

**Heike Alsleben, Angela Weiss
& Michael Rufer:
Psychoedukation Angst- und
Panikstörungen.**

Urban & Fischer Verlag,
München + Jena, 295 Seiten,
€ 39,95, ISBN 3 437 56660 1

**Michael Rufer, Heike Alsleben
& Angela Weiss:
Stärker als die Angst – Rat-
geber für Menschen mit Angst
und Panikstörungen.**

Urban & Fischer Verlag,
München + Jena, 120 Seiten,
€ 19,95, ISBN 3 437 56650 4

Kennen Sie das Gefühl in der Magengegend, wenn Ihr Vortrag auf einem Kongress wie eine träge Dampfwalze langsam auf Sie zurollt? Noch drei Referate vor Ihnen ..., noch zwei ..., noch einer ... Gleich bin ich dran!!! Warum halten die sich jetzt so lange mit der Diskussion auf??? Meine Güte, ist der Vortragsraum voll geworden! (Ich hatte gehofft, dass sich für dieses Thema niemand interessiert ...) Ohjeh! Wie war der Anfang meines Vortrages? Bestimmt werde ich mich verhaspeln! Welches Dia kam nach der Einführung? Verflucht! Prof. X ist da; die alte Socke hat echt Ahnung von der Materie, bestimmt wird er mich abkanzeln. Hoffentlich fragt keiner, ob ich die Daten Bonferroni-korrigiert habe ... Was wäre eigentlich passiert, wenn ich vorhin in der Kaffeepause einfach verduftet wäre. Sollte ich noch schnell versuchen aufs Klo zu gehen?

Angst bis hin zu nackten Panikgefühlen ist niemandem von uns wirklich fremd. Nervosität vor einem Vortrag auf einem Kongress ist völlig normal und selbst Professoren, die es ja durch ihre regelmäßigen Vorlesungen vor Studenten gewohnt sein müssten, sind meist etwas blass um die Nase, wenn sie vor einem Auditorium von 200 Gleichgestellten reden sollen. Aber diese Nervosität ist nicht mit einer Angststörung gleichzusetzen, schon während des Referats sind die Symptome wie weggeblasen und wir gehen nach dem aufregenden Kongress nachwirkungsfrei wieder zur Alltagsroutine über. Das Leben von Angstpatienten

dagegen wird von einem stetigen Gefühl der Unruhe reagiert. Sie fühlen sich beim Einkaufen im Supermarkt wie wir vor einem englischsprachigen Vortrag auf einem internationalen Kongress. Und sie fühlen sich fast den ganzen Tag so. Schon das Klingeln des Telefons oder ein Schellen an der Haustür löst Herzrasen, zitterige Hände und Schweißausbrüche aus. Das Leben der Betroffenen ist hochgradig eingeschränkt; viele ziehen sich von allen sozialen Aktivitäten immer weiter zurück. Schaffen sie es aus eigenem Antrieb oder mit Hilfe eines Psychotherapeuten aufzusuchen, so stellen sie nicht immer die einfachsten Patienten dar. Angststörungen sind ungemein häufig, je nach Studie und Kriterium, leiden etwa zwischen 3 % bis zu 20 % der Bevölkerung darunter. Es lohnt sich also durchaus sowohl für Behandler wie auch für die Betroffenen konkrete Handlungsanweisungen herauszugeben, wie man mit dieser Störung fertig werden kann.

„*Noch ein Manual zur Behandlung von Patienten mit Angsterkrankungen?!*“ fragte der renommierte Hamburger Verhaltenstherapeut Prof. Dr. Iver Hand kritisch in seinem Vorwort zu diesem Band. In der Tat gibt es schon seit Anfang der 1970er Jahre diverse Konkurrenzbücher zur Ausbildung von Therapeuten. Was macht dieses Buch im Doppelpack so gut, dass sich sogar eine Kapazität wie Iver Hand dafür ausspricht?

Das Buch hat gegenüber anderen Bänden dieses Genres einige deutliche Vorzüge und kann dem Therapeuten an vielen Ecken und Kanten der Behandlung von Patienten mit Angststörungen sehr hilfreich zur Verfügung stehen.

