

Sind Gestalttheoretische Psychotherapie und Integrative Gestalttherapie wirksam?

Ursula Grillmeier-Rehder, Helmut M. Jedliczka und Gerhard Stemberger

Gibt es Belege für die Wirksamkeit der verschiedenen Psychotherapie-Methoden? Zu diesem Thema richtete das österreichische Gesundheitsministerium eine Anfrage an die anerkannten fachspezifischen Ausbildungsinstitute.

Im folgenden Beitrag ist die gemeinsame Stellungnahme der drei österreichischen Gestalt-Institute (Institut für Integrative Gestalttherapie Wien - IGWien, Fachsektion Integrative Gestalttherapie des ÖAGG - FS/IG, Österreichische Arbeitsgemeinschaft für Gestalttheoretische Psychotherapie - ÖAGP) vom 8.2.2008 zu dieser Anfrage des Gesundheitsministeriums nachzulesen. Sie wurde von Ursula Grillmeier-Rehder (IGWien), Helmut M. Jedliczka (FS/IG des ÖAGG) und Gerhard Stemberger (ÖAGP) verfasst.

Die Anfrage des Ministeriums enthielt vier Fragen. Ihrer Beantwortung wurde eine Präambel zur Begründung der gemeinsamen Stellungnahme für beide Methoden (IG und GTP) vorangestellt.

Die Redaktion

Präambel

Die Methoden „Integrative Gestalttherapie“ (IG) und „Gestalttheoretische Psychotherapie“ (GTP) weisen Unterschiede vor allem in ihrer metatheoretischen Fundierung auf, haben jedoch in ihrem phänomenologischen, hermeneutischen und tiefenpsychologischen Grundverständnis, in ihren Auffassungen über die Beziehungs- und Prozessgestaltung in der Psychotherapie und in ihren Interventionsweisen ausreichend Gemeinsamkeiten, um eine gemeinsame Beantwortung dieser Erhebung für beide Methoden zu rechtfertigen.

Die in diesen beiden Methoden geschulten PsychotherapeutInnen gestalten die psychotherapeutische Beziehung, den psychotherapeutischen Prozess und ihre Interventionen weitgehend ähnlich. Sie stützen sich dabei auf gut beforschte Grundannahmen über den

Menschen, über den ganzheitlichen Zusammenhang von Denken, Fühlen und Verhalten sowie über den Feldcharakter des menschlichen Erlebens und Verhaltens und der zwischenmenschlichen Interaktion. Sie stützen sich weiters auf die spezielleren Forschungsbefunde über die für das Denken, Fühlen und Verhalten im gesunden und pathologischen Bereich und deren Veränderung maßgeblichen Wirkungsbedingungen. Insofern können beide Methoden für sich in Anspruch nehmen, in ihren Grundannahmen und praxeologischen Vorgangsweisen forschungsbasiert zu sein.

1. Wirksamkeit

[„Beschreiben Sie bitte Ihre Sichtweise zur Beurteilung der Wirksamkeit, der von Ihrer fachspezifischen Ausbildungseinrichtungen vermittelten Psychotherapiemethode im Rahmen der psychotherapeutischen (Kranken)-Behandlung“]

Vorbemerkung: Unsere Institute lehnen den Sprachgebrauch „Wirksamkeit der Methode“ grundsätzlich ab, weil er grob irreführend ist und auch der Psychotherapie-Definition in § 1 des österreichischen Psychotherapiegesetzes und den Befunden der Psychotherapieforschung diametral widerspricht. Bei Medikamenten lässt sich der Sprachgebrauch „Wirksamkeit des Medikaments“ mit gewissen Einschränkungen noch einigermaßen vertreten, für die Psychotherapie verbietet er sich. In der Psychotherapie wirksam wird der Definition des PthG entsprechend nie die Methode, sondern die konkrete „Interaktion zwischen einem oder mehreren Behandelten und einem oder mehreren Psychotherapeuten“.

Auf Seiten der PsychotherapeutInnen wird diese konkrete Interaktion mit ihren PatientInnen zwar durch ihre Vertrautheit und Verbundenheit mit einer bestimmten

Die Rubrik **Psychotherapie und Forschung** greift Themen aus der Psychotherapie-Forschung im engeren Sinn wie auch aus anderen Forschungsbereichen auf und kommentiert und diskutiert sie vor allem unter dem Gesichtspunkt der Angemessenheit und Praxisrelevanz der behandelten Forschungsarbeiten für das spezielle Gebiet der Psychotherapie. Fachredaktion dieser Rubrik: Dr. Martin Held, Wien.

Psychotherapiemethode *beeinflusst*, in der Behandlung wirksam kann jedoch niemals die Methode selbst werden, sondern eben nur diese konkrete Interaktion zwischen konkreten Menschen.

