

Informationen für Psychotherapeuten

Die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie (tfP) ist eine Anwendung der Psychoanalyse in der krankenkassenfinanzierten Versorgung nach den Psychotherapierichtlinien. Dazu wurden eine spezifische therapeutische Haltung, eine modifizierte Behandlungsstrategie und eine besondere Interventionstechnik entwickelt, welche die Methode von der analytischen Psychotherapie unterscheiden.

Die therapeutische Haltung folgt den Prinzipien der Neutralität und Abstinenz der Psychoanalyse. Der Behandler ist aber im Vergleich mit der psychoanalytischen Methode aktiver, gibt z.B. Themen vor oder fragt nach und strukturiert das Gespräch. Dabei folgt er dem Ziel, den Behandlungsprozess konzentriert im Hier und Jetzt zu halten.

Die Behandlungsstrategie zielt auf eine realitätsnahe Bearbeitung und Lösung der unbewussten Hintergrundkonflikte ab. Daher werden regressive Prozesse begrenzt und Übertragungsphänomene weniger intensiv genutzt. Die Zielsetzung wird begrenzt auf die Klärung und Lösung der Konflikte, die in der Symptomatik zum Tragen kommen.

Im Zentrum der Interventionstechnik steht die Aufdeckung und Bearbeitung der aktuellen Hintergrundkonflikte. Daneben werden aber auch stützende Techniken (Beratung, Ermutigung, Unterstützung usw.) eingesetzt.

Die spezielle Behandlungstechnik findet auch in Hinblick auf Strukturstörungen (Persönlichkeitsstörungen, „frühe“ Störungen, Borderline-Störungen im weiteren Sinne) ihren Einsatz. Dabei stehen strukturfördernde Strategien und Techniken im Zentrum der Behandlung, z.B. die Differenzierung der Affektwahrnehmung, die Förderung des Affektausdrucks, der Empathie und des vorausplanenden Denkens. Außerdem wird auf die Selbst- und Beziehungsregulation zentriert und auf Konflikte, die in Folge von Strukturdefiziten entstanden sind.

Die DPG fördert die Ausbildung zur tfP an ihren psychoanalytischen Instituten, da die tfP eine Anwendungsform der Psychoanalyse ist. So kann gewährleistet werden, dass beide Verfahren sich gegenseitig befruchten. An mehreren Instituten der DPG bestehen Ausbildungsgänge für tfP. Für Teilnehmer der psychoanalytischen Ausbildung bestehen spezielle Pflichtveranstaltungen, in denen die Qualifikation zur Ausübung der tfP vermittelt wird.