

# Kurzzeitpsychotherapie



**Agnes Nagy dr.**

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Universitätsklinikum Pécs, Ungarn

# Rechtlicher Hinweis

**Vorlesungsinhalte** und deren Abfolge genießen urheberrechtlichen Schutz (§ 2 Abs. 1 Nr. 1 UrhG).

**Abbildungen von Patientinnen und Patienten** inkl. Röntgenbilder sowie auch **Fotos/Film- und Audioaufnahmen mit den Dozierenden** unterliegen dem Persönlichkeitsrecht (§ 823 Abs.1 BGB, Art. 2 Abs.1 GG und § 22 KUG).

Eine **Vervielfältigung, Weitergabe an Dritte oder Veröffentlichungen** jeglicher Art, insbesondere im Internet, ohne vorherige Einwilligung des Urhebers, sind **verboten** und können rechtliche Ansprüche (Unterlassungs- und Schadensersatzansprüche) oder strafrechtliche Konsequenzen nach sich ziehen.

Das Fotografieren während der Vorlesung ist aufgrund der ärztlichen Schweigepflicht untersagt.

Ab Sommersemester gehört die Vorlesung zum Modul 06-PSY-MA-PPP des Masterstudiengangs Psychologie und zum Modul 06-SH-MedPsychiat des Bachelorstudiengangs Akademische Sprachtherapie/Logopädie. **Für Studierende der Psychologie/Logopädie ist daher eine unterschriebene Erklärung zur Schweigepflicht obligatorisch.**

# Übersicht

- Kurzzeitpsychotherapien
- Psychodynamische Kurzzeittherapien
- Traum in der Psychotherapie
- DREAM-Therapie



