

„Systemische Therapie meets Verhaltenstherapie“

Am 15. /16. September 2017 fand im Stadthotel in Münster die ungewöhnliche Tagung „Systemische Therapie meets Verhaltenstherapie – a curious affair“ statt. Die Kooperationsveranstaltung der Systemischen Gesellschaft (SG), der Deutschen Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT) sowie der DGSF richtete sich an Vertretende beider Therapieverfahren und lud zum gegenseitigen Kennenlernen und Austausch ein. Kerstin Dittrich, DGSF-Fachreferentin für Gesundheitspolitik, hat einen Bericht verfasst.

Immer wieder ist die despektierliche Behauptung zu hören, die unterschiedlichen Psychotherapieverfahren würden deutliche Merkmale von Religionen oder Konfessionen aufweisen. Ganz von der Hand zu weisen sind solche Parallelen nicht: Auch das gewählte Therapieverfahren liefert Identität, bietet praktische wie moralische Orientierung durch den Dschungel der therapeutischen Möglichkeiten, dient der Abgrenzung gegenüber Dritten und verlangt (zumindest in der Theorie der Psychotherapierichtlinie) Exklusivität. Eine klare therapeutische Identität als Systemikerin oder als Verhaltenstherapeut gibt therapeutische Sicherheit, wirkt aber auch begrenzend.

Die 90 Teilnehmenden der Tagung „ST meets VT: demonstrieren, irritieren, reflektieren“, die in diesem Rahmen über den Tellerrand ihres Psychotherapieverfahrens hinausschauten, waren in diesem Sinne ökumenisch aufgeschlossen und interessiert daran, einen Eindruck vom therapeutischen Handwerkszeug der Kollegen von jenseits der Verfahrensgrenze zu bekommen.

Die Tagung bot dann auch Gelegenheit, gegenseitige Vorurteile zwischen Verhaltenstherapeutinnen und Systemikern sowohl abzubauen (etwa indem entdeckt werden konnte, wie sehr therapeutische Konzepte beider Verfahren sich ähneln können, auch wenn sie anders benannt und unterschiedlich eingebettet sind) als auch zu bestätigen (auch Letzteres kann ja Spaß machen, und wer weiß, warum man im eigenen Verfahren doch am besten aufgehoben ist, hat auch etwas für die eigene therapeutische Identität getan). Durch den Einsatz von Schauspielpatienten, die live von Vertretern beider Verfahren behandelt wurden, konnte man unmittelbare Eindrücke der unterschiedlichen Arbeitsweisen erhalten, sich einzelne Vorgehensweisen anschauen, sich an anderen reiben, und beides im Laufe der Tagung diskutieren.

Die hartnäckigsten Unterschiede zwischen den Verfahrensvertretenden zeigten sich nicht im konkreten therapeutischen Vorgehen, sondern in der Rolle der Therapeutin: Während in der Verhaltenstherapie der Therapeut Experte ist und der Patientin gegenüber auch so auftreten darf, ist dies in der Systemischen Therapie unüblich bis verpönt. Dort versteht man sich eher als Moderator einer Lösung, die von der Patientin individuell entwickelt wird. Diese unterschiedlichen Erwartungen zeigten sich nicht nur bei der konkreten therapeutischen Arbeit in den Demonstrationen und Workshops, sondern wurden auch in der Vortragskultur der Referentinnen widerspiegelt. So sahen sich beispielsweise staunende Verhaltenstherapeuten mit der Erwartung konfrontiert, die hochstrukturierten Stuhlreihen zugunsten von Stuhlkreisen auflösen zu müssen, oder für Skalierungsfragen aufzustehen oder zirkuläre Fragen über die Vor- und Nachteile der reinen Therapielehre im Vergleich mit pragmatischen Mischformen zu beantworten.

Zwei Jahre lang hatte eine Vorbereitungsgruppe aus DGSF, Systemischer Gesellschaft (SG) und der Deutschen Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT), der größte verhaltenstherapeutische Verband, an der Vorbereitung dieser ungewöhnlichen Tagung gearbeitet. Mitte September 2017 hat die Tagung nun endlich stattgefunden. Die Vorbereitungsgruppe, die sich teilweise ehrenamtlich und sehr engagiert für die Veranstaltung eingesetzt hat, bestand aus Ulrike Borst und Hans Lieb für die SG, Matthias Ochs und Kerstin Dittrich für die DGSF, und Judith Schild, Eva-Maria Greiner, Peggy Schiemenz und Daniel Surall für die DGVT. Spaß- wie Erkenntnisfaktor dieses Formats waren hoch, so dass es hoffentlich bald eine Fortsetzung geben wird.

Bericht: Kerstin Dittrich, DGSF-Fachreferentin für Gesundheitspolitik