

# Rezensionen von Buchtips.net

## Bernd Ubben: Verhaltenstherapie-Kompass

### Buchinfos

Verlag: [Beltz \(weitere Bücher von diesem Verlag zeigen\)](#)  
Genre: [Sachbuch](#)  
ISBN-13: 978-3-621-28887-3 ([bei Amazon.de bestellen](#))  
Preis: 39,00 Euro (Stand: 06. Mai 2025)

Sorgfältig verfasste Planungshilfe für VT-Therapeuten

Einen "wohltemperierten Arbeitsstil", das legt bereits das Vorwort jedem Therapeuten ans Herz. Was nicht bedeutet, immer im gleichen Tempo oder nur mäßig interessiert vorzugehen, sondern zu einem klaren Rahmen, einer klaren Planung fähig zu sein, welche sich dann im Tempo und der Tiefe, im "Ausleuchten dunkler Ecken" oder im auch mal ruhigen Beistehen ausdrückt. Somit eine Form von "freifließender Aufmerksamkeit" installiert, mit der die je anliegenden therapeutischen Prozesse auf dem gemeinsamen Weg von Therapeut und Klient angemessen und passend gestaltet werden. In ebenso ruhiger und sachlicher, direkt ansprechender und motivierender Weise legt Bernd Ubben für dieses Ziel nun seinen Kompass vor. Mit dem Rahmen, "Ausrüstung", "Etappen" der Therapie übersichtlich im Vorfeld geplant werden können, ebenso wie im Verlauf des "Weges" umgehend Anpassungen vorgenommen werden können.

Mit Modulen, Arbeitsblättern, Arbeitshilfen, Online-Material dazu, bietet Ubben vielfaches auch anschauliches Material "aus der Praxis für die Praxis" und neigt auch nicht zu Abschweifungen, so dass am Ende der Lektüre im Raum steht, was der Titel schon aussagt: eine klare Planungshilfe für therapeutische Prozesse der VT. Die nicht auf alle Eventualitäten nun vorbereiten kann, aber einen klaren Rahmen vermittelt, der Sicherheit und immer wieder Orientierung vermittelt. So dass auch in unübersichtlichen Situationen des therapeutischen Geschehens schnell wieder "fester Boden" unter den Füßen gefunden werden kann.

In klarer Abfolge erläutert Ubben zunächst das Grundlegende des VT Ansatzes, samt Beschreibung der Prozesse und Phasen eines VT basierten Ansatzes, sodann die planbare Steuerung dieses Prozesses, wie auch Supervision und Selbsterfahrung des Therapeuten ausführlich beleuchtet werden. In diesen drei Hauptteilen strukturiert Ubben dann seinen "Kompass", der von der Anfangsphase über die Orientierungsphase, mit Verweisen auf die klar personenzentrierte Haltung der VT in die Interventions- und Integrationsphase als Hauptteil der praktischen Arbeit führt. In allen Darlegungen werden je passende Arbeitsmittel mit vorgelegt und die einzelnen Themen und Phasen auch den Arbeitsnotwendigkeiten außerhalb des direkten Kontaktes ebenso sorgfältig mitbegleitet.

Alles in allem Eine Handreichung, die das eigene Arbeiten im Bereich bestens strukturiert, Raum lässt für die eigenen Herangehensweisen und doch immer wieder auf den roten Faden verweist, der sich im besten Falle durch den therapeutischen Prozess im "wohltemperierten Arbeitsstil" führt.

Eine für im VT Bereich arbeitende Therapeuten sehr zu empfehlende praktische Hilfe.

9 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von [Lesefreund](#)  
[05. April 2022]