# Warum und in welchem Fall Kurzzeittherapie?

Ist kurz kurz?  
5-40  
Sitzungen



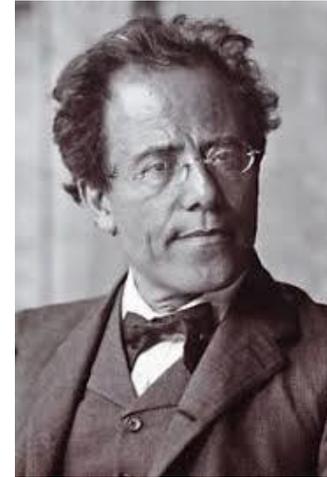
- Macht nicht abhängig
- Ökonomisch

- Mildere Symptomatik
- Eingeschränktes Therapieziel

**CHALLENGE**

# Ursprung

- Freud: Gustav Mahler
- Ferenczi, Rank
- Balint



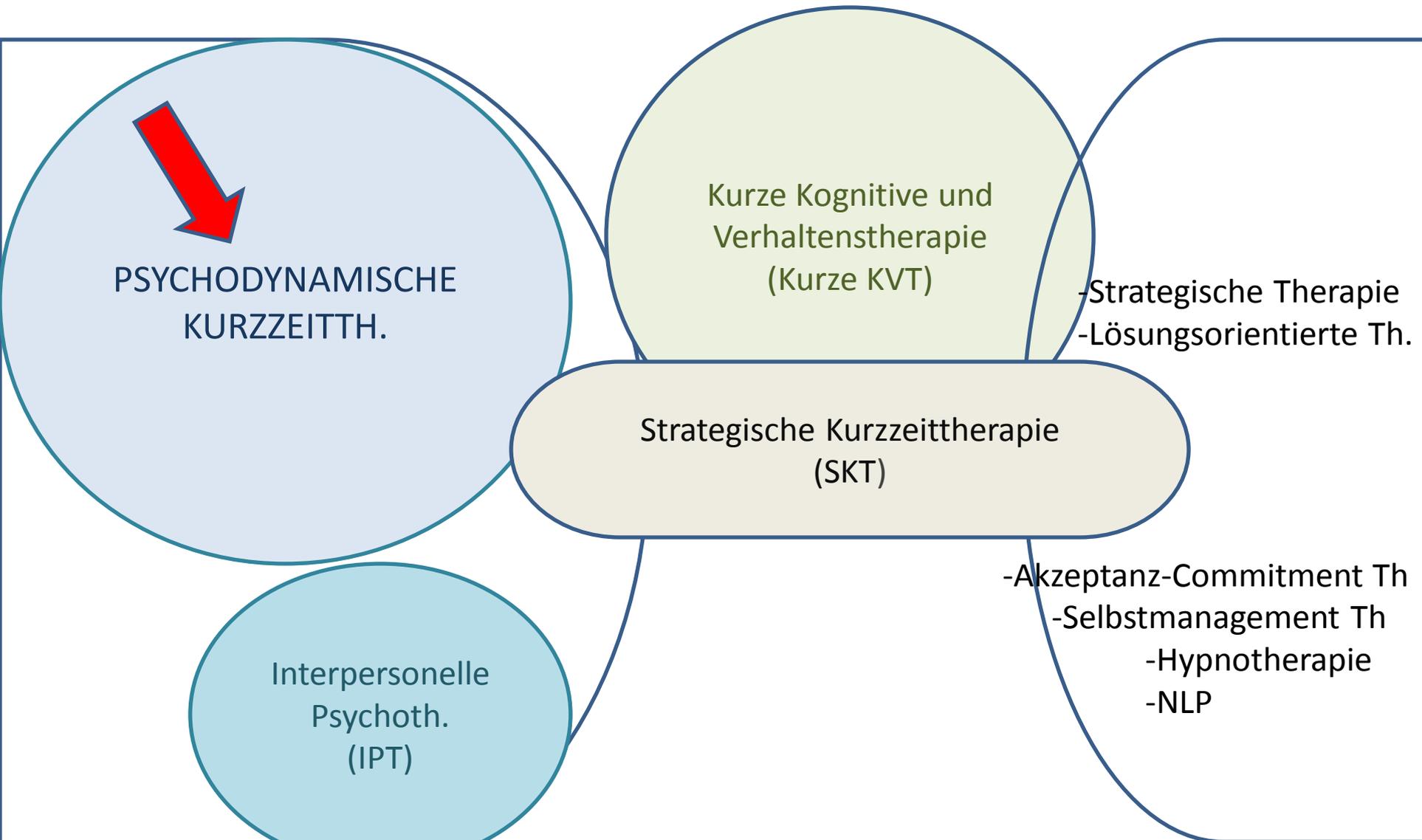
Breuer J, Freud S. Studien über Hysterie. 1895

Jones E. The Life and Work of Sigmund Freud. Vol 2. 1957

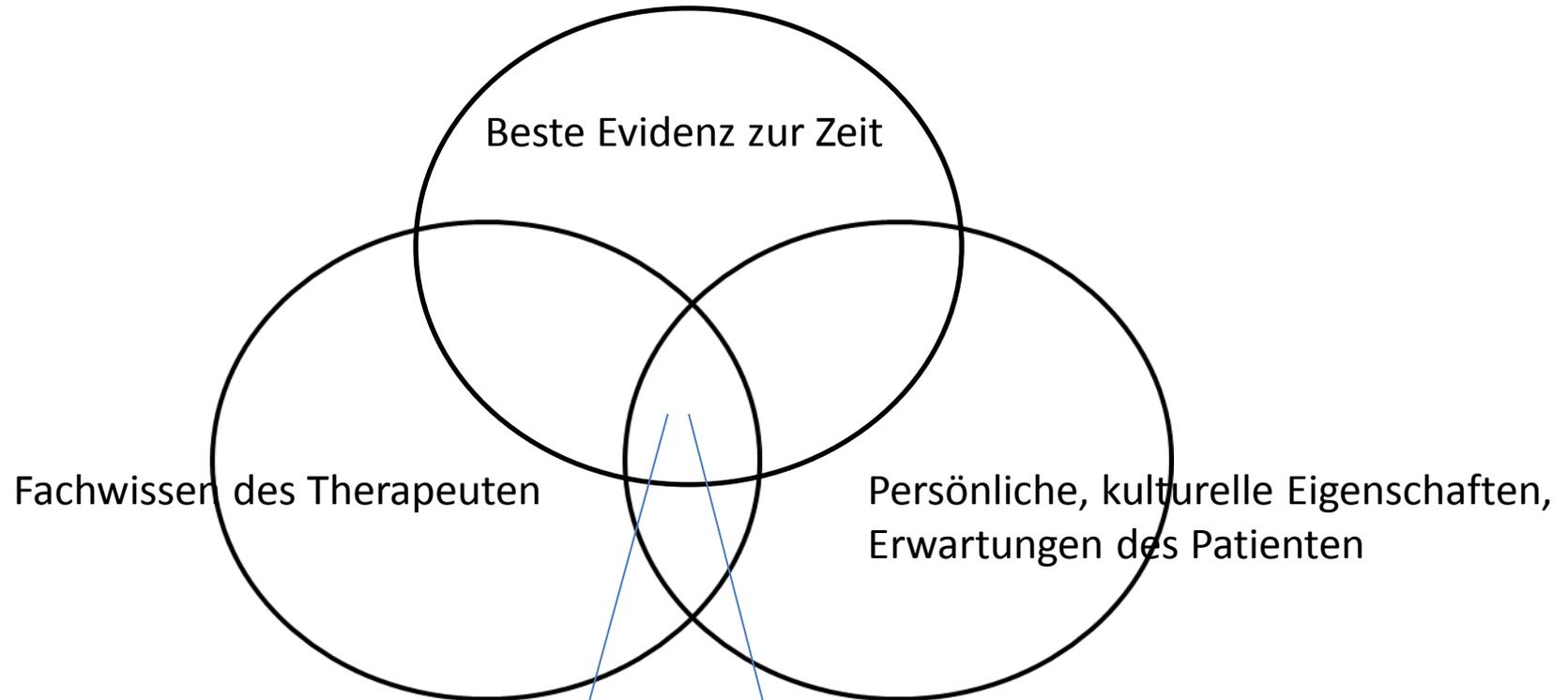
Alexander F, French TM. Psychoanalytic Therapy: Principles and Applications. 1946

