

A1 Geschichte der Psychotherapie

Einführung in die Problemgeschichte und Entwicklung der psychotherapeutischen Schulen

Dr. Robert Waldl
FORUM/APG
www.apg-forum.at

1

Inhalte dieser Lehrveranstaltung

- Allgemeiner Überblick
- Historischer Abriss
- Vergleich der wichtigsten Paradigmen und Ansätze in der Psychotherapie
- Vergleichendes Fallbeispiel

2

Allgemeiner Überblick:

3

Berufsumschreibung /Definition d. Psychotherapie im § 1 PthG:

§ 1.(1) Die Ausübung der Psychotherapie im Sinne dieses Bundesgesetzes ist die nach einer allgemeinen und besonderen Ausbildung erlernte, umfassende, bewusste und geplante Behandlung von psychosozial oder auch psychosomatisch bedingten Verhaltensstörungen und Leidenszuständen mit wissenschaftlich-psychotherapeutischen Methoden in einer Interaktion zwischen einem oder mehreren Behandelten und einem oder mehreren Psychotherapeuten mit dem Ziel, bestehende Symptome zu mildern oder zu beseitigen, gestörte Verhaltensweisen und Einstellungen zu ändern und die Reifung, Entwicklung und Gesundheit des Behandelten zu fördern.

4

Berufsumschreibung /Definition d. Psychotherapie im § 1 PthG:

5 Kernelemente dieser Definition:

- **Ausbildung**
- **Indikation**
- **Methode**
- **Beziehung**
- **Zielsetzung**

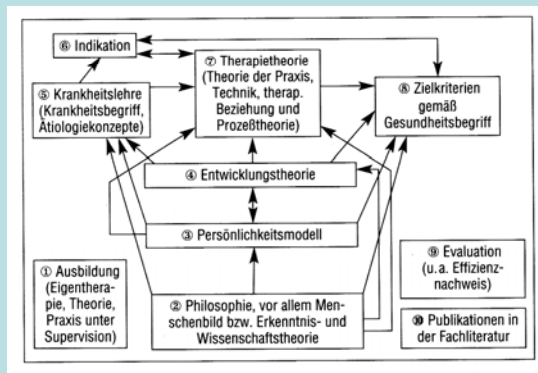
5

Anerkennung, ob eine Methode wissenschaftlich fundiert ist

- Vom BM nach Begutachtung durch den Psychotherapiebeirat
- 2 Ebenen im Anerkennungsverfahren
 - Anerkennung der Methode
 - Anerkennung einer Institution als fachspezifische Einrichtung

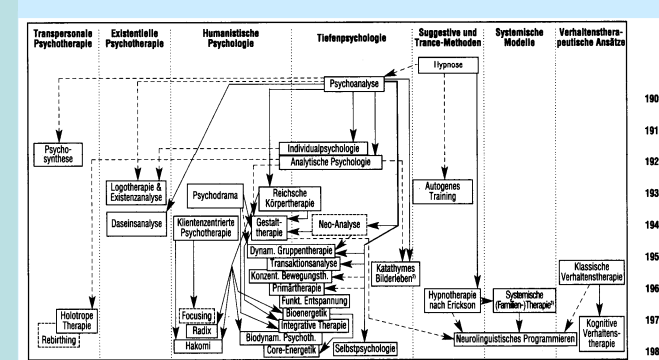
6

Elemente wissenschaftlicher Psychotherapie (aus Stumm und Wirth, 1994)



7

Stammbaum der Psychotherapie und ihrer Schulen, nach Stumm/Wirth



8

Historischer Abriss

9

Entwicklungsphasen vor Entstehung der Psychotherapie

- Von primitiver Heilkunst zum Magnetismus
- Vom Magnetismus zum Hypnotismus
- Vom Hypnotismus zur Psychoanalyse

(nach H. Ellenberger 1973, Die
Entdeckung des Unbewussten)

10

Frühe Vorstellungen zu psychischem Leid ...

