

Agnes von Wyl, Volker Tschuschke, Aureliano Crameri,
Margit Koemeda-Lutz, Peter Schulthess (Hg.)
Was wirkt in der Psychotherapie?

Forschung Psychosozial

Agnes von Wyl, Volker Tschuschke, Aureliano Crameri,
Margit Koemeda-Lutz, Peter Schulthess (Hg.)

Was wirkt in der Psychotherapie?

**Ergebnisse der Praxisstudie
ambulante Psychotherapie
zu 10 unterschiedlichen Verfahren**

Mit Beiträgen von Aureliano Crameri, Hugo Grünwald,
Margit Koemeda-Lutz, Peter Müller-Locher, Mario Schlegel,
Peter Schulthess, Volker Tschuschke und Agnes von Wyl

Psychosozial-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Originalausgabe
© 2016 Psychosozial-Verlag
Walltorstr. 10, D-35390 Gießen
Fon: 06 41 - 96 99 78 - 18; Fax: 06 41 - 96 99 78 - 19
E-Mail: info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung
des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet,
vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: Benno Werth, »Schichtarbeit 1«, 2012 (Foto von Uwe Piper)
Umschlaggestaltung & Innenlayout nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar
www.imaginary-world.de
Satz: metiTec-Software, me-ti GmbH, Berlin
ISBN 978-3-8379-2586-9

Inhalt

Vorwort	7
<i>Agnes von Wyl</i>	
1 Wie kam es zur PAP-S-Studie?	13
Zur Vorgeschichte der Studie	
<i>Peter Schulthess, Margit Koameda-Lutz & Mario Schlegel</i>	
2 Wie kam es zur Zusammenarbeit der Charta mit zwei verschiedenen Hochschulen in der PAP-S-Studie?	23
Das wissenschaftliche Interesse an einer naturalistischen Praxisstudie	
<i>Peter Schulthess, Hugo Grünwald & Volker Tschuschke</i>	
3 Praxisstudie ambulante Psychotherapie Schweiz (PAP-S-Studie): Studiendesign	31
<i>Agnes von Wyl</i>	
4 Der OPD-Ratingprozess	51
Persönliche Erfahrungen und Einsichten	
<i>Peter Müller-Locher</i>	

5 Psychotherapeutische Interventionstechniken	65
Das PAP-S-Rating-Manual (PAP-S-RM)	
<i>Volker Tschuschke, Margit Koemeda-Lutz & Mario Schlegel</i>	
6 Therapeutische Interventionstechniken: Zur Bedeutung der Konzepttreue in der Psychotherapie	75
<i>Volker Tschuschke</i>	
7 Therapeutische Techniken: Prädiktoren und zeitliche Verlaufsaspekte	87
<i>Margit Koemeda-Lutz</i>	
8 Therapeutische Beziehung	111
<i>Volker Tschuschke</i>	
9 Outcome	121
<i>Aureliano Cramer</i>	
10 Unterschiede zwischen TherapeutInnen	141
<i>Volker Tschuschke</i>	
11 Einfluss von Geschlechts- und Gender-Aspekten in der Psychotherapie	149
<i>Volker Tschuschke</i>	
12 Geschlechtsunterschiede in der PAP-S-Studie analysiert mit dem Psychotherapie-Prozess Q-Set (PQS-R-D)	159
<i>Agnes von Wyl</i>	
Die Autorinnen und Autoren	171