Balint, M., P.H. Ornstein und E. Balint: "Fokalthherapie."  
Ein Beispiel angewandter [Psychoanalyse](#). Suhrkamp, Frankfurt 1973

# Kurzpsychotherapien



*Based on the American Psychological Association  
policy statement on **evidence-based practice in psychology:***



Prozess:

- Kollaborativ Entscheidungen treffen
- Individuelle Fallformulation
- Kontinuierliches Monitoring
- Feedback in die Forschung

# „Gemeinsame Faktoren Modell“

- Bedeutungsvolle emotionale P-T Beziehung
- Vertrauensvolles Milieu, wo die Therapie stattfindet
- T. gibt eine psychologisch relevante, kulturell adaptierte Erklärung für die emotionellen Probleme des P.
- Die Erklärung ist angemessen, und wird vom P. akzeptiert
- P. eignet etwas Positives, Adaptives durch das Üben von bestimmten Techniken/Gebräuchen mit dem T. an

# Evidenz

## Effektivität

Leichsenring F, Rabung S, Leibing E. The Efficacy of Short-term Psychodynamic Psychotherapy in Specific Psychiatric Disorders: A Meta-analysis. *Arch Gen Psychiatry*. **2004**;61(12):1208–1216.

C Steinert, T Munder., S Rabung,, J Hoyer., F Leichsenring: Psychodynamic Therapy: As Efficacious as Other Empirically Supported Treatments? A meta-analysis testing equivalence of outcomes. *Am J Psychiatry* **2017**

## Prozess

- **Qualität der therapeutischen Beziehung**
- Patient: änderungsmotiviert, reflektiv, offen
- Therapeut: Vorbereitung, Fokus behalten, Therapeutischer Kontrakt



# Dynamische Kurztherapie 1

- Psychoanalytische Grundlagen
- reale und mytische Zeit



- 4 Säulen:

- **Erstinterview**

- Richtiger psychodynamischer **Fokus**

- Aktive Behandlung von

Widerstand & Termination

# Dynamische Kurztherapie 2

**Intensivierung** des Prozesses durch

- **Hohe Aktivität des Therapeuten**
- Traumarbeit
- Arbeit mit ÜT/GÜ



**Primärer therapeutischer Effekt:**  
Einsichtgewinnung + Erlebnis

# Dynamische Kurztherapie 3

- Indikation:

- Neurosen, reaktive Krankheitsbilder, mildere Persönlichkeitstörungen

- **Selektionskriterien:**

- gute Realitätsfunktionen
    - Starke Motivation, **Leidensdruck**
    - Genügende Ich-Stärke, Frustrationstoleranz
      - Beziehungsfähigkeit
      - Terminationsfähigkeit
    - gute Reaktion auf den Interpretationsversuch

