

Psychodynamische Therapie und Psychodynamische Verfahren

Ein Plädoyer für die Übernahme eines einheitlichen und international gebräuchlichen Begriffs

Gegenwärtig kommt es in Deutschland auf verschiedenen Feldern der Psychotherapie zu einem Umbruch. Hintergrund ist das Psychotherapeutengesetz (PsychThG), mit seinen Konsequenzen vor allem für die Versorgung und deren Finanzierung. Dabei gewinnen nomenklatorische Unterschiede plötzlich eine Bedeutung, die ihnen von der Sache her kaum zusteht.

Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie

Die „*Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie*“ gibt es nur in Deutschland, kein Angelsachse oder Franzose wüßte, was er darunter zu verstehen hätte. (Ich glaube es zu wissen, bin mir dessen aber nicht immer ganz sicher!). Tatsächlich ist dieser Begriff ein vorwiegend kassenrechtlicher geblieben, den meines Wissens W.T. Winkler für die kassenfinanzierte Psychotherapie einführte,¹ um das zu benennen, was von der Psychoanalyse abgeleitet, aber nicht eigentlich Psychoanalyse war (s. dazu auch Rüger 1994). Heigl-Evers und Heigl sprachen – bezogen auf Gruppen-

psychotherapie – erstmals 1973 von „interaktionell-tiefenpsychologisch fundiert (analytisch orientiert)“, 1975 dann von „tiefenpsychologisch fundiert (analytisch orientiert)“. Diese Autoren bemühten sich auch wiederholt, zuletzt 1984, um die Präzisierung der hinter diesem Begriff stehenden Therapieform. Jetzt wird – mit ausschließlich berufspolitischem Hintergrund – versucht, diese zu keinem Zeitpunkt je stringente Einführung gar zu einem eigenständigen Hauptverfahren zu befördern, was eine schöne Serie von Gründungen entsprechender Ausbildungsinstitute zur Folge haben wird. Mit psychotherapeutischen Notwendigkeiten, mit wissenschaftlichen Begründungen oder auch nur mit Vernunft hat das alles nichts zu tun. Eher handelt es sich um einen Ausdruck deutscher Provinzialität. (Davon völlig unberührt ist, daß die Bundesrepublik Deutschland real über das weltweit beste ambulante und stationäre psychotherapeutische Versorgungssystem verfügt, Meyer et al. 1991).

Analytische Psychotherapie

Auch die „*Analytische Psychotherapie*“ im Sinne der Kassenärztlichen Bundesvereinigung ist international nicht gebräuchlich. Schließlich, aber nicht zuletzt, ist da noch die Psychoanalyse, über die man sich schon eher einigen könnte, wenn nicht die weitergehenden Diskussionen über diesen Begriff seit Jahrzehnten die Fachjournale füllten;

darunter die mit Leidenschaft erörterte Frage der Unterscheidung von Psychoanalyse und (psychoanalytischer) Psychotherapie.

Nun gibt es im internationalen Schrifttum seit Jahrzehnten einen Begriff, der – an allen Diskussionen vorbei – sich längst durchgesetzt hat und breitest verstanden wird: den der *Psychodynamischen Therapie*. Im internationalen wissenschaftlichen Gebrauch, etwa in der Psychotherapieforschung, stellt Psychodynamische Therapie als Oberbegriff z.B. die psychoanalytisch orientierte Alternative zur Verhaltenstherapie dar. Subsumiert werden darunter alle Verfahren, die sich enger oder weiter von der Psychoanalyse ableiten. Wem durch diesen alternativen Begriff die Psychoanalyse als Wurzel aller psychodynamischen Verfahren – die sie natürlich unbestritten ist und bleibt – verdeckt wird, der möge sich daran erinnern, daß die Psychoanalyse von der Überschneidung dieser beiden Konzepte auch profitiert. Es gibt in der gesamten Literatur nur eine Studie, welche die Wirksamkeit des klassischen psychoanalytischen Verfahrens untersucht und – zum Teil – belegt hat, nämlich die Menningerstudie (Wallerstein 1986). Es gibt hingegen zahlreiche Studien, wel-

¹ F.R. Faber, der zusammen mit R. Haarstrick den entscheidenden Kommentar zu den Psychotherapierichtlinien verfaßte, schrieb am 5.8.1998 an die Tochter von Winkler, daß seiner Erinnerung nach ihr Vater diesen Begriff 1976 auf einer Tagung für die Richtlinienfestlegung vorgeschlagen habe (mdl. Mitteilung von A. Heigl-Evers)

che Derivate der Psychoanalyse untersucht und ihre Wirkung belegt haben, eben die Psychodynamischen Therapie. Wenn Grawe et al. (1994) der Psychoanalyse überhaupt eine Wirksamkeit, wenn auch minderen Rangs, zugesteht, dann nur aufgrund der Belege für die psychodynamischen Verfahren.

