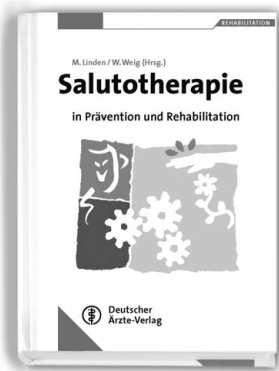




# Psychotherapie **Aktuell**

- ❏ Manipuliert die Pharmaindustrie die Seele?
- ❏ Anmerkungen zum Koalitionsvertrag
- ❏ Doch kein genetisches Risiko für Depressionserkrankungen?



Michael Linden / Wolfgang Weig (Hrsg.)

### Salutotherapie in Prävention und Rehabilitation

#### Reihe Rehabilitation

2009, Deutscher Ärzte-Verlag  
XVI + 261 Seiten, mit 26 Abbildungen  
und 20 Tabellen

ISBN 978-3-7691-0555-1

69,95 €

#### Rezensiert von Gabriele Kennert

In dem Sammelband, der von den Professoren Linden und Weig herausgegeben wurde, findet man eine Sammlung von Artikeln unterschiedlicher Autoren, die die verschiedenen Aspekte zur Salutotherapie beleuchten, angefangen von der geschichtlichen Entstehung des Begriffes Salutogenese und Salutotherapie, zur Bedeutung in der Gesundheitspolitik sowie auch die verschiedenen gesellschaftlichen Bereiche und Bereiche innerhalb der Gesundheit, in denen Salutotherapie wichtig geworden ist.

In den verschiedenen Arbeiten des Sammelbands wird betont, dass Gesundheit nicht die Abwesenheit von Krankheit und Beschwerden bedeutet, sondern eine eigenständige Dimension darstellt, die Begabungen, Kompetenzen und Ressourcen in der Persönlichkeit wahrzunehmen und zu fördern.

Einige Artikel widmen sich der Bedeutung des Lebenssinns und Zielsetzungen, innerhalb der Therapie auch der Bedeutung von Spiritualität und Religion. In diesem Zusammenhang werden eigene therapeutische Ansätze für die Salutotherapie auch praktisch dargestellt, wie z.B. die Logotherapie nach Frankl oder die Weisheitstherapie nach Schippan et al., in weiteren Ausführungen werden wissenschaftliche Studien zur Wirksamkeit von sa-

lutotherapeutischen Ansätzen und Diagnostik dargestellt.

Insgesamt umfassen die verschiedenen Artikel die Bedeutung von Salutogenese und -therapie im Kindes-, Jugend-, Erwachsenen- bis hin zum hohen Alter und beleuchten auch die spezifischen Schwerpunkte in den jeweiligen Altersphasen. Hierbei werden detailliert die verschiedenen Dimensionen exploriert, die für das Wohlbefinden, Zufriedenheit, positives Lebensgefühl bedeutsam sind, wie z.B. Selbstakzeptanz, Autonomie, Lebenssinn, Coping-Strategien usw. Insbesondere bei der Darstellung der Wohlbefindungsstherapie werden detailliert die Therapieverläufe, die an ein verhaltenstherapeutisches Setting erinnern, wiedergegeben.

Gegen Ende des Sammelbandes gibt es noch eine eigene Darstellung des Konzeptes der Resilienz, also Erforschung der Faktoren, die für Widerstandsfähigkeit und Erhaltung von Gesundheit auch in schwierigen und belastenden Situationen wichtig sind. In Folge werden therapeutische Ansätze, sowohl für die Kinder- sowie auch Erwachsenentherapie dargestellt, um Ressourcen, wie z.B. Rollenübernahmefähigkeit, komplexes Denken, Durchhaltefähigkeit usw. zu fördern und zu stärken.

Gegen Ende des Bandes gibt es noch einen eigenen Artikel von Professor Weig zum Thema: Arbeit und seelische Gesundheit sowie weitere Artikel zum Thema bewältigungs- und gesundheitsorientierte Therapie auch bei Psychoerkrankungen mit konkreten, praktischen Darstellungen im klinischen Alltag. Salutotherapeutische Übungen sind hierbei für die Bereiche Ernährung und Verhalten, Bewegung und Sport, Genuss, Entspannung, Achtsamkeit sowie geistige Fitness wichtig. Den Abschluss des Sammelbandes bildet ein Artikel, der die Bedeutung von Gesundheitsbildung und Patientenschulung im Bereich der medizinischen Rehabilitation darstellt, im Sinne von Gesundheitstrainingsprogrammen. Hierbei steht ebenfalls Bewältigungs- und Ressourcenorientierung im Vordergrund unter Berücksichtigung der neueren Forschungsergebnisse, die nun Eingang in die Praxis der medizinischen Rehabilitation finden sollen.

