

1 Vorwort

Als der Kohlhammer-Verlag uns vor einigen Jahren fragte, ob wir in der Reihe Psychoanalyse im 21. Jahrhundert den Band zur Prävention übernehmen würden, sagten wir spontan zu, denn schließlich hatte eine von uns einen Lehrstuhl für Psychosoziale Prävention und die andere hatte zu Suchtprävention promoviert. Die tatsächliche Ausgestaltung zog sich dann aber hin, da wir immer mehr feststellten, dass wir dieses Buch nicht schnell schreiben können. Prävention psychischer Störungen bezeichnet alle Maßnahmen, die Ersterkrankungen verhindern, bestehende Leiden verbessern, deren Progression oder Rückkehr verzögern und Folgeschäden eindämmen helfen. Aber was ist eine *psychoanalytische* Prävention? Als wir uns einen Überblick über die Literatur verschafften, mussten wir feststellen, dass wir die psychodynamische Prävention psychischer Störungen quasi neu erfinden müssen, da es diese bis dato nicht als ein theoriegestütztes zusammenhängendes Format gibt. Daher wandelte sich der Begriff der psychoanalytischen Prävention schnell zur *psychodynamischen* Prävention, um hier aus einem breiterem Spektrum schöpfen zu können und einen passenden Überbegriff für die vielen Programme zu finden, die sich in den letzten Jahren, besonders inspiriert durch die Bindungs- und Mentalisierungstheorie, entwickelt haben. Eine klassisch psychoanalytische Herangehensweise zeigte sich bei unserer Recherche eher in einem geisteswissenschaftlichen Duktus einer hermeneutischen Tradition des Beschreibens und Verstehens von Einzelbeobachtungen. Diese Haltung ist nicht so einfach mit einem eher pragmatischen und niedrig-dosierten Präventionsansatz zu verbinden, der sich zudem oftmals an viele Personen richtet.

Wir werden also hier eine Begründung vorlegen, warum die Prävention psychischer Störungen, die an sich eine relativ junge Disziplin ist, von einer systematisierten psychodynamischen Sichtweise profitieren wird. Als psychodynamische Sicht verstehen wir hier einen Fokus auf Affekte, Beziehungen und Entwicklungsverläufen der Verinnerlichung von affektiven Beziehungserfahrungen. Psychodynamische Prävention bezieht sich daher auf psychosoziale Mechanismen der Entstehung psychischer Störungen einerseits, psychosoziale Dynamiken der Aufrechterhaltung und spezifische Schwierigkeiten der Verhaltensänderung andererseits. All dies kann eine effektive Prävention bereichern, um gezielte Programme mit den richtigen Inhalten, zur richtigen Zeit und in der optimalen Art und Weise an die jeweilige Zielpopulation heranzuführen. Psychodynamische Präventionsprogramme versuchen analog zu psychodynamischen Therapien einerseits psychische Funktionen oder psychische Strukturen zu verbessern, dadurch dass sie z. B. Pflegepersonen, Professionelle oder die Zielpopulation selbst entsprechend unterstützen (Strukturfokus), z. B. Interpretationsfehler im Sinne eines nicht-effektiven Mentalisierens anzugehen. Andererseits geht es um die Inhalte von Vorstellungen über sich selbst und anderen, die von psychodynamischen Präventionsprogrammen adressiert werden und teilweise vom Individuum als konflikthaft erlebt werden (Konfliktfokus). Als dritten Fokus sehen wir die Vermeidung der intergenerationalen Weitergabe von psychischen Problemen, die vorrangig in dysfunktionalen Interaktionen der Eltern-Kind-Beziehung verortet werden. Diesen dritten Schwerpunkt haben wir daher Transmissionsfokus genannt. Alle Fokuse integrieren sowohl das Wissen um Schwellensituationen in der individuellen Entwicklung (Vulnerabilitätsfenster), als auch die Erkenntnis psychischer Abwehrprozesse, die einer Informationsaufnahme und Verhaltensänderung im Wege stehen können. Auch die Bedeutsamkeit von Einsicht in unbewusste oder teilbewusste Prozesse, sowie Beziehungslernen finden in besonderer Weise Berücksichtigung. Alle genannten Aspekte verstehen wir als zentrale Mechanismen der Veränderung im Rahmen psychodynamischer Prävention.

