

**Zeitschrift:** Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA  
**Herausgeber:** Verein für Schweizerisches Heimwesen  
**Band:** 53 (1982)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Kassettenreihe : "Psychotherapeutische Praxis"  
**Autor:** M.F.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-809875>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 09.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Erkenntnisse abstützen müssen, versteht sich von selbst, ist aber nur realisierbar, wenn sich die theorieliefernde Akademie nicht von einem kleinen Kreis Eingeweihter als heilige Kuh verehren lässt, sondern herabsteigt in die Niederungen der Praxis, deren Träger ernst genommen und in einer Sprache angesprochen werden wollen, die sie als verständlich und nicht als Affront erleben dürfen.

Zurück zum Beispiel der Medizin: Nachdem das Spezialistentum, dessen grosse Leistungen keinesfalls verleugnet werden sollen, von dem wir alle profitieren, jahrzehntelang ausgebaut worden war und drohte, das komplexe System des menschlichen Körpers und seiner Psyche aus den Augen zu verlieren, erwächst dem Beruf des Allgemeinpraktikers heute wieder zunehmende Bedeutung. Möge diese Entwicklung auch für den Bereich der Pädagogik wegweisend sein.

Verehrte Heimlehrerinnen und Heimlehrer, seien Sie mir nicht böse, wenn ich in meinen Ausführungen der Rolle des Sozialpädagogen eine so grosse Bedeutung zugemessen habe. Ich will Sie beileibe nicht marginalisieren! Jeder Lehrer weiss aber, dass seine noch so gute pädagogische Arbeit weniger Erfolg hat, wenn sie von den Eltern oder eben den Heimerziehern nicht mitgetragen wird. Die Schule unterstützt die Erzieher bei der Erziehung ihrer Schützlinge, sie kann und soll ihnen die Erziehung aber nicht abnehmen. Dasselbe gilt für alle Vertreter der Strategien zweiten und dritten Grades. Kastendenken, überkommene akademische Würden und Salärunterschiede dürfen der engen und offenen Zusammenarbeit aller zum Wohl der anvertrauten Kinder, die ja dereinst unseren Staat mittragen helfen müssen, nicht im Wege stehen. Sonst verliert das Erziehungsheim, verlieren die am Erziehungsprozess Beteiligten ihre Daseinsberechtigung.

---

### *Kassettenreihe:*

## «Psychotherapeutische Praxis»

Seit einiger Zeit gelangen Tonbandkassetten in den Verkauf, die in speziellen Programmen verschiedene Arten von Hilfen bzw. Selbsthilfen anbieten. Oft stehen solche Angebote in Warenhäusern direkt neben der Kasse oder anderen augenfälligen Orten und versprechen, folgt man ihren teilweise recht aufdringlichen Werbesprüchen, garantierte Hilfen gegen verschiedene Störungen, wie Nervosität, Stress, Angst, Schlaf- und Konzentrationsschwierigkeiten. Meistens handelt es sich dabei um pseudo-psychologische Methoden, die die Hersteller allerdings gerne in den Grenzbereich zur Medizin ansiedeln würden.

In vielen Fällen dient die Bezeichnung «Autogenes Training» als Lockvogel, wobei sich bei genauerer Prüfung des Begleitmaterials herausstellt, dass diese Kassettenprogramme auf einer Selbsthypnose-Anleitung beruhen, die nichts mit autogenem Training im Sinne der von J. H. Schultz entwickelten Methode der konzentrativen Selbstanspannung gemeinsam haben. Besonders auffällig sind dabei die stolzen Preise (bis gegen Fr. 50.– pro Kassette!), die interessierten Käufer(innen) eine hohe Qualität dieser Produkte zu suggerieren versuchen.

Fachleute und Therapeuten, die selber seriöse Hilfen anbieten, sind sich über den Wert solcher Tonbandkassetten praktisch einig: Im besten Fall bringen sie keinen Nutzen, meistens aber schaden sie eher, besonders bei Anleitungen zur Selbstbehandlung von schweren Depressionen, die in Stadien scheinbarer Besserung ein erhöhtes Selbstmordrisiko bergen. Deshalb gehören solche Methoden nur in die Hände ausgebildeter Therapeuten, die sich ihrer hohen Verantwortung bewusst sind.

