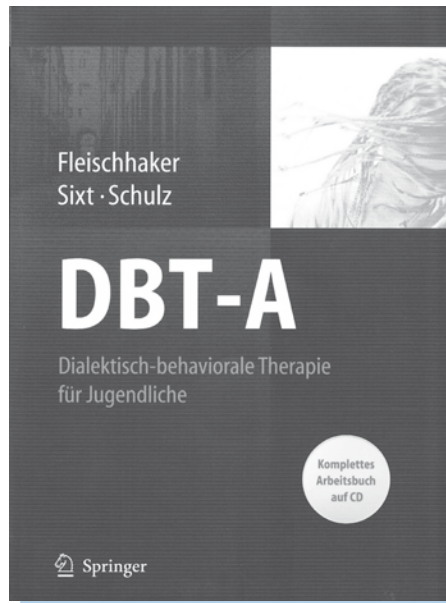


## DBT-A: Dialektisch-behaviorale Therapie für Jugendliche

Autoren: Christian Fleischhaker, Barbara Sixt, Eberhard Schulz

ISBN: 978-3-642-13007-6

Hannes Bielas, Zürich



Die Autoren gelten als ausgewiesene Vertreter der universitären Kinder- und Jugendpsychiatrischen Szene im deutschsprachigen Raum und können auf eine lange Publikationsliste zu verschiedenen Themen verweisen. Ihre im Jahr 2010 erschienene Erstausgabe des Therapiemanuals DBT-A stützt sich im Wesentlichen auf die von Marsha Linehan (1993) entwickelte Therapieform zur Behandlung der Borderline-Persönlichkeitsstörung. Diese besteht aus einer Kombination von Wut-, Leeregefühl, para-/suizidalen Verhaltensweisen, Impulsivität, Entwertung/Idealisierung, Identitätsstörung und instabiler Stimmungslage; und gilt daher als schwer behandelbar.

Gegenüber herkömmlichen Therapien konnten verschiedene Studien die Überlegenheit der DBT nachweisen, so dass sie auch bei anderen Störungsbildern wie Dissoziation oder Essstörung Anwendung findet. Für jugendliche Borderline-Patienten wurde schliesslich eine Adaptation entwickelt (Alec L. Miller, Jill H. Rathus), die von der Freiburger Arbeitsgruppe ins Deutsche übertragen und an die Verhältnisse in der Bundesrepublik angepasst wurde (Böhme

et al. 2002; Fleischhaker et al. 2005). Auch in der Schweiz findet diese Richtung zunehmend Anerkennung und wird u. a. auch bei Jugendlichen mit Anorexie oder Schizophrenie modifiziert eingesetzt.

Als Eckpfeiler der DBT gelten das Training so genannter «Skills» der Bereiche Achtsamkeit (dem Zen-Buddhismus entlehnt), Stresstoleranz, Emotionsregulation, zwischenmenschlicher Fertigkeiten und des «Walking the middle path». Letzteres ist charakteristisch für diese Therapiemixtur: Die Dialektik als Balance von Akzeptanz und Veränderung – und Veränderung als Konstante versteht. Zwei Dinge, die wie Gegensätze scheinen, können beide wahr sein.

Diese Grundhaltung und theoretischen Aspekte werden in dem vorliegenden Buch kaum ausgeführt. Die Autoren fokussieren auf die Einführung und praktische Anwendungsvorschläge. Sie stellen dem mit der Materie vertrauten Leser eine Reihe hilfreicher Arbeitsblätter («handouts») für das Gruppen- und Einzeltherapeutische Setting zur Verfügung, die über eine beiliegende CD jederzeit vervielfältigt werden können. Diese praktischen Aspekte sind von unschätzbarem Wert, wobei der Umgang damit einer Schulung und Reflektion bedarf, die an dieser Stelle gewissermassen vorausgesetzt wird. Fazit: Für Therapeuten eine sinnvolle Inspirationsquelle.

### Korrespondenzadresse

Dr. med. Hannes Bielas  
Oberarzt Psychiatrie/Psychosomatik  
Kinderspital Zürich  
Universitäts-Kinderklinik  
Steinwiesstrasse 75  
8032 Zürich  
[hannes.bielas@kispi.uzh.ch](mailto:hannes.bielas@kispi.uzh.ch)