- Verlust der Seele
- Eindringen eines Geistes
- Verletzung eines Tabus
- Hexerei
- Besessenheit

11

... und deren Behandlung

- Finden und Zurückbringen der verlorenen Seele
- Mechanische Extraktion des fremden Geistes
- Geisterbeschwörung
- Geständnis, Buse, Hinrichtung
- Exorzismus

12

1775: ein Zusammenstoß

- Johann J. Gassner, Exorzist
- Traditionalist
- Sehr beliebt und erfolgreich im Namen der Religion
- Sein Sturz stellt einen Wendepunkt dar
- Franz A. Messmer, Arzt
- Revolutionär
- Erfolgreich in Dienste der Aufklärung
- Anstoß zur dynamischen Psychiatrie

13

2. Hälfte des 19. Jhdt: Vom Körper zur Psyche



Jean M. Charcot
1825-1893



Josef Breuer
1842-1925



Hippolyte M. Bernheim
1840-1919

14

ab 1900

- 1899 Freuds Traumdeutung
- 1911 3. Internationaler Psychoanalytischer Kongress in Weimar



15

nach 1939

- Die Vertreibung der Psychoanalyse aus Teilen Europas

nach 1950

- Entstehung der Humanistischen Psychologie in den USA

16

nach 1970

- Schrittweise Rückkehr* vieler neuer Therapiemethoden (u.a. auch einer veränderten Psychoanalyse) nach Europa

1990

- Österreich: Psychotherapiegesetz

* viele Gründerpersonen waren Europäer

17

Für die Entwicklung der Psychotherapie bedeutsame Einflüsse (nach J. Kriz)

18

Das Tiefenpsychologische Paradigma

Orientierungen/Ziele	Wirkweisen
• einsichtsorientiert	• aufdeckende
• konfliktorientiert	• deutend
• biografisch	• wenig direktiv
• vergangenheitsorientiert	• rekonstruktiv
• intrapersonal	• imaginativ (KIP)
• interpersonal	

Paradigmenvergleich nach Stumm
19

Humanistische Psychologie

Orientierungen/Ziele	Wirkweisen
• erlebnisorientiert	• karthartisch
• entwicklungsorientiert	• selbstexplorierend
• konfliktorientiert	• aktivierend
• gegenwartsorientiert	
• Interpersonal (Selbstverwirklichung und Begegnung)	

Paradigmenvergleich nach Stumm
20

Existenzielle Psychotherapie

Orientierungen/Ziele

- sinn- und wertorientiert
- zukunftsorientiert
- Personal – existenziell (Freiheit des Geistes angesichts existenzieller Fragen)

Wirkweisen

- rational-persuasiv-appellativ
- Dialogisch
- persuasiv : überzeugend

Paradigmenvergleich nach Stumm

21

Transpersonale Psychotherapie

Orientierungen/Ziele

- Transpersonal (Bewusstheit der Einheit mit dem Universum)
- spirituell
- kosmisch

Wirkweisen

- meditativ
- Atemarbeit

Paradigmenvergleich nach Stumm

22

Suggestive Psychotherapie

Orientierungen/Ziele

- konfliktorientiert
- Ziel-/lösungsorientiert
- Ich-stärkend
- ressourcenorientiert

Wirkweisen

- aufdeckend-analytisch
- Trance, Regression
- zudeckend-stützend
- direktiv-suggestiv
- entspannend-übend-meditativ (AT)