Es widerspricht auch allen Befunden der Psychotherapieforschung, von einer „Wirksamkeit von Methoden“ zu sprechen. Vielmehr belegen auch diese Befunde nachdrücklich, dass für die Wirkung und Wirksamkeit von Psychotherapie die konkrete Gestaltung der Wechselbeziehung in der psychotherapeutischen Interaktion entscheidend ist. Auf diese wirken die Methodengebäude der verschiedenen Psychotherapieschulen *nur indirekt und insoweit* ein, als sie die Beziehungs- und Behandlungsgestaltung seitens der PsychotherapeutInnen tatsächlich mitbestimmen - in der ihrer jeweiligen Persönlichkeit und der ihrer PatientInnen entsprechenden Weise. Wir plädieren daher dafür, vom Sprachgebrauch „Wirksamkeit der Methode XY“ grundsätzlich Abstand zu nehmen und stattdessen im Zusammenhang mit der eingeschränkten Fragestellung dieser Erhebung von Forschungen über die „Wirksamkeit von Psychotherapien unter Anwendung der Methode XY“ zu sprechen.

Zur Wirksamkeit von Psychotherapien unter Anwendung der Methoden „Integrative Gestalttherapie“ und „Gestalttheoretische Psychotherapie“:

Zum Nachweis der Wirksamkeit von Psychotherapien unter Anwendung von Methoden, die der „Integrativen Gestalttherapie“ und „Gestalttheoretischen Psychotherapie“ entsprechen (die Bezeichnungen der in Frage kommenden Methoden sind international unterschiedlich; für die letzten Jahre sind hier auch die etwas modifizierten Verfahren der „Experiential

Psychotherapy“ und „Emotion-Focused Therapy“ mit einzubeziehen) lagen schon bei Anerkennung dieser beiden Methoden eine Fülle vom empirischen Forschungsarbeiten aus dem Bereich „Gestalttherapie“ im weiteren Sinne vor. Neuere Arbeiten dazu können der beiliegenden Dokumentation entnommen werden.

2.a. Angewandte Evaluationsmethoden

[„Welche quantitativen und qualitativen Evaluationsmethoden sind seit Anerkennung Ihrer fachspezifischen Ausbildungseinrichtung zur Anwendung gekommen?“]

Seit Anerkennung unserer Ausbildungsinstitute (FS Integrative Gestalttherapie des ÖAGG; Institut für Gestalttherapie Wien; Österreichische Arbeitsgemeinschaft für Gestalttheoretische Psychotherapie) sind in Forschungsarbeiten auf internationaler Ebene, die sich auf Aspekte der Wirksamkeit der Anwendung unserer Methoden beziehen, weiterhin praktisch alle gängigen quantitativen und qualitativen Evaluationsmethoden zur Anwendung gekommen:

- Mikroprozessanalysen bezogen auf umschriebene Prozessvariablen,
- Makroprozessanalysen, die Therapieprozesse über längere Zeiträume verfolgen, verbunden mit katamnestic Erhebungen,
- Untersuchungen über Anwendungen der Methode in verschiedenen klinischen Bereichen,
- Falldarstellungen und -analysen,
- eine Vielzahl von Wirksamkeitsstudien, sowohl bezogen auf Effekte bei unterschiedlichen PatientInnengruppen auch im Vergleich mit anderen Psychotherapiemethoden, bis hin zu Metaanalysen, Zusammenfassung und Auswertung einer Vielzahl von Untersuchungen im Hinblick auf unterschiedliche Fragestellungen.

Siehe dazu die [der Stellungnahme] beiliegenden Tabellen S. 94-115 [aus der Forschungsdokumentation von Uwe Strümpfel 2006, *Therapie der Gefühle – Forschungsbefunde zur Gestalttherapie*, Bergisch-Gladbach: EHP-Verlag Kohlhaage]: Befunde zur Gestalttherapie allgemein bezogen auf unterschiedliche Fragestellungen, S. 149-164. Studien zu Therapieprozessen in der Gestalttherapie, S. 185-202. Wirksamkeitsstudien zur Gestalttherapie, S. 203 -207. Überblick über Forschungsbefunde zur Gestalttherapie. Darüber hinaus liegen in allen drei Instituten Abschlussarbeiten vor, die sich mit der fallbezogenen Darstellung und Reflexion gestalttherapeutischer Praxis auseinandersetzen (Listen liegen der Stellungnahme bei).

2.b. Zukünftige Evaluationsmethoden

[„Welche Evaluationsmethoden halten Sie für die von Ihnen vertretene anerkannte wissenschaftliche Psychotherapiemethode in Zukunft für angemessen?“]

Wir sind für alle Evaluationsmethoden offen, die einen Beitrag zum Erkenntnisgewinn leisten können, wobei für uns zwei Aspekte im Vordergrund stehen:

1. Die Evaluationsmethoden sollten praxisnahe und praxisrelevant sein.
2. Die Evaluationsmethoden dürfen (dies auch in Entsprechung zum Berufskodex) nicht in die Persönlichkeits- und sonstigen Rechte der PatientInnen auf angemessene psychotherapeutische Behandlung eingreifen.

