

5 Die sechs Grundfähigkeiten zur Erstellung der Psychodynamik und des Behandlungsplans

■ Vorbemerkung.

Der Psychotherapie-Antrag besteht aus folgenden Gliederungspunkten (s. Rüger et al. 2011, S. 151):

1. Symptomatik, Spontanangaben
2. Lebensgeschichtliche Entwicklung
3. Krankheitsanamnese
4. Psychischer Befund
5. Somatischer Befund
6. Psychodynamik
7. Diagnose
8. Behandlungsplan
9. Prognose
10. Bisheriger Behandlungsverlauf (bei Umwandlungsanträgen)

Auch wenn der Antragsbericht diese Punkte umfasst, bestehen die zentralen Schwierigkeiten, wie mir dies in Seminaren und Supervisionen berichtet wird und wie Sie dies sicher aus eigener Erfahrung kennen, im Verfassen der Psychodynamik, dicht gefolgt vom Verfassen des Behandlungsplans. Daher möchte sich das Buch schwerpunktmäßig diesen beiden Punkten widmen (eine umfangreiche Checkliste, auch die anderen Punkte betreffend, finden Sie in Kap. 7; s. auch Hohage 2011). Es werden im Folgenden Konzeptionen der sechs grundlegenden, methodisch-inhaltlichen Fähigkeiten zum Verfassen der Psychodynamik und des Behandlungsplans vorgestellt.

■ Wie das Kapitel zu lesen ist.

Sie benötigen die folgenden sechs Fähigkeiten zur Erstellung der Psychodynamik und des Behandlungsplans:

1. Diagnostisches Verständnis
2. Ätiologisches Verständnis
3. Theoretisches Verständnis
4. Psychodynamisches Verständnis
5. Beziehungsverständnis
6. Interventions- und Zielverständnis

Diese Fähigkeiten sind zugleich grundlegende psychotherapeutische Fähigkeiten. Im Folgenden sollen diese besonders in enger Anlehnung an die Erfordernisse des Antragsberichts vorgestellt und detailliert beschrieben werden.

Sie sind als Leser eingeladen, innerhalb der betreffenden Kapitel nach eigenen Erfordernissen und Bedürfnissen zu springen oder sich suchend umher zu bewegen. Die Kapitel

sind weitestgehend so aufgebaut, dass Sie sie auch unabhängig von den anderen lesen können.

Um Ihnen vor Beginn des umfangreichen Kapitels die Orientierung zu erleichtern, werden die sechs Fähigkeiten in einer kurzen Einleitung überblicksartig vorgestellt. Das jeweilige Schaubild dient Ihnen dazu, sich diese sechs Fähigkeiten und ihre inneren Bezüge zu veranschaulichen. Im Anschluss an die folgende Einleitung werden die sechs Fähigkeiten ausführlich vorgestellt.

Wenn die folgende Orientierung für Sie nicht erforderlich ist, überspringen Sie dieses Kapitel und lesen weiter auf S. 91.

5.1 Einleitung: Die sechs Grundfähigkeiten im Überblick

Erlernte automatisierte Prozesse (z. B. beim Autofahren) greifen in der Regel ohne bewusste Unterscheidung der einzelnen, daran beteiligten Prozesse harmonisch ineinander. Gelingt dies nicht, verursachen wir möglicherweise einen Unfall. Was beim Autofahren ein Unfall ist, ist beim Antragsbericht eine Ablehnung oder eine Nachbesserung bzw. in der Therapie ein falsches Verständnis oder eine falsche Behandlung des Patienten. Zum erfolgreichen Verfassen des Antragsberichts (genauer der Psychodynamik und des Therapieplans) empfiehlt es sich deshalb, einen Schritt zurückzutreten und automatisierte Fähigkeiten und Abläufe einmal aufmerksam zu untersuchen. Mithilfe dieses didaktischen Vorgehens möchte ich Ihnen in eigener Ordnung diejenigen Grundfähigkeiten¹⁵⁶ einzeln vorstellen, die Sie zum Verstehen und Erstellen der Psychodynamik und des Behandlungsplanes benötigen. Dies ist nicht nur in der psychotherapeutischen Ausbildung nützlich, sondern hilft

¹⁵⁶ Nach Rudolf z. B. Fragen der therapeutischen Haltung sowie Selbsterfahrung, die Fähigkeit, klinisches Verhalten zu erfassen, Störungen zu benennen und die Krankheitswertigkeit sowie die Prognose einschätzen zu können, die Fähigkeit, verfügbare Ressourcen des Patienten einzuschätzen, die Fähigkeit, den Patienten zu einer Zusammenarbeit zu gewinnen, die Fähigkeit, Behandlungsergebnisse einzuschätzen, die Fähigkeit, fokale Therapieziele beizubehalten, die Fähigkeit, die Eignung von Interventionen einzuschätzen, die Fähigkeit, die Therapie zu beenden uvm. (Rudolf 2010, S. 210 f.).

auch erfahrenen Therapeuten bei der Strukturierung des eigenen bereits bestehenden Wissens.

Abb. C-1 gibt einen Überblick über die sechs grundlegenden, methodisch-inhaltlichen Fähigkeiten.

