

## Vernunft

## Von rationalen und irrationalen Überzeugungen

In diesem Buch geht es um das Entstehen von Überzeugungen und die Gründe dafür, warum Menschen an ihren Überzeugungen festhalten, obwohl diese mehr oder weniger irrational sind. Ausdrücklich geht es dem Autor um die Entstehung von deskriptiven Überzeugungen, deren Wahrheitsgehalt überprüfbar ist. Normative Überzeugungen wie moralische Überzeugungen oder Zukunftsvisionen werden explizit ausgeklammert. Der Autor Philipp Sterzer ist Professor für Psychiatrie und Neurowissenschaften mit Schwerpunkt Schizophrenieforschung.

Im ersten Teil des Buches geht es um die Entstehung von Irrationalität und darum, welchen Nutzen sie für die Menschheit als ganze und für jeden einzelnen Menschen haben kann. Der zweite Teil beleuchtet das Zusammenspiel von Sinneswahrnehmungen und Vorhersagen über die Welt. Beides brauchen wir, um uns in der Welt zurechtzufinden. Im Epilog geht der Autor exemplarisch

auf die Überzeugungen zur Coronapandemie ein. Neben Psychiatrie und Neurowissenschaften beschäftigt er sich auch mit soziologischen, genetischen und philosophischen Aspekten.

Sterzer gelingt es, die Themen sehr lebendig, gut lesbar, manchmal fast im Plauderton und doch gut gespickt mit Quellenangaben den Lesenden nahe zu bringen. So fiel mir zeitweise auf, wie viele irrationale Überzeugungen ich selber habe. Auch der Autor geht auf seine eigenen irrationalen Überzeugungen ein. Und manchmal ist es gar nicht so leicht, eine rationale von einer irrationalen Überzeugung zu unterscheiden. Diese Unsicherheit und Relativität von Überzeugungen wirklich zu spüren und damit sein zu können, macht es zumindest mir leichter, mit Mitmenschen, die andere Überzeugungen haben als ich selbst, umzugehen. Dies halte ich insbesondere vor dem Hintergrund der Krisen der letzten Jahre für



**Philipp Sterzer:** Die Illusion der Vernunft. Warum wir von unseren Überzeugungen nicht zu überzeugt sein sollten. Ullstein Verlag, Berlin 2022, 320 Seiten, gebunden, 23,99 Euro

enorm wichtig. Und auch mein Verständnis von Wahnvorstellungen, deren Entstehung und Nutzen konnte durch das Buch bereichert werden.

Im Hauptteil des Buches navigiert der Autor immer wieder klar zwischen belegten Fakten, durch Fakten gestützte Hypothesen und irrationalen Überzeugungen. Alles wird klar benannt und Unsicherheitstoleranz wird – zu Recht – groß geschrieben. Im Epilog hingegen werden deutlich weniger Quellen angeführt und Sterzer scheint mir von seinen Überzeugungen zum Thema Coronapandemie etwas zu überzeugt, obwohl gerade hier die Forschung ja noch sehr am Anfang steht. Trotzdem tut das dem Buch keinen Abbruch, zumal man als Leser ja vorher schon gelernt hat, warum das so ist, und wie man damit umgehen kann. Insgesamt ein empfehlenswertes Buch für Psychotherapeuten und auch für interessierte Laien. **Carola Maack**

## Schematherapie

## Kreative Entdeckungsreise

In der bewährten Reihe der Therapielkarten im Beltz-Verlag legt Ferreira de Vasconcellos ein umfassendes Kartenset zum kreativen Einsatz schematherapeutischer Techniken vor. Dabei untergliedert er in zwei

seite die Zuordnung zur jeweiligen Unterkategorie, genaue Arbeitsvorschläge mit benötigtem Material, thematische Optionen und Settingoptionen (Einzel/Gruppe) enthält. Nach Ansicht des Autors können die Karten hilfreiche Impulse in jeder Therapiephase darstellen, erleichtern zunächst den Beziehungsaufbau, die Diagnostik und die Fallkonzeptualisierung und helfen im Verlauf der schematherapeutischen Arbeit in der Klärungs- und Veränderungsphase sowie bei der Unterstützung der Selbsthilfetechniken. Der Fokus liegt dabei auf der kreativen, ressourcenorientierten Arbeit mit Patientinnen und Patienten. Die vorgeschlagene Grundausstattung einer so arbeitenden psychotherapeutischen Praxis liest sich auch wie der Inhalt eines Materialschranks von Kunsttherapeutinnen und -therapeuten. Ob für dysfunktionale El-

ternmodi, verletzlichen Kindmodus oder mehrere Modi gleichzeitig geben Karten therapeutisch zielgerichtete Anregungen und bieten Reflexionsmöglichkeiten für Patienten weit über die jeweilige Sitzung hinaus.

Therapeuten, die diese Anregungen aufnehmen wollen, brauchen einige Grundkenntnisse der Schematherapie sowie die Bereitschaft, sich auf eine kreative Entdeckungsreise mit ihren Patienten zu begeben und dabei die eingetretenen Pfade der Interviewtechnik zu verlassen. Die hier vorgestellten Impulse stellen eine wertvolle Erweiterung des gebräuchlichen therapeutischen Repertoires dar, sind professionell gestaltet und enthalten viele zielgerichtete Verweise auf Ergänzungs- und Vertiefungsmöglichkeiten. Wenn Psychotherapie Wissenschaft und Kunst ist, dann ist dies ein sehr schöner Beitrag zu Letzterer. **Michael Broda**

**Ferreira de Vasconcellos:** Kreative Materialien und Techniken in der Schematherapie. Beltz Verlag, Weinheim 2022, 75 Therapielkarten mit 32-seitigem Booklet in Klappkassette, 54,00 Euro



Bereiche: Allgemeine Grundlagen der Schematherapie und Modusarbeit. Für diese Dimensionen werden für elf Unterkategorien zugeschnittene Übungsanregungen auf Bildkarten vorgestellt, deren Vorderseite einen Bildimpuls zeigt, deren Rück-