Nach einer Einführung in die Grundideen der Präventionstheorie und einer Verbindung psychodynamischen Denkens mit der Prävention wird es in den Kapiteln vier bis sechs des Buches um konkrete Prä-

ventionsansätze und -programme gehen. Wir haben diese unterteilt in universelle, selektive und indizierte Präventionsprogramme. Jedes Programm wird in einer Überblickstabelle zusammengefasst und im weiteren Text hinsichtlich der Kernideen, der konkreten Umsetzung, der bisherigen Evaluierung sowie Verbreitung ausführlicher beschrieben. Damit möchten wir den Leser*innen in diesem Teil des Buches einen kompakten Überblick über die aktuelle Vielfalt psychodynamischer Präventionsansätze geben. Besonders in den Kapiteln zur universellen und selektiven Prävention folgen wir überdies einem Lebensspannenansatz von früher Prävention vor der Geburt bis ins höhere Lebensalter, wobei für das höhere Lebensalter ein deutlicher Mangel an Konzepten und Programmen vorliegt. Wir haben uns bemüht, möglichst viele Programme zu erwähnen, hier ist jedoch kein Anspruch auf Vollständigkeit gegeben, da es uns um die Vielfalt und Breite der Programme ging und nicht um eine komplette Dokumentation, die den Rahmen des Buches gesprengt hätte. Ein Extra-Kapitel haben wir den Professionen der Gesundheitsberufe gewidmet, da diese in stärkerer Weise als andere Berufsgruppen in die Privatsphäre ihrer Klient*innen/Patient*innen eindringen und hier eine besondere Schutzbefohlenheit vorliegt. Auch in der Wahrung von Grenzen und der Reflexion der eigenen Rolle und Gefühle in professionellen Beziehungen (in den psychodynamischen Ansätzen als Übertragung und Gegenübertragung bezeichnet) sehen wir einen bedeutsamen Beitrag psychodynamischer Theorie und Praxis.

Wie sich zeigen wird, leben Präventionsprogramme von Vielfalt, d. h. die meisten Programme sind nicht rein psychodynamisch konzipiert, sondern enthalten Elemente, die auch typisch für Herangehensweisen anderer Theorieansätze und Therapieverfahren sind (z. B. Psychoedukation und Übungen). Wir möchten hier die Auffassung vertreten, dass sich eine integrative Sicht mit den Zielen von Prävention sehr gut vereinbaren lässt und wir auch nicht die Qualität anderer Programme in Frage stellen wollen, die stärker systemisch, humanistisch oder verhaltenstherapeutisch ausgerichtet sind. Es geht uns aber um eine Systematisierung und Erweiterung von Präventionsansätzen durch spezifisch psychodynamische Ideen, die dann auch in andere Programme integriert werden könnten. Da wir uns hier im Rahmen der psychodynamischen Präven-

tion dem entwicklungspsychopathologischen Ansatz verpflichtet sehen, ist ein interdisziplinärer und verfahrensübergreifender Ansatz unseres Erachtens die Zukunft erfolgreicher Prävention.

Der Schwerpunkt der hier vorgestellten Programme liegt auf der Verhaltensprävention und nicht auf der Verhältnisprävention, da die meisten Programme sich eher der Veränderung von Verhalten widmen und weniger der Veränderung von sozialen und gesellschaftlichen Bedingungen. Tatsächlich haben wir nur im Hinblick auf die Prävention von grenzverletzendem Verhalten in den Gesundheitsberufen einen Abschnitt zur Verhältnisprävention eingefügt. In der Vergangenheit haben sich vereinzelt Psychoanalytiker auch an der Verhältnisprävention ausprobiert wie z. B. im Bereich der Architektur (Mitscherlich, 1978). Trotz des Mangels an systematischen Programmen zur Verhältnisprävention im Bereich der psychodynamischen Programme soll dies nicht bedeuten, dass soziale Faktoren für die Entstehung psychischer Erkrankungen unterschätzt werden. Tatsächlich wurden in den letzten Jahren einige ernstzunehmende Versuche unternommen, Organisationen und Teamstrukturen im Bereich der indizierten Prävention reflektierter und adaptiver zu gestalten (z. B. AMBIT, Bevington et al., 2017), die jedoch den Rahmen unserer Übersicht gesprengt hätten.

Bei den Programmen haben wir uns auf diejenigen fokussiert, die eine Verbreitung im deutschsprachigen Raum gefunden haben und daher kann unsere Recherche als eurozentristisch kritisiert werden. Auch hier möchten wir darauf verweisen, dass eine Beschreibung weltweiter Programme den Rahmen unserer Möglichkeiten verlassen und nicht das zentrale Anliegen des Buches betroffen hätte. Das zentrale Anliegen besteht darin, in der psychodynamisch/psychoanalytischen Community für Prävention zu sensibilisieren und den enormen Beitrag psychodynamischer Ansätze zu zeigen. Außerhalb der psychodynamischen Community soll das Buch dazu anregen, psychodynamische Ideen zu berücksichtigen und möglicherweise zu integrieren. Insgesamt geht es uns darum, den Bereich der Prävention psychischer Erkrankungen in eine breitere Öffentlichkeit zu tragen und damit zu stärken.

Wir möchten uns beim Verlag W. Kohlhammer und den Herausgeberinnen und Herausgebern der Reihe Psychoanalyse im 21. Jahrhundert für die Geduld bei der Fertigstellung dieses Buches bedanken. Dar-

über hinaus danken wir Eric Thanbichler und Dr. Max Zettl für die Unterstützung bei der Recherche und formalen Fertigstellung des Buches.

Svenja Taubner
Corina Aguilar-Raab
Heidelberg, im Sommer 2021