



Claudia Höfner
Gerd Mantl
Robert Stefan

INTEGRATIVE THERAPIE

Praxis
Psychotherapie

facultas 

Claudia Höfner, Gerd Mantl, Robert Stefan
Integrative Therapie

Claudia Höfner, Gerd Mantl, Robert Stefan

Integrative Therapie

Praxis Psychotherapie Band 5

facultas

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Alle Angaben in diesem Buch erfolgen trotz sorgfältiger Bearbeitung ohne Gewähr, eine Haftung der Autorin, der Autoren oder des Verlages ist ausgeschlossen.

1. Auflage 2024

Copyright © 2024 Facultas Verlags- und Buchhandels AG

facultas Universitätsverlag, Stolberggasse 26, 1050 Wien, Österreich

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und der Verbreitung sowie der Übersetzung, sind vorbehalten.

Lektorat: Katharina Schindl, Wien

Satz: Wandler Multimedia-Agentur, Groß Weikersdorf

Umschlagbild: © Brendan Hunter/unsplash.com

Druck und Bindung: Facultas, Wien

Printed in Austria

ISBN 978-3-7089-1986-7 (Print)

ISBN 978-3-99111-014-9 (E-Pub)

Inhalt

Einleitung und Überblick	9
1 Geschichte der Integrativen Therapie	13
1.1 Gesellschaftlicher Hintergrund	13
1.2 Hilarion G. Petzold, Johanna Sieper und Ilse Orth	15
1.3 Psychotherapeutische Quellen	16
1.4 Entwicklung	19
2 Die Integrative Therapie der Gegenwart	23
2.1 Zum Schulenstreit in der Psychotherapie	23
2.2 Orientierung auf evidenzbasierte Wirkfaktoren	26
2.3 Theoretische Integration: Der Tree of Science	27
3 Grundbegriffe und Systematik der Integrativen Therapie	31
3.1 Phänomenologie	32
3.2 Hermeneutik	35
3.3 Das Menschenbild des integrativen Ansatzes	38
3.3.1 Die anthropologische Grundformel	39
3.3.2 Leiblichkeit	40
3.3.3 Der informierte Leib und Embodiment	43
3.3.4 Anthropologie des schöpferischen Menschen	46
3.4 Ko-respondenz und Alterität	48
3.5 Entwicklungstheorie und Persönlichkeitsmodell	51
3.5.1 Das Selbst	53
3.5.2 Das Ich	54
3.5.3 Die Identität	55

4	Gesundheits- und Krankheitslehre	57
4.1	Salutogenese	59
4.1.1	Multiple Zugehörigkeit	60
4.1.2	Salutogene Stimulierung	60
4.2	Pathogenese	61
4.2.1	Multiple Entfremdung	61
4.2.2	Pathogene Stimulierung	63
4.2.3	Pathogenesemodelle	65
4.3	Risikofaktoren	73
4.3.1	Genetische und somatische Einflüsse und Dispositionen	73
4.3.2	Entwicklungsschädigungen in den ersten Lebensjahren und in der Lebensspanne	74
4.3.3	Adversive psychosoziale Einflüsse und Milieufaktoren	76
4.3.4	Negativkarriere im Lebenslauf	76
4.3.5	Verinnerlichte Negativkonzepte	77
4.3.6	Auslösende aktuelle Belastungsfaktoren	78
4.3.7	Diverse Negativeinflüsse und ungeklärte Faktoren	78
4.4	Protektivfaktoren	79
4.4.1	Entwicklungsförderung in den ersten Lebensjahren sowie in der Lebensspanne	79
4.4.2	Konstruktive psychosoziale Einflüsse und Milieufaktoren	80
4.4.3	Positivkarrieren im Lebenslauf	80
4.4.4	Verinnerlichte Positivkonzepte	81
4.4.5	Wirksame aktuelle Unterstützungsfaktoren	81
4.5	Zusammenfassung	82