Vorwort

Eine Psychotherapiepraxisstudie durchzuführen braucht einen langen Atem! Umso befriedigender ist es, wenn nach der langen Reise der Bestimmungsort erreicht ist und – wenn wir bei dieser Metapher bleiben – die Fracht sicher am Bestimmungsort angekommen ist. Dieses Buch dokumentiert die Vorbereitungen zu dieser Reise, berichtet von der Reise selbst und beschreibt schließlich die auf der Reise angesammelte Fracht oder Güter. Was sind die Güter einer Psychotherapiepraxisstudie? Es sind die Forschungsdaten, die schließlich in Forschungsberichten, Journalartikeln und Vorträgen beschrieben werden. Und wenn wir weiter bei diesen Metaphern bleiben: Bei 81 verschiedenen PsychotherapeutInnen, die neun verschiedenen therapeutischen Schulen angehören, haben wir immer wieder Halt gemacht, um Daten von den PsychotherapeutInnen und von über 362 PatientInnen zu sammeln. Die Daten bestanden aus Fragebögen, ausgefüllt von den PatientInnen und den PsychotherapeutInnen, und aus Audioaufnahmen der meisten Therapiestunden. Die 362 PatientInnen wurden außerdem zu Beginn und zum Abschluss der Therapie sowie ein Jahr nach Abschluss von AssessorInnen bzw. DiagnostikerInnen in sogenannte Assessment-Center zu einem SKID-I-, SKID-II-, einem OPD-Interview und weiteren Befragungen eingeladen. Eine Fülle von Daten stand und steht uns damit zur weiteren Verwertung zur Verfügung. Zur Auswertung der Audioaufnahmen entwickelten wir zusammen mit Fachpersonen der beteiligten therapeutischen Schulen ein Ratingmanual zu psychotherapeutischen Techniken. In der Kombination der Prozessdaten, und zwar sowohl der Fragebogendaten wie auch der ausgewerteten Audiodateien, und der Outcomedaten konnten wir hochauflösende Prozessanalysen durchführen und eine Aussage darüber wagen, was in der Psychotherapie wirkt.

Die Praxisstudie ambulante Psychotherapie Schweiz (PAP-S) war ein Forschungsprojekt der Schweizer Charta für Psychotherapie in Kooperation mit dem Klinikum der Universität zu Köln und dem Departement Angewandte Psychologie der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften Zürich. Die Schweizer Charta ist ein Verband verschiedener Schweizer Institute für Psychotherapieausbildung und Fachverbände. Im ersten Kapitel zeichnen die drei Charta-InitiatorInnen, Peter Schulthess, Margit Koameda-Lutz und Mario Schlegel, den Werdegang der PAP-S-Studie nach. Der Werdegang ist durch das spezifische Umfeld und den Umbruch, in dem sich die Psychotherapie in den letzten zwei Jahrzehnten in der Schweiz befand, geprägt. Die Situation war durch Methodenvielfalt aber auch durch eine kleingliedrige Organisation (»von Kanton zu Kanton verschieden«) bestimmt. Seit dem 1. April 2013 ist das Psychologieberufegesetz in Kraft und damit eine nationale Verordnung für Psychotherapie. Doch gerade die damaligen Umstände haben die Studie überhaupt ermöglicht, wie die AutorInnen lebendig schildern.

Im zweiten Kapitel legen Peter Schulthess, Hugo Grünwald und Volker Tschuschke dar, wie es zur Zusammenarbeit zwischen der Charta und den zwei Hochschulen kam und welches Wissenschaftsverständnis bei der Konzipierung der Studie leitend war. Wichtig war der Einbezug der Praxisorganisationen bereits in das Projektdesign. Außerdem haben neben den MitarbeiterInnen der Hochschulen 31 PsychotherapeutInnen als Diagnostiker in der Prä-, Post- und Katamnese-Erhebung mitgearbeitet. Auch dadurch war der Austausch zwischen Forschung und Praxis ständig gewährleistet. Die wissenschaftliche Projektleitung oblag VertreterInnen der Charta (Peter Schulthess und Margit Koameda), Hugo Grünwald (später Agnes von Wyl) und Aureliano Crameri vom Departement Psychologie der ZHAW sowie Volker Tschuschke vom Klinikum der Universität zu Köln.

Im dritten Kapitel beschreibt Agnes von Wyl das naturalistische Studiendesign mit seiner *multi-method, multi-informant*-Strategie. Alle beteiligten Institute und Verbände werden vorgestellt. Die deskriptiven Daten der Baseline-Erhebung zeigen, dass 80% der PatientInnen zu Beginn in mindestens einem der Outcome-Instrumente eine Einschätzung im dysfunktionalen Bereich hatten und dass 90% der PatientInnen eine Diagnose auf der Achse I des DSM-IV aufwiesen.