Psychodynamische Psychotherapie

Die Bezeichnung *Psychodynamische Psychotherapie* stammt historisch aus den USA, wo sie im Umfeld der Schule von H.S. Sullivan aufgekommen war. Praktisch wird im internationalen Schrifttum damit eine große Zahl von Therapieformen bezeichnet, deren gemeinsames Merkmal ein wie auch immer gearteter Bezug auf die Psychoanalyse als Referenzsystem ist. Bemerkenswerterweise kennt kein Lexikon der Psychiatrie oder der Psychotherapie den Begriff der „Psychodynamischen Psychotherapie“. Alexander and Selesnick schreiben in ihrer Geschichte der Psychiatrie, daß „gleichzeitig mit den Reformbewegungen innerhalb der Psychoanalyse ... psychoanalytische Prinzipien mehr und mehr auf andere Formen der Psychotherapie angewandt“ (1969, S. 413) wurden. *Psychoanalytisch orientierte Psychotherapie* oder *dynamische Psychotherapie* seien Begriffe um solche Abwandlungen zu beschreiben. Schlägt man eine beliebige angelsächsische Publikation zur Psychotherapieforschung oder zum Psychotherapievergleich auf, dann stößt man unweigerlich auf „psychodynamic psychotherapy“, „dynamic psychotherapy“, „dynamically oriented psychotherapy“ oder vergleichbare Begriffe. So heißt es in der 4. Auflage des Handbuchs von Bergin und Garfield (1994) einfach summarisch „psychodynamic approaches“. Die Psychoanalyse hingegen spielt in der empirischen Psychotherapieforschung als direkte Referenz kaum eine Rolle.

Ähnlich verhält es sich mit den sich rasch vermehrenden Leitlinien, die von den verschiedenen Gremien und Fachgesellschaften für die detailliertesten Indikationsbereiche herausgegeben werden: wenn überhaupt eine Referenz auf psychoanalytische Methoden erfolgt, dann auf die überprüften psychodynamischen Verfahren.

Es gibt also gute Gründe, den Begriff aufzugreifen. Die Verwendung der Bezeichnung *Psychodynamische Therapie* als Oberbegriff für alle sich in irgendeiner Form auf die Psychoanalyse beziehenden oder von ihr abgeleiteten Verfahren hätte folgende pragmatischen Vorteile:

- Psychodynamische Therapie ist im internationalen Wissenschaftsgebrauch verbreitet.
- Psychodynamische Therapie wird annähernd im selben weiteren Sinne – nämlich als Oberbegriff – verstanden.
- Die Psychoanalyse wäre nicht mehr gezwungen, ihre zahlreichen Abkömmlinge auf Legitimität oder Illegitimität hin zu beurteilen – die Abgrenzungsprobleme entfielen wegen der ausgeprägten Anspruchslosigkeit des Begriffs.
- Jenseits des gemeinsamen Bezugs auf psychoanalytische Konstrukte als Referenzsystem (genus proximum) bestehen keine Festlegungen auf ein bestimmtes therapietechnisches Vorgehen.
- Dies bedeutet für die Offenheit bei der Entwicklung neuer Therapieverfahren wissenschaftlich einen erheblichen Vorteil.
- Der Begriff könnte für die Versorgung in der Variante *Psychodynamische Verfahren* sofort übernommen werden und würde auch richtig verstanden.
- Der Verhaltenstherapie mit ihrer Vielzahl verhaltenstherapeutischer Verfahren stünde ein hinsichtlich Generalität, Anspruch und Akzeptanz entsprechender Begriff gegenüber.

Ich schlage deshalb vor, die Begriffe *Psychodynamische Therapie* und *Psychodynamische Verfahren* für die Aus- und Weiterbildung, für die Versorgung und für die Forschung im deutschsprachigen Bereich einheitlich zu übernehmen. Meine Präferenz gilt eindeutig einer generellen Verwendung des Begriffs *Psychodynamische Therapie* im Sinne eines Oberbegriffs und ich meine, daß dies auch am besten in Übereinstimmung mit dem internationalen Gebrauch stünde. Im Sinne einer solchen Logik wäre die Psychoanalyse eine Unterform der Psychodynamischen Verfahren. Für die bundesdeutsche Versor-

gung im Rahmen der Psychotherapie-richtlinien ist diese konsequenteste Form – wegen der zu erwartenden Widerstände – nur schwer umzusetzen. Aus diesem Grunde mache ich einen modifizierten Vorschlag, der die Versorgungspraxis in der Bundesrepublik Deutschland berücksichtigt:

Ein konkreter Veränderungsvorschlag für die Nomenklatur innerhalb der Richtlinien-psychotherapie bzw. des Gültigkeitsbereichs des Psychotherapeutengesetzes

Gegenwärtig lautet in der Richtlinienpsychotherapie der Oberbegriff „*Psychoanalytisch begründete Verfahren*“. Er erklärt sich von selbst und könnte belassen werden. Diesem Oberbegriff werden zwei konkrete Verfahren (eigentlich Verfahrensgruppen) untergeordnet. Diese sollten künftig folgendermaßen heißen:

1. *Psychoanalytische Therapie* (statt „Analytische Psychotherapie“) und
2. *Psychodynamische Therapie (Verfahren)* (statt „Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie“).