Zu 1) erscheint uns vor allem das von Kiene et al. im Rahmen der Komplementären Methodenlehre der klinischen Forschung entwickelte Evaluationsverfahren der kognitions-basierten individuellen *Wirksamkeitsbeurteilung* („Cognition-based Medicine CBM“)

zukunftsweisend, da es die ethischen, methodischen und erkenntnistheoretischen Probleme und Limitierungen der randomisierten Evaluationsverfahren überwindet (vgl. Kiene 2000, Kiene et al. 2004). Dieses Verfahren könnte auch zu einer wünschenswerten Qualitätssteigerung von Einzelfallanalysen beitragen, die wir bei Einhaltung angemessener wissenschaftlicher Standards nach wie vor für eine der unverzichtbaren und ertragreichsten Evaluationsmethoden im Bereich der Psychotherapie halten. Darüber hinaus erscheint uns die Fortführung der Forschungsbemühungen auch in allen anderen bereits unter 2a angeführten Evaluationsmethoden sinnvoll, die bisher zum Einsatz kamen.

Zu 2) Wir sprechen uns entschieden dafür aus, dass der Anspruch auf Anwendung des sogenannten „Golden Standard“ von Evaluationsforschungen in der Form randomisierter Doppelblindstudien mit „Placebo- oder Nicht-Behandlung“ der Kontrollgruppe, wie er für andere Forschungsbereiche (etwa im pharmakologischen Bereich) reklamiert wird, für die Wirksamkeitsforschung im Bereich der Psychotherapie als ethisch und methodisch unakzeptabel ausgeschlossen wird.

Siehe dazu:

Kiene, Helmut (2000): *Komplementäre Methodenlehre der klinischen Forschung. Cognition-based Medicine*. Berlin-Heidelberg-New York: Springer.

Kiene, Helmut; Harald J. Hamre & Gunver S. Kienle (2004): Der Beitrag der Gestalttheorie zur Methodik der Therapieevaluation. *Evidence-based Medicine und Cognition-based Medicine. Gestalt Theory*, 26 (3/2004), 252-264.

3. Forschung?

[„Führt Ihre fachspezifische Ausbildungseinrichtung derzeit oder in nächster Zukunft wissenschaftliche Untersuchungen im Hinblick auf die Wirksamkeit der von Ihnen vertretenen anerkannten wissenschaftlichen Psychotherapiemethode durch?“]

Unsere Institute selbst sind keine Forschungs-, sondern Ausbildungsinstitute im Sinne des PthG. Wir verfolgen die Forschungsarbeit auf unserem Fachgebiet zwar und beziehen sie in unsere wissenschaftliche und Ausbildungstätigkeit mit ein, haben aber weder den Auftrag noch die Ressourcen, um eigenständig Forschungsarbeiten in relevantem Umfang durchzuführen. Dies ist und bleibt aus unserer Sicht Aufgabe einschlägiger universitärer und außeruniversitärer Forscher und Forschungseinrichtungen, die vor allem von der öffentlichen Hand mit entsprechenden Forschungsmitteln auszustatten und zur systematischen Einbeziehung auch unserer Methoden in ihre Forschungsarbeiten anzuhalten sind.

Unser eigener Hauptbeitrag zur empirischen Beforschung der Wirksamkeit der Anwendung unserer Methode besteht in der Förderung und fachlich-wissenschaftlichen Betreuung sorgfältiger Einzelfallanalysen in der Abschlussphase der von uns angebotenen Ausbildungen und in der Teilnahme am Forschungsdiskurs. Daneben sind Mitglieder unserer Institute und unserer Schwesterorganisationen im Ausland fallweise in einschlägige Forschungsarbeiten im universitären und außeruniversitären Rahmen miteinbezogen oder betreiben diese selbst (z.B. die katamnestische Studie über österreichische Gestalttherapie-KlientInnen, Schigl B. 1998, 2000, oder die Studie über die Wirkung von Meta-

phern in der Gestalttheoretischen Psychotherapie mit KrebspatientInnen, Agstner I. 2008).

Siehe dazu:

Schigl, B. (1998): Evaluation von integrativer Gestalttherapie: Wirkung und Wirkfaktoren aus katamnestischer Sicht ehemaliger KlientInnen. Endbericht zum Forschungsprojekt der Fachsektion für integrative Gestalttherapie im ÖAGG. Wien: FS IG.

Schigl, B. (2000): Wirkung und Wirkfaktoren von Gestalttherapie aus katamnestischer Sicht ehemaliger KlientInnen. *Psychotherapie Forum*, 8, 79-87.

Agstner, I. (2008): Krebs und seine Metaphern in der Psychotherapie mit onkologischen Patientinnen und Patienten - Ein gestalttheoretischer Ansatz. Wien: Krammer.

4. Möglichkeiten und Grenzen

[„Wo sehen Sie die Möglichkeiten und Grenzen bei Untersuchungen und Aussagen über Effektivität und Effizienz psychotherapeutischer (Kranken)Behandlung in der von Ihnen vertretenen anerkannten wissenschaftlichen Psychotherapiemethode?“]

Wir denken nicht, dass es diesbezüglich Besonderheiten in der Erforschung der Anwendung unserer Methoden gibt, vielmehr handelt es sich um Möglichkeiten und Grenzen, die für die Psychotherapie allgemein und methodenunabhängig gelten. Siehe dazu auch unsere Ausführungen in den vorangegangenen Punkten, insbesondere die Vorbemerkung zu Pkt. 1.