

in faszinierender Weise Gefahren dar. Diese nur als Gefahren zu orten, welche der bürgerlich-herrschenden Besitzklasse drohen, und W. zu unterscheiden, er trete letztlich für eine staatliche Kommandowirtschaft ein [Albert Krölls: Die Legende vom Staatsversagen. Zum Verhältnis von Staat, Recht und Ökonomie im organisierten Kapitalismus, in: Demokratie und Recht 19 (1992) 36 ff.], entstammt dogmatisch-marxistischer Engführung und wird W.s Anliegen nicht gerecht. Sind aber seine Vorschläge geeignet, dieser Gefahren Herr zu werden? Er benennt aus engagiertem Ernst Aufgaben. Aber lassen sie sich auf diesem Wege bewältigen? N. BRIESKORN S. J.

PSYCHOTHERAPIE IM WANDEL. Von der Konfession zur Profession. Herausgegeben von Klaus Grawe, Ruth Donati und Friederike Bernauer. Göttingen–Bern–Toronto–Seattle: Hogrefe 1994. 885 S.

Die gegenwärtige Psychotherapie ist konfessionell anstatt professionell ausgerichtet und ignoriert die Forschungsergebnisse der wissenschaftlichen Psychologie über die Störungen menschlichen Erlebens und Verhaltens und die Möglichkeiten ihrer psychologischen Beeinflussung. Die psychotherapeutische Versorgung orientiert sich weitgehend an den Interessen der verschiedenen psychotherapeutischen Glaubensgemeinschaften und nicht an der nachgewiesenen Nützlichkeit der Therapiemethoden. Die psychotherapeutische Praxis hinkt dem wissenschaftlichen Erkenntnisstand schwer hinterher. Die Qualität der psychotherapeutischen Versorgung könnte erheblich verbessert werden, wenn die jeweiligen Störungen mit den Methoden behandelt würden, die sich nachgewiesenermaßen als effektiv herausgestellt haben. Das gegenwärtige Ausbildungssystem perpetuiert jedoch die Mißstände auf dem Gebiet der Psychotherapie. Es klammert Informationen über die tatsächliche Wirksamkeit verschiedener Therapieformen ebenso aus wie den Wissensstand der Psychologie. Das führt zu einer enormen Diskrepanz zwischen dem, was eigentlich durch die Anwendung der verfügbaren effektiven psychologischen Behandlungsmethoden möglich wäre, und dem, was tatsächlich geschieht. – Die Autoren wollen zu einer Psychotherapie beitragen, zu der sie als wissenschaftliche Psychologen stehen können. Sie präsentieren in diesem Buch die Ergebnisse einer dreizehnjährigen Arbeit, in der sie sämtliche vorliegenden Therapiestudien zur Wirksamkeit psychotherapeutischer Behandlungsmethoden analysierten. Sie legen einen Ergebnisbericht vor, der ein Gesamtbild der tatsächlichen Faktenlage auf dem Gebiet der Psychotherapie vermittelt. Für jede Therapiemethode führen sie an, was dazu bisher an stichhaltigen wissenschaftlichen Untersuchungen vorliegt und was diese Untersuchungen bezüglich der Wirkung, der Wirkungsweise und der Indikation dieser Therapiemethode erbracht haben. Die vorliegende Arbeit ist um so bemerkenswerter, als es für einen einzelnen Wissenschaftler unmöglich geworden ist, einen vollständigen Überblick über die empirischen Untersuchungen zum Gesamtbereich der Psychotherapie zu gewinnen und zu behalten. Die Zahl der Untersuchungen über die Wirksamkeit von Therapiemethoden ist mittlerweile über 4000 angewachsen und nimmt jedes Jahr zu. – Grawe und seine Mitarbeiter sammelten in einer fünfjährigen systematischen Suchaktion alle bis 1984 veröffentlichten Wirksamkeitsuntersuchungen, zirka 3500. Aus diesen wählten trainierte Gutachter 897 Untersuchungen aus, die an erwachsenen Patienten durchgeführt worden waren, welche selbst wegen eines klinisch relevanten Problems psychotherapeutische Hilfe gesucht hatten. Anhand eines standardisierten Auswertungskatalogs und Güteprofils für kontrollierte Psychotherapiestudien analysierten sie jede einzelne Untersuchung. Das Herzstück des Buches bildet der Ergebnisbericht über die Wirkung, Wirkungsweise und Indikation der verschiedenen Therapiemethoden (Kap. 4, 87–671). Die Ergebnisberichte über die einzelnen Therapiemethoden sind alle gleich aufgebaut. Zuerst wird die jeweilige Therapiemethode kurz beschrieben, dann folgt der eigentliche Ergebnisbericht. Was liegt an stichhaltigen Untersuchungen zu dieser Methode vor? Auf welche Art von Patienten beziehen sich die Ergebnisse? Wie wird über die Therapeuten informiert? Wieviele Untersuchungen gibt es und wie sind sie im Vergleich zu Studien über andere Therapiemethoden zu bewerten? Es folgt ein Bericht über die Wirksamkeit und das Wirkungsspektrum der Methode, über ihre Wirkung im Vergleich zu anderen The-