In Kapitel 4 berichtet einer der als Diagnostiker täglichen Psychotherapeuten, der Daseinsanalytiker Peter Müller-Locher, von seiner Erfahrung mit der Schulung und dem Erlernen der OPD. Peter Müller-Locher war einer der 31 DiagnostikerInnen, die mit den PatientInnen die Assessments durchführten. Es wird deutlich, welche Herausforderung es auf der Prozessebene bedeutet, wenn ver-

schiedene Projektpartner zusammenarbeiten. Und es wird ebenso deutlich, welche Herausforderung es auf der inhaltlichen Ebene bedeutet, wenn nichtpsychoanalytische TherapeutInnen in einem psychoanalytischen Instrument geschult werden.

Volker Tschuschke, Margit Koameda-Lutz und Mario Schlegel beschreiben in Kapitel 5 das eigens für die PAP-S-Studie entwickelte Rating-Manual, das PAP-S-RM zur Analyse der therapeutischen Interventionen in Psychotherapien. Das PAP-S-RM umfasst 100 therapeutische Interventionen. Davon sind 25 sogenannte nichtspezifische Interventionstechniken, die vermutlich in allen psychotherapeutischen Behandlungsformen zur Anwendung gelangen. Die anderen 75 Kategorien sind von 13 psychotherapeutischen Behandlungskonzepten abgeleitet, nämlich allen an der PAP-S-Studie beteiligten Schulen sowie wichtige psychotherapeutische Konzepte, die nicht an der Studie teilgenommen haben (klientenzentrierte Psychotherapie, systemische Verfahren und verhaltenstherapeutische bzw. kognitiv-behaviorale Verfahren).

In Kapitel 6 befasst sich Volker Tschuschke mit den verschiedenen Behandlungsansätzen und der Frage, warum sie trotz unterschiedlicher Techniken zu vergleichbarer Effektivität führen. Tschuschke untersuchte, inwieweit TherapeutInnen den Konzepten und Techniken ihrer Methode treu blieben und wie sehr sie sich von anderen MethodenvertreterInnen unterschieden. RaterInnen haben Audioaufnahmen der Therapiesitzungen mithilfe des PAP-S-RM geratet und so das verbale Interventionsverhalten der TherapeutInnen geprüft. Untersucht wurden 262 Sitzungen von 81 PatientInnen und 30 TherapeutInnen, welche in acht verschiedenen Methoden arbeiteten. Der durchschnittliche Anteil methodenspezifischer Interventionen war überraschend niedrig. Zusammenfassend kann gesagt werden, dass mit zunehmender beruflicher Erfahrung der TherapeutInnen das Ausmaß methodenspezifischer Interventionen abnahm und methodenspezifisches Interventionsverhalten umso niedriger war, je schlechter die therapeutische Beziehung erlebt wurde.

Margit Koameda-Lutz widmet sich in Kapitel 7 ebenfalls der Analyse von Therapieprozessen. In der Untersuchung wurden die Intervalllängen vom zeitlichen Beginn einer Therapeutenäußerung bis zur jeweils nächsten Intervention berechnet. Koameda zeigte, dass schulenübergreifende Interventionen durchschnittlich etwa zwei Drittel aller Interventionen ausmachen, dass aber besonders lang andauernde Interaktionseinheiten überzufällig häufig mit spezifischen Interventionen eingeleitet wurden. Die Faktoren TherapeutIn und PatientIn konnten am besten vorhersagen, welche Interventionen angewendet wurden. Die Therapiemethode konnte kaum zur Aufklärung beitragen. Koameda kommt zu dem Schluss, dass sich BehandlerInnen kaum nach Schulenzugehörigkeit unterscheiden.

den. Vielmehr entwickelt jede/r BehandlerIn einen eigenen therapeutischen Stil, welcher mehr oder weniger konfrontativ, unterstützend, emotionsfokussiert, einsichts- oder lösungsorientiert ist. Einfluss darauf haben die PatientInnen selbst, deren Störung, Symptombelastung, Persönlichkeit, Intelligenz und individuellen Bedürfnisse, welche bestimmen, wie TherapeutInnen die Sitzungen mit ihnen gestalten.

In Kapitel 8 fokussiert Volker Tschuschke den zentralen Aspekt in der Psychotherapie, die therapeutische Beziehung. Tschuschke untersuchte verschiedene Zusammenhänge zwischen therapeutischen Beziehungen, Behandlungsprognosen und Behandlungsmethoden. Die Qualität der therapeutischen Beziehung wird beeinflusst durch die Schwere der Belastung der PatientInnen zu Beginn der Behandlung sowie durch die Chronizität der Störung. Um therapeutische Arbeitsbeziehungen aufrechtzuerhalten und eine fortdauernde Behandlung zu begünstigen, weichen (erfahrene) TherapeutInnen oft vom üblichen Behandlungskonzept ab.