Zu nennen ist zunächst ein klar strukturierter Aufbau des Textteils dieses Buches. In zwölf Kapiteln wird dem Therapeuten eine minutiös ausgearbeitete Handlungsleitlinie vorgegeben. Das erste Kapitel beinhaltet Hinweise zum Gebrauch des Manuals. Im folgenden Teil wird die Frage beantwortet, was Psychoedukation ist und warum sie bei Angsterkrankungen angewandt werden sollte. Das dritte Kapitel behandelt kurz auf vier Seiten den klinischen und wissenschaftlichen Hintergrund. Im vierten Abschnitt erfolgt eine kurze Beschreibung der Einverständniserklärung und unterschiedlicher Testverfahren, die hier Anwendung finden können (zum Beispiel: SCL-90-R, AKV, U-Fragebogen, MHS, SF-36 und CGI). Das fünfte Kapitel stellt,

gleichfalls kurz auf nur vier Seiten die Indikationskriterien zur Teilnahme an einer Gruppentherapie von Angstpatienten vor. Nach diesem mit insgesamt 20 Seiten recht kompakt gehaltenen Einstieg in die Materie geht es dann im fünften Abschnitt mit der konkreten Durchführung einer psychoedukativen Gruppentherapie ins Praktische. Zunächst werden dem Leser allgemeine therapeutische Strategien vermittelt hinsichtlich Struktur, Aufbau und Didaktik einer solchen Sitzung. Getrennt wird von hier an zwischen Angst- und Panikbewältigungsgruppen. Das siebte Kapitel beinhaltet die konkrete Planung und Durchführung von vier Gruppentreffen der Ängstlichen; im folgenden Abschnitt werden optionale Ergänzungen vorgestellt, insbesondere Treffen von Angehörigen. Das neunte Kapitel stellt fünf Sitzungen einer Gruppe von Patienten zur Bewältigung einer Panikstörung vor. Interessanterweise ohne allzu redundant zum siebten Kapitel zu werden. Den Autoren ist es tatsächlich gelungen für Panikstörungen andere Methoden in den Vordergrund zu stellen als für Angstbewältigung. Im zehnten Teil werden Entspannungsmethoden geübt, auch hier wieder detailliert in vier konkreten Übungsabläufen. Der elfte Abschnitt widmet sich schwierigen Situationen, die in Gruppensitzungen auftreten können und deren Lösung. Hilfreich ist eine Auflistung von FAQs und den möglichen Antworten auf diese häufig gestellten Fragen. Der zwölfte Teil endet dann mit Empfehlungen zur Weiterbehandlung hinsichtlich Verhaltenstherapie, Selbsthilfegruppen, medikamentöser Therapie und Fortsetzung des Erlernens von Entspannungsverfahren.

Nach dem obligatorischen Literaturverzeichnis folgt dann noch eine kleine Perle. Im ausgedehnten Anhang der verbleibenden knapp hundert Seiten hängt das gesamte notwendige Arbeitsmaterial an. Eine hilfreiche Fülle von insgesamt 41 Formblättern. Zum Beispiel: Informationsblatt für Teilnehmer der Angstbewältigungsgruppe, bzw. für Angehörige, Einverständniserklärungen, Fragebogen über soziodemographische Daten, Anwesenheitsliste, Übungsprotokolle, Formblatt für die Erstellung einer Angsthierarchie, Liste der Ziele, Selbstbeobachtungsprotokolle, 10 goldene Regeln zur Angstbewältigung, Regeln für den Umgang mit Rückschlägen, Planung der

Übungen zur Angstbewältigung, Informationsblatt für das Entspannungstraining, Protokoll für die Entspannungsübungen, Liste von Medikamenten, Liste hilfreicher Adressen und Selbsthilfegruppen, Leitfaden Selbsthilfegruppenstruktur, Teilnahmebescheinigung, Gesprächsleitfäden zum Beispiel für die Übungsvor- und -nachbesprechungen, Therapeuteinschätzungen prä/post, dt. Version der „Marital Happiness Scale“.

