

# Vorwort

»Die Wahrheit wird deutlicher durch die Vielzahl der Perspektiven,  
die sich auf einen Sachverhalt richten.«  
*Berger und Luckmann*

Die Idee zu vorliegendem Buch entwickelte sich aus der Durchführung der Einführungsvorlesung »Psychologische Beratungsansätze« für Studierende der Sozialen Arbeit. Die Vorlesung hat das Ziel, einen fundierten Überblick über Psychotherapieverfahren zu geben, und setzt kein Vorwissen voraus. Zur Vorstellung kommen die klassischen vier Richtungen: Die Psychoanalyse, der humanistische Ansatz am Beispiel der klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie, die Verhaltenstherapie und der systemische Ansatz. Diese stellen die Grundpfeiler der Psychotherapie dar. Sie sind am weitesten verbreitet und werden aktuell diskutiert – besonders im Hinblick auf Wirksamkeit und Kassenzulassung.

Mit Blick auf die Grundlagenorientierung und den Umfang des Buches, das eine in Bezug auf die Klausurvorbereitung verträgliche Länge aufweisen sollte, war eine Einschränkung auf wesentliche Richtungen und Schwerpunkte unerlässlich. Weitere Ansätze wie etwa die aus der humanistischen Psychologie entwickelte Gestalttherapie, das Psychodrama und die Transaktionsanalyse konnten deshalb in der Darstellung nicht berücksichtigt werden.

Auch auf andere darstellenswerte Aspekte musste verzichtet werden. Das betrifft z. B. eine ausführliche historische Entwicklung der vorgestellten Ansätze sowie die Diskussion von Kontextmerkmalen von Beratung/Therapie wie etwa ethische Aspekte, die Bedeutung von Supervision, die Schweigepflicht. Dem interessierten Leser, der interessierten Leserin steht eine Vertiefung zahlreicher Themen offen. Literaturhinweise laden dazu ein.

Bei der Darstellung der vier Ansätze wurde eine vergleichende Perspektive eingenommen. Als Vergleichskriterien wurden das Menschenbild der jeweiligen Richtung, die Beziehung zwischen Beraterperson und Klient/in, die Bedeutung der Techniken und die Therapiezielsetzung gewählt. Da das Menschenbild – sowohl des jeweiligen Therapiegründers als auch der jeweiligen Therapeutin/Beraterin – jeden Behandlungsansatz prägt und damit den Umgang mit den Klienten/innen bestimmt, erschien eine Auseinandersetzung damit unerlässlich.

Weiterhin finden Beratung und Therapie in einem Interaktionsprozess statt bzw. werden als Interaktionsprozess definiert; der Beziehungsaspekt hat sich als sehr bedeutsam für den Therapieerfolg erwiesen. Deshalb werden alle Ansätze auch unter einer vergleichenden Thematisierung dieses Aspekts vorgestellt. Dabei wird der Interaktionsprozess unter dem Blickwinkel des aus der Psychoanalyse stammenden

Konzepts der Übertragung und Gegenübertragung diskutiert, da diese als weit verbreitete Muster menschlicher Beziehungsgestaltung angesehen werden, die ebenfalls im Therapie- und Beratungsprozess eine bedeutende Rolle einnehmen.

Der Wunsch der Studierenden nach praktischer Umsetzung des Gehörten regte zur Erläuterung an zahlreichen Fallbeispielen und gelegentlichen Rollenspielen an, die das Theoretische veranschaulichen und erlebbar machen sollten. Nach diesem Vorbild ist auch das vorliegende Lehrbuch aufgebaut: Beispiele, sowohl für komplexe theoretische Begriffe als auch für Gesprächstechniken, dienen der Veranschaulichung und sollen außerdem eine kurzweilige Auseinandersetzung mit der Thematik erleichtern.

