

## Vorwort und Danksagung

Paul Wachtels (1997) Klassiker *Psychoanalyse und Verhaltenstherapie* war eine frühe Quelle der Inspiration für diesen integrativen Behandlungsansatz. Leigh McCulloughs Supervisor, der Verhaltenstherapeut Joe Cautela, empfahl ihr dieses Buch von Wachtel, als sie Studentin im Aufbaustudium war. Cautela war ein fortschrittlicher Verhaltenstherapeut, der im Konzept der verdeckten Konditionierung (engl. »covert conditioning«) erstmals die Prinzipien der Lerntheorie mit dem Vorstellungserleben in Verbindung brachte (Cautela 1966, 1973). Bei diesem Behandlungsansatz wurde imaginative Konfrontation verwendet, um Verhalten zu verändern. Von Cautela (z. B. Cautela & McCullough 1978) und Wachtel beeinflusst, begann McCullough, die Gemeinsamkeiten zwischen der verdeckten Konditionierung und psychodynamischen Grundsätzen zu bemerken. *Psychoanalyse und Verhaltenstherapie* von Paul Wachtel war überaus prägend für das Denken von Leigh McCullough. Von den späten Siebzigern bis in die Gegenwart hatte David Malan (1979), einer der Pioniere der STDP, einen sehr großen Einfluss auf die Vorstellungen von McCullough. Worte reichen nicht aus, um die Dankbarkeit für alle seine Beiträge auszudrücken. Das Schema der beiden Dreiecke stellt die Grundlage unserer Lehre dar. Seine Spuren finden sich auf fast jeder Seite dieses Manuals. Eine andere wichtige Quelle der Inspiration für die Entwicklung dieses Ansatzes ist Habib Davanloo (1980). Der Schwerpunkt dieses Manuals liegt auf dem Affekt. Davanloo brachte McCullough den enormen Nutzen bei, den das Erschließen der unbewussten Gefühle durch die Bearbeitung der Abwehr hat. Auch seine Spuren finden sich durchgängig in diesem Manual.

Anfang der 1990iger Jahre, nachdem McCullough tausende Stunden Videobänder angesehen hatte, wurden ihr allmählich die Parallelen zwischen der psychodynamischen Konflikttheorie und dem verhaltenstherapeutischen Konzept der Phobien klar – mit dem Unterschied, dass diese Phobien innere Gefühlszustände betreffen. Sie prägte den Begriff der Affektphobie und erörterte dieses Konzept kurz in ihrem Buch *Changing Character* (McCullough & Vaillant 1997). 1998 bemerkten Nat Kuhn und Stuart Andrews die Reichweite dieses Konzeptes und bewogen McCullough dazu, die Affektphobie zum Schwerpunkt ihrer Behandlung zu machen. Dann, Anfang 2001, fand Andrews heraus, dass »Gefühlsphobien« bereits in dem Buch von Wachtel erwähnt worden waren. Leigh schloss daraus, dass sie, auch wenn sie sich nicht mehr explizit daran erinnerte, sehr wahrscheinlich diesen Begriff bereits vor 25 Jahren in Wachtels Buch las und dass dieses Konzept der Gefühlsphobien seitdem irgendwo in ihrem Gedächtnis schlummerte. Es stimmt wirklich: Wir sehen so weit, weil wir auf den Schultern von Riesen stehen.

Zu diesen Riesen kommen dann noch die Weggefährten zweier Jahrzehnte, die einen bedeutenden Antrag daran trugen, besser zu verstehen, was Therapien wirksamer macht. Nicht alle Bücher können hier erwähnt werden, aber eine Reihe von Büchern zur STDP gingen aus dieser Gruppe hervor, um nur ein paar wenige zu nennen: *Psychodynamics, Training, and Outcome in Brief Psychotherapy* (Malan & Osimo 1992), *Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy* (Della Selva 1996), *The Transforming Power of Affect* (Fosha 2000), *O Futuro da Integração: Desenvolvidos em Psicoterapia Breve* (Lemgruber 2000), *Short-Term Therapy for Long-Term Change* (Solomon, Neborsky, McCullough, Alpert, Shapiro & Malan 2001), *Parole, Emozioni Videotape: Manuale di Psicoterapia Breve Dinamico-Esperienziale (PBD-E)* (Osimo 2001), und das *Handbook of Integrated Short-Term Psychotherapy* (Winston & Winston 2002). Unser Buch hat sehr von dem Austausch mit Kollegen und untereinander profitiert.

