

Praxis der Neuropsychotherapie

Warum Neuropsychotherapie?

Es gibt ein Unbehagen unter Psychotherapeuten, wenn der Begriff „Neuropsychotherapie“ fällt, denn er vermittelt den Eindruck, dass psychische Erkrankungen auf Hirnerkrankungen reduziert werden. Man denkt an eine Neurobiologisierung der Psychotherapie; die Gefahr eines naturwissenschaftlichen Reduktionismus erscheint am Horizont – und mit ihr die Befürchtung, den Mediziner die Oberhoheit über die Psychotherapie überlassen zu müssen. Oft wird in diesem Zusammenhang auch das Ende der psychologischen Betrachtung psychischer Erkrankungen und der bewährten therapeutischen Herangehensweisen beschworen. Klaus Grawe, der Begründer der Neuropsychotherapie, musste sich mit diesen Vorwürfen bereits zu seinen Lebzeiten auseinandersetzen.

Das Gehirn als „soziales Organ“

Was ist dran an diesen Vorwürfen? Ist es wirklich so, dass die Verknüpfung der Ergebnisse der Psychologie und Psychotherapie mit den Erkenntnissen der modernen Hirnforschung zwangsläufig dazu führt, dass psychische Störungen als Erkrankungen des Gehirns betrachtet werden müssen, die man besser den Gehirnspezialisten, also den Psychiatern überlassen sollte? Das Gegenteil ist der Fall! Neuropsychotherapie bedeutet eine Aufwertung der Psychologie und der Psychotherapie. Denn mit ihrer Hilfe lässt sich zeigen, dass Ausformung und Aktivität des Gehirns untrennbar mit Umweltfaktoren, insbesondere mit zwischenmenschlichen Beziehungserfahrungen verknüpft sind. Die Neurowissenschaften haben die Erkenntnis befördert, dass das Gehirn ein „soziales Organ“ ist, und damit das Fundament zur Erklärung psychischer Erkrankungen und psychotherapeutischer Behandlungen ausgeweitet und vertieft. Von diesem Hintergrund erscheinen psychische Erkrankungen als Manifestationen ungünstiger Lebenserfahrungen – was Psychotherapeuten schon immer wussten –, die sich bis in die physiologischen Strukturen des Gehirns eingebrannt haben – eine neue und zugleich bahnbrechende Erkenntnis.

Psychotherapie verändert das Gehirn

Damit kommt der Psychotherapie, in der die zwischenmenschlichen Erfahrungen im Mittelpunkt stehen, eine herausragende Bedeutung zu. Wenn es lebensgeschichtliche Faktoren und soziale Beziehungen sind, die nicht nur die Persönlichkeit mit ihren psychischen Auffälligkeiten, sondern auch die Formung des Gehirns bestimmen, dann steht die Arbeit am zwischenmenschlichen Erleben an herausragender Stelle. In der Psychotherapie werden vergangene Er-

fahrungen durch neue Erlebnisse, die im Kontakt mit dem Psychotherapeuten in die Wege geleitet werden, relativiert. Zugleich werden die neuen Erfahrungen neuronal verankert.

Neuropsychotherapie ist schulenübergreifend

Neuropsychotherapie stärkt aber nicht nur die Bedeutung von Psychotherapie, mit ihrer Hilfe lassen sich auch wichtige Erkenntnisse für die Praxis der Psychotherapie herleiten: Vor dem Hintergrund des Wissens, wie das Gehirn funktioniert, kann schulenübergreifend die (Un-)Wirksamkeit einzelner therapeutischer Interventionen abgeleitet werden. Vorgehensweisen, die psychodynamischen Herangehensweisen entstammen, können mit Techniken der Verhaltenstherapie verbunden werden. Jenseits von Verfahrenstechniken steht eine bedürfnisbefriedigende Bindungserfahrung mit dem Psychotherapeuten im Mittelpunkt. Deren herausragende Bedeutung ergibt sich aus der Erkenntnis, wie wichtig lebensgeschichtliche Erfahrungen für die Ausbildung psychischer Auffälligkeiten und der korrespondierenden Hirnstrukturen sind. Die neue Bindungserfahrung kann frühere, ungünstige Bindungserlebnisse relativieren und neuronal überschreiben.

Ganzheitliche Herangehensweise

Neuropsychotherapie verdeutlicht zudem die Vorrangigkeit des therapeutischen Veränderungsprozesses vor der Problemanalyse und der Fokussierung auf das Krankheitsgeschehen. Der Abbau psychischer Erkrankungen geschieht mit Hilfe neuer Erfahrungen, die neuronal verankert werden. Das Wissen um neuronales Funktionieren untermauert auch die Bedeutung einer ganzheitlichen Herangehensweise, in der nicht nur auf die Beseitigung von Krankheitssymptomen gezielt wird. Psychische Symptome werden im Zusammenhang mit lebensgeschichtlich erworbenen – und neuronal verfestigten – Persönlichkeitsmerkmalen betrachtet, die gleichermaßen mit verändert werden müssen, wenn langfristig Symptomfreiheit angestrebt wird.