Die Definitionen für den Oberbegriff und die beiden Unterbegriffe in den Psychotherapierichtlinien müßten teilweise modifiziert werden.

Belassen werden könnte die Definition für den Oberbegriff der psychoanalytisch begründeten Verfahren („... Formen einer ätiologisch orientierten Psychotherapie, welche die unbewußte Psychodynamik neurotischer Störungen mit psychischer und somatischer Symptomatik zum Gegenstand der Behandlung machen“).

Ebenfalls unverändert bleiben könnte die Definition für die (neu) Psychoanalytische Therapie („... jene Therapieformen, die zusammen mit der neurotischen Symptomatik den neurotischen Konfliktstoff und die zugrundeliegende neurotische Struktur des Patienten behandeln und dabei das therapeutische Geschehen mit Hilfe der Übertragungs-, Gegenübertragungs- und Widerstandsanalyse unter Nutzung regressiver Prozesse in Gang setzen und fördern.“)

Einer teilweisen Veränderung, die v.a. der herrschenden Praxis Rechnung

trägt, bedürfte die Definition der (neu) Psychodynamischen Therapie (Verfahren). Hierfür wird in Anlehnung an die Definition der sog. tiefenpsychologisch begründeten Verfahren folgender Vorschlag gemacht:

„Die Psychodynamische Therapie bzw. die Psychodynamischen Verfahren stellen Ableitungen von oder Modifikationen der Psychoanalytischen Therapie dar. Die Konzepte des dynamischen Unbewußten, der Abwehr, der Übertragung und der Gegenübertragung sind auch bei ihnen begründend, kommen aber in der Therapie in unterschiedlicher Weise zum Tragen. Die unterscheidbaren Therapietechniken sind stärker symptomorientiert, intendieren einen Gewinn an Zeit oder an Sitzungsaufwand, enthalten übende und supportive Elemente und fördern regressive Prozesse nur ausnahmsweise. Eine Psychodynamische Therapie gelangt auch in jenen Fällen zur Anwendung, in denen eine längerfristige therapeutische Beziehung erforderlich ist.

Als Sonderformen der Psychodynamischen Verfahren können folgende Therapietechniken zur Anwendung kommen:

- Kurztherapie (z.B. wie von Bellak beschrieben)
- Fokalthherapie (z.B. wie von Malan beschrieben)
- Dynamische Psychotherapie (z.B. wie von Dührssen beschrieben)
- Niederfrequente Langzeittherapie (z.B. wie von Hoffmann beschrieben).

Es ergibt sich von selbst, daß die Psychodynamischen Verfahren von der Sache her keine eigenständigen Verfahren sind, zu deren Aus- und Weiterbildung es eigenständiger Institute bedürfte. Sinnvollerweise sollten sie an den psychoanalytischen Aus- und Weiterbildungsstätten unterrichtet werden. Da die Psychodynamischen Verfahren hinsichtlich ihrer Effektivität, Effizienz und Wirkweise vielfach besser untersucht sind als die Psychoanalytische Therapie, ist auf diese Weise sogar ein positiver Einfluß auf die oft sehr traditionellen und wenig empirisch orientierten psychoanalytischen Institute zu erwarten.

Literatur

- Alexander FG, Selesnick ST (1969) Geschichte der Psychiatrie. Diana, Konstanz
- Bergin AE, Garfield SI (eds) (1994) Handbook of Psychotherapy and Behavior Change, 4th edn. Wiley & Sons, New York Chicester
- Grawe K, Donati RR, Bernauer F (1994) Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. Hogrefe, Göttingen
- Heigl-Evers A, Heigl F (1973) Gruppentherapie: interaktionell-tiefenpsychologisch fundiert (analytisch orientiert) – psychoanalytisch Gruppenpsychother Gruppensyndyn 7:132–157
- Heigl-Evers A, Heigl F (1975) Zur tiefenpsychologisch fundierten oder analytisch orientierten Gruppenpsychotherapie des Göttinger Modells. Gruppenpsychother Gruppensyndyn 9:237–266
- Heigl-Evers A, Heigl F (1984) Was ist tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie? Prax Psychother Psychosom 29:234–244
- Meyer A-E et al. (1991) Forschungsgutachten zu Fragen eines Psychotherapeutengesetzes – im Auftrag des BM für Jugend, Familie, Frauen und Gesundheit, UKE, Hamburg
- Rüger U (1994) Neurosenbehandlung: Psychoanalytisch begründete Verfahren. Nervenheilkunde 13:78–83
- Wallerstein RS (1986) Forty-two lives in Treatment: A Study of Psychoanalysis and Psychotherapy. Gullford, New York