschritten, durch passive Techniken zu Inhalten des Unbewussten vorzustossen, verfolgten Rank, Ferenczi, French, Alexander und andere Freuds ursprüngliche Idee, durch aktive Interaktionen im Hier und Jetzt zum Unbewussten der Patienten vorzudringen. Nach dem 2. Weltkrieg experimentierten verschiedene Gruppen (Balint, Ornstein, Malan, Sifneos, Mann, Goldmann, Davanloo u.a.) relativ unabhängig voneinander mit kurzzeitlichen Modellen. Anfangs 70er Jahre entdeckte Habib Davanloo, der heute emeritierte Professor der McGill Universität in Montreal und ehemaliger Chefarzt am Montreal General Hospital, der seine auf Videoband aufgezeichneten Therapien analysierte, dass durch ausschliessliches und konsequentes Eingehen auf die Patient-Therapeuten-Beziehung sich rasch intensive Übertragungsgefühle einstellen. Mörderische Impulse, schmerzliche, schuld- und trauerbeladene Gefühle aus dem Unbewussten werden direkt erlebt.

Davanloo fand, wonach Freud ein Leben lang gesucht hatte. Es ist verständlich und auch nachvollziehbar, dass er über seine Entdeckung, einen direkten Zugang zum Unbewussten gefunden zu haben, zunächst erschrak. In jahrzehntelanger Forschung hat er eine Methode entwickelt, mit welcher die Widerstände, die den Zugang zum Unbe-

wussten versperren, durchbrochen werden können und so der Kontakt zum Unbewussten bzw. zu tiefer liegenden Gefühlen wieder hergestellt wird. Fundamental an Davanloos Entdeckung ist die Tatsache, dass nur das unmittelbar in der Übertragung Erlebte für den Patienten und den therapeutischen Prozess hilfreich ist. Das setzt ein tief gehendes Bündnis des Therapeuten mit dem Patienten voraus. Mit dem Konzept der unbewussten therapeutischen Allianz (UTA) öffnet Davanloo einen neuen Weg der Psychotherapie bzw. -forschung, welcher ermöglicht, unbewusste Gefühle offen zu legen und dadurch eine Befreiung von unbewussten Fesseln zu bewirken.

Troendle hat sich mit seinem Lehrbuch die Aufgabe gestellt, Davanloos Forschungsergebnisse erstmals in einer Systematik darzustellen und zu kommentieren. In diesem Sinne ist das Buch keine Anleitung zur Erlernung dieser Methode. Vielmehr ist es ein Grundlagenwerk, das in Theorie und Technik der psychoanalytisch orientierten Kurzpsychotherapie einführt und an den Leser gewisse Ansprüche stellt.

Die neun Kapitel sind systematisch aufgebaut. Jedes Kapitel beginnt mit einer theoretischen Einführung, in welcher aufgezeigt wird, wo sich die Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy (ISTDP) im Kanon der klassischen Psychoanalyse situiert bzw. abweicht. Die wichtigsten Punkte sind optisch hervorgehoben und in Merksätzen zusammengefasst. Schematische Darstellungen veranschaulichen zudem die theoretischen Ausführungen. Zum Verständnis der Theorie sind jeweils entsprechende Therapiesequenzen angeführt, die als Vignetten bezeichnet sind. Ein Leser, der sich schnell einen Einblick verschaffen will, kann sich daran orientieren.

Im ersten Kapitel werden anthropologische Grundannahmen verschiedener Disziplinen erörtert. Die Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy (ISTDP) baut Theorie und Praxis auf der dialogischen Prämisse auf, dass das Ich nur existieren kann, indem es auf ein Du bezogen ist. Die Entwicklung einer Persönlichkeit wird demzufolge durch Bindungen an andere Menschen ausgestaltet. In diesem Sinne sind psychische Störungen als Beziehungsstörungen zu betrachten. Von praktischem Nutzen für jeden Therapeuten sind die grundlegenden Ausführungen zu Angst und Widerständen und der damit einhergehenden unterschiedlichen therapeutischen Vorgehensweisen.