1. Diagnostisches Verständnis

Hierunter ist die Einordnung des Störungsbildes in das Klassifikationssystem der ICD-10 gemeint. Dieses umfasst das Grundlagenwissen als Psychotherapeut – worauf hier nicht näher eingegangen werden kann – und berührt auch abrechnungstechnische Aspekte mit den Krankenkassen. Die ICD-10-Diagnose wird innerhalb des Antragsberichts in aller Regel im Gliederungspunkt 7 unter »Diagnose« genannt. Während dieses Grundlagenwissen an dieser Stelle als vorausgesetzt angesehen werden muss, soll dieses dennoch als eigenes Kompetenzfeld hier genannt werden. Denn auch wenn sich die psychodynamische Psychotherapie statt mit deskriptiven (s. ICD-10) mehr mit psychodynamischen Fragestellungen beschäftigt, bleibt ein solides diagnostisches Grundlagenwissen für eine erfolgreiche Psychotherapie wichtig.

2. Ätiologisches Verständnis

Bei dieser Fähigkeit geht es darum, unterschiedliche Entstehungshintergründe von psychischen Störungen voneinander unterscheiden zu können. Dies bezieht sich auf das Unterscheiden von verschiedenen Modellen zur Störungsursache (Ätiologien).

Die Ätiologien (ausführlich dargestellt ab S. 91) sind in Abbildung C-1 durch je ein Dreieck dargestellt (Konflikt-, Struktur- und Trauma-Ätiologie), welche sich in der Pra-

xis durch Verschachtelungen und Übergänge auszeichnen. Wichtig ist, zu berücksichtigen, dass das ätiologische Verständnis als den anderen Grundfähigkeiten übergeordnet zu denken und so gewissermaßen noch stark *theorieunabhängig* ist. Das führt uns zum nächsten Punkt:

3. Theoretisches Verständnis

Die nächste grundlegende Fähigkeit betrifft das theoretische Verständnis. Eine Theorie versucht, die Komplexität der Wirklichkeit zu reduzieren bzw. die Realität zu erklären (s. Kap. 4), indem sie mit eigenen Begriffen und Zusammenhängen ein Bild bzw. ein Modell der Realität entwirft.

Die Fähigkeit, eine analytische Theorie sicher anwenden zu können und sich in ihr »zu Hause zu fühlen«, erleichtert nicht nur die Verschriftlichung psychodynamischer Überlegungen im Antragsbericht, sondern bringt wichtige Vorteile für das eigene therapeutische Handeln mit. Auf diese Aspekte gingen die Kap. 4.1 und 4.8 ausführlich ein, mehr noch: Wir wissen heute, dass der Glaube an die eigene Theorie, sprich der Glaube daran, dass man von der eigenen Methode überzeugt ist, als ein eigener Faktor in der Wirksamkeit der Therapie anzusehen ist (dies wird Allegianz genannt).

Da wir es mit der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie mit einem psychoanalytisch begründeten Therapieverfahren zu tun haben, bezieht sich ihr theoretisch-konzeptionelles Verständnis selbstverständlich auf eine der psychoanalytischen Theorien.

Das Denken in Theorien kann man mit dem Aufsetzen einer Brille vergleichen, denn jede Theorie hat ihre ganz eigene Sicht auf die Dinge (s. Abb. C-1).

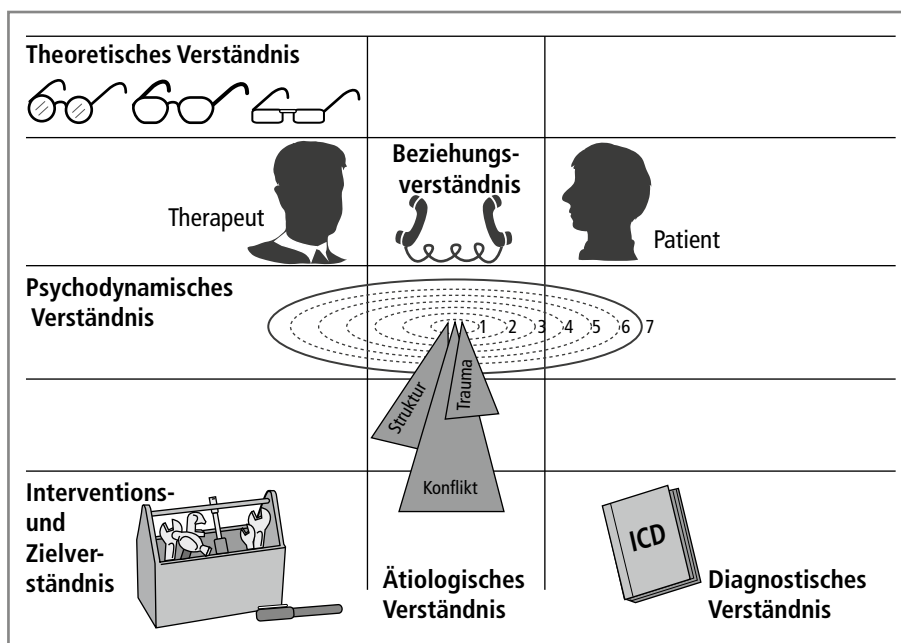


Abb. C-1 Sechs Grundkompetenzen für erfolgreiches Antragschreiben und psychotherapeutisches Arbeiten.