5	Integrative Psychotherapeutische Diagnostik	84
5.1	Prozessuale Diagnostik	86
5.2	Methodischer Aufbau der Integrativen Psychotherapeutischen Diagnostik	91
5.2.1	Initialphase	92
5.2.2	Modul 1: Psychosoziale Anamnese	95
5.2.3	Modul 2: Klassifikation	96
5.2.4	Modul 3: Ätiologische Diagnostik	97
5.2.5	Modul 4: Persönlichkeitsdiagnostik	102
5.2.6	Modul 5: Behandlungsplanung	104
6	Praxis der Integrativen Therapie	106
6.1	Die Phasen des therapeutischen Prozesses	110
6.2	Ziele und therapeutische Interventionen	114
6.2.1	Modalitäten	122
6.2.2	Stile	124
6.2.3	Formen bzw. Setting	125
6.3	Vier Wege der Heilung und Förderung	129
6.4	Heil- und Wirkfaktoren	131
6.5	Ebenen der Tiefung	138
6.6	Geschlecht und Diversität	141
6.7	Leibarbeit	143
6.8	Der Umgang mit Krisen	149
6.9	Störungsspezifisches Arbeiten	155

Inhalt

7 Anhang	159
7.1 Literaturempfehlungen (Auswahl)	159
7.2 Aus- und Fortbildungsmöglichkeiten	160
7.3 Fachspezifikum für Psychotherapie nach dem österreichischen Psychotherapiegesetz	161
7.4 Institute in Deutschland, der Schweiz und anderen Ländern	162
8 Literatur	165
Die Autorin und die Autoren	180

Einleitung und Überblick

Die Integrative Therapie, um die es in diesem Buch gehen wird, ist ein seit 2005 in Österreich akkreditiertes Psychotherapieverfahren. Von Hilarion G. Petzold und Johanna Sieper in den 1960er-Jahren erstmals begrifflich genannt, ab den 1970er-Jahren mit Ilse Orth und Hildegund Heinel weiterentwickelt, ist das Verfahren heute zu einem theoretisch und praktisch weit ausgreifenden Programm angewachsen. Integrative Therapie ist ein nach vielen Seiten offener Ansatz mit forschungsbegründeten, wissenschaftlich evaluierten Modellen, welche systematisch miteinander verbunden wurden und entlang der empirischen Psychotherapieforschung unter Einbezug wissenschaftlicher Erkenntnisse aus Natur-, Geistes- und Sozialwissenschaften beständig weiterentwickelt wird. Therapiepraktisch schöpft sie aus dem tiefenpsychologischen Denken sowie aus bewährten gestalttherapeutischen, psychodramatischen, systemischen und verhaltenstherapeutischen Ansätzen.

Die Integrative Therapie kann als Teil der internationalen Tendenz zu Methodenintegration und Pluralität in der Psychotherapie betrachtet werden, im deutschsprachigen Raum kommt ihr diesbezüglich eine Vorreiterrolle zu. Sie ist eine therapeutische Herangehensweise, die verschiedene Theorien und Techniken unterschiedlicher psychotherapeutischen Schulen integriert, um den individuellen Bedürfnissen von Patient:innen gerecht zu werden. Menschen sind komplexe Wesen, sie stehen im Fluss der Zeit und der jeweiligen soziokulturellen Gegebenheiten. Psychische Probleme können sehr unterschiedliche Ursachen und Ausdrucksformen haben. Der integrative Ansatz in der Psychotherapie orientiert sich an der Vielfältigkeit menschlicher Erfahrung und der Auffassung, dass keine einzelne Therapieschule für alle Menschen und Probleme geeignet sein kann.

Es lässt sich beobachten, dass die allermeisten Therapeut:innen im Laufe ihrer Berufskarriere ihre erlernte Therapiemethode überschreiten und im Rahmen von Weiterbildungen weitere Techniken und Theorien in ihr Repertoire aufnehmen. Für integrative Therapeut:innen besteht der Vorteil, dass die Integration unterschiedlicher Modelle und Techniken be-

reits ab dem ersten Tag der fachspezifischen Ausbildung auf Basis langjähriger Entwicklungs- und Qualitätssicherungsarbeit vermittelt wird. Nur wenn ein Psychotherapieverfahren wissenschaftstheoretisch genau beschrieben und empirisch abgesichert ist, kann es als in sich konsistente, standardisierte Praxis methodisch kontrolliert durchgeführt und in weiterer Folge wissenschaftlich evaluiert werden. Letzteres zeichnet die Integrative Therapie in besonderem Maße aus.