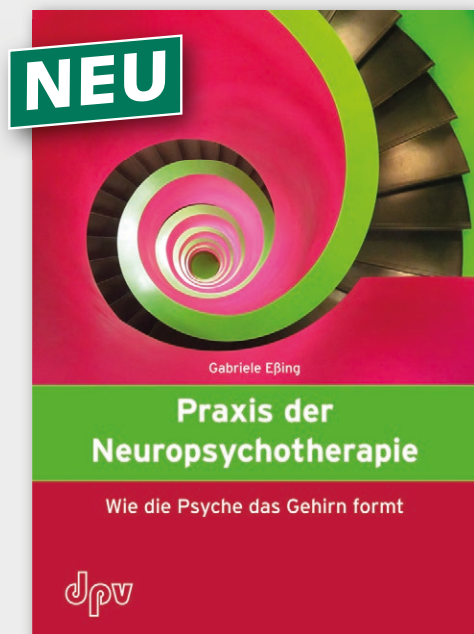


Gabriele Eßing, Berlin

Gabriele Eßing ist Psychologische Psychotherapeutin und arbeitet in eigener Praxis mit den Schwerpunkten Trauma- und Schmerzpsychotherapie. Im Dezember 2015 erscheint ihr Buch „Praxis der Neuropsychotherapie: Wie die Psyche das Gehirn formt“ im Deutschen Psychologen Verlag (s. S. 2).



Wie die Psyche das Gehirn formt



Gabriele Eßing

Praxis der Neuropsychotherapie

Wie die Psyche das Gehirn formt

2015, 196 Seiten, Broschur,
ISBN 978-3-942761-39-0,
21,00 EUR (18,00 EUR für VPP-/BDP-Mitglieder)

„Praxis der Neuropsychotherapie“ verknüpft die Ergebnisse der **modernen Hirnforschung** mit den Erkenntnissen der Psychotherapie. Ausgehend von der Tatsache, dass das Gehirn sich in Abhängigkeit von äußeren Faktoren – insbesondere zwischenmenschlichen Erfahrungen – entwickelt, wird in diesem Buch beschrieben, wie **Psychotherapie als Möglichkeit** zur Initiierung neuer Erfahrungen nicht nur psychische Erkrankungen abbaut, sondern auch die mit den Erkrankungen einhergehenden **neuronalen Strukturen** verändert. Psychische Erkrankungen werden dabei als Ergebnis einer Vielzahl ungünstiger Lebenserfahrungen angesehen, die sich bis in die physiologischen Strukturen des Gehirns eingebrannt haben.

Praxisnah entwickelt die Autorin daraus **Leitlinien der Neuropsychotherapie**. In deren Zentrum stehen die Bereitstellung von bedürfnisbefriedigenden Erfahrungen, die Bestärkung positiver Persönlichkeitsanteile und die Ressourcenaktivierung. Bisher voneinander getrennte verhaltenstherapeutische und psychodynamische Vorgehensweisen, werden – soweit sie den Gesetzmäßigkeiten neuronalen Funktionierens entsprechen – so miteinander verknüpft.

BESTELLCOUPON

Einfach ausfüllen und per Post versenden oder noch einfacher per Fax an 030 - 209 166 413

Ja, ich bestelle aus dem DPV-Verlagsprogramm:

___ Expl. Gabriele Eßing
Praxis der Neuropsychotherapie
Wie die Psyche das Gehirn formt

2015, 196 Seiten, Broschur,
ISBN 978-3-942761-39-0,
21,00 EUR (18,00 EUR für VPP-/BDP-Mitglieder)

Name/Vorname/Titel

Straße/Nr.

PLZ/Ort

VPP-/BDP-Mitgliedsnr. (falls vorhanden)

E-Mail /Telefon (für Rückfragen)

Datum/Unterschrift

153602

Alle Preise inkl. gesetzl. MwSt sowie zzgl. Versandkosten bei Direktbestellung beim Verlag. VPP-/BDP-Mitglieder zahlen keine Versandkosten. (bitte Mitgliedsnr. angeben!)

Deutscher Psychologen Verlag GmbH · Am Köllnischen Park 2 · 10179 Berlin
Tel. 030 - 209 166 410 · Fax 030 - 209 166 413 · verlag@psychologenverlag.de

WWW.PSYCHOLOGENVERLAG.DE