Im Anhang gibt es ein übersichtliches Autorenverzeichnis sowie auch Stichwortverzeichnis.

Zusammenfassend kann der Sammelband der Herausgeber zur Salutotherapie als allgemeinverständlich, detailliert, umfassend und aktuell beurteilt werden. Die verschiedenen Facetten und Aspekte, die den Bereich der Salutotherapie und Salutogenese betreffen, werden auch sehr praxisorientiert dargelegt, so dass man in der praktischen Arbeit, sowohl in der ambulanten sowie auch stationären Therapie durchaus Anregungen finden kann. In erster Linie wendet sich dieses Buch an Fachleute, die im klinischen Bereich tätig sind. Aufgrund der Allgemeinverständlichkeit und Praxisorientierung ist dieser Sammelband allerdings auch für die breitere Leser und Leserinnen-schaft geeignet. ■



Michaela Pavelka

### Das Land hinter dem Horizont

2009, Iris Kater Verlag & Medien  
264 Seiten

ISBN: 978-3-939061-96-0

18,95 €(D)

#### Rezensiert von Thomas Staudinger

In ihrem Erstlingswerk „Das Land hinter dem Horizont“ schildert Michaela Pavelka, Psychologische Psychotherapeutin, Menschen und deren Lebenswege, gibt Einblick in ihre Zweifel, Ängste, Hoffnungen und heimlichen Sehnsüchte. Es handelt von Menschen, die trotz psychischer Probleme und Schwierigkeiten nicht aufgeben, sondern sich darum bemühen, ihr Leben zu verändern. „Hoffen heißt Handeln“.

Dabei gibt die Autorin einen tiefen Einblick in die Gedanken- und Ge-

fühlswelt ihrer Protagonisten und lässt den Leser intensiv teilnehmen an deren inneren Geschehen. Unterschiedliche Menschen und Schicksale treffen aufeinander:

Die alleinerziehende Mutter Marita mit vierjähriger Tochter, die nicht mehr weiß, wie sie der Doppelrolle als Gymnasiallehrerin und Mutter gerecht werden soll und die traurig feststellt, dass das Leben an ihr vorüber zieht. Sie lernt den ebenfalls alleinerziehenden Psychotherapeuten Paul kennen, der seine Trauer über den Tod seiner Frau und Tochter noch nicht überwunden hat. Maritas Freundin und Kollegin Lena leidet unter ihren Affären mit Männern und unter ihren Stimmungsschwankungen und beginnt eine Psychotherapie. Sie freundet sich mit dem Schuldirektor an, der in einer einsamen Ehe lebt und sich schon lange in ein anderes Leben hinein träumt.

Zudem wird in der Gestalt von Maritas Vater, des trauernden Witwers, das Thema des Alterns und der Vergänglichkeit beleuchtet.

Die Autorin beschreibt die einzelnen Protagonisten wie sie sich selbst und andere Menschen wahrnehmen, beeindruckend einfühlsam und sehr gut nachvollziehbar. Die literarische Stärke dieses Buches sind die inneren Monologe und Dialoge der Menschen, wie sie ihre subjektive Welt sehen und die plastische Beschreibung ihrer Schicksale. Neben dem Romancharakter ist es gleichzeitig ein psychologisches Buch, vielleicht auch ein „Ratgeber in Romanform“, denn es gibt Einsicht in psychotherapeutisches Gedankengut und entwickelt Lösungsstrategien. Das Buch war für mich eine Reise in die Gefühls-, Gedanken- und Handlungswelt von Menschen. Interessant sind auch die philosophischen und gesellschaftskritischen Überlegungen, die zwischendurch eingestreut werden. Das Buch war sehr anrührend und gut zu lesen. Es lud zum Nachdenken und Mitfühlen, an humorvollen Stellen auch zum Schmunzeln ein.

Das Buch ist eine Hommage an das Leben und dessen Entwicklungsmöglichkeiten und eine Einladung für Menschen, die sich selbst begegnen wollen und nach Lösungen suchen. Zudem ein sprachlicher Genuss! ■