rapierrichtungen sowie Hinweise zu ihrer Indikation und Wirkungsweise. Die 41 Ergebnisberichte gruppieren die Verfasser in sechs Hauptrichtungen: Humanistische Therapien, psychodynamische Therapien, kognitiv-behaviorale Therapien, interpersonale Therapien, Entspannungstherapien und Hypnose sowie eklektische und richtungsübergreifende Therapien. Den Abschluß dieses Hauptteiles (Kap. 4) bilden direkte Wirkungsvergleiche zwischen den verschiedenen Therapieformen.

Der Ergebnisbericht zeigt, daß die unüberschaubar gewordene Vielzahl psychotherapeutischer Ansätze und Methoden sich in eine klare Rangordnung fügt, wenn man den Maßstab der empirisch nachgewiesenen Wirksamkeit anlegt. (1) Es gibt eine Gruppe von psychotherapeutischen Methoden und Techniken, die sich zwar auf dem Psycho-Markt großer Beliebtheit erfreuen, für die aber jeglicher Wirksamkeitsnachweis fehlt. Zu dieser Gruppe zählen Verfahren wie die analytische Psychotherapie nach C. G. Jung, die Primärtherapie (Urschrei-Therapie) nach Janov, das Neurolinguistische Programmieren, die dynamische Familientherapie nach Stierlin und das Rebirthing. (2) Es gibt Therapiemethoden, die zwar relativ gut untersucht sind, wie etwa das Autogene Training, deren Wirksamkeit durch die vorliegenden Befunde aber eher in Frage gestellt als bestätigt wird. (3) Für eine dritte, umfangreiche Gruppe therapeutischer Verfahren liegt eine gewisse Anzahl von Wirksamkeitsuntersuchungen vor; diese ist jedoch zu gering und die Ergebnisse sind zu uneindeutig, um sie zu den bewährten Verfahren mit nachgewiesener klinischer Wirksamkeit zählen zu können. Manche dieser Ansätze, wie die Bioenergetische Therapie, die Daseinsanalyse, das Katathyme Bilderleben, die Individualtherapie nach Adler, Musik-, Tanz- und Kunsttherapie, befinden sich in großer Nähe zu den überhaupt noch nicht untersuchten Ansätzen der ersten Gruppe. Bei der Gestalttherapie und der Systemischen Familientherapie kann die gegenwärtige Befundlage bei wohlwollender Interpretation die Hoffnung nähren, daß sie sich noch qualifizieren. Der Abstand zu den Verfahren mit zweifelsfrei nachgewiesener Wirksamkeit ist jedoch groß. (4) Schließlich gibt es eine vierte Gruppe von drei psychotherapeutischen Ansätzen, denen auf Grund einer großen Zahl kontrollierter Wirksamkeitsuntersuchungen der Status von Therapieverfahren mit zweifelsfrei nachgewiesener Wirksamkeit zugebilligt werden muß: *Verhaltenstherapie*, *Gesprächspsychotherapie* und *psychoanalytische Therapie*. Es bestehen jedoch beträchtliche Unterschiede im klinischen Gewicht und in der Breite dieser Ansätze. Am besten in seiner Wirksamkeit abgesichert ist das umfangreiche Repertoire der Verhaltenstherapie. Gut untersucht, um einigermaßen sichere Aussagen über die Wirksamkeit machen zu können, sind Formen psychoanalytischer Kurztherapie bis ca. 30 Sitzungen und psychoanalytische Therapien mittlerer Länge zwischen 30 und 100 Stunden. Die Wirksamkeitsnachweise für die Gesprächspsychotherapie sind überzeugend. Der Anwendungsbereich dieser Therapieform ist allerdings enger als jener der Verhaltenstherapie. Die Wirksamkeitsvergleiche zwischen den verschiedenen Therapieformen zeigen, daß die mehr auf Problembewältigung ausgerichteten Verfahren der Verhaltenstherapie im Durchschnitt signifikant wirksamer sind als die eher klärungs- oder einsichtsorientierten Verfahren Gesprächspsychotherapie und psychoanalytische Therapie. Dieser Befund steht in deutlichem Kontrast zu der immer wieder in der Psychotherapieforschungsliteratur vertretenen Meinung, es ließen sich keine Wirksamkeitsunterschiede zwischen den verschiedenen Therapiemethoden nachweisen. „Die tatsächliche Ergebnislage könnte daher nicht eindeutiger sein, als sie ist: Kognitiv-behaviorale Therapie ist im Durchschnitt hochsignifikant wirksamer als psychoanalytische Therapie und Gesprächspsychotherapie“ (670).