Eine besondere Anerkennung gebührt der vierten Autorin, Amelia Kaplan, die die Rohfassung des Manuals verfasste. McCullough hatte mit dem Manuskript begonnen und mit Kuhn und Andrews geplant, es innerhalb eines Jahres abzuschließen. Allerdings waren alle drei so stark mit einer Reliabilitätsstudie zur *Achievement of Therapeutic Objectives Scale (ATOS)*

beschäftigt (ein Forschungsinstrument für die Behandlungsevaluation, <http://www.affectphobiotherapy.com>), dass die Arbeit an dem Manual zunächst auf Eis gelegt wurde. Als Kaplan sich dem Forschungsprogramm anschloss und von dem Behandlungsmanual hörte, war jedoch ihr Interesse sofort geweckt. Sie hielt dieses Manual für sehr wichtig und drängte darauf, es fertigzustellen. Sie bot an, in vier Monaten einen ersten Entwurf zu erstellen. Sie tat dies mit unermüdlichen Eifer und verließ das Programm dann für ihr Aufbaustudium an der Rutgers Universität. Vier Jahre und zahlreiche Revisionen später haben dann McCullough, Kuhn und Andrews die Arbeit abgeschlossen. Aber ohne Kaplans Initiative und ohne ein erhebliches Maß an Verleugnung des immensen Arbeitsaufwands (wir dachten anfänglich, es wäre ein Klacks) wäre dieses Manual nie herausgekommen.

Während der Arbeit an diesem Manual lernten wir, dass es sehr viel schwerer als gedacht war, sehr komplexe Konzepte so einfach wie möglich darzustellen. Ein Buch, das wir in weniger als einem Jahr schaffen wollten, hat uns mehr als vier Jahre gekostet. Wir waren gesegnet mit Lesern, die über die Jahre immer wieder die Kapitel und Übungen durchgingen.

Bspw. war es uns eine Ehre, unter unseren Lesern zwei Mütter unserer Autoren zu haben, die selbst erfahrene Therapeutinnen waren: Kaplans Mutter, Annette Hollander, MD (University of Medicine and Dentistry of New Jersey) und Wolfs Mutter, Katherine Wolf, MD (Harvard Medical School). Annette Hollander, selbst in der Ausbildung von Psychiatern tätig, drängte uns, ein Lehrvideo zu diesem Manual zu erstellen. Wir hoffen, dass wir dies eines Tages noch machen können. Martha Sweezy und Lisa Freden waren von Beginn bis zum Ende des Projekts treue Leserinnen, die viele Versionen durcharbeiteten und uns viele hilfreiche Vorschläge machten. Die Übungen entstanden größtenteils aus den ständigen Anregungen der beiden, das Manual anwenderfreundlicher zu machen.

Dan Brenner machte viele weitere hilfreiche, manchmal herausfordernde Vorschläge und stärkte uns den Rücken. Jan Mortimer kommentierte das Manuskript von Australien (Adelaide) aus und Julie Felty von Belmont, Massachusetts.

Elke Schlager war sehr hilfreich darin, noch die letzten Inkonsistenzen aufzuspüren und die letzten Versionen Korrektur zu lesen.

Martha Stark muss dafür gedankt werden, dass sie dem Titel eine schöne Form gab. Allen Larsen aus Stavanger, Norwegen, und Elisabeth Schanche von der Universität Bergen, Norwegen, verbrachten im Sommer 2000 vier Monate mit McCullough und haben in dieser Zeit das gesamte Manual durchgearbeitet und kommentiert; sie machten wertvolle Vorschläge für die Überarbeitung der Übungen.

Wir alle danken Nancy Sowell für ihre Geduld und die ständige Unterstützung von Nat Kuhn.

