

Vorwort zur zweiten Auflage

Es gibt angenehme und unangenehme Dilemmata: Ein erfolgreiches DBT-Skillsmanual zu verbessern und dabei die Struktur der ersten Auflage zu wahren, gehört zu den angenehmeren. Die vielen positiven Rückmeldungen zur ersten Auflage zeigen, dass wir mit diesem Konzept auf einem guten Weg sind: Die meisten Betroffenen und Therapeuten verwenden die Skills mittlerweile als therapeutische „Werkzeugkiste“ und stellen sich ihr eigenes kleines Manual – ihren Bedürfnissen entsprechend – zusammen. Dies war die zentrale Idee der ersten Auflage, und sie war offensichtlich richtig. Es gab aber auch einige kritische Anmerkungen – und das ist gut so, denn die DBT ist ein lernendes und lebendiges System. An dieser Stelle also einen herzlichen Dank an alle, die sich die Mühe machten zu schreiben. Ohne die offenen Rückmeldungen von Betroffenen und Therapeuten könnten wir uns nicht verbessern.

Drei wichtige Anforderungen setzt diese überarbeitete 2. Auflage um: Zum einen wurde die Sprache der Info- und Arbeitsblätter klarer gefasst – also möglichst unter Verzicht auf Fremdwörter; viele Patienten hatten sich dies gewünscht. Die Nummerierung und Bezeichnung der Skills ist jedoch – bis auf die Nummerierung ab Handout 13 im Modul Stresstoleranz – erhalten geblieben, sodass man die beiden Auflagen des Manuals kombiniert verwenden kann.

Zum zweiten wurde ein neues Modul eingefügt: „Umgang mit Sucht“. Etwa die Hälfte aller Borderline-Patienten, die sich in therapeutischer Behandlung befinden, haben Probleme im Umgang mit Drogen oder Alkohol. Mich erreichten immer wieder Anfragen von Therapeuten nach entsprechenden Materialien. Diese sind von M. Linehan und L. Dimeff entwickelt worden; T. Kienast hat sie überarbeitet. Dieses Modul ist nur im Buch enthalten, nicht im Skillstraining selbst. Die Info- und Arbeitsblätter können jedoch über einen Code heruntergeladen werden (s. S. III und 363).

Eine dritte wesentliche Neuerung ist technischer Art: Immer mehr Endgeräte haben kein CD-ROM-Laufwerk mehr, sodass der Verlag nach einer Lösung suchte, bei der das Skillstraining ohne Datenträger zur Verfügung steht. Anstelle der bisher im Buch beigelegten CD-ROM finden Sie nun eine so genannte Software-Keycard mit einem Code, mit dem Sie das Skillstraining für Ihren Computer freischalten können. Die genaue Anleitung dazu finden Sie auf der beigelegten Keycard sowie auf S. XI.

Der Verlag scheute auch keine Mühe, das Skillstraining technisch und strukturell noch weiter zu optimieren. Auch hierfür vielen Dank!

Gewidmet ist diese 2. Auflage dem Gedenken an Alois Burkhard: Er hat viel zur Weiterentwicklung des Achtsamkeitsmoduls der DBT beigetragen. Und er hat die härtesten Jahre seines Lebens in radikaler Akzeptanz und Achtsamkeit bis zuletzt mit den Patienten am ZI Mannheim gearbeitet. Er starb im September 2012.

Freiburg, im Herbst 2012

Martin Bohus