Auf den letzten 36 Seiten findet man dann Folien zur Untermalung der Vorträge über Angst- und Panikstörungen. Damit man nun nicht das Buch ständig auf den Kopierer pressen muss, um diese Arbeitsmaterialien auch benutzen zu können, liegen Formblätter und Folien auch auf einer dem Buch beiliegenden CD-ROM als PDF-Dateien für den Acrobat-Reader bei; alles kann also komfortabel einfach ausgedruckt werden, bzw. für die Vorträge mit etwas Geschick ggf. auch in eine Power-Point-Präsentation eingebunden werden. Besser geht's nicht.

Das Buch ist gut lesbar und durch Marginalien und Hervorhebung wichtiger Textteile didaktisch gut aufgebaut. Diverse Tabellen und weit über 50 Abbildungen lockern den Text auf. Herrlich sind vor allem die vielen Comiczeichnungen, in denen das Verhalten von Angstpatienten plastisch dargestellt wird. Das Lesen wird auch durch viele Falldarstellungen und Gesprächsauszüge zum Genuss.

Ergänzt wird das Manual durch ein kleines und sehr viel dünneres Büchlein, in dem auf 120 Seiten dem Patienten die Gelegenheit gegeben wird seine Störung zu verstehen und zu lernen wie er damit umgehen kann. In zehn Kapiteln wird hier folgenden Fragestellungen nachgegangen: Was ist Angst? Welche Angststörungen gibt es? Welche Ursachen und aufrechterhaltende Bedingungen existieren? Was versteht man unter Selbsthilfe? Es folgen häufig gestellte Fragen von Angstpatienten mit den entsprechenden Antworten, Informationen für Angehörige, Möglichkeiten der Behandlung, Einführung in Entspannungsmethoden, Selbsthilfegruppen und ein Anhang mit Literaturempfehlungen, Erfahrungsberichten Betroffener und Adressen. Wie im zugehörigen Manual finden sich auch hier zur Untermalung viele Comiczeichnungen. Die Sprache dieses Patientenbüchleins ist einfach und verständlich gehalten und an vielen Stellen hat der Be-

troffene Gelegenheit, seine eigenen Probleme, Ideen, Wünsche und Ziele direkt einzutragen, was die persönliche Beteiligung sehr fördert.

Insgesamt halte ich beides, Manual wie auch Begleitbuch für hervorragend konzipiert und, insbesondere durch die große Menge an zur Verfügung gestellten Materialien, für außerordentlich gut brauchbar.

*Erich Kasten
Magdeburg & Travemünde*

**Kurt Hahlweg, Heijo Dürr,
Matthias Dose & Ursula
Müller:**
**Familienbetreuung schizo-
phrener Patienten – Ein ver-
haltenstherapeutischer Ansatz
zur Rückfallprophylaxe.**
Hogrefe-Verlag, Göttingen,
2006, € 39,95, 178 Seiten,
ISBN 3 8017 1959 6

Nachdem die 1995 herausgekommene erste Auflage dieses Bandes schon seit geraumer Zeit vergriffen war, ist nun endlich die stark überarbeitete Neuversion erschienen. Grundlage des Manuals bilden Ergebnisse eines vom BMFT (Bundesministerium für Forschung und Technologie) im Rahmen des Schwerpunktthemas „Therapie und Rückfallprophylaxe psychischer Erkrankungen im Erwachsenenalter“ geförderten Forschungsprojektes, das von 1988 bis 1992 am Max-Planck-Institut für Psychiatrie in München durchgeführt wurde. Falloon entwickelte 1984 in den USA ein Familienbetreuungskonzept für an Schizophrenie leidende Menschen und ihre Angehörigen, das Kurt Hahlweg, Heijo Dürr, Matthias Dose und Ursula Müller für den deutschen Sprachraum überprüften. Kernstück des Manuals bildet das aus den Resultaten der empirischen Schizophrenieforschung gewonnene Material zur Rückfallprophylaxe bei der Familienbetreuung schizophrener Patienten und zur Beratung von Angehörigen. Der Grundgedanke des Manuals besteht in der Einbeziehung der Angehörigen in die „Nachsorge“ und die Phase nach dem Klinikaufenthalt.