Aureliano Crameri stellt im Kapitel 9 die Ergebnisqualität der beteiligten Psychotherapien vor. Dabei vergleicht Crameri die Wirksamkeit von humanistischen und tiefenpsychologischen mit der Effektivität von kognitiv-verhaltenstherapeutischen Behandlungen. Die Untersuchung beinhaltet 300 Behandlungsfälle von 71 TherapeutInnen, wobei die meisten PatientInnen affektive oder Angststörungen hatten. Trotz PatientInnen, welche ihre Behandlung vorzeitig abbrachen, konnte mit einem von Crameri entwickelten Vorgehen eine unverzerrte Behandlungsevaluation vorgenommen werden. Bei den Prä-post-Vergleichen lagen die Effektstärken für die Selbsteinschätzungsfragebogen zwischen 0.87 und 1.09. Damit lag die Wirksamkeit der untersuchten humanistischen und tiefenpsychologischen Behandlungen im gleichen Spektrum wie die von kognitiv-behavioralen, deren Kennwerte er publizierten Studien entnahm. Schlussfolgernd zeichnet sich ab, dass bisher »nicht-evidenzbasierte« Behandlungen in der Grundversorgung ebenfalls effektiv sind.

In Kapitel 10 geht Volker Tschuschke der Frage nach, ob und wie sich die einzelnen TherapeutInnen in ihrer Wirksamkeit unterscheiden. Von 68 TherapeutInnen konnte er 43 einer erfolgreichen Gruppe zuordnen, 25 einer weniger erfolgreichen Gruppe. Setzte man die Effektivität der Behandelnden noch mit der psychischen Belastung der PatientInnen in Beziehung, zeigte sich noch etwas differenzierter, dass bei den PatientInnen mit der geringsten psychischen Belastung die Bedeutung des TherapeutInnen-Einflusses am geringsten ist.

Die letzten beiden Kapitel behandeln die Faktoren Geschlecht und Gender in der Psychotherapie. Volker Tschuschke geht in Kapitel 11 auf Geschlechter-

und Genderaspekte bezüglich des Behandlungserfolgs ein. Die bisherige Forschungsliteratur ist uneinig in Hinblick auf den Einfluss von Geschlechts- und Genderaspekten. Die Untersuchungen von Tschuschke zeigten, dass weder das Geschlecht der TherapeutInnen noch das der PatientInnen eine bedeutsame Rolle bei der Vorhersage des Behandlungserfolgs hat. Tschuschke bespricht Interaktionen mit anderen Prozessvariablen, wie den Therapietechniken, welche Einfluss auf den Therapie-Outcome haben könnten.

Einen anderen Zugang zur Erforschung von Geschlechterunterschieden wählte Agnes von Wyl in Kapitel 12. Sie setzte den Psychotherapie Prozess Q-Set von Enrico E. Jones ein, der Geschlechterunterschiede im Erleben und Verhalten von PatientInnen und TherapeutInnen im Psychotherapieprozess einschätzt. 108 Therapiesitzungen wurden damit kodiert. Mithilfe einer univariaten Varianzanalyse wurden die Ergebnisse auf Geschlechtereffekte überprüft. Auf der Ebene des Erlebens und Verhaltens zeigten sich Geschlechterunterschiede sowohl auf Seite der PatientInnen wie auch auf Seite der TherapeutInnen. Interessanterweise verhalten sich Therapeuten und Therapeutinnen häufig ihrer Geschlechterrolle entsprechend.

Alle Beiträge zusammen geben einen guten Überblick über die Hintergründe, die Durchführung und die Ergebnisse der PAP-S-Studie. LeserInnen, die sich detaillierter für das Vorgehen, die Methodik und die Auswertungen interessieren, seien auf die entsprechenden Originalbeiträge in verschiedenen wissenschaftlichen Zeitschriften verwiesen, die in den folgenden Kapiteln zitiert sind. Alle Publikationen und Präsentationen an Kongressen zur Studie sind zudem auf der Website www.psychotherapieforschung.ch aufgelistet.

Agnes von Wyl