

des Selbstwertes an. Daneben gibt der Autor konkrete Vorschläge und Handlungsweisen für einen Ausstieg aus dem Burn-out. Dabei ist sein Vorgehen sehr direktiv, was ich im Kontext von Burn-out nicht für nachteilig, sondern im Bereich der Handlungsanweisung für einen eigenständigen Ausstieg für zwingend notwendig halte. In diesem Kontext widmet er sich den Bereichen Schlaf, Grundkompetenz für die Arbeit stärken und Umgang mit Angst. Zudem geht er diverse Themen systematisch an, wie Kommunikation, Ernährung, Lebenszeit zu Hause, Sexualität, Grenzen wahrnehmen, Sport, Entscheidungen treffen, Überstunden, Arbeit mit nach Hause nehmen, finanzielle Angelegenheiten und beschreibt die Auswirkungen des Burn-outs auf diese Bereiche. Das Buch empfiehlt klare Handlungsstrategien zu einer bewussten Auseinandersetzung mit der Thematik und für einen Weg aus dem Burn-out. Neben der Praxisnähe zeichnet sich das Buch gleichzeitig durch die hohe fachliche Kompetenz des Autors und Facharztes für psychotherapeutische Medizin aus.

Als achtsamkeitsbasiertes, bewegungstherapeutisches Konzept empfiehlt er Qi-Gong zu üben und dadurch zunehmend ins Lot zu kommen. An dieser Stelle könnte der bezüglich anderer östlicher Traditionen wie z. B. Yoga versierte Leser einen Hinweis auf diese und deren förderliche Wirkung beim Ausstieg aus dem Burn-out vermissen.

Das Buch bietet nicht nur Hilfestellungen für einen eigenständigen Ausstieg, sondern gibt darüber hinaus einen Überblick über die Therapielandschaft und thematisiert dabei sowohl ambulante Psychotherapie als auch stationäre Behandlungsmöglichkeiten. Um dem Leser die Angst vor dem Schritt in die stationäre Therapie zu nehmen, beschreibt er Erfahrungen seiner Patienten bei der Aufnahme in die Klinik.

Nelting bietet mit seinem Buch, auch wenn er an vielen Stellen sein eigenes Unternehmen präsentiert, ein brauchbares Werk in Form einer Mischung aus Ratgeber und Fachbuch mit solidem Fachwissen für Betroffene, Angehörige

oder Vorgesetzte, auch für Helfer bietet er einen guten Einblick in das komplexe Leiden.

Dagmar Hölldampf



Jörg Fengler und Andrea Sanz (Hrsg.)

Ausgebrannte Teams. Burnout-Prävention und Salutogenese

Klett-Cotta, Stuttgart 2011
broschiert, 255 Seiten, 24,95 €
ISBN 978-3-608-89097-6

Fehlzeiten wegen psychischer Erkrankungen haben nach Studien der AOK von 1997 bis 2009 um mehr als 83 % zugenommen, 10 % davon werden mit der Diagnose „Burn-out“ begründet. Durchschnittlich führen sie zu 30,4 Ausfalltagen. Gesundheitsförderung kann nach Studien der Hans-Böckler Stiftung Fehlzeiten um 30 % senken. Auch wenn das Burn-out Syndrom bisher keinen Eingang in die gängigen Versionen der Klassifikationssysteme psychischer Krankheiten (ICD 10, DSM IV) gefunden hat, ist es dennoch ein wichtiger gesundheitsökonomischer Faktor. Das kontrovers diskutierte kulturelle Konstrukt macht widrige Lebensumstände für Erschöpfung verantwortlich. Verschiedene Autoren verdeutlichen jedoch, dass eine Gleichsetzung dieses Syndroms mit (lebensbedrohlichen) Depressionen, Dysthymie oder Beziehungsstörungen falsch sei. Verdeutlicht wird auch, dass gelegentlich Überforderung in anstrengenden Arbeitsphasen Teil jedes normalen Arbeitslebens ist. Hingegen fehlen bislang gesicherte Forschungsergebnisse zu Prävalenz, Inzidenz oder evidenzbasierten psychotherapeutischen Behandlungsmethoden. Die bisherige Betrachtungsweise zeigt eine deutliche Nähe zu den Konzepten des Helfersyn-

droms (Schmidbauer) und der Stressforschung. Vor allem aber wurde in Veröffentlichungen eine Burn-out-Symptomatik eindeutig individualisiert und nicht systemisch attribuiert.