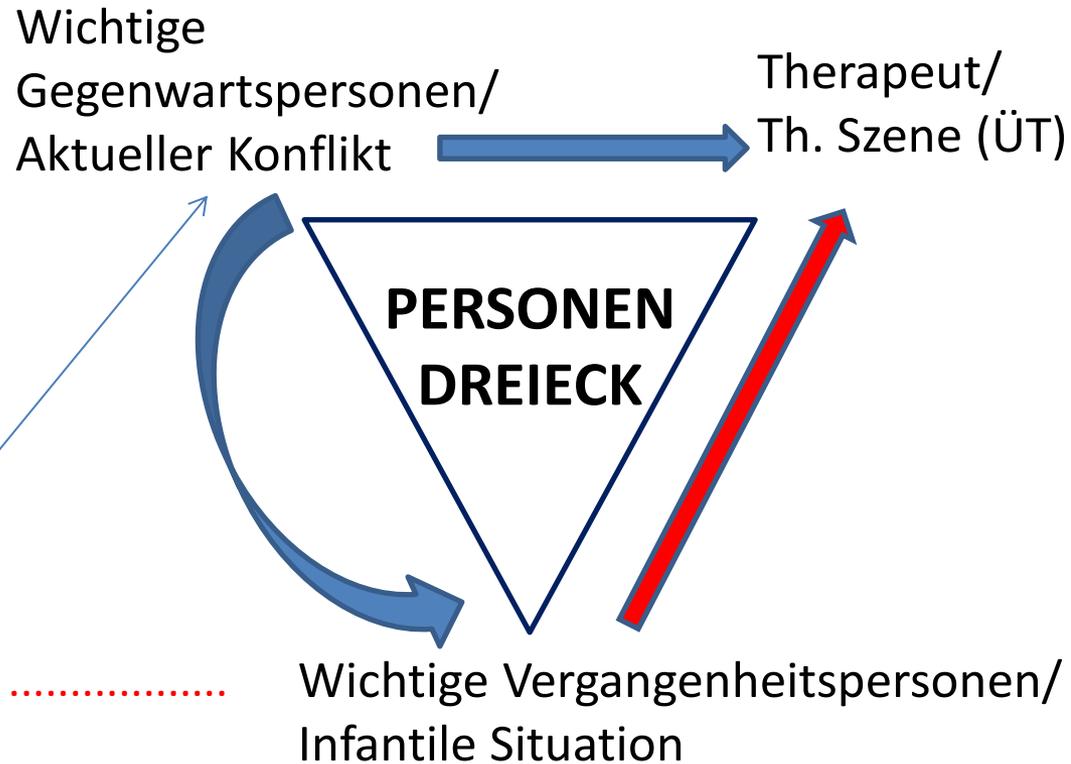
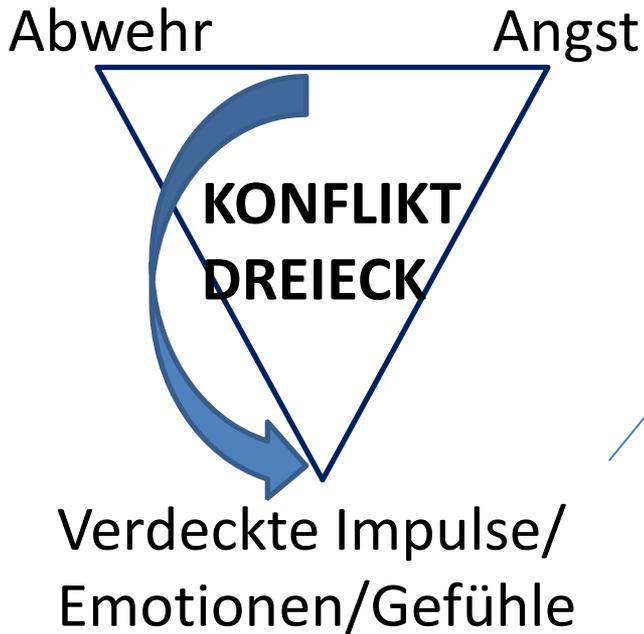
# Erstinterview (Argelander)