Die immer bedeutender werdende Frage nach der Evidenzbasierung von Psychotherapie und damit auch der Integrativen Therapie lässt sich aus unserer Sicht folgendermaßen beantworten: Dank umfangreicher, internationaler Forschung liegt uns gesichertes Wissen bezüglich der Wirkfaktoren der Psychotherapie vor. Empirisch zeigt sich, dass es weder das Festhalten an schulenspezifischen Techniken noch die Ausbildung in einer bestimmten Orientierung, sondern vielmehr die Person der Therapeut:in ist, welche vor dem Hintergrund der evidenzbasierten Wirkfaktoren auf die individuellen Bedürfnisse der Patient:innen abgestimmte Behandlungen durchführt. Genau darauf konzentrieren sich integrative Therapeut:innen, und zwar mit einer großen Vielfalt von Methoden und Techniken, die wir Ihnen hier nun kompakt vorstellen dürfen.

In Kapitel 1–3 führt Robert Stefan in die Entwicklung und Geschichte der Integrativen Therapie ein und skizziert wesentliche Grundlagen und theoretische Ankerpunkte des Verfahrens. Es ist eine Besonderheit des Integrativen Ansatzes, dass nicht lediglich das Psychische Gegenstand der Therapie ist, sondern der Mensch in seiner leiblichen Ganzheit und seiner verkörperten sozioökologischen Einbettung in den Blick genommen wird. Dieses ressourcen- und potenzialorientierte biopsychosozialökologische Menschenbild hat großen Einfluss auf Theorie und Praxis der Behandlung in unserem Verfahren.

In Kapitel 4 erläutert Claudia Höfner die Gesundheits- und Krankheitslehre der Integrativen Therapie. Gesundheit und Krankheit werden als Pole eines Kontinuums betrachtet. Die Position, die ein Mensch auf diesem Kontinuum einnimmt, unterliegt vielfältigen Faktoren im Entstehungsprozess. Daher werden im Rahmen einer Therapie nicht nur Schädigungen, Defizite

und Belastungen bearbeitet, sondern auch Ressourcen, Kompensations- und Gestaltungsmöglichkeiten. Praktische Beispiele für den therapeutischen Umgang finden sich in Kapitel 6. In Kapitel 5 erklärt Claudia Höfner die besondere Form der Integrativen Psychotherapeutischen Diagnostik (IPD), die auf fünf Modulen beruht. Angefangen mit der Kontaktaufnahme zwischen Therapeut:in und Patient:in entwickelt sich im Verlauf der Therapie ein intersubjektiver Behandlungsweg. Dieser Prozess schließt im Sinne einer Theragnostik – also der Verschränkung von Therapie und Diagnostik – die Befunderhebung, die Anamnese, die Diagnose und die Therapie ein.

In Kapitel 6 beschreibt Gerd Mantl die Umsetzung von realexplikativen Theorien in der therapeutischen Praxis sowie den konkreten Umgang mit den Patient:innen. Besonderes Augenmerk liegt dabei auf dem dyadischen Setting, begleitet von Beispielen aus der Praxis, um einen idealtypischen Verlauf und vielfältige Interventionen zu illustrieren. Ziele und Interventionen in der Integrativen Therapie werden erläutert und damit wird verdeutlicht, dass die Auswahl von Methoden, Techniken und Medien flexibel und zielgerichtet sowie abhängig von den individuellen Bedürfnissen der Patient:innen erfolgen sollte. Es werden auch die verschiedenen Modalitäten, therapeutischen Stile, Settings und Tiefungsebenen der Integrativen Therapie beleuchtet. Es wird außerdem diskutiert, welche Wege der Heilung und damit verbundene Heil- und Wirkfaktoren in diesem psychotherapeutischen Verfahren bekannt sind. Die Bedeutung der Leibarbeit innerhalb der Integrativen Therapie wird hervorgehoben, wobei die Integrative und Differentielle Relaxationstherapie (IDR) als konkretes Beispiel dient. Des Weiteren wird der Umgang mit Krisen in der Integrativen Therapie skizziert und es folgt eine kurze Erwähnung des störungsspezifischen Arbeitens in der Integrativen Therapie und der Verweis auf ausgewählte Literaturquellen für spezifische Störungen nach ICD-11.

