

# Musiktherapie als psychotherapeutische Methode

Horst Kächele

Klinik Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Universitätsklinikum Ulm

[www.horstkaechele.de](http://www.horstkaechele.de)

# Strotzka' Definition (1975)

- Psychotherapie ist ein bewusster und geplanter interaktioneller Prozess
- # zur Beeinflussung von Verhaltensstörungen und Leidenszuständen,
- # die in einem Konsensus (möglichst zwischen Patient, Therapeut und Bezugsgruppe) für behandlungsbedürftig gehalten werden,
- # mit psychologischen Mitteln meist verbalen, aber auch a verbal,
- # in Richtung auf ein definiertes, nach Möglichkeit gemeinsam erarbeitetes Ziel (Symptomminimalisierung und /oder Strukturänderung der Persönlichkeit)
- # mittels lehrbarer Techniken
- # auf der Basis einer Theorie des normalen and pathologischen Verhaltens

# Allgemeine Voraussetzungen

- Zum Kanon einer allgemeinen Psychotherapie gehören zunächst eine Aufzählung von Voraussetzungen für Psychotherapie, die teilweise rein formaler Natur sind wie z.B. Zeit und Raum.
- s.a. folgende Seite:
- Orlinsky, D. E. & Howard, K. I. (1988): Ein allgemeines Psychotherapiemodell. Integrative Therapie, 4, 281.

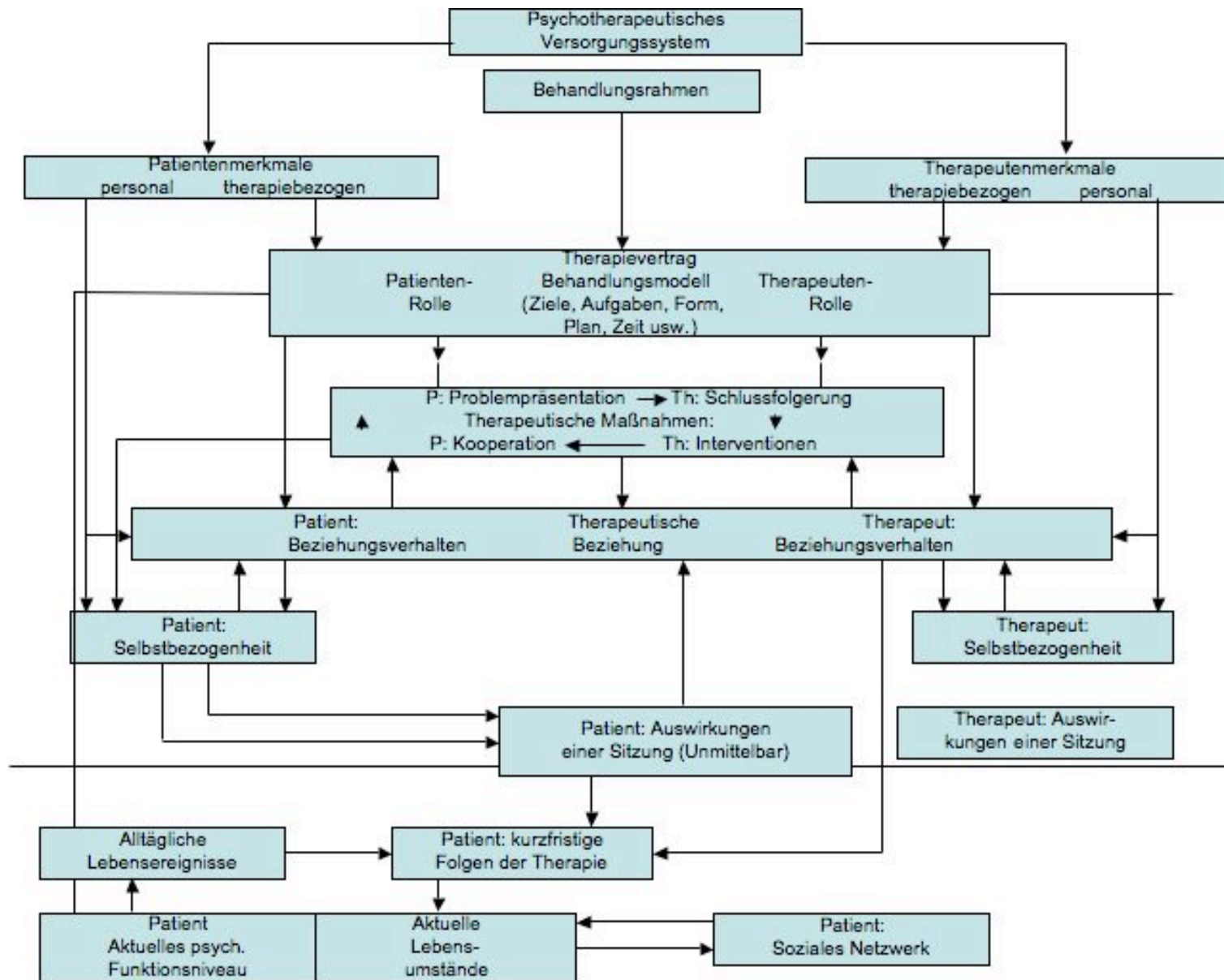


Abb. Das „Generic Model of Psychotherapy“

# Inhaltliche Voraussetzungen

wie z.B.