- Vorfeld-Phänomene
- 3 Formen von Daten
  - objektive
  - subjektive
  - szenische
- Motivation
- Interpretationsversuch / Konfrontation
- Kontrakt





# Fokus



Menninger K: Theory of Psychoanalytic Technique. 1973

Malan DH: Individual Psychotherapy and the Science of Psychodynamics in short-term dynamic psychotherapy. 1979

Leuzinger-Bohleber M: Psychoanalytische Fokalthherapie. 1988

# Aufteilung Dynamischer Kurzzeittherapien

- Strukturelles Modell:  
Malan, Sifneos, Davanloo
- Objekt-Beziehung Modell:  
Strupp, Luborsky
- Integratives Modell:  
Mann, Stark

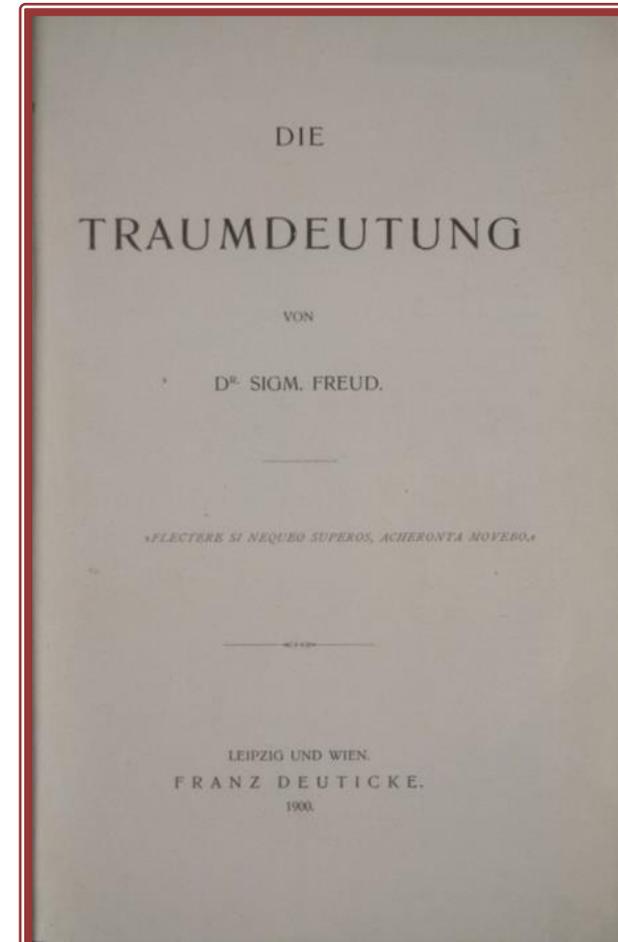
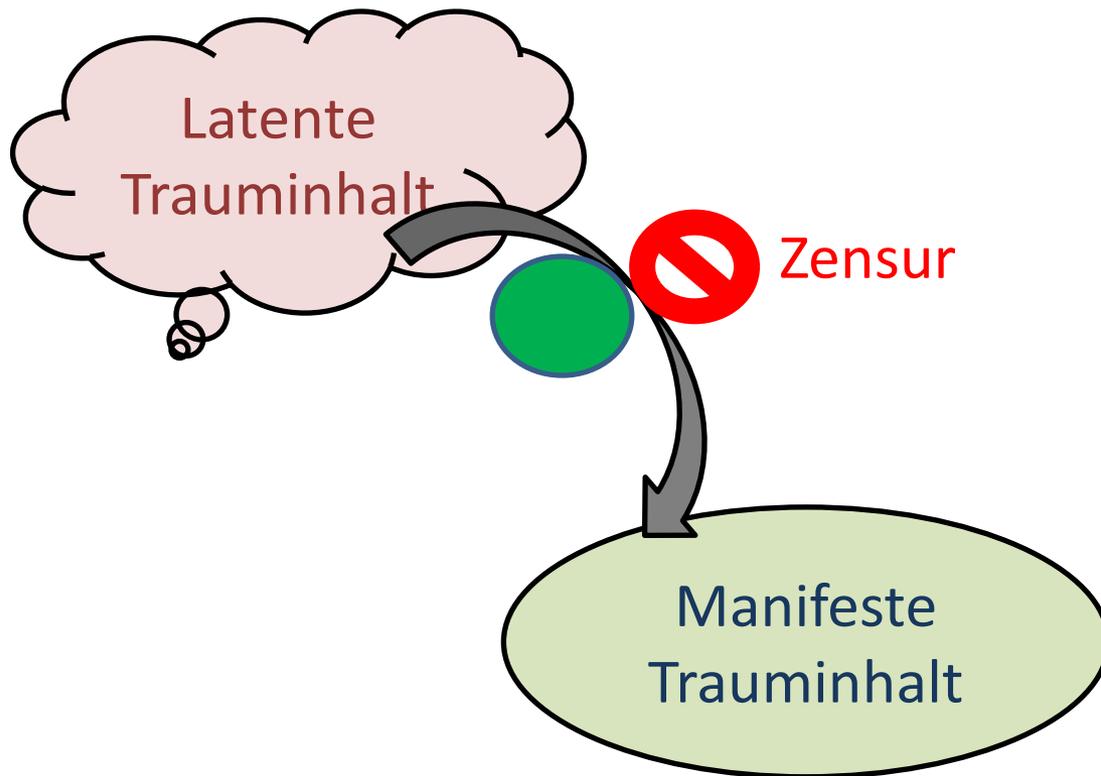
	FOKALE KURZ- PSYCHOTHERAPIE	ANGST- PROVOZIERENDE KURZ- PSYCHOTHERAPIE	DYNAMISCHE KURZ- PSYCHOTHERAPIE	ZEITBEGRENZTE PSYCHOTHERAPIE	DREAM PSYCHOTHERAPIE
<b>Vertreter, Institut, Ort</b>	- <b>MALAN</b> , Balint - Tavistock Klinik - London, UK	- <b>SIFNEOS</b> - Massachusetts Hospital, Harvard University - Boston, USA	- <b>DAVANLOO</b> - McGill University - Montreal, Kanada	- <b>MANN</b> , Goldman - Boston University - Boston, USA	- <b>STARK</b> - Dynamische Kurztherapieverein u. kreativer Arbeitskreis - Pécs, Ungarn
<b>Therapie- ziel</b>	- Aufdecken und Bearbeitung von Angst, Impulsivität, Abwehrmechanism en	- Bearbeitung des ödipalen Konfliktes	wie bei Malan	- Bearbeitung von gegenwärtigen und vergangenen Verluste - Korrektion des negativen Selbstbildes	- Symptomreduktion - Persönlichkeits- entwicklung
<b>Fokus</b>	- Dreieck des Konfliktes - Dreieck der Einsicht	- Konflikte um das Ödipale Erleben (trianguliert)	- wie bei Malan	- Konflikte, um Verlust, Begrenzung	- die therapeutische Beziehung als Fokus
<b>Technische Elemente</b>	- Dreiecken - späte Interpretation von ÜT, Widerstand	-Patientenselektion -Motivations- einschätzung - Konfrontative, aktive Interpretation von ödipale ÜT	- Aufwand von Träume und Phantasie - Aktive Konfrontation von Abwehrm. - frühe Interpretation von ÜT	- Vorgespräche - Analyse der Abwehrmechanism en - Interpretation der ÜT -Aktive Arbeit an Termination	- Traumarbeit - Beziehungsfokus - „Moment der Begegnung“ - Vorhersage von ÜT-Gefühle, - aktive Behandlung von Widerstand, ÜT -Interpretation -Aktive Arbeit an Termination
<b>Zeit</b>	- 20 Sitzungen - 1 Jahr max. - wöchentlich/ zweiwöchentlich - 50 Min.	- 12-16 Sitzungen - einige Monate - wöchentlich/ zweiwöchentlich - 45 Min,	- 15-25 (5-40) Sitzungen - 20-30 Wochen - wöchentlich - 50 Min.	- 12 Sitzungen (10- 14) - 12 Wochen - wöchentlich - 50 Min.	- 10-12 Sitzungen (8- 20) - 3 Monate - wöchentlich - 50-90 Min.

