

REZENSION

Grawe, Klaus; Donati, Ruth & Bernauer, Friederike (1994/2001):
Psychotherapie in Wandel. Von der Konfession zur Profession
(5. Auflage). Göttingen: Hogrefe. 886 Seiten, 59,95€ (A).

Paolo Raile¹

¹ Gloggnitz

Im Jahr 1994, also vor knapp 30 Jahren, erschien ein Buch mit dem Titel *Psychotherapie im Wandel*, welcher den Zeitgeist der Psychotherapie im deutschsprachigen Raum gut einfing. Tatsächlich war die Szene Anfang der 1990er Jahre im Umbruch. Das österreichische Psychotherapiegesetz wurde wenige Jahre vor der Publikation beschlossen, das deutsche Pendant folgte einige Jahre darauf und viele Schweizer organisierten sich unabhängig vom Staat und unterzeichneten die Charta, eine gemeinsame Grundlage, erarbeitet von psychotherapeutischen Ausbildungsvereinen unterschiedlichster Richtungen. Der Untertitel des Werks ist dagegen recht polemisch und lautet *Von der Konfession zur Profession*. Dies impliziert, dass die gesamte Psychotherapie bis dahin konfessionell ausgerichtet war bzw. auf jene Art gelehrt und praktiziert wurde, oder sich allenfalls auf einem Weg zur Professionalisierung befindet, aber jedenfalls keinesfalls eine solche ist. Und tatsächlich bleibt der Eindruck nach der Lektüre des 886-Seiten-Buchs, dass eine gewisse Polemik bei aller Wissenschaftlichkeit durchaus gewollt ist.

Der Text stammt von drei Autor*innen, doch ist zweifellos Klaus Grawe das Mastermind hinter dem Megaprojekt, für das mehrere Mitarbeiter*innen über ein Jahrzehnt sämtliche bis 1984 veröffentlichten Psychotherapieforschungsberichte recherchiert und analysiert haben. Und das sind immerhin dreieinhalb tausend, von denen nach einem Ausschlussverfahren, wo beispielsweise Studien ohne Kontroll- bzw. zweiter Modalitätsgruppe exkludiert wurden, noch 897 übrigblieben. Jene wurden

anschließend nach einem ca. 1000 Items umfassenden Kriterienkatalog minutiös durchgearbeitet. Ziel war es, herauszufinden, ob und wie psychotherapeutische Behandlungen aller (beforschter) Schulen wirken.

Die Struktur des Buchs ist dabei sehr klar und das methodische Vorgehen wird detailliert erklärt, sodass kaum Fragen offenbleiben. Für Interessierte wird sogar angeboten, den Erstautor zu kontaktieren, wenn man den immerhin über 60-seitigen Kriterienkatalog im Detail kennenlernen möchte. Leider verstarb dieser im Jahr 2005, doch möglicherweise können die Co-Autorinnen hier immer noch weiterhelfen. Der gesamte Text ist in 6 Kapitel gegliedert, wovon das Vierte mit 586 Seiten das mit Abstand umfangreichste ist. Im ersten Abschnitt wird zunächst einleitend erklärt, weshalb es solch ein Buch überhaupt brauchen würde und wie die psychotherapeutische Landschaft 1994 beschaffen gewesen sei. Im zweiten Kapitel wird der damals aktuelle Forschungsstand inklusive früherer Meta-Analysen vorgestellt und argumentiert, dass der Mehrwert des neuen Textes gegenüber vorhergehenden die umfassende Berücksichtigung ALLER bis dahin erschienenen Studien sei. Im dritten Buchteil wird die Forschungsmethode auf knapp 30 Seiten detailliert erklärt. Der vierte Abschnitt ist der Kern des Buchs und enthält 41 Unterkapitel, in denen einzelne Therapieschulen behandelt werden. Dort wird jeweils aufgezeigt, was es bis dahin an Studien gab, wie verlässlich ihre Ergebnisse seien, welche Erkenntnisse daraus abgeleitet werden könnten, und schließlich zusammengefasst ob und wie die jeweilige Methode wirke. Wem Vergleiche zwischen den Therapieschulen fehlen, dürfte am letzten Bereich Gefallen finden, wo noch Vergleiche zwischen einigen Schulen gezogen werden, primär zwischen der Psychoanalyse, der Gesprächstherapie und der Kognitiven Verhaltenstherapie. In Kapitel 5 werden die wichtigsten Ergebnisse zusammengefasst, diskutiert und damit der letzte Abschnitt vorbereitet, der wohl das eigentliche Zentrum von Grawes Arbeit darstellt, nämlich das Vorstellen seines Konzepts einer Allgemeinen Psychotherapie.

Der Inhalt ist untrennbar mit der eingangs erwähnten Polemik verknüpft, denn die Kernaussagen, die sich durch das gesamte Buch wie ein leuchtend knallroter Faden ziehen, lauten (vereinfacht und ebenfalls etwas polemisch) wie folgt: Psychotherapie ist wirksam, was bereits in unzähligen Studien bestätigt worden sei. Allerdings biete sie den Patient*innen nicht, was sie eigentlich zu leisten imstande wäre. Der Grund dafür liege in der Abschottungsmentalität der therapeutischen Schulen, die nur darauf aus seien, ihre jeweilige Schule und Ideologie zu erhalten, weshalb sie Letztere dogmatisch lehrten und nicht auf wissenschaftliche Erkenntnisse eingehen würden. Viele seien auch nicht wissenschaftlich, wobei Wissenschaftlichkeit hier einerseits mit einer ausreichend valide bestätigten Wirksamkeit und andererseits mit einer an aktuellen psychologischen Erkenntnissen ausgerichteten theoretischen Fundierung verknüpft ist. Psychotherapie müsse sich im Sinne ihrer gesellschaftlichen Verantwortung an ihren psychologischen Wurzeln orientieren und wissenschaftliche Erkenntnisse berücksichtigen, um so wirksam als möglich Menschen zu helfen. Um einen solchen Wandel in diese Richtung zu unterstützen, so die Autor*innen, biete das Buch einen fundierten Überblick über die gesamten Erkenntnisse der psychotherapeutischen Forschung sowie den Ansatz, sämtliche relevanten Erkenntnisse in eine