- a) die Bereitschaft über Probleme zu sprechen
- b) die Entwicklung einer Bindung
- c) die Entwicklung selbst-kritischer Funktionen in Abwesenheit des Therapeuten

Grawe's (1995)  
vier Wirkprinzipien

- Ressourcenaktivierung
  - Problemaktualisierung
  - Aktive Hilfe zur Problembewältigung
  - Klärungsperspektive
- 
- Grawe, K. (1995): Grundriss einer Allgemeinen Psychotherapie. Psychotherapeut, 40, 130-145.

# Ressourcen

- Es gibt gute Gründe für die Annahme, dass die Ressourcen der Patienten für die Indikation und Wirkung von Psychotherapien eher eine noch größere Bedeutung haben als die Art ihrer Probleme.....Der Erfolg einer Psychotherapie hängt vor allem davon ab, inwieweit es gelingt, die vom Patienten mitgebrachten Ressourcen für die therapeutischen Zwecke zu aktivieren ..
- Grawe, K. & Grawe-Gerber, M. (1999): Ressourcenaktivierung. Ein primäres Wirkprinzip der Psychotherapie. Psychotherapeut, 44, 63-73.

# Die therapeutische Allianz oder die hilfreiche Beziehung

Die therapeutische Allianz dürfte das wichtigste technische Prinzip in allen Behandlungsmodalitäten (Horvath & Greenberg 1994).

Die hilfreiche Beziehung ist eine Bezeichnung für eine Reihe offensichtlich verwandter Phänomene, in denen sich widerspiegelt, in welche Masse der Patient die Beziehung zum Therapeuten als hilfreich bzw. möglicherweise hilfreich für das Erreichen der Behandlungsziele erlebt.

Dieses steht im Einklang mit Freuds (1912b) Empfehlung, daß die milde positive Übertragung als "Trägerin des Erfolges" (S.371) betrachtet werden sollte.

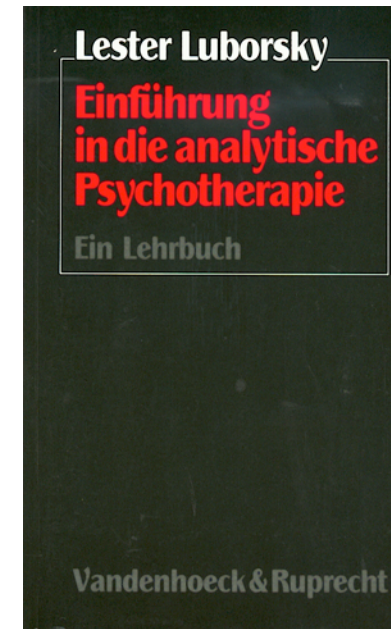


# Luborsky's Empfehlungen I

- 1) Vermittle dem Patienten durch Sprache und Verhalten die Unterstützung in seinen Bestreben, die Behandlungsziele zu erreichen.
- 2) Vermittle dem Patienten ein Gefühl von Verständnis und Akzeptanz.
- 3) Entwickle Sympathie für den Patienten.
- 4) Hilf dem Patienten dabei, notwendige Abwehrformen und Handlungen beizubehalten, die seine Lebenstüchtigkeit fördern.
- 5) Vermittle dem Patienten die realistisch-zuversichtliche Einstellung, daß die Behandlungsziele wahrscheinlich zu erreichen sind.

## Luborsky's Empfehlungen II

- 6) Anerkenne bei geeigneter Gelegenheit, daß der Patient seinen Behandlungszielen schon nahe gekommen ist.
- 7) Rege den Patienten an, seine Gedanken und Gefühle im Zusammenhang mit bestimmten Themen auszudrücken
- 8) Fördere ein "Wir-Bündnis".
- 9) Vermittle dem Patienten deine Achtung und Wertschätzung.
- 10) Weise auf Erfahrungen hin, die Patient und Therapeut in der Therapie gemeinsam gemacht haben



## ein multidimensionales Konstrukt

### vier Aspekte

- a) Die Fähigkeit des Patienten zielgerichtet in der Therapie arbeiten zu können
- b) Die affektive Verbundenheit des Patienten mit dem Therapeuten
- c) Das empathische Verstehen und die Involviertheit des Therapeuten
- d) Die Übereinstimmung von Patient und Therapeut hinsichtlich der Behandlungsaufgaben - und ziele