Das Buch ist formal aufgegliedert in einen sechs Kapitel umfassenden Theorieteil, einen aus neun Kapiteln bestehenden Praxisteil sowie einen Anhang mit Therapiematerialien.

Das erste Kapitel widmet sich einer ausführlichen Beschreibung der Störung und der unterschiedlichen Typen der Schizophrenie anhand des ICD-10 sowie einem Leitfaden für die erste Exploration des Patienten und Literaturhinweisen dazu. Im zweiten Kapitel folgt eine kurze Zusammenfassung und kritische Würdigung der ätiologischen Familientheorien zur Schizophrenie, im dritten die Darstellung des Vulnerabilitäts-Stress-Bewältigungs-Kompetenz-Modells schizophrener Episoden (VSBK). Kapitel 4 stellt das für das VSBK-Modell zentrale Expressed-Emotion-Konzept vor, Kapitel 5 psychologische Behandlungsansätze bei schizophrenen Psychosen. Die Ergebnisse der Münchner Studie „Rezidivprophylaxe bei schizophrenen Psychosen durch Psychopharmakotherapie und Familienbetreuung“ werden im sechsten Kapitel aufgeführt. Der Praxisteil bespricht die Aspekte Verhaltenstherapeutische Familienbetreuung bei Schizophrenen, Diagnostikphase, Informationsphase, Kommunikationstraining, Problemlösetraining, Einsatz des Problemlöseschemas zur Bewältigung schwieriger Therapiesituationen, Bearbeiten individueller Probleme, Falldarstellungen sowie Medikamentöse Behandlung schizophrener Psychosen.

Die Familie und das soziale Umfeld, in die ein schizophrener Patient nach der Entlassung aus der Klinik zurückkehrt, spielen eine bedeutende Rolle für den weiteren Krankheitsverlauf. Besonders die „expressed emotion“ hängt eng mit der Rückfallquote der Patienten zusammen, wie sich in Studien von Brown et al. (1972) und Vaughn & Leff (1976) zeigte. Sehr intensiv zur Sprache gebrachte Gefühle und Beziehungen zueinander innerhalb der sozialen Gruppe, in der der Betroffene lebt, können den Krankheitsverlauf und die Rückfallwahrscheinlichkeit entscheidend beeinflussen. Übersteigerte Fürsorglichkeit auf der einen oder insbesondere auch dauernde Kritik und Feindseligkeit auf der anderen Seite erhöhen die Gefahr eines Rezidivs.

Insgesamt kommen die Ergebnisse der 26 Studien an 1323 schizophrenen Patienten zum Expressed-Emotion-Konzept zu einer etwa 2,5-mal so hohen Rückfallquo-

te bei Gruppen mit einem hohen Status dieses Faktors im Vergleich zu einer Gruppe mit niedrigen Werten. Aufgrund dieser Beobachtung entwickelten Brown und Mitarbeiter bereits 1972 das „*Camberwell Family Interview*“ (CFI), das sich auf neun unterschiedliche Lebensbereiche bezieht. Bei der eher knapp gefassten Darstellung der Studienergebnisse zum Expressed Emotion-Konzept würde sich der wissenschaftlich interessierte Leser an manchen Stellen freuen, etwas mehr über die methodischen Hintergründe der Studien, zum Beispiel über die Operationalisierung von Variablen und Studiendesigns zu erfahren. Für den praktisch tätigen Therapeuten sind die wissenschaftlichen Resultate unmittelbar für seine Arbeit mit psychotischen Patienten und ihren Angehörigen umsetzbar, da in der Münchner Studie auch Therapeuten- und Therapieprozessvariablen erhoben wurden, die Einfluss auf den Verlauf und den Outcome des psychoedukativen Verhaltenstherapieprogramms haben.