Paradigmenvergleich nach Stumm

23

Systemische Psychotherapie

Orientierungen/Ziele

- lösungsorientiert
- ressourcenorientiert
- zukunftsorientiert

Wirkweisen

- anregend-anstiftend-verstörend

Paradigmenvergleich nach Stumm

24

Verhaltenstherapie

Orientierungen/Ziele

- Ziel- /problemorientiert
- verhaltensorientiert
- technikorientiert

Wirkweisen

- rational-kognitiv
- Üben-Lernend

Paradigmenvergleich nach Stumm

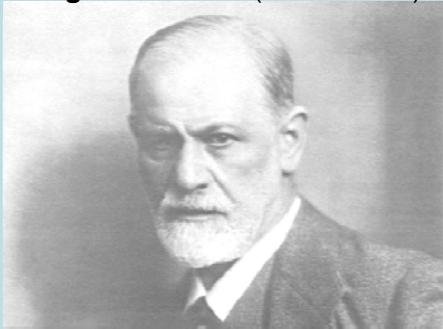
25

Das Tiefenpsychologische Paradigma

26

Begründer der Psychoanalyse

Sigmund Freud (1856 - 1939)



27

Tiefenpsychologie

- Vorläufer: dynamische Psychiatrie
- Psycho-kathartische Methode (Breuer-Freud)
- Psychoanalyse als Beginn moderner Psychotherapie
- von Bleuler (1910) eingeführter Begriff
- zunächst: Synonym für Psychoanalyse
- später: Dachbegriff für mehrere Ansätze

28

Tiefenpsychologie

- Unbewusste Kräfte
- Konfliktorientierte, psychodynamische Ansätze
- Konzept der Übertragung
- Einsichtsorientierte Verfahren
- Aufdeckende Methoden
- Hermeneutisches Wissenschaftsverständnis

29

Tiefenpsychologische Ansätze

- Psychoanalyse (mit neuen Entwicklungen)
- Individualpsychologie
- Analytische Psychologie
- Vegetotherapie
- Bioenergetik
- Transaktionsanalyse
- Katathym Imaginative Psychotherapie

30

Wichtige Entwicklungen nach Sigmund Freud

- Ich-Psychologie
- Objektbeziehungstheorie
- Selbstpsychologie
- Der Einfluss der Säuglingsforschung

31

Symptombildung

- Konflikt: Zwei oder mehr gegensätzliche Forderungen
- Wunsch und Abwehr
- Neurotisches Symptom: Abwehr, Versuch der Kompromissbildung
- Entwicklungshemmung: Fixierungen, Regression

32

Psychoanalytische Therapie 1

Freie Assoziation

- Psychoanalytische Grundregel ...
Patient soll sich seinen spontanen Einfällen hingeben, sie dem Therapeuten mitteilen, auch wenn unangenehm, unsinnig, unwichtig usw.

33

Psychoanalytische Therapie 2

gleichschwebende Aufmerksamkeit

- ... und ihr Pendant beim Analytiker:

Das Gegenstück zur Grundregel besteht auf seiten des Analytikers in der Haltung der sogenannten:

34

Psychoanalytische Therapie 3

Deutung

unbewusster Sinnzusammenhänge

- Intrapyschisch – Interpretation
- Interpersonell – Intervention

35

Psychoanalytische Therapie 4

Übertragung

- Eine zentrale Entdeckung Freuds
- Wird heute nicht mehr nur als Verzerrung der Gegenwart durch Vergangenheit gesehen
- Sehr unterschiedliche Handhabung

36

Abwehrmechanismen des Ichs

- Sublimierung
- Verdrängung
- Konversion
- Verschiebung
- Projektion
- Regression
- Verleugnung
- Vermeidung
- Identifikation
- Reaktionsbildung

37



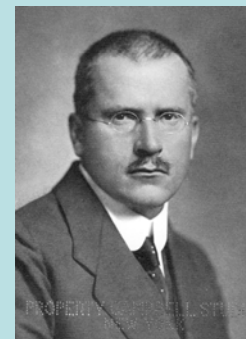
38

Analytische Psychologie

C.G. Jung
1875-1961

39

Carl Gustav Jung 1875-1961



- 1900 Assistent am „Burghölzli“ bei Prof. Bleuler
- 1902 in Paris bei Janet
- 1906 Eintreten für Psychoanalyse, Beginn des Briefwechsels mit Freud

40

- seit 1903 diagnostische Assoziationsstudien
- ab 1913 Stelle für 2 Jahrzehnte aufgegeben