Allgemeine Psychotherapie zu verpacken. Letztere hat den Anspruch, die gesamte Bandbreite psychotherapeutischer Schulen durch die wirksamste Form der psychotherapeutischen Behandlung zu ersetzen, welche ausschließlich auf psychologische Konzepte und empirische Forschung basiert. Das im Buch vorgestellte Konzept basiert epistemologisch auf der psychologischen Schematheorie nach Piaget sowie auf den Ergebnissen der Forschungen. Letztere legten nahe, so die Autor*innen, dass drei wesentliche Prinzipien einer wirksamen Psychotherapie zugrunde liegen: Der Aspekt des Problemlösens, der Aspekt des aufdeckenden Selbst-Verstehens sowie der Beziehungsaspekt. Eine Allgemeine Psychotherapie müsse in einer solchen Ausbildung den Fokus deshalb auf jene drei Bereiche legen, zudem auf die Vermittlung psychologischer Kompetenzen.

Das Fazit lautet wenig überraschend, dass nur wenige psychotherapeutische Schulen gut beforscht und gesichert wirksam seien – vor allem die Methoden der Kognitiven Verhaltenstherapie und der Gesprächspsychotherapie zählen hier dazu –, mehrere gut beforscht, aber weniger wirksam – beispielsweise tiefenpsychologische Ansätze –, sowie viele schlecht bis nicht erforscht und deshalb fraglich wirksam. Im Sinne der Allgemeinheit müsse aber nun der Wandel weg von den einzelnen Schulen hin zu einer Allgemeinen Psychotherapie einsetzen, welche ausschließlich auf der Wirksamkeit basiere.

Eben an dieser Stelle liegt die – aus heutiger Sicht betrachtet – größte Schwäche des Opus Magnum. Das methodische Vorgehen und die einzelnen Schlussfolgerungen lassen den hohen Einsatz erkennen, den das Projektteam über ein Jahrzehnt geleistet haben muss, jedoch sind die Schlussfolgerungen denkbar einseitig. Die gesamte Psychotherapie wird auf den Aspekt der quantifizierten Wirksamkeit bei verschiedenen Störungsbildern reduziert. Die Besonderheit jeder einzelnen therapeutischen Situation wird dabei außer Acht gelassen. Auch wird, und das haben schon Autor*innen in den 1990er Jahren in Rezensionen und Repliken angesprochen, ein positivistisches Wissenschaftsverständnis unhinterfragt der Analyse zugrunde gelegt, wohingegen konstruktivistische Grundlagen psychotherapeutischer Forschungen bereits damals nicht unbekannt waren. Und nicht zuletzt ist die Forderung nach einer Allgemeinen Psychotherapie kontraproduktiv, wenn man berücksichtigt, woher die vielen Studien kommen. Sie konnten erst durch die Vielfalt an Methoden entstehen, die es nach einem propagierten Wandel nicht mehr gäbe. Woher kämen dann die vielen neuen Ansätze und Zugänge? Wo bliebe die Innovation und die Entwicklung, wenn alle gleichgeschaltet wären? Das Postulat, dass sich die Psychotherapie (ausschließlich) an psychologischen Erkenntnissen orientieren solle, dürfte jedenfalls aus heutiger Sicht längst nicht mehr haltbar sein. Vielmehr hat sie mit Erkenntnissen und Theorien zahlreicher unterschiedlichster Humanwissenschaften zu rechnen.

Fazit: Psychotherapie im Wandel ist ein interessantes Buch, das auch heute noch Wirkung zeigt und viele interessante Einblicke in die Psychotherapieforschung gewährt sowie daraus interessante Schlussfolgerungen zieht, die immer noch manchen Aha-Effekt auslösen können. Jedoch ist das Werk aus heutiger Sicht mehr ein historisches Relikt einer vergangenen Epoche, welches zudem mit der enthaltenen Polemik gegenüber psychotherapeutischen Schulen negativ auffällt. Und gerade aus

individualpsychologischer Sicht ist ein Punkt bezeichnend: Mehrfach wird Adlers Schule als „Individualtherapie nach Adler“ angeführt.

Autor

DDr. Paolo Raile, MSc.

Eichbergstraße 15

2640 Gloggnitz

Tel: +43 (0) 699 17 21 61 86

E-Mail: paolo@raile.at

Paolo Raile studierte Psychotherapiewissenschaft an der Sigmund-Freud-Privatuniversität Wien (SFU), Soziale Arbeit an der Donau Universität Krems und Europäische Ethnologie an der Universität Wien. Er ist Autor wissenschaftlicher Texte, Psychotherapeut, Sozialarbeiter, Lebens- und Sozialberater sowie Gründer und Leiter zweier psychosozialer Organisationen in Wien.