Claudia Höfner
Gerd Mantl
Robert Stefan

Wien, Jänner 2024

1 Geschichte der Integrativen Therapie

In diesem Kapitel wollen wir die Geschichte und Entwicklung der Integrativen Therapie in groben Pinselstrichen nachvollziehen. Dazu wird der gesellschaftliche und politische Hintergrund der Gründungszeit beleuchtet und es werden einige wesentliche biografische Aspekte der Protagonist:innen des Verfahrens dargestellt. Die Integrative Therapie schöpft als methodenverbindender, schulenübergreifender Ansatz aus zahlreichen psychotherapeutischen, philosophischen und wissenschaftlichen Quellen, die wir in diesem Abschnitt in ihrer Bedeutung für die Entwicklung ausführen. Der nunmehr bereits seit bald 60 Jahren bestehende Ansatz einer Integrativen Therapie kann rückblickend in drei Epochen oder Wellen eingeteilt werden, deren spezifische Schwerpunktsetzungen wir hier ebenfalls erläutern wollen.

1.1 Gesellschaftlicher Hintergrund

Der Begriff der Integrativen Therapie wurde von Hilarion G. Petzold und Johanna Sieper erstmals im Jahr 1965 genannt. Ilse Orth, eine weitere Mitbegründerin der Integrativen Therapie, studierte zur gleichen Zeit in Paris und arbeitete ab 1974 an der Entwicklung des psychotherapeutischen Verfahrens mit. Über die Gründungszeit der Integrativen Therapie sagt Hilarion G. Petzold Folgendes:

Die **Integrative Therapie** entstand Mitte der 1960er Jahre in Paris im Kontext der soziokulturellen Bewegungen, die durch den deutsch-französischen Freundschaftsvertrag 1963 wesentlich angestoßen worden war. Dieser zentrale europapolitische Hintergrund ist genauso wichtig wie die sogenannte 1968er-Bewegung. (Petzold, 2018r, S. 2)¹

¹ Ausdrucksstarke und kreative Schriftformatierungen wie fett und kursiv sind ein häufig eingesetztes Stilmittel von Petzold und Kolleg:innen und sind in direkten Zitaten hier und nachfolgend aus dem Original übertragen.

Der deutsch-französische Freundschaftsvertrag, auch als Élysée-Vertrag bekannt, markiert einen bedeutenden Wendepunkt in den Beziehungen der Staaten Europas. Der Vertrag hatte das Ziel, die jahrhundertelange Rivalität zwischen den beiden Nationen zu überwinden und eine dauerhafte Grundlage für Kooperation, Versöhnung und gegenseitiges Vertrauen zu schaffen. Der Élysée-Vertrag bewirkte eine enge Abstimmung der politischen Positionen mit dem Ziel der europäischen Integration und förderte auch den kulturellen Austausch und das Verständnis zwischen den beiden Ländern. Die Intensivierung der Zusammenarbeit im Bildungsbereich und der Austausch von Student:innen trug zum Aufbruch in ein neues kulturelles Zeitalter und auch zur Entstehung der Integrativen Therapie maßgeblich bei.

Die 1968er-Bewegung war ein weltweites Phänomen, durch das eine Vielzahl politischer, sozialer und kultureller Veränderungen angestoßen wurde. Die Bewegung strebte eine umfassende Demokratisierung der Gesellschaft an, um mehr Beteiligung und Mitsprache der Bürger:innen zu gewährleisten. Sie spielte auch eine entscheidende Rolle bei der Forderung nach Gleichstellung der Geschlechter. Ferner setzte sie sich für eine Neubewertung der Erziehung und der Beziehung zwischen Eltern und Kindern ein, indem sie autoritäre Strukturen und hierarchische Machtverhältnisse kritisierte. Sie trug zu grundlegenden sozialen und kulturellen Veränderungen bei, indem sie traditionelle Normen und Werte hinterfragte und Raum für neue kulturelle Ausdrucksformen schuf. All dies führte dann auch zu einer Liberalisierung und Veränderung der politischen Institutionen, so entstand etwa die Partei der Grünen in der Folge der 1968er-Bewegung.