Fengler, Sanz und Kollegen bemühen sich in ihrem Buch um einen Perspektivenwechsel und fokussieren „ausgebrannte Teams“, um damit einer individuellen Pathologisierung entgegen zu wirken. In den drei Teilen ihrer Ausführungen wird zuerst eine Diagnostik angeregt, danach werden Ursachen bzw. Risikofaktoren benannt, um dann salutogenetisch auf Präventionsmöglichkeiten aufmerksam zu machen, um Selbsthilfe-Kompetenzen zu steigern.

Die Stärke des Buches liegt in den Beiträgen von Fengler. Er weist in seinen Beiträgen praxisorientiert zunächst auf diagnostische Merkmale ausgebrannter Teams hin (u. a. Erschöpfung, Leistungsminderung, Entfremdung und Kohäsionsverlust, Kraft- und Entschlossenlosigkeit, Selbstentwertung, Sarkasmus, Feindseligkeit und Demontage verfügbarer Ressourcen). Dabei werden aufgabenbezogene, beziehungsbezogene und dysfunktionale Interaktionen im Team beschrieben. Später empfiehlt Fengler eindrucksvoll, anhand seines 6-Faktoren-Risikomodells ein Belastungsprofil eines Teams zu erstellen. Dabei sind zu berücksichtigen 1. Persönlichkeitsfaktoren von Mitarbeitern (falsche Berufswahl, mangelnde Arbeitsorganisation, geringe Belastbarkeit, dysfunktionale Affekte, exzentrische Vorstellungen von Arbeit, aus denen ein Ausstieg aus der corporate identity folgt, innere Kündigung, Helfenmüssen); 2. deren Privatleben (Konflikt zwischen Pflicht und Neigung, Sorgen, Einsamkeit); 3. die Zielgruppe (ungeliebte Tätigkeiten, Kommunikationsbarrieren, Zwang zur Teilnahme, geringe Compliance der Zielgruppe, flüchtige Begegnungen, Massenabfertigung); 4. Faktoren des Teams (destruktive Konkurrenz, Vorwurfshaltung, Herabsetzung, Einzelkämpfer, Mobbing, Intrige); 5. Probleme von Vorgesetzten (Unberechenbarkeit, Führungsschwäche, Überkontrolle Grenzüberschreitungen, Klüngel, Menschenverachtung); 6. Schwierigkeiten durch Institution und Gesellschaft

(unsinnige Leistungsvorgaben, fehlende Würdigung der Teamleistung, ungeliebte Tätigkeiten, negative Bewertung des Berufsstandes). Ein weiterer lesenswerter Aufsatz beschreibt die Risiken der Rolle des Coaches und gibt gute Hinweise zur Rollengestaltung. Diese Ausführungen sind pragmatisch und selbst für Supervisoren und Coaches interessant, die sich bereits ausführlich mit der Thematik befasst haben. Das gleiche gilt für die von Sanz beschriebenen Etappen einer Burn-out-Entwicklung im Team, zu der sie eine einleuchtende Tabelle vorlegt. Sie differenziert zwischen persönlichkeitsbezogenen, sozial- und organisationsbezogenen Erklärungsansätze in einem 7-Phasenmodell, das u.a. Kennzeichen einer Burn-out-Entwicklung im Team, vorherrschendes Muster(-verhalten), Warnsignale /Konsequenzen und Interventionsoptionen beschreibt.

Ein Artikel von Moosbrugger erscheint ebenfalls lesenswert, der die freiwillige Selbstaubeutung als Team in hochqualifizierten Arbeitsbezügen darstellt.