## 15 Jahren Allianz-Forschung (Horvath 2000)

- Allianz (bereits aus frühen Therapiestunden) ist ein Prädiktor für den Therapieerfolg, unabhängig vom psychotherapeutischen Verfahren, der Diagnose und Patientenmerkmalen
- (Ein Problem liegt dabei in der Konfusion von Therapieerfolg und Allianz: "Ich fühle mich besser, deshalb kann ich mich mehr auf die therapeutische Beziehung einlassen");
- Therapeut und Patient stimmen in der Einschätzung der Allianz meist nicht überein;

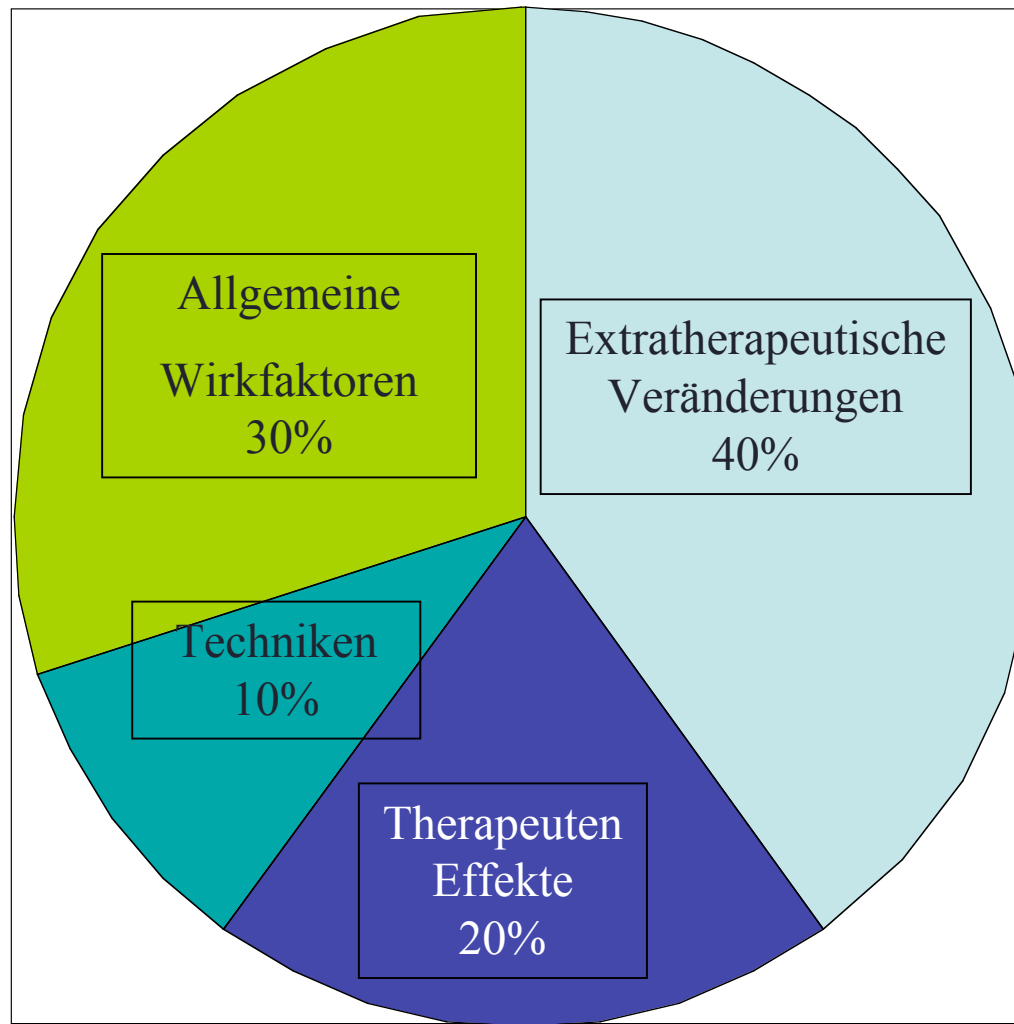
## Klinische Schlußfolgerungen:

# Die Entwicklung einer positiven Allianz bedarf der Beteiligung beider Interaktionspartner (d. h. bi-personales Modell);

# wenn keine positive Allianz zustande gekommen ist, steigt die Wahrscheinlichkeit, daß die Therapie nicht erfolgreich verläuft;

# Störungen in der therapeutischen Beziehung bedürfen der unmittelbaren und sorgfältigen Bearbeitung - Aspekten des "Hier und Jetzt" ist dabei der Vorzug zu geben, statt den Wiederholungsaspektes eines bestimmten Verhaltens hervorzuheben.

Prozentualer Anteil der Ergebnisvarianz in der Psychotherapie als Funktion unterschiedlicher Wirkfaktoren  
(nach Lambert & Barley, 2002, Wampold, 2001, Lambert & Ogles, 2004)



Kächele u. Strauss, 2008