Diese Hinweise sollen vor einem schnellen unüberlegten Kauf untauglicher Kurs- und Therapieangebote, insbesondere Tonbandkassetten warnen, deren Autoren vom derzeitigen Boom des autogenen Trainings profitieren wollen.

Die nachfolgend vorgestellte Kassettenreihe unter dem Titel «*Psychotherapeutische Praxis*», die 20 verschiedene Angebote umfasst, richtet sich vorwiegend an Fachleute der Berufsgruppen, die sich in der psychotherapeutischen und beratenden Praxis betätigen. Die Herausgeber, wie auch die Autoren, beschäftigen sich teils als Wissenschaftler, teils als praktizierende Psychotherapeuten selbst in diesem Tätigkeitsbereich: Dr. Dirk Zimmer ist wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für Psychologie der Universität Tübingen und Liz Echelmeyer arbeitet als freie Psy-

chotherapeutin in Münster. Die spezielle Sachgruppe «Psychophysiologische Behandlungsmethoden und Psychosomatik» innerhalb dieser Reihe betreut Prof. Niels Birbaumer, der sich als Dozent für klinische Psychologie an der Universität Tübingen mit den physiologischen Grundlagen dieser Disziplin, mit Angstforschung und Psychosomatik befasst. Für Klienten/Patienten können einzelne Kassetten unter Anleitung von Fachleuten bis zu einem gewissen Grad ebenfalls Hilfe leisten, obwohl die Konzeption dieser Reihe, wie auch das sprachliche Niveau auf Personen ausgerichtet ist, die sich in der klinisch-psychotherapeutischen und beratenden Praxis selbst betätigen.

Mit dieser Kassettenreihe bezwecken die Herausgeber, neue Konzepte und spezielle Methoden aus dem psycho-

therapeutischen Bereich praxisorientiert *Therapeuten und Beratern zur Weiterbildung* anzubieten, wobei sie fünf verschiedene Sachgruppen unterscheiden:

- Allgemeine Behandlungsmethoden
- Behandlung der Depression
- Beziehungsprobleme und Sexualstörungen
- Therapeutische Hilfe zur Selbsthilfe
- Psychophysiologische Behandlungsmethoden und Psychosomatik

Dieses Tonbandkassetten-Programm unter dem Titel «Psychotherapeutische Praxis» zur Fortbildung praktisch arbeitender Psychotherapeuten und Berater, herausgegeben von Dirk Zimmer und Liz Echelmeyer, kann über den Buchhandel oder direkt beim J. Pfeiffer-Verlag, Herzogspitalstrasse 5, D-8000 München 2, bezogen werden.

Ein Faltprospekt, der an den oben angegebenen Stellen ebenfalls erhältlich ist, stellt den Inhalt jedes Kassettenprogramms kurz vor und weist auf die spezifische Zielgruppe hin.

Aus dem reichhaltigen, 20 Kassetten umfassenden Programm seien die folgenden Titel herausgegriffen und die behandelten Thematiken kurz vorgestellt:

Margarete Reiss/Gisela Bartling: Verhaltenstherapeutisches Programm zur Veränderung von Essgewohnheiten. Die Kassette will mit der Problematik von Übergewichtigen vertraut machen, einen Einblick in das lerntheoretische Erklärungsmodell von Übergewicht – nämlich der falsch erworbenen Essgewohnheiten – vermitteln und Ansatzpunkte zur Veränderung mit dem Ziele einer langfristigen Gewichtsreduktion aufzeigen. Die Autoren lehnen dabei eng an ein von M. Reiss entwickeltes «Programm von Essgewohnheiten» an, das sowohl als alleinige Therapiemethode als auch als Baustein in einer umfassenden Therapie eingesetzt werden kann. Therapieauschnitte veranschaulichen das praktische Vorgehen.

Götz Kockott/Eva-Maria Fahrner: Behandlung von Sexualstörungen in Gruppen.