Im Paris jener Zeit des Aufbruchs und des Umbruchs begannen intensive Debatten zwischen der Psychoanalyse, dem Existenzialismus, dem Marxismus und der Phänomenologie, welche das Verhältnis von Philosophie, Psychologie und Psychotherapie neu definierten (Petzold, 2018r). Es entstand ein fruchtbares Milieu, aus dem bis heute sehr wirkmächtig gebliebene Ideen und Theorien hervorgingen, welche für die als Studierende nach Paris gekommenen Gründungsfiguren der Integrativen Therapie eine wichtige Quelle der Inspiration waren. An der Stelle lässt sich schon ein

wesentliches Charakteristikum der Integrativen Therapie erkennen, nämlich ihre interdisziplinäre Orientierung unter besonderer Berücksichtigung der Philosophie sowie der Geistes- und Kulturwissenschaften.

Studien und Weiterbildungen in psychoanalytischen, klinisch-psychologischen oder körpertherapeutischen Ansätzen führten sehr früh zur Ausarbeitung methodenverbindender Modelle. Aus der Diskussion mit Vertreter:innen unterschiedlicher Richtungen wie Gestalttherapie, Psychodrama, Verhaltenstherapie oder systemische Therapie wurde die Entwicklung methodenintegrativer Modelle kontinuierlich vertieft (Petzold, 1988n, 2003a, 2018r).

1.2 Hilarion G. Petzold, Johanna Sieper und Ilse Orth

Hilarion G. Petzold (2011j) genoss im Umfeld der Friedensbewegung der 1950er- und 1960er-Jahre eine künstlerisch orientierte, intensive humanistische und naturverbundene Erziehung. Später betrieb er umfangreiche naturwissenschaftliche und geisteswissenschaftliche Studien. Als Pionier der Methodenintegration konzipierte er den integrativen Ansatz mit seinen Kolleginnen Johanna Sieper und Ilse Orth als entwicklungsorientierte Therapie. Er schuf damit wichtige Beiträge für die Psychotherapie im Allgemeinen und für die Geronto-, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie sowie die Suchttherapie. Er gilt als Vorreiter des neuen Integrationsparadigmas in Europa, insbesondere im deutschsprachigen Raum (Petzold, 1996h). Petzold gründete gemeinsam mit Johanna Sieper 1972 das *Fritz Perls Institut* (FPI) für Integrative Therapie, Gestalttherapie und Kreativitätsförderung und 1982 die *Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit* (EAG) in Hückeswagen, Deutschland. Neben zahlreichen Lehrtätigkeiten in Institutionen in ganz Europa war er von 1979 bis 2004 Professor und Ordinarius für Psychologie, klinische Bewegungstherapie und Psychomotorik an der Freien Universität Amsterdam und von 1980 bis 1989 Gastprofessor und Supervisor am Lehrstuhl des äußerst einflussreichen Klaus Grawe zur

Zeit von dessen Forschungs- und Publikationstätigkeit zu einer schulenübergreifenden Psychotherapie (Petzold, 2011i).

Johanna Sieper (1940–2020) studierte von 1958 bis 1962 in Düsseldorf Kunst, Grafik und Design (Petzold, 2011j). Sie ging wie Petzold in den 1960er-Jahren nach Paris, um Kunstgeschichte, Religionsgeschichte und mit ihm Philosophie, orthodoxe Theologie und Psychologie zu studieren. Sieper war seit den Anfängen der Integrativen Therapie 1965 an der Entwicklung des Verfahrens beteiligt und hat an sehr grundlegenden Texten, vor allem zur Kulturtheorie, mitgewirkt. Die Open-Access-Zeitschrift *POLYLOGE: Materialien aus der Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung* wurde von Sieper seit dem Jahr 2000 als Gründungsschriftleiterin bis zu ihrem Tod 2020 betreut.