Psychiatrische Universitätsklinik Burghölzli in Zürich

41

C.G. Jung und Freud



- 1907 Erste Begegnung mit Freud
- 1909 Vortragsreise in die USA
- 1911 Präsident der Internationalen Psychoanalytischen Gesellschaft

42

Differenzen Jung - Freud

- | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none">• Freud verstand unter Libido die Energie des Sexualtriebes• Unbewusstes: verdrängte Inhalte aus dem persönlichen Leben | <ul style="list-style-type: none">• Jung verstand Libido als allgemeine psychische Energie• Unbewusstes erweitert um „kollektives Unbewusstes“ |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

43

Das Unbewusste nach Jung

- Persönliche Unbewusste
- Kollektive Unbewusste

44

Das „kollektive Unbewusste“

- Jung gab für 2 Jahrz. Dozentenstelle auf
- Erforschung des Unbewussten
- Ausgedehnte Expeditionen
- Jungs Fragestellung: Sind Archetypen Allgemeingut der Menschheit?
- Erforschung der Psychologie der „Primitiven“

45

Erforschung der Inhalte des kollektiven Unbewussten: Urbilder, Archetypen

- Reisen nach Nordafrika
- Zu den Pueblo-Indianern in die USA
- Nach Ostafrika

46

Jungs Arbeiten im psychologischen Grenzbereich

- Beschäftigung mit Mandalas
- Studium der Alchemie
- „parapsychologische“ Phänomene – auf empirischer Basis

47

Entstehung des Begriffes „Archetyp“ bei C.G. Jung

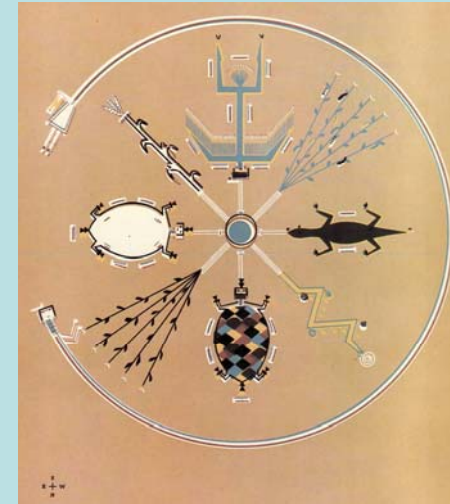
- 1912: Urbilder, die sich bei seinen Patienten und in seiner Selbstanalyse wiederholen
- 1917: Unpersönliche Knotenpunkte die menschliches Verhalten beeinflussen
- 1919: „Archetyp“: unbewusstes Muster

48

Archetypus

- Ein angeborener Teil der Psyche, der als Muster strukturierend auf die psychologischen Leistungen der Person wirkt
- eine hypothetische Einheit, die nicht sichtbar und nur über ihre Auswirkungen in Erscheinung tritt