# Was ich mag an Traumarbeit

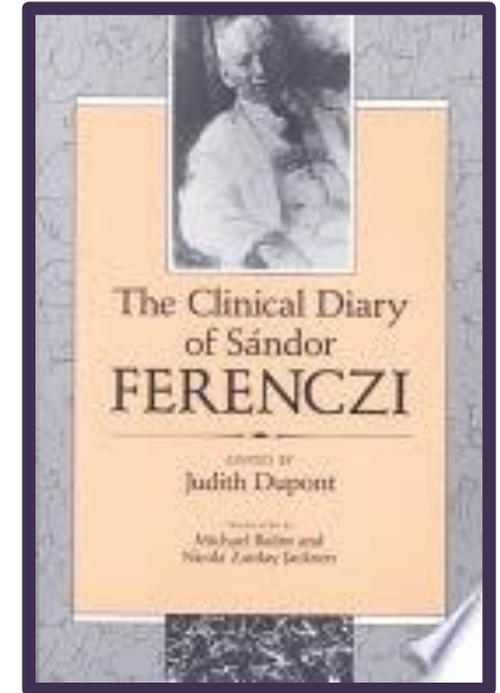
- Patient als Agent (Hauptdarsteller)
- Therapeut als neugierige Aufnahmeperson
  - ↳ rasche  Übertragung und Aktivisierung
- Traum dient als **Indikator** in Bezug auf
  - Widerstand
  - ÜT/GÜ
  - die noch verträgliche „Tiefe“ der Therapie

# Träume 1.

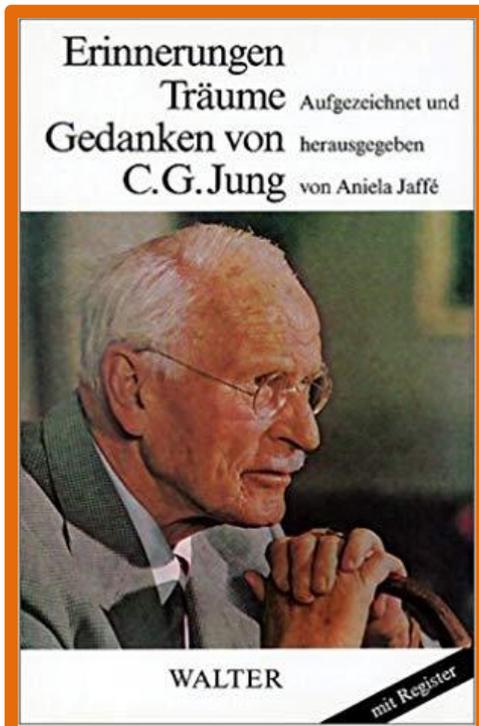
- Gilgames, Asklepios, Talmud, Artemidorus
- Freud: Königsweg zum Unbewussten



# Träume 2.



- Ferenczi: Beziehungskontext des Traumes
- Adler: Brückefunktion des Traumes



## Jung:

- „Tür ins Innere“
- „nichts anderes sind, als was sie eben darstellen“
- spontane Selbstdarstellung der aktuellen Lage des Unbewussten

