

Methodenmix zum Wohle des Patienten

Der Heidelberger Psychotherapeut Rainer M. Holm-Hadulla legt sein neues Buch vor – Zwölf exemplarische Geschichten

Von Ingeborg Salomon

Was geschieht eigentlich in Psychotherapien, und wann sind sie für Menschen in Krisensituationen hilfreich? Fünf Richtungen sind in Deutschland wissenschaftlich anerkannt: die analytische sowie die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie in der Tradition von Sigmund Freud, die Verhaltenstherapie, die Systemische Therapie sowie die Gesprächspsychotherapie. Warum also nicht das Beste aus allen Richtungen nehmen und zu einem flexiblen, Schulen übergreifenden Ansatz zusammenführen?

Der Heidelberger Psychotherapeut Rainer Holm-Hadulla hat genau das getan und das ABCDE-Modell entwickelt



Rainer M. Holm-Hadulla. Foto: Joe

(siehe Stichwort). Darüber hat er jetzt ein Buch geschrieben, bei dem der Name schon Programm ist. „Integrative Psychotherapie“ wirft einen Blick hinter die Kulissen therapeutischer Settings und zeigt, wie methodisch fundierte und gleichzeitig individuell-phantasievolle Psychotherapie möglich ist.

Im ersten Teil des 144 Seiten umfassenden Buches beschreibt Holm-Hadulla zwölf exemplarischen Fallgeschichten und den Verlauf der Therapie. Als Gliederung dienen die in der Psychotherapie am häufigsten gestellten Diagnosen, jedem Kapitel ist ein kurzes Zitat des Patienten vorangestellt. Da ist beispielsweise die junge Ärztin, die unter einer Depression leidet, die Hausfrau mit psychosomatischen Beschwerden, der narzisstische Jurist, die Angestellte mit Burnout und die Lehramtsstudentin mit einer Borderline-Störung.

Holm-Hadulla macht es durch die literarische Form der Erzählung auch dem Laien leicht, einen Zugang zu den Pati-

enten und ihren Schicksalen zu finden. Jeder Leser wird zudem einiges entdecken, das ihm an der eigenen Person oder bei Bekannten vertraut vorkommt.

Mit allen Patienten hat Holm-Hadulla Nachgespräche geführt, bei der sie ihre Therapie selbst einschätzen sollten – manchmal Jahre nach der Diagnose und dem Abschluss der Behandlung. Einige Patienten lasen ihre eigene Geschichte und ergänzten, korrigierten oder bestätigten die Version des Therapeuten. Das ist spannend und berührend zu lesen.

In einem zweiten Teil beschreibt Holm-Hadulla sein integratives Behandlungskonzept und empfiehlt Lesern mit Vorkenntnissen, die gerne theoriegeleitet vorgehen, mit diesem Teil zu beginnen. Anhand der Behandlungsgeschichten kann dann verfolgt werden, wie im Setting ausgehend von der therapeutischen Beziehung verhaltenstherapeutische, kognitive und psychodynamische Dimensionen zum Tragen kommen. Je nach Diagnose sind die Schwerpunkte

verschieden, gemeinsam ist allen Behandlungsgeschichten, dass Verstehen, Kommunikation und Kreativität als Grundlage menschlicher (Weiter-)Entwicklung aufgefasst werden.

Dass diese – für jeden Menschen – ein lebenslanger Prozess ist, wird bei allen Geschichten deutlich; einige Patienten hat Holm-Hadulla nur eine kurze Zeit, andere Jahre lang begleitet. Mara, deren Borderline Störung ihr Leben zu zerstören drohte, war die erste Patientin, die in die Beratungsstelle für Studierende kam, die Holm-Hadulla nach Abschluss seiner psychotherapeutischen Ausbildung leitete. Nach 25 Sitzungen ist sie stark genug, ihren Weg allein weiterzugehen, nach 25 Jahren treffen sich Therapeut und Klientin zufällig wieder. – Ein bewegendes, kluges und gut geschriebenes Buch.

📖 **Info:** Rainer M. Holm-Hadulla: „Integrative Psychotherapie“, Klett-Cotta, Stuttgart, 2015, 144 Seiten, 21,95 Euro.