

Geleitwort

Spätestens seit der Jahrtausendwende waren die Neurowissenschaften plötzlich »in« und wurden weit über den Kreis derer, die diese neurobiologische Wissenschaft betreiben, rezipiert und diskutiert. Zwei Faktoren, die zu dieser verblüffend starken Strömung beigetragen haben, waren die neuen technischen Möglichkeiten, mit den Mitteln der funktionellen Bildgebung dem Gehirn gewissermaßen beim Arbeiten zuzusehen – und die Erkenntnis, dass die Hardware des Nervensystems nach der Ausreifung nicht fest und unabänderlich vernetzt ist, sondern dass sie sich erfahrungsabhängig immer weiter verändern kann, also plastisch ist. Plötzlich war es auch unter Psychotherapeuten en vogue, sich für die Neurobiologie des Gehirns zu interessieren, nachdem es zuvor jahrzehntelang schon aus den vielzitierten »erziehlichen Gründen« Sigmund Freuds ein Unding war, dieses biologische Unterholz der Psyche gedanklich zu betreten.

Inzwischen ist die Begeisterung für die Neurobiologie merklich abgekühlt, die gleichen Autoren, die noch 2004 ein überoptimistisches »Manifest der Hirnforschung« veröffentlicht hatten, mussten 10 Jahre später eingestehen, dass ihre Hoffnungen auf die wissenschaftliche Aufklärung vieler Aspekte des menschlichen Erlebens und Verhaltens durch die Hirnforschung viel weniger realisierbar zu sein scheinen als damals angenommen. Auch die weitreichenden, jahrelang die Feuilletons füllenden Schlussfolgerungen, die Neurowissenschaftler aus ihren Modellen für menschliche Kernthemen wie Schuld und Freiheit gezogen haben, werden heute um einiges reservierter und differenzierter betrachtet.

Unterhalb dieser zunächst so hochfliegenden und jetzt wieder abebbenden Welle eines neurobiologischen »Hypes« gibt es aber durchaus einen stetig weiter anwachsenden Zuwachs an Erkenntnissen aus der neurobiologischen Forschung mit hoher Relevanz auch für Psychotherapeuten, z. B. zur Epigenetik belastender Lebensereignisse oder zur Biologie von Bindung und Mentalisierung. Andere Zugänge zur Neurobiologie, wie die funktionelle Bildgebung, werden in ihrer Bedeutung dagegen mittlerweile deutlich skeptischer beurteilt.

Es ist dies eine im besten Sinne ernüchterte, gute Zeit und eine gute Gelegenheit für ein Buch wie das hier von Jürgen Brunner vorgelegte. Und um es gleich zu sagen: Jürgen Brunner nutzt diese Gelegenheit in ausgezeichnete Weise für eine kenntnisreiche, differenzierte und ausgewogene Darstellung und Diskussion der wichtigsten Entwicklungen der Neurobiologie und ihrer Bedeutung für die Psychotherapie. Gestützt auf seine solide Ausbildung in einem Mekka der biologischen Psychiatrie, auf seine eigene psychotherapeutische Praxis und auch auf seine Erfahrungen in der Vermittlung dieses Wissens z. B. bei den Lindauer Psychotherapiewochen zeigt Brunner die Fähigkeit und den Mut, klare thematische Linien zu ziehen, die durchaus auch detailreich sind, aber ohne sich im Detail zu verlieren. Die einzelnen Themen werden mit ganz aktueller Literatur vorgestellt und immer auf ihre Relevanz für die Psychotherapie hin hinterfragt. Auch die historische und wissenschaftsphilosophische Einordnung dieser Themen gelingt ihm in sehr gut lesbarer Weise. Seine Darstellung des

Nutzens, aber auch der möglichen Nachteile der Neurobiologie für die Psychotherapie ist letztendlich vor allem auch ein Plädoyer für eine moderne, aus alten Verkrustungen gelöste wissenschaftlich fundierte Psychotherapie. Nutzen also auch wir eine gute Gelegenheit: nämlich die, von einem Buch zu profitieren, in dem nicht ein neurobiologischer Experte den Psychotherapeuten sagt, wo es langgehen könnte oder sollte – sondern

in dem uns einer, der selbst engagierter Psychotherapeut ist, vermittelt, warum ein besseres Verständnis für das neurobiologische Unterholz auch nach dem Abklingen der Welle für die eigene Arbeit viel gewinnbringender sein kann als wir lange gedacht haben.