Die gegenwärtige psychotherapeutische Versorgungswirklichkeit weicht in einem Ausmaß von den an und für sich bestehenden Möglichkeiten ab, das dringend nach Veränderung ruft. Es besteht eine Kluft zwischen der Zahl jener Patienten, die eine psychotherapeutische Behandlung erhalten, und der Zahl jener, welche die zur Zeit bestmögliche Behandlung erhalten. Die Nicht-Nutzung der besten bestehenden Behandlungsmöglichkeiten führt außerdem zu den größten Kosten für die Gemeinschaft. „Die einfache, aber verleugnete Wahrheit ist die, daß das therapeutische Versorgungsangebot im gesamten deutschen Sprachraum sehr weitgehend von den persönlichen Vorlieben und Interessen der Therapeuten bestimmt wird und nicht von dem Recht der

Patienten auf die bestmögliche Behandlung“ (694). – Eine zentrale Schlußfolgerung des Ergebnisberichtes betrifft die Therapiedauer. Wirksame Therapien erzielen ihre Effekte innerhalb von Monaten und nicht von Jahren. Die Aussage, daß sehr gute Therapieeffekte mit einer relativ geringen Sitzungszahl erreicht werden können, stützt sich auf mehrere hundert Untersuchungen und trifft für Therapieformen unterschiedlicher Orientierung zu. Damit ist die von vielen psychoanalytischen Therapeuten heute noch vertretene Auffassung, schwer gestörte Patienten bräuchten langjährige Therapien, eindeutig widerlegt. – Die Autoren betonen mit Nachdruck, daß die Pflege und das Festhalten an Therapieschulen prinzipiell unvereinbar ist mit einem professionellen Selbstverständnis, das sich an der objektiven Qualität der eigenen Arbeitsleistung orientiert. Der Großteil der Psychotherapeuten arbeitet „schulzentriert“, d. h. sie beherrschen nur eine Psychotherapiemethode, und wenden diese bei allen Klienten an. Der Weg „von der Konfession zur Profession“ sei für viele Psychotherapeuten mit dem Verlust ihrer Identität und der Geborgenheit in einer Glaubensgemeinschaft verbunden. Beispielsweise habe die langjährige Lehranalyse für Psychoanalytiker die Funktion eines unverzichtbaren Initiationsritus ähnlich der Mensur in einer schlagenden Verbindung. Die Fakten legen schon seit langem nahe, den objektiven Nutzen einer Lehranalyse für die Ausbildung in Frage zu stellen. Es gibt keine stichhaltigen Belege dafür, daß Psychotherapeuten nach einer mehrjährigen Lehranalyse tatsächlich bessere Therapien durchführen.

