

Vorwort zur 3. Auflage

Die Interpersonelle Psychotherapie (IPT) stellt ein außerordentlich wirkungsvolles Therapieverfahren dar, das insbesondere auf Patienten zugeschnitten ist, deren Depression im Kontext zwischenmenschlicher oder psychosozialer Belastungen entstanden ist.

Mit der 1996 erschienenen 1. Auflage des vorliegenden Buchs wurde das Original-Therapiemanual zur „Interpersonellen Depressionstherapie“ nach Klerman und Weissman zum ersten Mal in deutscher Sprache herausgegeben. Das Buch ist in unserer Arbeitsgruppe entstanden, die seit über 15 Jahren die IPT intensiv praktisch eingesetzt, beforscht, weiterentwickelt und an Kollegen vermittelt hat. Dank vieler Rückmeldungen unserer Leser wissen wir, dass sich unser Manual in der Praxis bewährt hat. Mehr als 10 Jahre nach der 2. Auflage des Buchs wurde der Inhalt nun grundlegend überarbeitet und auf den neuesten Stand gebracht. Neben der praktischen Anleitung zur IPT stellt unser Buch die zentralen Grundlagen und das nötige Hintergrundwissen bereit. Kliniker mit Interesse an der Anwendung von IPT im Forschungskontext können gleichermaßen von der Lektüre profitieren wie Psychotherapeuten, welche die IPT in ihren klinischen Alltag integrieren wollen. Darüber hinaus findet der Therapeut hier natürlich auch Antworten auf die wichtigsten Fragen, die ihm beim Einsatz der IPT in der Praxis begegnen. Für eine umfassende Anwendung dieses Verfahrens wird im Anschluss an die Lektüre des Manuals die Teilnahme an einem Trainingsprogramm empfohlen.

Wir haben die Neuauflage auch zum Anlass genommen, unser Manual mit Hilfe zahlreicher Arbeitsmaterialien noch praxisnäher zu gestalten. Das Buch bietet Therapeutinnen und Therapeuten neben einem reichen Schatz an Strategien und Behandlungsprinzipien nun auch „elektronische“ Zusatzmaterialien – ein online auf der

Schattauer-Website abrufbares „Kurzmanual für das Gruppensetting“ mit ergänzenden, ausdrückbaren Handouts für Patienten und Angehörige –, die der erfahrene Kliniker in seiner täglichen Praxis einsetzen kann.

Erfreulicherweise verschaffen sich in Zeiten „partizipativer Entscheidungsfindung“ im medizinischen Bereich auch immer mehr Patienten und deren Angehörige mit Hilfe unseres Buches einen komprimierten Überblick über das gegenwärtige Wissen zum Thema Depressionsbehandlung. Speziell für sie sind unsere 26 Handouts gedacht, die aber natürlich nicht für sich alleine stehen können, sondern in die therapeutische Arbeit integriert werden müssen.

Da ein Psychotherapieverfahren sowohl im Ausbildungsprozess als auch in seiner Durchführung den lokalen sprachlichen, gesellschaftlichen und kulturellen Gegebenheiten Rechnung tragen muss, war es ein besonderes Anliegen, dass dieses Buch bis auf die Übersetzung des Originalmanuals (Teil II des Buchs) eine eigenständige Monographie darstellt. Aus diesem Grund ist in den folgenden Kapiteln nicht nur die ursprüngliche, ambulante Form der IPT beschrieben, sondern auch der im deutschsprachigen Raum gebräuchliche und evaluierte Einsatz im stationären Behandlungsrahmen. Das hierfür konzipierte, separate „Kurzmanual für das Gruppensetting“ wurde von uns erweitert und angepasst, so dass es nun im stationären wie auch im ambulanten Rahmen eingesetzt werden kann. Dieses Kurzmanual ist nicht nur als eigenständiges kleines Buch (Schramm, Klecha: „Interpersonelle Psychotherapie in der Gruppe“, Schattauer Verlag 2010) erhältlich, sondern wird dem Leser unseres Manuals – wie oben erwähnt – online kostenlos zugänglich gemacht.