Als wichtigstes therapeutisches Mittel arbeitet die ISTDP - im Gegensatz zu den herkömmlichen Therapien - mit Druck. In kurzen Therapieausschnitten wird aufgezeigt, wie ein ISTDP-Therapeut damit Widerstände herausfordert, um so möglichst rasch die geforderte unbewusste Allianz des Patienten mit dem Therapeuten zu erlangen. Die aktive Mitarbeit des Therapeuten besteht in einer äusserst subtilen Begleitung des Patienten, indem er den Fokus auf die therapeutische Beziehung beibehält und sich nicht durch Abwehrmechanismen ablenken lässt. Dies ermöglicht es dem Patienten, zu seinen Primärgefühlen vorzustossen, seine innersten Geheimnisse zu offenbaren.

Das körperliche Erleben von Wut, Trauer, Schmerz, Schuld und Liebe bewirkt Befreiung und Versöhnung mit seinen primären Beziehungspersonen. Indem der Patient seine Gefühle körperlich erlebt, macht er gleichzeitig Kontakt mit seinem Unbewussten und erfährt, dass das, was er eigentlich schon lange gewusst oder zumindest geahnt hat, nun auch sein darf. Gefühle, insbesondere gewalttätige, die in der Kindheit aus existentiellen Gründen nicht wahr sein durften und deshalb verdrängt bzw. unterdrückt wurden, dürfen sein und verlieren dadurch ihre bedrohliche Kraft. Dies befreit den Patienten von schuldbeladenen Meinungen über sich selbst und selbstdestruktive Handlungen, welche sein bisheriges Leben unbewusst geleitet haben, werden für ihn hinfällig. Neue Lebensperspektiven eröffnen sich.

Was hier verkürzt und vereinfacht dargestellt ist, wird im Lehrbuch ausführlich behandelt. Aus den Kapiteln Kasuistik und Merkmale der Therapieverläufe geht eines hervor: Beim Autor muss es sich um einen sachkundigen, kompetenten und feinfühligem Therapeuten handeln. Seine Sorgfalt und seine hohe Achtung gegenüber der Autonomie seiner Patienten dringen zwischen den Zeilen durch. Das bringt es mit sich, dass dieses Lehrbuch auch für Therapeuten anderer Schulen als ein wichtiger wissenschaftlicher Beitrag zur Therapieforschung ernst genommen werden muss.

In Troendles Schlusskapitel wird die Ausbildung zum ISTDP-Therapeuten angesprochen. Eindrücklich auch hier, wie zukünftige Therapeuten auf eigene Fehler und Begrenzungen aufmerksam gemacht werden.

Für die Redlichkeit des Autors spricht, dass er die ISTDP nicht als neue Heilslehre in den Kampf um die Vorherrschaft des richtigen Weges schickt. Als Co-Autor setzt sich Heiner Lachenmeier kritisch mit dieser Therapieform und deren Entwicklung auseinander. Die Offenheit, mit welcher beide Autoren die Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy zur wissenschaftlichen Diskussion stellen, würde auch andern Therapieschulen gut anstehen.

Dieses Buch lässt aufhorchen. Es bietet einen Schulen übergreifenden Beitrag zur Diskussion der Therapiewirksamkeit.

Dr.phil. Peter Pfisterer

Aarau, 6.1.2006

* Erschienen in: *Psyche. Zeitschrift für Psychoanalyse und ihre Anwendungen*. 60.Jg., Heft 11, November 2006 und in: *à jour. Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten Verband SPV*. Nr.35, November 2006.

Troendle, Paul: *Psychotherapie dynamisch – intensiv – direkt. Lehrbuch zur Intensiven Dynamischen Kurzpsychotherapie*. Psychosozial-Verlag, 2005, ISBN 3-89806-479-4, 638 Seiten, sFr.69.-