Die Zukunft der Psychotherapie besteht nach Überzeugung der Autoren nicht darin, daß sich eine der jetzt bestehenden Therapieformen den anderen gegenüber durchsetzt, sondern daß etwas entsteht, das es heute noch nicht gibt, und zwar eine „Allgemeine Psychotherapie“. Aktive Hilfe zur Problembewältigung ist nach den vorliegenden Forschungsergebnissen das wichtigste Wirkprinzip erfolgreicher Therapie. Die Gesprächspsychotherapie gibt keine direkte Hilfe zur Problembewältigung und hat trotzdem gute Erfolge. Die Wirkungen dieser Therapie kommen auf andere Weise zustande. Dem Klienten wird geholfen, sein Erleben und Verhalten besser zu verstehen. Bewertungen, Motive und Ziele, die sein Erleben und Handeln bestimmen, werden expliziert. Hier geht es um motivationale Klärung und nicht um die Frage von Können oder Nicht-Können. Die „Allgemeine Psychotherapie“ wird beide Aspekte, Problembewältigung und Motivklärung, verbinden. Wofür ein Mensch keine Verhaltensprogramme oder -pläne entwickelt hat, das kann er nicht tun, und wozu er nicht motiviert ist, das wird er nicht tun. In den theoretischen Konzepten der meisten Therapieschulen sind die beiden Aspekte, Problembewältigung und Motivklärung, voneinander getrennt. Problembewältigungsperspektive, Klärungsperspektive und Beziehungsperspektive sind die zentralen Dimensionen psychotherapeutischen Geschehens. Eine Ausbildung in „Allgemeiner Psychotherapie“ würde alle drei Perspektiven umfassen. „Ein Psychotherapeut sollte in der Lage sein, Patienten mit den verschiedenartigsten Problem aktive Hilfe zur Problembewältigung zu geben. Er sollte in der Lage sein, einen motivationalen Klärungsprozeß mit hilfreichen Interventionen zu unterstützen. Und er sollte in der Lage sein, einen auf den jeweiligen Patienten spezifisch zugeschnittenen zwischenmenschlichen Rahmen für die Therapie herzustellen und mit seinem eigenen Beziehungsverhalten kontinuierlich zu gestalten“ (784). Die theoretische Grundlage einer „Allgemeinen Psychotherapie“ wäre keinesfalls ein Flickenteppich aus Versatzstücken der verschiedenen bestehenden Therapieformen. Gefordert ist ein ganz neuer theoretischer Ansatz von größerer Erklärungsbreite. Die Psychotherapie der Zukunft kennzeichnet Flexibilität und Vielfalt im Vorgehen, allerdings auf einer neuen einheitlichen theoretischen Grundlage.

Das Buch bietet einen Gesamtüberblick über die Wirkung von Psychotherapien, der in dieser Gründlichkeit und Kompetenz einmalig ist. Es stellt eine unverzichtbare Hilfe für jeden dar, der sich auf dem schwer überschaubaren Gebiet der Psychotherapie und Psychotherapieforschung orientieren möchte. Die Autoren legen eine klare und übersichtliche Darstellung in einer einfachen und verständlichen Sprache vor, so daß auch der Nichtfachmann von der Lektüre profitieren kann. Besonders Seelsorgern ist das Buch zu empfehlen, denn sie sind neben anderen Vertrauenspersonen häufig die erste Anlaufstelle für Menschen mit psychischen Problemen.

H. GOLLER S. J.