


 Medienquelle: Print
 Auflagen: 77.264

 Anzahl der Zeichen: 4585
 Verbreitung: 70.360

Erscheinungsweise: keine Angabe

Analyse & Meinung

Was ist Psychotherapie?

Ein Plädoyer für die wissenschaftliche Fundierung der Disziplin, der Berufsausbildung und der Berufsausübung

 VON CLAUD VÖGELE
 UND GEORGES STEFFGEN*

Psychotherapie steht als Oberbegriff für alle Formen psychologischer Interventionsverfahren, die ohne Einsatz medikamentöser Mittel oder anderer medizinischer Maßnahmen auf die Behandlung psychischer und psychosomatischer Krankheiten, Leidenszustände oder Verhaltensstörungen zielen.

Heutzutage gehört die Psychotherapie selbstverständlich zur Gesundheitsversorgung. Dazu hat entscheidend beigetragen, dass psychotherapeutische Maßnahmen wissenschaftlich untersucht werden und ihre Wirksamkeit anhand international anerkannter Kriterien überprüft wird. Wissenschaftlich fundierte Psychotherapie-Verfahren beruhen weitestgehend auf Modellen und Befunden der empirischen Psychologie, wie sie vor allem in Bachelor- und Masterstudiengängen der Psychologie gelehrt werden.

Die Wirksamkeitsüberprüfung ist aus mehreren Gründen wichtig. Erstens gewährleistet sie die Qualitätssicherung, d. h. dass Hilfesuchenden psychotherapeutische Verfahren angeboten werden, deren Wirksamkeit nachgewiesen ist. Zweitens trägt sie zur Professionalisierung des Berufsstands der Psychotherapeuten bei, und zwar zum einen durch die Entwicklung verbindlicher Qualifikationskriterien in der Ausbildung der Psychotherapeuten und zum anderen durch die Integration der Psychotherapie als eigener Gesundheitsberuf in das Gesundheitssystem.

Psychotherapeutisches Handeln steht auf den Standbeinen der Berufserfahrung und der Wissenschaft. Wie dies auch für andere Berufe der Fall ist, erwerben Psychotherapeuten mit zunehmender Erfahrung in ihrer Tätigkeit mehr Sicherheit, und erweitern ihr Wissen und ihre Fertigkeiten im therapeutischen Handeln. Allerdings kommen fast täglich neue Erkenntnisse über diagnostische und the-

rapeutische Methoden hinzu, so dass sich jeder Psychotherapeut stetig weiterbilden sollte, um auf dem neuesten Stand zu bleiben. Es ist daher wichtig, dass sich Psychotherapeuten bei der Diagnose und Behandlung an den neuesten wissenschaftlichen Grundlagen orientieren.

Wir plädieren deswegen nicht nur für die wissenschaftliche Fundierung der Psychotherapie als Disziplin sondern auch für das Leitbild eines „Scientist-Practitioner“, der Praxis und Forschung nicht als Gegensätze sondern als sich gegenseitig befruchtende und korrigierende Bereiche versteht. Um diese erforderliche Verbindung von Wissenschaft und Praxis bereits in der Ausbildung zu gewährleisten, sehen die europäischen Ausbildungsstandards in Psychotherapie (European Federation of Psychologists' Associations) deswegen als Voraussetzung für den Erwerb der Berufsbezeichnung „Psychotherapeut bzw. Psychotherapeutin“ ein fünfjähriges

Universitätsstudium in empirischer Psychologie sowie den erfolgreichen Abschluss eines dreijährigen meist berufsbegleitenden Weiterbildungsstudiums in Psychotherapie vor.

Nach dem Erwerb der Qualifikation zur Ausübung der Psychotherapie ist in vielen Ländern zudem festgelegt, dass das Recht zur Berufsausübung der Psychotherapie durch den Nachweis von Fortbildungsmaßnahmen aufrechterhalten werden muss, bei denen die neuesten Erkenntnisse zur Diagnose und Behandlung vermittelt werden. Ein wichtiger Teil dieser Fortbildungsaktivitäten besteht im Selbststudium wissenschaftlicher Artikel; für deren Verständnis und Umsetzung in die Praxis bedarf es vertiefter Kenntnisse in psychologischen Evaluationsmethoden, wie sie im Studium erworben werden.

Dabei spielen Therapieschulen eine immer geringere Rolle. Vielmehr geht die Entwicklung hin zu einer evidenzbasierten Fundierung der Psychotherapie, bei der

störungsspezifische Therapiemethoden entwickelt und empirisch überprüft werden. Dabei werden oft Techniken aus unterschiedlichen Psychotherapieverfahren unabhängig von ihrer zugehörigen theoretischen Tradition kombiniert, um den einzelnen Patienten bestmöglich unterstützen zu können. Die Psychotherapie als Disziplin und als Beruf hat über die letzten 50 Jahre eine rasante Entwicklung vollzogen. Von den oft durch Polemik und Partikularinteressen geprägten Auseinandersetzungen zwischen Anhängern verschiedener Therapieschulen in den letzten Jahrzehnten des vergangenen Jahrhunderts hat sich die Psychotherapie heute zu einer empirisch fundierten Wissenschaft entwickelt, zum Wohle der Patienten.

*Claus Vögele ist Professor für Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie an der Universität Luxemburg.

Georges Steffgen ist Professor für Sozialpsychologie an der Universität Luxemburg.