

*Peter Schulthess*

Rezension von: Anita Garstick-Straumann (2023):  
Abenteuer Psychotherapie



**à jour!**  
**Psychotherapie-Berufsentwicklung**  
9. Jahrgang, Nr. 2, 2023, Seite 35–35  
DOI: 10.30820/2504-5199-2023-2-35  
Psychosozial-Verlag

# Impressum | Mentions légales

## à jour! – Psychotherapie-Berufsentwicklung

ISSN 2504-5199 (Print-Version)

ISSN 2504-5202 (digitale Version)

9. Jahrgang Heft 2 / 2023, Nr. 18

<https://doi.org/10.30820/2504-5199-2023-2>

### Herausgeber

Assoziation Schweizer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten ASP  
Riedtlistr. 8 | 8006 Zürich | Tel.: 043 268 93 00 | [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)  
Die Zeitschrift à jour! Psychotherapie-Berufsentwicklung ist ein Informationsorgan der ASP. Gleichzeitig versteht sie sich als Forum ihrer Mitglieder, in dem auch Meinungen geäußert werden, die unabhängig von der Meinung des Vorstandes und der Redaktion sind.

### Redaktion

Peter Schulthess | Redaktionsleitung  
[peter.schulthess@psychotherapie.ch](mailto:peter.schulthess@psychotherapie.ch) | Tel.: 076 559 19 20  
Marianne Roth | [marianne.roth@psychotherapie.ch](mailto:marianne.roth@psychotherapie.ch)  
Veronica Defébre | [veronica.defebre@psychotherapie.ch](mailto:veronica.defebre@psychotherapie.ch)  
Sandra Feroletto | [sandra.feroletto@psychotherapie.ch](mailto:sandra.feroletto@psychotherapie.ch)

### Redaktionsschluss

1. März für Juni-Heft | 15. September für Dezember-Heft

### Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG  
Walltorstr. 10 | D-35390 Gießen | Tel.: +49 641 96 99 78 26  
[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) | [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

### Abo-Verwaltung | Bezugsgebühren

Psychosozial-Verlag | [bestellung@psychosozial-verlag.de](mailto:bestellung@psychosozial-verlag.de)  
Jahresabonnement € 44,90 (zzgl. € 6,- Versand)  
Einzelheft € 24,90 (zzgl. € 6,- Versand)  
Studierende erhalten gegen Nachweis 25 % Rabatt auf das Abonnement.  
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Ende des Bezugszeitraums erfolgt.  
ASP-Mitglieder erhalten das Jahresabonnement zu einem Sonderpreis von € 35,- (zzgl. € 6,- Versand).

### Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen richten Sie bitte an den Verlag ([anzeigen@psychosozial-verlag.de](mailto:anzeigen@psychosozial-verlag.de)) oder die Geschäftsstelle der ASP ([asp@psychotherapie.ch](mailto:asp@psychotherapie.ch)).  
Es gelten die Preise der auf [www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) einsehbaren Mediadaten.  
ASP-Mitglieder wenden sich bitte direkt an die Geschäftsstelle der ASP.

### Titelbild

© Adobe Stock / Rawpixel.com

### Digitale Version

Die Zeitschrift à jour! Psychotherapie-Berufsentwicklung ist auch online einsehbar:  
[www.a-jour-asp.ch](http://www.a-jour-asp.ch)



Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz lizenziert. Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter: [creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de)

## à jour! – Evolution de la profession de psychothérapeute

ISSN 2504-5199 (Version papier)

ISSN 2504-5202 (Version numérique)

9. tome numéro 2 / 2023, 18

<https://doi.org/10.30820/2504-5199-2023-2>

### Editeur

Association Suisse des Psychothérapeutes ASP  
Riedtlistr. 8 | 8006 Zürich | Tel.: 043 268 93 00 | [www.psychotherapie.ch](http://www.psychotherapie.ch)  
La revue à jour! Évolution de la profession du psychothérapeute est un organe d'information de l'ASP. En plus, c'est un forum dans lequel on exprime des avis qui sont indépendants de l'avis du comité et de la rédaction.

### Rédaction

Peter Schulthess | Directeur de rédaction  
[peter.schulthess@psychotherapie.ch](mailto:peter.schulthess@psychotherapie.ch) | Tel.: 076 559 19 20  
Marianne Roth | [marianne.roth@psychotherapie.ch](mailto:marianne.roth@psychotherapie.ch)  
Veronica Defébre | [veronica.defebre@psychotherapie.ch](mailto:veronica.defebre@psychotherapie.ch)  
Sandra Feroletto | [sandra.feroletto@psychotherapie.ch](mailto:sandra.feroletto@psychotherapie.ch)

### Date de rédaction finale

1er mars pour juin | 15 septembre pour décembre

### L'éditeur

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG  
Walltorstr. 10 | D-35390 Gießen | Tel.: +49 641 96 99 78 26  
[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de) | [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

### Gestion des abonnements | Frais de souscription

Psychosozial-Verlag | [bestellung@psychosozial-verlag.de](mailto:bestellung@psychosozial-verlag.de)  
Abonnement annuel € 44,90 (plus € 6,- de frais de port)  
Prix du numéro € 24,90 (plus € 6,- de frais de port)  
Les étudiants bénéficient d'une réduction de 25 % sur l'abonnement sur présentation d'un justificatif.  
L'abonnement est reconduit d'année en année, à moins qu'une annulation ne soit effectuée au plus tard huit semaines avant la fin de la période d'abonnement.  
Les membres de l'ASP reçoivent l'abonnement annuel au prix spécial de € 35,- (plus € 6,- de frais de port).