Das Hauptanliegen unseres IPT-Manuals ist eine möglichst weite Verbreitung dieses effektiven,

in der Praxis enorm nützlichen Therapieansatzes. Gerade in Zeiten zunehmender Einschränkungen in der Versorgung psychisch Kranker liegt uns nicht nur die Optimierung der Behandlung von depressiven Personen besonders am Herzen. Es ist uns auch ein Anliegen, dem hohen Leidensdruck der Betroffenen und ihrer Familien mit begründeter Hoffnung, Kompetenz und konstruktiven Perspektiven zu begegnen. Die eigene Erfahrung hat mir mit jedem Lebensjahr mehr bewiesen, dass vertrauensvolle Beziehungen stark machen und gegen die Wucht von Widrigkeiten des Lebens und Schicksalsschlägen schützen. Dieser interpersonelle Aspekt ist das zentrale Agens des hier beschriebenen Ansatzes bei der günstigen Beeinflussung depressiver Verstimmungen.

Woran erkennt man eine klinische Depression? Welche Menschen sind dafür anfällig? Wie lange dauert eine depressive Episode? Was ist bei der Anwendung von IPT zu beachten? Ist dieses störungsorientierte Verfahren wirksamer als andere? Worin bestehen die Unterschiede zu anderen Therapieformen? Auf diese und viele weitere Fragen möchte das vorliegende Buch in vier Hauptteilen Antworten geben.

Der **erste Teil** gibt eine Einführung in die IPT und liefert gleichzeitig einen theoretischen und empirischen Rahmen für die Anwendung in der Praxis. Aktuelles Wissen über das Erkrankungsbild der Depression und die zur Verfügung stehenden Behandlungsverfahren helfen dem Therapeuten bei der Psychoedukation des Patienten.

Beim **zweiten Teil** handelt es sich um die deutsche Übersetzung eines Abschnitts des Original-Therapiemanuals von Klerman und Weissman, in dem die praktische Durchführung der IPT unter ambulanten Bedingungen beschrieben wird. Dabei wird die therapeutische Vorgehensweise in allen drei akuten Therapiephasen sowie einer vierten Phase der Erhaltungstherapie umfassend erläutert und an einem Fallbeispiel veranschaulicht. Daran schließt sich die Beschreibung eines stationären Behandlungsprogramms mit IPT an – ergänzt um das online verfügbare Kurzmanual inklusive zahlreicher Handouts für Patienten und Angehörige.

Der **dritte Teil** beschäftigt sich mit speziellen Fragestellungen, die sich aus der praktischen Anwendung der IPT ergeben. Anhand eines Falles wird beschrieben, wie sich die IPT mit pharmakologischen Maßnahmen kombinieren lässt. In diesem Teil werden zudem Hilfestellungen zur Bewältigung schwieriger Therapiesituationen gegeben. Was ist beispielsweise zu tun, wenn sich der Zustand des Patienten verschlechtert, er suizidal wird, die Therapie vorzeitig abbrechen möchte, komorbide Störungen aufweist oder den Therapieprozess blockiert? Was ist zu beachten, wenn Angehörige in die Therapie einbezogen werden? Ein weiteres Kapitel dieses dritten Teils widmet sich der Rolle der Therapeut-Patient-Beziehung und der Persönlichkeit des Patienten in der IPT.

Im **vierten Teil** werden abschließend dann die Ausbildung und Aufgaben eines IPT-Therapeuten dargestellt.

Mein Anspruch an eine Neuauflage war es, neben der Aktualisierung des Wissenstandes die Anwendung dieser Therapieform in ihrer bestehenden Einfachheit möglichst praxisnah zu beschreiben.

Die Einführung der IPT in den deutschsprachigen Raum beruht auf den Ideen von Mathias Berger, ohne dessen tatkräftige Unterstützung und Initiative dieses umfangreiche Vorhaben nicht möglich gewesen wäre. Hierfür gilt ihm mein besonderer Dank. Ebenfalls bedanken möchte ich mich bei Ellen Frank, David Kupfer und Cleon Cornes, von denen ich während meiner Zeit in den USA das meiste über diese Therapieform lernen durfte. Nicht zuletzt gebührt Marion Sonnenmoser Dank für die äußerst engagierte und kompetente Lektorierung des vorliegenden Buches. Abschließend bedanke ich mich auch bei meiner Arbeitsgruppe, den Co-Autorinnen und -autoren und allen Patienten, die uns ihr Vertrauen geschenkt haben.

Denver und Freiburg,
im Juni 2010

Elisabeth Schramm