München, im August Peter Henningsen
2016

Vorwort

Die aktuelle neurowissenschaftliche Forschung zeigt eindrucksvoll, dass bestimmte genetische Risikokonstellationen nicht zwangsläufig zu einer psychischen Erkrankung führen. Belastende oder traumatische Lebensereignisse spielen eine wichtige Rolle bei der Pathogenese. Heute erforscht man intensiv die komplexe Interaktion zwischen genetischen Faktoren und biographischen Einflüssen. Im Fokus des neurowissenschaftlichen Interesses stehen die molekularen Auswirkungen frühkindlicher Erfahrungen. Neurowissenschaftler untersuchen, wie sich Interaktionserfahrungen in der Kindheit auf die Genregulation und auf neuronale Systeme auswirken. Man entschlüsselt auf subzellulärer Ebene die Mechanismen, wie Vernachlässigung, Missbrauch und Traumatisierung, aber auch Bindungserfahrungen dauerhafte psychobiologische Spuren hinterlassen. Die Brücke zwischen Biographie und Biologie schlägt die moderne Epigenetik. Dieses wichtige Forschungsgebiet nimmt im vorliegenden Buch eine prominente Stellung ein.

Im einführenden Kapitel (► Kap. 1) argumentiere ich gegen einen neurobiologischen Reduktionismus. Es ist mir ein Anliegen, nicht nur auf den Erkenntnisgewinn und den möglichen Nutzen der Neurobiologie für die psychotherapeutische Praxis hinzuweisen, sondern gerade auch mögliche Gefahren des neurobiologischen Paradigmas kritisch zu diskutieren. Die Themen Gen-Umwelt-Interaktion (► Kap. 2) und Epigenetik (► Kap. 3) werden entsprechend ihrer Aktualität und Relevanz ausführlich und aus einer transdiagnostischen Perspektive behandelt. Daran

anknüpfend (► Kap. 4) werden aktuelle neurobiologische Befunde zu Bindung und Mentalisierung dargestellt. Psychotherapeutische Interventionen verändern nachhaltig das Gehirn (► Kap. 5). In diesem Kapitel zu neuronalen Netzwerkmodellen und Psychotherapie-Effekten habe ich den Fokus auf Störungsbilder gelegt, die in der psychotherapeutischen Praxis häufig vorkommen und zu denen es brauchbare Modellvorstellungen gibt, auch wenn diese spekulativ sind. Schwerpunkte sind Depression, Angst und Trauma. Dabei habe ich versucht, aus den vorliegenden Studien die Essenz zu destillieren und die mögliche Relevanz für die psychotherapeutische Praxis aufzuzeigen. Dieses Kapitel behandelt auch ausführlich methoden- und erkenntniskritische Einwände gegen Bildgebungsstudien. Abschließend (► Kap. 6) werden mögliche Konsequenzen neurowissenschaftlicher Erkenntnisse für die psychotherapeutische Praxis aus einer schulenübergreifenden Perspektive herausgearbeitet. Hierbei geht es um eine beelternde Grundhaltung, eine komplementäre/motivorientierte Beziehungsgestaltung, eine korrigierende und emotional verändernde Beziehungserfahrung sowie Ressourcen- und Lösungsorientierung als Ergänzung zur Problemaktualisierung. Bei den Schlussfolgerungen habe ich mich eng an Klaus Grawe orientiert, der mit seinem Buch *Neuropsychotherapie* Pionierarbeit geleistet hat.

Das Buch soll in erster Linie praktizierende Psychotherapeuten in Praxis und Klinik ansprechen, aber auch Studierende sowie Ärzte und Psychologen in Aus- und Weiterbildung. Verhaltenstherapie und psychody-

namische Verfahren werden ausgewogen berücksichtigt. Gerade die Beschäftigung mit der Neurobiologie hat mich in meiner Überzeugung bestärkt, dass die Überwindung antiquierter Therapieschulen überfällig ist. Die Zukunft gehört nach meiner Einschätzung einer integrativen, wissenschaftlich fundierten Psychotherapie.

Das Buch ist entstanden aus einer Veranstaltung, die ich 2015 erstmals auf den Lindauer Psychotherapiewochen durchgeführt habe. Zu danken habe ich Herrn Prof. Dr. Manfred Cierpka, Frau Prof. Dr. Verena

Kast und Herrn Prof. Dr. Peter Henningsen, die diese Veranstaltung in das Programm aufgenommen haben. Mein besonderer Dank gilt dem Verlag W. Kohlhammer. Mit Herrn Dr. Ruprecht Poensgen ist die Zusammenarbeit ausgesprochen angenehm, anregend und ermutigend. Danken möchte ich auch Frau Dr. Annegret Boll für ihr umsichtiges, sorgfältiges und sprachsensibles Lektorat.

München, im Dezember Jürgen Brunner
2016