Die Autoren zeigen, welche besonderen Gesichtspunkte bei der Durchführung der Sexualtherapie in Gruppen beachtet werden müssen. Neben theoretischen Überlegungen werden praktische Ratschläge zur Gruppenzusammensetzung, Therapiedurchführung, zur Motivation und zur Wahl der Diskussionsthemen gegeben. Gespräche mit Patienten zeigen deren Erfahrung mit dieser Therapieform und ermöglichen den Therapeuten, sich mit Konzept und Praxis vertraut zu machen.

Marvin R. Goldfried: Selbsthilfe bei Angstproblemen.

Die Kassette gibt Erklärungen und Hinweise für die Entwicklung und Durchführung eines Selbsthilfe-Programms bei Angstproblemen. Im zugehörigen Begleitheft sind zusätzliche Hilfen und Übungsbögen enthalten. Zwei Verfahren werden ausführlich dargestellt: einmal die Selbst-Desensibilisierung über Körper-Entspannung und Gewöhnungsübungen in der Vorstellung und in realen Situationen, zum anderen Methoden, mit deren Hilfe angst erhöhende Gedanken und Selbstgespräche positiv beeinflusst werden können.

Hermann Pholmeier: Umgang mit selbstmordgefährdeten Patienten.

Angesichts der steigenden Selbstmordrate in den Industrienationen wird dieses Thema zu einem wichtigen Bestandteil in der Beratungspraxis und im weiteren Sinne in der Psychotherapie. Zunehmend werden Therapeuten von Selbstmordpatienten konsultiert. Durch dieses Kassettenprogramm versucht der Autor die notwendige Voraussetzung zu schaffen, dass der Berater die Ausweglosigkeit seines Klienten wahrnimmt und gleichzeitig seine eigenen Gefühle spürt, die dadurch wach werden. Der Umgang mit Selbstmordpatienten hat Offenheit und Angstfreiheit zur Voraussetzung. Diese kann dadurch erreicht werden, dass eigene Ängste wahrgenommen werden und diese im Laufe der Zeit durch den stetigen Umgang mit Lebensmüden unter Supervision zugelassen werden.

Nach der Schilderung der geschichtlichen Entwicklung der Theorie und Praxis der Selbstmordverhütung erörtert der Autor die theoretischen Konzepte, die zum Verständnis von Selbstmordhandlungen herangezogen werden, sowie rechtliche Lage, Motivation und Einstellung zur Selbstmordverhütung. Die Kassette endet mit praktischen Hinweisen für die Gesprächsführung und Handlungsanweisungen für den Umgang mit selbstmordgefährdeten Patienten.

Gegenüber dem geschriebenen und gedruckten Text liegt der Vorteil des gesprochenen und gehörten Wortes darin, dass alle Feinheiten, die die gegenseitige Beziehung in einem Gespräch charakterisieren, deutlich hervorgehoben werden. Gerade die feinen Nuancen, die die Atmosphäre eines Gesprächs bestimmen, gehen in einem wissenschaftlichen Buch meistens verloren. In der beratenden und therapeutischen Praxis wird das feinfühliges Zuhören zu einem wichtigen Bestandteil der Methode selbst. Mit diesen Tonbandkassetten kann das intensive Hören, die Konzentration auf das gesprochene Wort geübt und durch Wiederholung bestimmter Stellen verfeinert werden. Jede Kassette wird von einem Beiheft ergänzt, das unter anderem Hinweise über weitere Literatur, Kontraindikationen, wie auch Angaben über Eignung der Kassette für bestimmte Berufsgruppen, enthält.

Der ausführliche Faltprospekt mit Angaben über Inhalt einzelner Kassetten, Hinweise zum Autor u.a., der in Buchhandlungen bezogen werden kann, sei allen interessierten Leser/innen zur näheren Information und Übersicht über das gesamte Programm, empfohlen.

M. F.

Niemand auf der Welt kann  
absolut Unrecht haben.  
Selbst die Uhr, die stehen-  
geblieben ist, zeigt  
zweimal am Tag die richtige  
Zeit an.

John Steinbeck