Und zu guter Letzt gilt unser Dank Barbara Watkins, einer außerordentlichen Herausgeberin, die uns mit ihren brillanten Vorschlägen klargemacht hat, dass dieses Manual nicht der Spaziergang wird, den wir uns vorgestellt haben. Ihre Beiträge waren so außergewöhnlich hilfreich, dass wir sie in Zukunft als den Maxwell Perkins der Mental Health Herausgeber bezeichnen werden, in Abwandlung von Thomas Wolfes legendärem Herausgeber. Wir möchten uns nicht mit Wolfe vergleichen – weder hinsichtlich Brillanz noch Alkoholtoleranz –, aber Barbara Watkins ist definitiv so gut wie Maxwell Perkins.

# Geleitwort zur deutschen Übersetzung

Ein »integratives Manual zur Behandlung von Affektphobien«, das sowohl eine positive Rezension von Paul Wachtel als auch von Marsha Linehan auf dem Buchrücken trägt, erregt sicherlich unmittelbar das Interesse auch von Verhaltenstherapeutinnen und Verhaltenstherapeuten. Nicht nur in diesen Besprechungen, sondern unmittelbar zu Beginn des Buches zeigt sich, dass allen – teils bis heute anhaltenden - Schulenstreitigkeiten zum Trotz sehr fruchtbare Anregungen zwischen den Therapieschulen erfolgt sind und auch weiterhin erfolgen.

Der Verfasser dieses Geleitworts ist (kognitiver) Verhaltenstherapeut und hatte das Glück, im Rahmen seiner langjährigen Tätigkeit an der Universitätsklinik Frankfurt den deutschen Herausgeber und Übersetzer des Buches, Prof. Dr. Matthias Michal, im Rahmen der Verhaltenstherapie-Ausbildung in dessen Facharztausbildung »Psychosomatik und Psychotherapie« kennenzulernen. Aus den fruchtbaren Diskussionen (etwa zu Parallelen der Verhaltensanalyse der therapeutischen Situation zur Übertragungsanalyse und zur psychodynamischen Interpretation der Wirkung von Expositionsbehandlung) entwickelte sich eine langjährige Freundschaft, die ich sowohl persönlich als auch fachlich als sehr bereichernd empfand und empfinde.

Auch eine weniger persönliche Perspektive auf das Verhältnis von psychodynamischen und kognitiv-verhaltenstherapeutischen Interventionen ist lohnenswert: Seit Miller und Dollard waren viele namhafte Vertreter der Verhaltenstherapie zuvor durch psychoanalytische bzw. tiefenpsychologische Ausbildungen gegangen (etwas Aaron Beck und Albert Ellis) und auch aktuelle Entwicklungen innerhalb der kognitiven Verhaltenstherapie wie CBASP (McCullough, 2000) beziehen sich explizit auf psychodynamische Theorien und Ansätze. Trotz aller Veränderungen in Theorie und therapeutischem Vorgehen wäre es naiv anzunehmen, dass diese Vertreter ihre psychoanalytischen Wurzeln »mit Stumpf und Stiel ausgerissen« haben. Vielmehr ist davon auszugehen, dass sie ihre Vorerfahrungen in kreativer Weise in die Neukonzeption ihrer Therapieansätze einfließen ließen – empfehlenswert wäre hierzu beispielsweise die parallele Lektüre der »Kognitiven Therapie der Persönlichkeitsstörungen« von Beck et al. (orig. 1990) und Karen Horney's »Unsere inneren Konflikte« (orig. 1945), die neben Parallelen auch die spezifische Neukonzeption Becks sichtbar macht. Auf diesem Hintergrund steht es kognitiven Verhaltenstherapeutinnen und Verhaltenstherapeuten gut an, allen Schulenstreitigkeiten zum Trotz mit Dankbarkeit auf psychodynamische Traditionen zu blicken.

Weniger bekannt dürfte – zumindest unter kognitiven Verhaltenstherapeutinnen und Verhaltenstherapeuten – sein, welchen Einfluss (kognitiv-)verhaltenstherapeutische Ansätze auf die Entwicklung zumindest einzelner psychodynamischer Theorien und Behandlungsansätze hatten. Das vorliegende Buch zeigt eindrucksvoll, wie befruchtend der Austausch auch in dieser Richtung funktionieren kann.

Ich wünsche den Leserinnen und Lesern eine inspirierende Lektüre dieses faszinierenden Werkes.

Prof. Dr. Thomas Heidenreich  
Esslingen, im Januar 2019