Der dritte Teil des Buches befasst sich mit salutogenetischen Strategien zur Prävention von ausgebrannten Teams. Leider werden Leser hier vergeblich die im Buchtitel in Aussicht gestellten kreativen Lösungen suchen. Es finden sich hier überwiegend Allgemeinplätze, die hinter der Qualität der ersten beiden Buchteile deutlich zurück stehen. Die Beschreibung einer personenzentrierten Einzelsupervision im arbeitsmarktpolitischen Kontext (Sanz) überzeugt ebenso wenig wie die Darstellung zu psychodynamischer Interventionen (Deuerlein) oder die Ausführungen zu Unternehmensstrategien (Lammers). Man wird hier eigene Konzepte zur Gesundheitsförderung von Teams entwickeln müssen ohne dafür Unterstützung zu erfahren.

Die ersten beiden Teile des Buches überzeugen durch ihre Betonung des Teamspektes der Burn-out-Symptomatik und lassen das Buches daher empfehlenswert erscheinen.

Beate Holmeister



Curd Michael Hockel

Personenzentrierte Kinderpsychotherapie

Ernst Reinhardt Verlag, München 2011 (Reihe Personenzentrierte Beratung & Therapie; 10), 191 Seiten, kartoniert, 24,90 € (GwG-Mitglieder 19,90 €) ISBN: 978-3-497-02201-4

Curd Michael Hockel, Gesprächspsychotherapeut und Kinder- und Jugendpsychotherapeut, arbeitet seit über 30 Jahren in eigener Praxis und stellt auf dem Hintergrund seiner jahrelangen Erfahrung in diesem Buch das Vorgehen und Verhalten eines personenzentrierten Kinderpsychotherapeuten am Beispiel des 10-jährigen Paul dar. Zunächst greift er in seinem Buch auf eine reale Videosequenz zurück, die im Rahmen eines Kongresses Ausgangsbasis für einen Austausch über unterschiedliche therapeutische Methodenperspektiven war. Nach einer differenzierten Analyse dieser 20-minütigen Videosequenz mit Paul, schreibt er den Fall fiktiv weiter und stellt dabei vor allem die einzelnen Interventionskompetenzen der personenzentrierten Kinder- und Jugendpsychotherapie heraus. Im Anschluss vertiefen Themen wie z. B. Menschenbild, Diagnose und Behandlungsplanung den theoretischen Hintergrund und verdeutlichen im Sinne eines Lehrbuchs die grundlegenden Aspekte personenzentrierter Therapie mit Kindern und Jugendlichen.

Durch den starken Praxisbezug ist das Buch von Curd Michael Hockel nicht nur flüssig zu lesen, sondern auch unterhaltsam und kurzweilig. Paul wird vor dem eigenen inneren Auge des Lesenden lebendig. So wird auch die eigene Auseinandersetzung mit den jeweiligen Reaktionen und Interventionen zwischen Kind und Therapeut angeregt.

Es ist immer wieder inspirierend und lehrreich, anderen KollegInnen über die Schulter schauen zu dürfen. In diesem Buch ist dies auf kurzweilige Weise möglich. Dennoch ist dieses Buch mehr als ein unterhaltsamer Fallbericht. Durch die fachlichen Überlegungen und theoretischen Bezüge im zweiten Teil des Buches werden die Handlungsschritte in das personenzentrierte Konzept integriert und von diesem her erläutert.

Das Buch regt zur eigenen Auseinandersetzung mit den eigenen Vorgehensweisen und Einstellungen an. Es ist hilfreich für alle, die sich in Ausbildung zur Kinder- und Jugendpsychotherapeutin befinden, jedoch auch für langjährig Tätige, die sich ihrer Interventionen wieder neu bewusst werden wollen.

Dorothea Hüsson



Inge Frohburg und Jochen Eckert (Hrsg.)

Gesprächspsychotherapie heute. Eine Bestandsaufnahme

GwG-Verlag, Köln 2011, 180 Seiten, kartoniert, 21,90 € (Mitglieder der GwG & der DPGG: 19,80 €) ISBN: 978-3-926842-50-3

Die Beiträge des Buches sind Anfang Mai 2010 anlässlich des „6. Großen Forums“ der Deutschen Psychologischen Gesellschaft für Gesprächspsychotherapie (DPGG) entstanden, also fast parallel zu den Beiträgen der Verbandstagung der GwG anlässlich ihres 40-jährigen Bestehens, die im Juni 2010 statt fand und unter dem Titel „Personenzentrierte Psychotherapie und Beratung aktuell“ 2010 gleichfalls im GwG Verlag veröffentlicht wurden.