

Inhaltsverzeichnisse  
und weitere  
Informationen zu den  
rezensierten Titeln  
**für Mitglieder**  
unter  
[www.bdponline.de/  
intern/report/  
rezensionen](http://www.bdponline.de/intern/report/rezensionen)

**für Abonnenten**  
unter  
[www.report-  
psychologie.de/  
report/rezensionen](http://www.report-psychologie.de/report/rezensionen)

**Obenaus, Katja: Schmerztherapie mit neuen Selbstbildern. Die Creativ-Dynamische Bildsynthese (CDB); München: Reinhardt; 2006; ISBN 3-497-01872-4; 29,90 €**

**Klappentext**

Chronische Schmerzen können auch psychische Ursachen haben: Stress, Überforderung, Konflikte, traumatische Erlebnisse. Dann nützt es wenig, nur das Symptom Schmerz somatisch zu behandeln. Die Creativ-Dynamische Bildsynthese eröffnet

Inhaltsverzeichnisse  
und weitere  
Informationen zu den  
rezensierten Titeln  
**für Mitglieder**  
unter  
[www.bdponline.de/  
intern/report/  
rezensionen](http://www.bdponline.de/intern/report/rezensionen)

**für Abonnenten**  
unter  
[www.report-  
psychologie.de/  
report/rezensionen](http://www.report-psychologie.de/report/rezensionen)

den Betroffenen mit Hilfe von Vorstellungsbildern und eigenen Zeichnungen von Selbstopferungen Zugang zu psychischen Ursachen und ungenutzten Potenzialen. Das Verfahren lässt sich als Kurztherapie mit vier bis zwölf Sitzungen oder als Behandlungsbaustein in einer längerfristigen Psychotherapie einsetzen. Mit einem Manual, Kopiervorlagen und Checklisten zur Durchführung Schritt für Schritt, zahlreichen Fallbeispielen und Farbzeichnungen von Patienten, Hintergrundwissen über somatoforme Schmerzstörungen und empirischen Belegen der Wirksamkeit des Verfahrens.

#### **Ziele des Buches**

Besonders bei ausgeprägten psychosomatischen Erkrankungen gelangen die relativ kurzfristig und schnell wirksamen Therapieformen, wie Verhaltenstherapie oder psychoanalytische Kurztherapie häufig an ihre Grenzen. Hier galt es, neue Therapieverfahren zu entwickeln, die einfach erlernbar sind, die Selbstheilungsmöglichkeiten der Kranken aktivieren, das intellektuelle Niveau der Patienten beachten und diese nicht überfordern.

Die Autorin entwickelte ein an das katathyme Bilderleben angelehntes Therapieverfahren, die *Creativ-Dynamische Bildsynthese (CDB)*, klar strukturiert mit dem Ziel, Patientensymptome, wie chronische Schmerzen einschließlich damit einhergehender aggressiver Impulse zu visualisieren, ein integrierendes Bild der erhofften Veränderungen zu erstellen und beide in einer Imagination zu verknüpfen. Dies ermöglicht eine schrittweise Modifikation des Selbstbildes der Betroffenen durch eine verstärkte Körperwahrnehmung (auch -störungen) und Aggressionen mittels Bildsymbolen. Dieses Buch beschreibt die Entwicklung dieser Methode im wissenschaftlichen Kontext, die Anwendung im therapeutischen Kontext, Kontraindikationen und Schwierigkeiten, untermauert von zahlreichen Fallbeispielen.

#### **Zielgruppen des Buches**

Psychologische Psychotherapeuten mit dem Schwerpunkt »Behandlung chronischer Schmerzen«, Ärzte, aber auch betroffene Schmerzpatienten und deren Angehörige (mindestens

die ersten beiden sind geeignet Kapitel für diese Zielgruppe).

#### **Wie liest sich das Buch?**

Das Buch ist gut gegliedert. Leicht verständlich (auch für Laien) werden in den ersten beiden Kapiteln die Grundzüge der Schmerzentstehung und -verarbeitung erklärt: ein spannender Beitrag über die Entwicklung eines relativ schnell wirksamen Verfahrens bei doch oft langwierigen und quälenden Erkrankungsmustern, das Patienten in ihrer Selbstverantwortung bestärkt und damit auch deren Selbstheilungskräfte aktiviert.

Alles in allem ist dieses Buch sehr übersichtlich und ermöglicht einen fundierten Einstieg in die Schmerzthematik. Die Grundzüge des Verfahrens werden übersichtlich, leicht verständlich und schnell erlernbar dargestellt, auch durch konkrete Patientenbeispiele mit Fallgeschichten.

#### **Wie gut informiert das Buch die Zielgruppen?**

Dieses Buch ist ein gutes Handlungsmanual für Schmerztherapeuten, eignet sich aber auch besonders durch die ersten beiden Kapitel zur Psychoedukation für betroffene Patienten und deren Angehörige aufgrund der Verständlichkeit des Schreibstils und der übersichtlichen Darstellung.

In einem praktischen Teil wird auf die Entwicklung dieser Behandlungsmethode sowie die Indikation und das konkrete therapeutische Vorgehen verwiesen, untermauert von praktischen Behandlungsbeispielen. Neben der Darstellung der Wirksamkeit der Methode anhand einer Pilotstudie zum Spannungskopfschmerz werden auch Hintergründe des Verfahrens beleuchtet sowie Querverweise zu anderen Methoden gebildet, wie Selbstkonzept, Tagtraumpsychotherapie, NLP.

#### **Stärken des Buches**

Übersichtliche Darstellungen zum theoretischen Hintergrund von Schmerz sowie viele Grafiken und Patientenfälle erleichtern das Lesen. Sehr hilfreich erweisen sich die Arbeitsblätter im Anhang, sowohl zur Diagnostik und Verlaufsdarstellung als auch zum Verständnis der Methode für den Patienten. Genaue Instruktionen für den Therapeuten

bzw. den Patienten vervollständigen den Anhang sowie ein Glossar zu den wichtigsten Fachbegriffen. Zusammenfassungen am Ende jedes inhaltlichen Punktes erleichtern das Verständnis.

Sehr gut gelungen ist die ganzheitliche Betrachtung des Patienten im Spannungsfeld zwischen Symptomkomplexen und biografischen Aspekten.

#### **Schwächen des Buches**

Eine bessere Hervorhebung der wichtigsten Begriffe zum Thema Schmerz bzw. zur Methodik und zum Vorgehen wäre durch eine farbige Gestaltung der Zusammenfassungen bzw. der Übersichten möglich.

Ansonsten ist dieses Buch eine sehr umfangreiche Übersicht auf dem aktuellen wissenschaftlichen Stand der derzeitigen Schmerzforschung, präzise und gründlich dokumentiert.

#### **Für wen lohnt es sich, das Buch zu kaufen?**

Alle Therapeuten, die sich mit der Behandlung chronischer Schmerzpatienten auseinandersetzen, die betroffenen Patienten selbst sowie deren Angehörige.

*Dipl.-Psych. Antje Schmidt, Dresden*  
kontakt@psychotherapie-schmidt.de