# Technik der Traumarbeit

- Freud: Interpretation
- Jung: Amplifikation
- Perls: Gestalt-Traumspiel

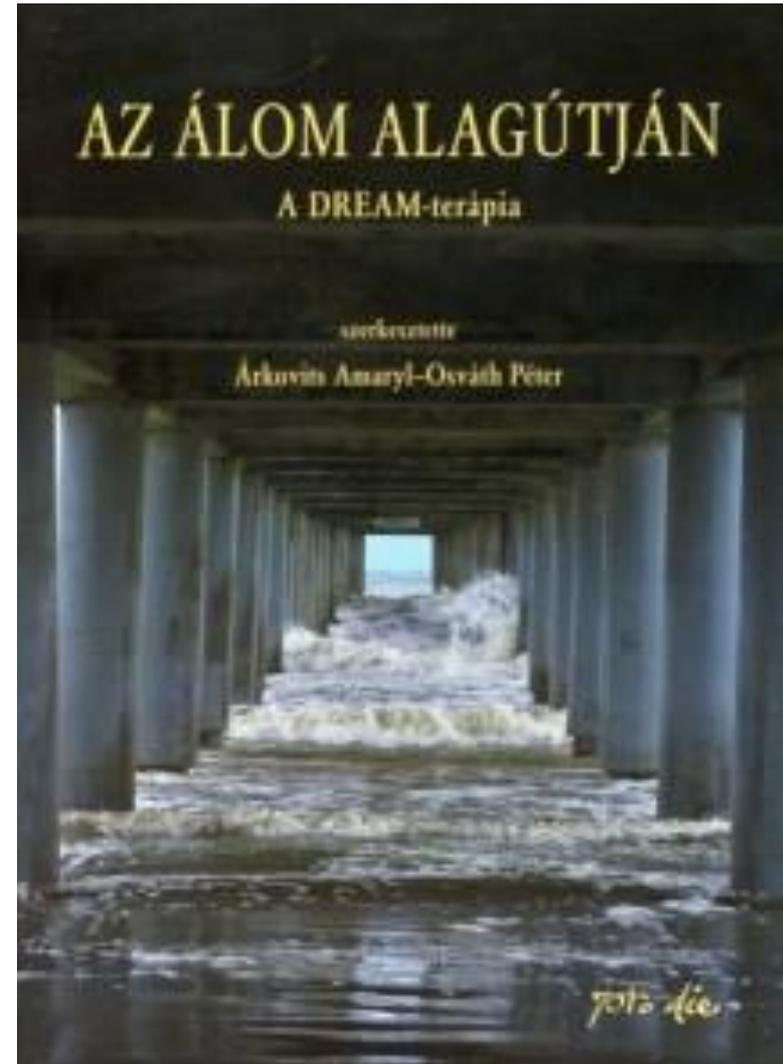
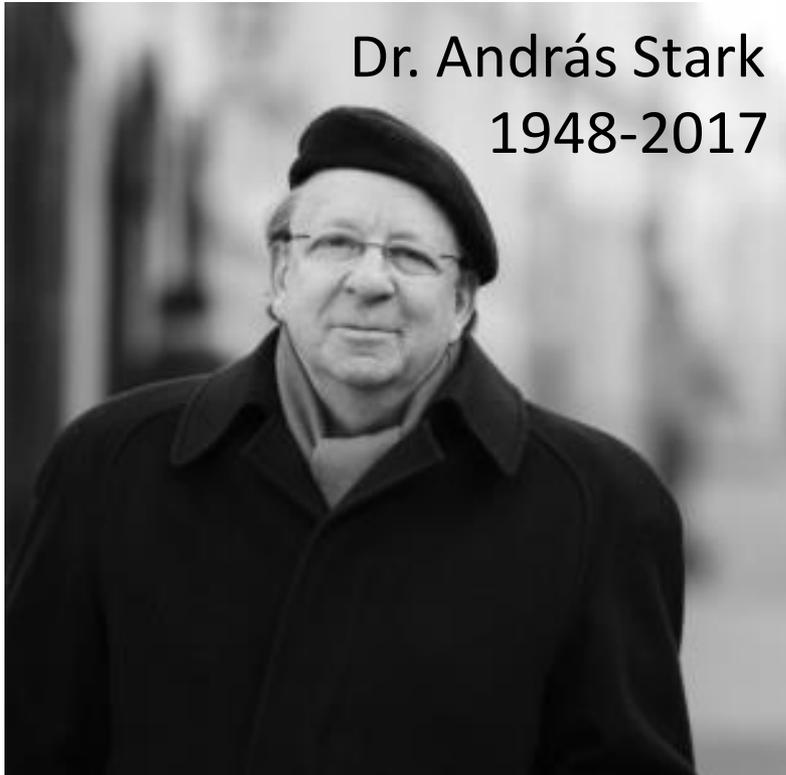
## Instruktionen in der DREAM-Therapie

- (Inkubation)
- Vorbereitung
- Aufschreiben



# DREAM

Dinamikus  
Rövidterápiás  
Egyesület &  
Alkotó  
Műhely★



★ Dynamische Kurzpsychotherapie  
und  
Kreativer Arbeitskreis

# Schwerpunkte in der DREAM-Therapie

- Neugier
- Therapie als Übergangsraum
- Ödipaler Konflikt
- Fokus auf der th. Beziehung:
  - Wie sind wir hier miteinander?
  - face to face
  - Gegenwartsmomente
- Paradoxe Interventionen

# Prozess der DREAM-Therapie