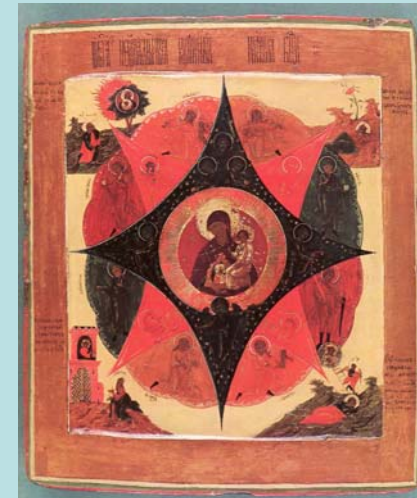
49



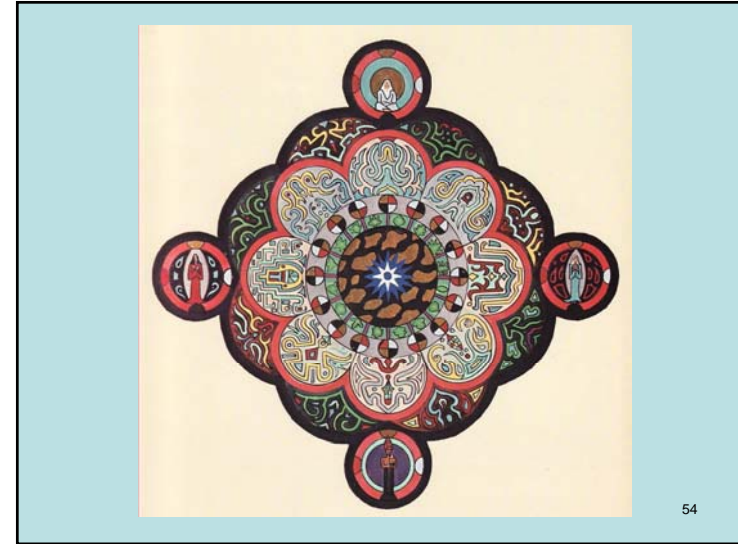
50



51



52



Individualpsychologie

Alfred Adler

1870 - 1937

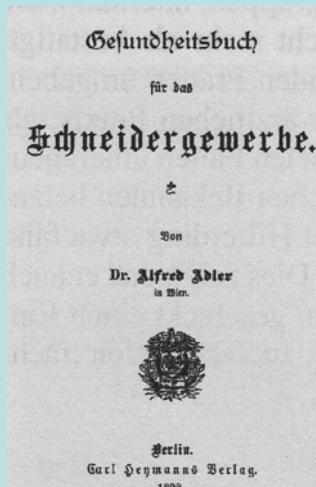
57

Alfred Adler 1870 - 1937



- 1870 geboren in Wien
- Als Kind schwere Krankheiten
- Daher angeblich früher Entschluss Arzt zu werden
- 1895 Promotion
- Praxiseröffnung nahe dem Prater

58



Alfred Adler, der junge Arzt und Sozialmediziner

59

Adler und Freud



- Ab 1902 bei Freuds Mittwochabendgesellschaft
- Adler formulierte bald eigene, kontroverse Ideen
- Kritisierte Freuds Sexualtheorie
- 1911 Bruch mit Freud

Berggasse 19, Wohnung, Ordination und Treffpunkt der Anhänger Freuds

60

Alfred Adler 1870 - 1937



- Seit 1926 regelmäßig in den USA
- 1934 Emigration
- 1937 Tod während einer Vortragsreise in Schottland

61



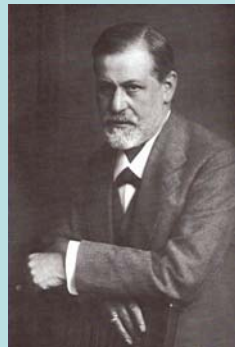
Nach Alfred Adlers Tod wurde die Individualpsychologie u.a. von seinen Kindern Alexandra und Kurt Adler weiterentwickelt und – verbreitet.

62

Unterschiede Adler – Freud persönlicher Lebenshintergrund



Adler, etwa 1924



Freud, etwa 1909

63

Unterschiede Adler – Freud Theoretische Grundlagen

- | | |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| • teleologisch, Ziele, Funktion: „Wozu dient es?“ | • kausal, Ursache, Gründe: „Woher kommt es, dass ...“ |
| • Ganzheit der Person | • Einzelaspekte |
| • Wachstum | • Konflikt |
| • soziale Aspekte | • individuelle Aspekte |

64

Unterschiede Adler – Freud Neurosekonzeption

- Abwehr gegen Anforderungen der Umwelt
- Ausgangspunkt Minderwertigkeitsgefühl
- unbewusst (als Attribut)
- Sexuelle Konflikte
- Kämpfe zwischen den Instanzen Es, Ich und Überich
- Verdrängung von Triebansprüchen ins Unbewusste

65

Unterschiede Adler – Freud Setting und Therapeutenhaltung

- Therapeut und Patient gegenüber sitzend
- Therapeut aktiv
- Vertrauensbeziehung
- Natürlichkeit der Begegnung
- Analytiker sitzt hinter dem auf der Couch liegenden Patienten
- Abstinenz
- Übertragung und Gegenübertragung

66

Teleologische Denkweise bei Alfred Adler

- Frage nach Zielen und Motiven (anstatt nach Ursachen und Gründen)
- Frage nach Funktion der Symptome
- „Wozu dient es?“
- „Wozu habe ich Angst?“ (anstatt: Warum habe ich Angst?)