Im Text wird zwischen Beratung und Therapie bei der Wortwahl nicht unterschieden: Eine therapeutische Grundhaltung bzw. therapeutische Techniken können sowohl im beraterischen als auch im therapeutischen Kontext angewendet werden. Die meisten Therapierichtungen machen keinen Unterschied zwischen Beratung und Therapie, auch wenn kontextuelle und konzeptionelle Unterschiede zwischen beiden bestehen. Auf diese wird eingegangen.

Auch werden Forschungsergebnisse zu Wirkfaktoren im Therapieprozess dargestellt und diskutiert.

Ich würde mich freuen, wenn vorliegende Darstellung nicht nur eine kognitive, sondern auch eine persönliche Auseinandersetzung z. B. unter dem Blickwinkel der Auseinandersetzung mit dem eigenen Menschenbild als prägend für die eigene helfende Tätigkeit zur Folge hätte. Wenn weiterhin der Eindruck haften bleibt, dass der Interaktionsprozess, d. h. die Beraterin-Klientin-Beziehung, ein wesentlicher, professioneller Bestandteil einer erfolgreichen Beratung/Therapie ist, wäre ein weiteres wichtiges Ziel erreicht.

Als Zielgruppe sind Studierende und Berufstätige psychosozialer Arbeitsfelder angesprochen (Sozialarbeit, Pädagogik, Heilpädagogik), die sich einen fundierten Überblick über Psychotherapieverfahren verschaffen wollen. Möglicherweise dient die Auseinandersetzung als Entscheidungshilfe bei der Wahl einer Ausbildungseinrichtung. Auch Psychologiestudierende, welche die gegenwärtig in der universitären Psychologie leider nur gering vorhandene Methodenvielfalt bedauern, sind herzlich dazu eingeladen, ihr Blickfeld zu erweitern.

Die (Fall)beispiele – stark abgewandelt – entstammen zum Teil eigenen Beratungs- bzw. Therapiegesprächen. Ich bin deshalb meinen ehemaligen Klienten und Klientinnen zu Dank verpflichtet, denn ohne die mit ihnen gemachten Erfahrungen wäre die Gestaltung einer solchen Vorlesung bzw. Lehrbuchs erheblich mühsamer geworden.

Danken möchte ich Frau Ute Stritzel für die Erledigung vielfältiger, mit der Herstellung des Buches verbundenen Tätigkeiten. An dieser Stelle sei an sie ein grundsätzliches Dankeschön für ihre immer freundliche, hilfsbereite und kompetente Erledigung aller Aufgaben ausgesprochen. Frau Winhuyzen danke ich sehr herzlich für ihre engagierte Arbeit am Layout des Buches und für ihre kreativen Ideen. Mein Dank geht auch an den Lektor des Kohlhammer Verlags, Herrn Dr. Burkarth, für die freundliche Unterstützung.

Auf ein Glossar wurde verzichtet: Alle Fachbegriffe werden im Text erklärt und an Beispielen erläutert. Fremdwörter werden weitgehend übersetzt.

Da die ständige Anwendung verschiedener Geschlechtsformen das Lesen erschwert und überdies sich bei vorliegender Thematik sowohl auf der beraterisch-therapeutischen als auch auf der Hilfe suchenden Seite überwiegend Frauen befinden, wurde im Folgenden überwiegend die weibliche Form gewählt. Manchmal konnten auch geschlechtsneutrale Formen verwendet werden (»Beraterperson«). Nicht-weibliche Menschen sind selbstverständlich immer mitgemeint.

Die Ratsuchenden werden im Folgenden mit »Klient/in« bezeichnet. Dieser von Rogers eingeführte Begriff soll sowohl die Selbstverantwortung als auch die Ebenbürtigkeit der Ratsuchenden betonen. Er drückt aus, dass sie nicht »behandelt« werden wie medizinische Patientinnen. Der Begriff des/r Klienten/in hat sich in der Therapie- und Beratungsliteratur durchgesetzt, nur in der medizinisch dominierten Psychoanalyse nicht. Deshalb findet sich bei der Darstellung der Psychoanalyse, speziell bei der Wiedergabe von Zitaten, gelegentlich der Begriff des »Patienten«.