Die Autoren fordern zu Recht verbesserte, nach wissenschaftlichen Kriterien durchgeführte Studien zu den einzelnen Therapie- und Interventionsprogrammen, in denen die verwendeten Variablen nachvollziehbar und transparent operationalisiert werden. In ihrem Testmanual stellen sie vor allem die psychoedukativen Therapieprogramme von Anderson (1986) und Falloon (1984) ausführlich dar. Anhand von anschaulichen Fallbeispielen wird im Praxisteil das therapeutische Vorgehen bei der Einbeziehung der Angehörigen in die Betreuung schizophrener Patienten aufgezeigt. Entscheidungshil-

fen bei Alltagsfragen und Informationsvermittlung sowohl für Angehörige als auch für den Betroffenen selbst im Rahmen des psychoedukativen Therapieprogramms werden praxisnah und verständlich dargestellt. Für den praktisch tätigen Therapeuten ist das Manual somit eine wertvolle Hilfe bei der Arbeit mit an Schizophrenie leidenden Patienten und ihren Angehörigen. Auffällig ist, dass als Angehörige offenbar hauptsächlich die Eltern von schizophrenen Patienten in Betracht gezogen werden – auch in den Falldokumentationen kommt vor allem diese Konstellation vor, erwachsene Kinder als Angehörige von schizophrenen Patienten dagegen seltener. Weniger konkret hingegen wird – außer einem kurzen Verweis auf die Burden-Forschung – auf den Umgang mit etwaigen Rollenkonflikten eingegangen, in die Angehörige geraten können, wenn die Betreuung des Betroffenen viel Zeit in Anspruch nimmt und in diesem Zusammenhang oft Unvorhergesehenes geschieht, das plötzliche Terminplanänderungen erfordert. Hierzu konkrete Verhaltensmöglichkeiten für die Angehörigen vorzuschlagen und adäquate Bewältigungsstrategien zu entwickeln, wäre ein hilfreicher Ausbau des psychoedukativen Programms.

Das Manual lässt sich schnell und unkompliziert handhaben, besonders wichtige Punkte und Zusammenfassungen sind von Kästchen umrahmt, im Praxisteil sind Fall- und Gesprächsbeispiele aus den verschiedenen Phasen des Therapieverlaufs grau unterlegt. Für Laien werden Literaturhinweise sowie Internet-Adressen angegeben, die der Therapeut an Pa-

tient und Angehörige weitergeben kann. Ein Kommunikationstraining für die Familie erfolgt anhand von Handzetteln, Schaubildern und Rollenspielen, bei denen verhaltenstherapeutische Techniken eingesetzt werden. Lernziele hierbei bestehen im Äußern von positiven und negativen Gefühlen sowie von Wünschen und adäquatem Zuhörerverhalten. Destruktive Kommunikationsformen dagegen, wie zum Beispiel Vorwürfe, persönliche Kritik, Drohungen, sollen durch das spezifische Ausdrücken negativer Gefühle ersetzt werden. Abbildungen und Tabellen im Theorieteil erleichtern das schnelle Auffinden von Daten und Resultaten der Studie.

Der Anhang enthält den Fragebogen „Bereiche des Zusammenlebens (BDZ)“, eine Kurzanleitung zur Brief Rating Scale (BPRS)“, die Vorlage Verlaufsbeurteilung, den „Wissensfragebogen zur Psychose“, das Inventar „Frühwarnzeichen“ sowie die Vorlagen „Positive Gefühle ausdrücken“, „Wünsche äußern“, „Negative Gefühle äußern“ und „Problemlösebogen“, so dass dem Leser die therapeutische Arbeitsmaterialien gleich bei der Lektüre zur Verfügung stehen.

Zusammenfassend kann man sagen, dass es den Autoren gelungen ist, eine verständliche praktische Einführung in die therapeutische Arbeit bei der Familienbetreuung schizophrener Patienten vorzulegen, deren klar formulierter Praxisteil sicher auch für betroffene Angehörige selbst von Interesse sein dürfte.

*Jennifer Ullrich & Erich Kasten
Magdeburg*