67

Minderwertigkeitsgefühl ...

Als Kern des Minderwertigkeitsgefühls:

- Zunächst reale organische Ursachen
- Später immer stärker (sozial-) psychologische Ursachen

M. kann gesteigert oder vermindert werden:

- Durch Materielle Situation, Geschwisterposition, Geschlechterrolle ...

68

... und Kompensation

- ... ist ein allgemein menschlicher (kein pathologischer) Vorgang
- Kompensation von Ohnmacht
- Geltungsstreben
- Antwort auf die Herausforderung des Schicksals

69

Lebensstil ...

- Grundmuster und Grundvorstellungen sich der Welt zu stellen
- individuelle Möglichkeit das Minderwertigkeitsgefühl zu überwinden
- bis zum 4./5. Lebensjahr festgelegt
- Funktion: dient dem Sicherheitsbedürfnis

70

Gemeinschaftsgefühl ... „die allgemein nützliche Seite“

- Sinn der Evolution ist die ideale Gemeinschaft
- Kompensation der Minderwertigkeit = Streben nach Macht, nach Besonderheit und Überlegenheit = für die Menschheit insgesamt förderlich, wenn im Dienst der Gemeinschaft

71

Gemeinschaftsgefühl

- | | |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| gefördert: | beeinträchtigt: |
| • wesentlich:
vertrauensvolle
Beziehung zur Mutter | • vernachlässigte
oder überstreng
erzogene Kinder |
| • weitere
vertrauensvolle
soziale Beziehungen | • verzärtelte,
verwöhnte Kinder |
| • u.a. | • u.a. |

72

... und Machtmensch „die allgemein unnützliche Seite“

- Fehlentwicklungen: Kinder die kein oder nur geringes G. entwickeln
- Streben nach persönlicher Überlegenheit
- Versuch Minderwertigkeitskomplex durch Überwertigkeitskomplex zu verdecken

73

Funktion der Symptome:

Neurose hat eine zielstrebige Dynamik:

- Verantwortlichkeit des Individuums aufzuheben
- Rückzug aus den Lebensanforderungen zu kaschieren

Neurose schützt:

- vor Einbuße des Selbstgefühls
- vor Entlarvung der Minderwertigkeit

74

Neurotische Symptome

- Kein Gemeinschaftsgefühl, „private Logik“,
- Angst vor Scheitern
- Gewinn durch Symptome

- alle Aspekte auch bei „Gesunden“
- Gradueller Übergang von „Gesunden“, zu Neurotikern, zu Psychotikern

75

Therapie

- zentrales Interventionsprinzip: Ermutigung
- Förderung der eigenen Fähigkeiten
- Wert der Person (immer auf Gemeinschaft ausgerichtet)
- Erweiterung der Handlungsräume
- Sich der Gefahr des Versagens stellen

76

Therapie: Arbeit mit Bezugssystemen

- mit sekundären Bezugssystem: kognitive Arbeit an Modifikation des Lebensstils, wachsende Einsicht des Patienten, Gefahr des Widerstandes
- mit primären Bezugssystem: Verbündung mit dem kleinen Kind im Patienten,

77

Adler als Vorläufer der Humanistischen Psychologie

- Plädoyer gegen Aufsplitterung
- Annahme zur menschlichen Natur
- Vertrauen in die Möglichkeit der Weiterentwicklung
- Humanität sozialer Systeme

78