

Rational-Emotive Verhaltenstherapie im Doppelpack

Zwei (weiterbildende) Rezensionen

Dieter Schwartz

»Rational-Emotive Verhaltenstherapie« von Albert Ellis & Catharine MacLaren¹ erschien 2015 als Band 9 der Reihe *Therapeutische Skills kompakt* im Verlag *Junfermann*. Zielgruppe der Reihe sind laut Verlag »in erster Linie Studenten und Psychologen in Ausbildung ... aber auch erfahrene Psychotherapeuten, die sich in eine neue Therapierichtung einlesen möchten«. Der Untertitel der englischsprachigen Originalausgabe von 1998 »*A Therapist's guide*« (er fehlt im deutschen Titel) weist darauf hin, dass die Autoren kein weiteres grundlegendes Werk über die REVT verfassen wollten. Ihr Ziel bestand vielmehr darin, interessierten Praktikern des *Mental Health*-Bereiches einen knappen, aber das Wesentliche umfassenden Überblick über die REVT anzubieten. Um es vorweg zu sagen: Dies ist ihnen recht gut gelungen.

In kurzen Abschnitten skizzieren die Autoren zunächst

- die integrativen Möglichkeiten der REVT,
- verweisen auf die hohe Zahl von Wirksamkeitsstudien für die verschiedenen Varianten Kognitiver Verhaltenstherapie, welche diese zu den heute am besten abgesicherten evidenz-basierten Psychotherapien werden ließen,
- und geben einen knappen Überblick zu den Ursprüngen und der Geschichte der REVT.

Sodann werden die philosophischen Grundlagen der REVT angesprochen, leider ohne Erwähnung ihrer Wurzeln in der antiken Philosophie, obwohl diese einen wesentlichen Bezugspunkt für Ellis' Gründungsidee der kognitiven Mediatorhypothese (ABC-Modell; kognitive Revolution der Verhaltens-

1 Erstauflage 1998 mit weiteren drei Auflagen (in der Reihe *The Practical Therapist Series*). MacLaren war von 1998 bis 2002 Associate Executive Director des Albert Ellis Institute New York City und ist zertifizierte Supervisorin des AEI.