

Psychotherapie

Edgar Heim

Die Welt der Psychotherapie – Entwicklungen und Persönlichkeiten

Klett-Cotta; 2009. 251 Seiten. 25 Abb.

Fr. 47.50/€ 24.90

ISBN 3-608-94549-0



«Die Welt der Psychotherapie stellt mittlerweile eine Art geistiges Universum dar, das sich zeitlich von der Aufklärung bis in die Postmoderne erstreckt und Erklärungsmodelle erfasst, die von der Philosophie bis zu den modernen Neurowissenschaften reichen.» So beginnt Edgar Heim im Vorwort sein herausragendes Werk, das erstmals die Geschichte der Psychotherapien in Europa und den USA umfassend darstellt. In der Tat hat sich die Psychotherapie in die verschiedensten Richtungen ausgeweitet und ist schwer überblickbar geworden. Und doch gleicht die Psychotherapie-Entwicklung mehr der Verästelung eines Baumes als dem Wildwuchs eines Urwaldes, der nicht zu durchforsten ist. Dieses Fazit drängt sich jedenfalls auf, wenn man sich als Leser dem Autor Edgar Heim anvertraut und eine Zeitreise durch «die Welt der Psychotherapie» unternimmt. Angefangen im 19. Jahrhundert mit dem «Mesmerismus» und der Hypnosebewegung, fortentwickelt durch die freudsche Psychoanalyse (und ihre Dissidenten) zu Beginn des 20. Jahrhunderts, ergänzt durch die Verhaltenstherapie (mit kognitiver Wende), den systemischen Ansatz und weitere Methoden (wie die Daseins-Analyse, die humanistischen Psychotherapien und die interpersonale Psychotherapie) bis hin zur aktuellen, forschungunterstützten Integration verschiedener Therapieansätze.

Diese Entwicklungslinien werden unter kundiger Führung des Autors zu einem roten Faden durch die Psychotherapielandschaft. Edgar

Heim versteht es auch, die Anliegen der Gründer-Persönlichkeiten verschiedener Schulrichtungen durch Hinweise auf ihre Biographie dem Leser nahezubringen und gleichzeitig den Einfluss institutioneller und gesellschaftlicher Verhältnisse (sogar unter Berücksichtigung sozialistischer Länder) knapp, aber genau darzulegen. Auch wer sich schon früher mit der Geschichte von Psychotherapie und Psychiatrie auseinandergesetzt hat, wird in diesem Buch manches Neue entdecken und vor allem auch auf Zusammenhänge aufmerksam gemacht, die er vorher übersehen hat. Es braucht aber kein Fachwissen, um dieses übersichtliche, gut gegliederte Buch zu lesen. Vielmehr wird jede an der Psychotherapie interessierte Person auf eine informative Entdeckungsreise mitgenommen. Einen besonderen praktischen Wert bekommt das Werk durch die Zusammenfassung der alltagsrelevanten Forschungserkenntnisse zur Psychotherapie gegen Ende des Buches sowie den anschließenden Hinweis auf aktuelle Entwicklungstendenzen.

Was das Werk ganz besonders auszeichnet, ist die seltene Kombination von eminenter Sachkompetenz, leichter Feder und Konzentration auf das Wesentliche. Nur diese Kombination macht es möglich, dass «die Welt der Psychotherapie» ohne wesentliche Abstriche auf 215 Textseiten (neben einem ausführlichen Literaturverzeichnis und einem Personen- und Sachregister) Platz findet. Zur Kunst des Schreibens gehört auch die Kunst des Streichens. Edgar Heim hätte wohl mit seinen profunden Kenntnissen als emeritierter Ordinarius für Psychotherapie und Psychiatrie der Universität Bern und aufgrund seiner breiten wissenschaftlichen Tätigkeit in den USA und in Europa leicht ein mehrbändiges Werk schreiben können. Stattdessen hat er das Kunststück fertiggebracht, ein leicht lesbares, oft fesselndes Buch vorzulegen, das alle wichtigen Psychotherapierichtungen umfasst, ihre geschichtliche Position beschreibt und bei allem Trennenden das Gemeinsame in der Psychotherapie hervorhebt. Das scheint mir in unserer Zeit besonders wertvoll und wichtig zu sein. Braucht es mehr, um die Lektüre dieses Buches mit Kopf und Herz zu empfehlen?

