

# **Die Bedeutung des Zen-Buddhismus für die Dialektisch-Behaviorale Therapie**

Michael Huppertz

*Zusammenfassung: Die Dialektisch-Behaviorale Therapie ist ein störungsspezifisches Verfahren zur Behandlung von Borderline-Persönlichkeitsstörungen. Sie verwendet vor allem Konzepte und Techniken der kognitiven Verhaltenstherapie und der humanistischen Psychotherapien. Zu einem tieferen Verständnis ist es aber notwendig, auch ihren zen-buddhistischen Hintergrund einzubeziehen. Es wird zunächst versucht, die spezifische Erfahrung der Zen-Meditation und den philosophischen Grundgedanken des Zen-Buddhismus plausibel zu machen. Im Rahmen einer Skizze der historischen Beziehung von Zen-Buddhismus und Psychotherapie wird die spezifische Position der DBT in dieser Tradition dargestellt. Schließlich wird gezeigt, inwieweit der Zen-Buddhismus die DBT geprägt hat und welche Probleme sich für die DBT stellen, wenn sie als moderne Psychotherapie eine vormoderne Weltanschauung beerbt.*

(Vortrag auf dem DBT - Netzwerktreffen 2002 in Darmstadt, die schriftliche Fassung erscheint in der Zeitschrift „Psychotherapie, Psychosomatik, medizinische Psychologie“)

Dr.phil. Dipl.Soz. Michael Huppertz  
Arzt für Psychiatrie / Psychotherapie  
Heidelberger Landstr. 171  
D - 64297 Darmstadt  
Tel.: 06151 / 50920  
Fax: 06151 / 509220  
E-Mail: mihup@web.de