### Annonces

Veillez adresser vos demandes de renseignements sur les annonces à l'éditeur ([anzeigen@psychosozial-verlag.de](mailto:anzeigen@psychosozial-verlag.de)) ou au bureau de l'ASP ([asp@psychotherapie.ch](mailto:asp@psychotherapie.ch)).  
Les prix valables sont ceux publiés dans les données médiatiques sur [www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de).  
Les membres ASP sont priés de s'adresser directement à la rédaction.

### Couverture

© Adobe Stock / Rawpixel.com

### Version numérique

La revue à jour! Psychothérapie-Développement professionnel est également consultable en ligne : [www.a-jour-asp.ch](http://www.a-jour-asp.ch)



Les articles de cette revue sont disponibles sous la licence Creative Commons 3.0 DE en respectant la paternité des contenus – pas d'utilisation commerciale – sans œuvre dérivée. Cette licence autorise l'utilisation privée et la transmission sans modification, interdit cependant le traitement et l'utilisation commerciale. Veuillez trouver de plus amples informations sous : [creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de)

Anita Garstick-Straumann (2023): *Abenteuer Psychotherapie. Aus meiner spannenden Arbeit als analytische Psychotherapeutin.*  
Trainerverlag, 138 Seiten, ISBN: 978-620-0-76762-2, 32.00 EUR, 34.80 CHF

Nach vielen Praxisjahren als Psychoanalytikerin blickt Anita Garstick-Straumann zurück auf ihre Tätigkeit und kommt zum Schluss, dass ihr Beruf spannend und vielseitig ist. Sie arbeitete erst als Lehrerein und danach als Psychoanalytikerin unter anderem auch im Schuldienst. Sie arbeitete mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Das Buch richtet sich an Laien und junge BerufskollegInnen, die noch unentschlussen sind, ob sie in eine intensive analytische Therapie einsteigen wollen. Sie ermutigt dazu. Die Autorin legt ein Erzählbuch aus der Praxis vor. Dieses liest sich fließend und macht manches anschaulich, was in einer Therapie mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen geschehen kann. Dazu gibt sie viele Beispiele aus ihrer Tätigkeit. Sie erläutert zugleich einige zentrale Konzepte der Psychoanalyse und wehrt sich dagegen, dass man diese aus einer Zeit von vor 100 Jahren festschreiben will, hätte sich die Psychoanalyse doch seither in Theorie wie auch Praxis stark verändert und differenziert weiterentwickelt. Als wesentliche Funktion der Psychotherapie sieht sie, dass den PatientInnen ein Raum angeboten wird, wo ihnen wirklich zugehört wird, wo sie alles, was sie beschäftigt, äussern können im geschützten therapeutischen Raum auf Basis einer vertrauensvollen Beziehung. Das sei – gerade in der heutigen Zeit – schon viel und hätte oft allein dadurch schon eine heilende Wirkung. Die Autorin gliedert ihr Buch in 20 verschiedene Kapitel, in denen sie verschiedenen Fragen nachgeht, die im Zusammenhang mit Psychotherapie bei Menschen auftreten können, die sich mit der Frage beschäftigen, ob sie sich auf einen solchen Prozess einlassen wollen oder nicht. So erläutert sie etwa das Thema der Übertragung anschaulich und zeigt auf, wie damit umgegangen wird in der

therapeutischen Beziehung, illustriert durch Praxisbeispiele. Sie reflektiert die Rolle des Humors in der Therapie, das sogenannte Abstinenzprinzip seitens der TherapeutInnen, die Rolle der Träume, die Integration von Körper, Affekten, Gefühlen und des Denkens und der Medikamente. Sie diskutiert die Abgrenzung von Psychotherapie von Religion (verknüpft mit der Frage nach dem Sinn), sie fragt, was eine Therapie bringen kann und was nicht. In all diesem spürt man die Fachfrau auch in ihrem persönlichen Menschsein. Das Buch will nicht ein Lehrbuch sein, sondern eben ein Praxisbericht aus der Sicht der Erfahrungen der Autorin. Das ist angenehm beim Lesen, es wird nicht doziert, sondern erzählt, in manchen Kapiteln gar etwas assoziativ, was ja auch zum psychoanalytischen Arbeiten passt. Anita Garstick-Straumann geht auch den Fragen nach, wie man den für sich geeigneten bzw. die geeignete Therapeutin finden kann, was die Kosten einer Therapie sind und weshalb sich diese lohnen können, was sich in den letzten 40 Jahren so alles verändert hat in der Kultur, unserer Lebensweisen, Normen und Werten, in der Zeitgeschichte und wie das die therapeutische Praxis beeinflusst. Das Buch berührt, weil man die Passion und Liebe der Autorin spürt, als Psychotherapeutin Kinder, Jugendliche und Erwachsene auf dem Weg zu ihrer Selbstfindung zu begleiten. Es ist auch für BerufskollegInnen bereichernd, die persönlichen Einsichten und Haltungen der Autorin nach vielen Praxisjahren kennenzulernen, und kann dazu anregen, auch über die eigene Praxistätigkeit nachzudenken und mit den eigenen persönlichen Einsichten zu vergleichen.

Peter Schulthess