Prof. em. Dr. med. Daniel Hell

Sportmedizin

Wildor Hollmann und Heiko K. Strüder
**Sportmedizin – Grundlagen für körperliche
Aktivität, Training und Präventivmedizin**

5., neu bearbeitete und erweiterte Auflage mit
728 Abbildungen und 91 Tabellen
Schattauer; 2009. 756 Seiten. Fr. 159.–/€ 99.–
ISBN 3-7945-2546-9

Das als «Bibel der Sportmedizin» bezeichnete Werk wurde von zwei national und international bekannten Universitätsprofessoren und Lehrstuhlinhabern der Deutschen Sporthochschule Köln verfasst. Prof. Dr. Dr. Wildor Hollmann ist Kardiologe und Sportmediziner, sein Mitautor Prof. Dr. Heiko K. Strüder ist Lehrstuhlinhaber und Leiter des Instituts für Motorik und Bewegungstechnik der Sporthochschule Köln.

Inhaltlich ist das Werk interdisziplinär konzipiert, es überwiegen aber eindeutig die physiologisch-internistischen Aspekte der Sportmedizin. Der grosse orthopädisch-traumatologische Bereich wurde gänzlich weggelassen. Der Enttäuschung hierüber soll kein allzu grosser Platz eingeräumt werden. Es ist verständlich, dass eine umfassende Abhandlung den Rahmen des einbändigen Werkes sprengen würde.

In der Einleitung wird die universale Entwicklung beim Urknall angefangen bis zur Bedeutung der körperlichen Leistungsfähigkeit in der heutigen Gesellschaft erläutert. Aus der Definition der Sportmedizin ergeben sich die Teilgebiete der Präventivmedizin, Bewegungstherapie/Rehabilitation und Trainingslehre. Historisch gesehen, wurde die anatomische und die physiologische Grundlagenforschung von präventiven und rehabilitativen Überlegungen abgelöst, um zu der heute sehr breiten Anwendungsskala der Trainingslehre zu gelangen.

Die motorischen Beanspruchungsformen, wo zu Koordination, Flexibilität, Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer zählen, werden mit ihrer jeweiligen Definition, den Messmethoden, Einflussfaktoren und Trainingsmethoden erörtert. Im letzten Kapitel wird auf sportspezifische und sportärztliche Gesichtspunkte eingegangen. Dort trifft man unter anderem auch auf «Exoten», wie Abhandlungen zu Geschichte und Gefahren beim Bungeespringen, die Möglichkeit des Fliegens aus eigener Muskelkraft durch Trekkurbelastung oder die Hippotherapie. Beim ersten Durchblättern leicht abschreckend ist die grosse Anzahl der eintönigen Koordinatensysteme und EKG-Abbildungen. Das Interesse wecken aber wieder Abbildungen zur geschichtlichen Entwicklung von Apparaturen und Verfahren, die man sonst nirgendwo so leicht wiederfindet. Interessant sind auch die Kapitel zum Doping, wo man etwa lesen kann, dass nicht nur das Höhenstraining, das dem Hypoxietraining im Labor entspricht, sondern auch ein Hyperoxietraining offiziell nicht verboten sind, wobei die Gründe der Leistungssteigerung dieses Trainings noch immer ungeklärt sind. Insgesamt ein sehr zu empfehlendes Buch, das die vielen Aspekte, die man aus orthopädisch-traumatologischer Sicht der Sportmedizin oft leicht vernachlässigt, besonders hervorhebt.

Sandra Krüger, Berlin