Ilse Orths Arbeit umfasst seit jungen Jahren vor allem die Bereiche Rhetorik, Drama, Theaterarbeit und Frauenliteratur. Vor diesem Hintergrund hat sie entscheidend an der Entwicklung intermedialer Arbeit wie kreativem Gestalten mit Ton, Arbeit mit Naturmaterialien, Verbindung von Bewegung, Tanz, Schreiben und Sprache mitgewirkt (Petzold, 2011i). Sie ist neben Johanna Sieper die wesentliche Mitgestalterin und Mitautorin der Schriften der Integrativen Therapie und eine der Ersten überhaupt, die systematisch kreative Medien in die psychotherapeutische Arbeit einfließen ließ (Petzold & Orth, 1993a; 1994a).

1.3 Psychotherapeutische Quellen

Die Integrative Therapie ist ein schulenübergreifendes, methodenplurales Verfahren. Sie schöpft aus vielen Quellen, von denen nachfolgend die wichtigsten genannt werden. Im Paris der 1960er-Jahre waren psychoanalytische Ansätze und Ideen omnipräsent, auch Petzold, Sieper und Orth haben sich in Theorie und Praxis mit dieser äußerst wirkmächtigen Strömung auseinandergesetzt (Petzold, 2018r). Der Begriff der Psychoanalyse wurde von Sigmund Freud ab 1897 verwendet; Freud gilt bis heute als einer der meistzitierten und kontroversesten Autoren der Welt. Seine Schriften und

Theorien zur Psychoanalyse haben über die Grenzen der medizinischen und psychologischen Wissenschaften hinaus enormen Einfluss auf die Kulturwissenschaften und die westliche Kultur im Allgemeinen erlangt. Für die Integrative Therapie sind allerdings weniger die Ansätze Freuds als die seines Schülers und Mitarbeiters Sándor Ferenczi von Bedeutung. Ferenczis Modifikation der Freud'schen Psychoanalyse gilt heute als Grundlage moderner Psychotherapie, insbesondere mit Blick auf eine aktive Behandlungstechnik und die Gestaltung der psychotherapeutischen Beziehung. Der Ferenczi-Schüler Vladimir N. Iljine entwickelte die kreativen Ansätze zu einem therapeutischen Theater weiter, welches ebenfalls eine Quelle der Integrativen Therapie darstellt (Schuch, 2000).

Wie bereits ausgeführt, gründeten Petzold und Sieper 1972 das *Fritz Perls Institut* (FPI) für Integrative Therapie, Gestalttherapie und Kreativitätsförderung. Fritz und seine Frau Laura Perls gelten unter anderen als Begründer:innen der Gestalttherapie, welche insbesondere in den Anfangsjahren eine wichtige Rolle für die Entwicklung der Integrativen Therapie spielte (Petzold, 1996h). Die Gestalttherapie entwickelte sich in Opposition zur Psychoanalyse als erlebnisorientierte, experimentelle und am Erleben im Hier und Jetzt orientierte Psychotherapie. Damit hat die Rolle des Körpers und der Sinnlichkeit eine deutlichere Akzentuierung in der Psychotherapie gefunden, als es in psychoanalytischen und verhaltenstherapeutischen Ansätzen in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts der Fall war. Petzold und Kolleginnen leisteten Pionierarbeit in der Verbreitung der Gestalttherapie in Deutschland, distanzieren sich jedoch mit der Zeit in wesentlichen Punkten von dieser. Insbesondere eine einseitige Hier-und-Jetzt-Orientierung, die Polarisierung von Denken und Sinnlichkeit, wie sie laut Petzold (2003a) in der Gestalttherapie vorzufinden sei, wird von der Integrativen Therapie erweitert.

Es darf an der Stelle nicht übersehen werden, dass viele der psychotherapeutischen Innovationen, welche der Gestalttherapie zugeschrieben werden, ihren Ursprung in der historisch etwas früher entstandenen Psychodrama-Psychotherapie des österreichischen Arztes Jakob L. Moreno haben. Theoretischer Kernpunkt der Schule nach Moreno ist die Rollenthe-