

# STUTTGARTER ZEITUNG

## Die Nebenwirkungen der Psychotherapie

Artikel aus der STUTTGARTER ZEITUNG vom 06.12.2010

Studien In manchen Fällen schaden Behandlungen mehr, als dass sie nützten. Von Christian Wolf

 Versenden  Drucken  Lesezeichen  Empfehlen

Eine durch sexuelle Übergriffe traumatisierte Patientin begibt sich in die Obhut eines jungen, etwas übermotivierten Therapeuten. Er konfrontiert sie recht schnell mit ihren traumatischen Erfahrungen. In der Folge entwickelt sie weitere traumabedingte Symptome und körperliche Störungen, die den jungen Therapeuten ebenfalls verunsichern. Als er sich von Kollegen beraten lässt, stellt sich heraus, dass die Patientin sehr viel "behutsamer" und vorzugsweise von einer Frau behandelt werden müsste.

Dieses Fallbeispiel entstammt dem reichhaltigen Erfahrungsschatz von Bernhard Strauß. Der Psychotherapieforscher vom Universitätsklinikum Jena beschäftigt sich seit Jahren mit den nachteiligen Folgen von psychologischen Behandlungen - ein wichtiges Thema, das lange Zeit von der Wissenschaft vernachlässigt wurde. Rund jedem zehnten Patienten geht es nach einer Therapie schlechter. Unangenehme Folgen treten dabei in allen Therapierichtungen und in den verschiedensten Formen auf.

Leider lassen sie sich auch gar nicht vermeiden: Denn nur was überhaupt nicht wirkt, habe keine Nebenwirkungen, so Bernhard Strauß im Fachblatt "Psychotherapeut". In einer Überblickstudie sichtete er zusammen mit Kollegen zahlreiche einschlägige Untersuchungen. Für alle Behandlungen in der Medizin gelte, dass mit der Wirksamkeit ebenso die Gefahr von Risiken und Nebenwirkungen steige.

"Natürlich führen Psychotherapien in der überwiegenden Mehrzahl der Fälle zu erwünschten Wirkungen", betont Strauß. Doch unbeabsichtigte Folgen blieben eben nicht aus. Durch die Behandlung könnten sich beispielsweise ganz neue dauerhafte Symptome bilden. Bei anderen Patienten wiederum entstünden Probleme in ihrem sozialen und beruflichen Umfeld. "Im Extremfall können sich Nebenwirkungen zu regelrechten Schäden steigern", sagt Strauß. Beispielsweise kommt es vor, dass ein Patient von seinem Therapeuten massiv abhängig wird. Diese unbeabsichtigte Entwicklung zählt zu den nachhaltigsten Erlebnissen, die meist in keinem Verhältnis zu der Verbesserung von Symptomen stehen.

Zu einer erfolgreichen Therapie gehören dabei immer zwei. Anhand eigener und fremder Untersuchungen filterte David Mohr in einer Überblicksstudie Eigenschaften von Patienten heraus, die den Behandlungserfolg gefährden. Grundsätzlich setze eine Therapie ein intimes Verhältnis zwischen Therapeut und Patient voraus, erläutert der Mediziner von der Northwestern University in Chicago. Patienten mit Problemen im zwischenmenschlichen Bereich falle aber genau das schwer. Bezeichnenderweise könnten sie eher weniger Gewinn aus einer Behandlung ziehen. Tendenziell berichten genau die Patienten von ihren Schwierigkeiten, anderen Menschen zu vertrauen, die negativ auf eine Therapie ansprechen. Viele von ihnen neigen gar dazu, den Therapeuten zu belügen oder wichtige Informationen vor ihm geheim zu halten.

Auch wenig motivierten Patienten verspricht eine Psychotherapie eher nachteilige Folgen. "Mangelnde Bereitschaft und Mitarbeit aufseiten der Patienten können selbstverständlich der Behandlung abträglich sein", bestätigt Bernhard Strauß. Dies solle in der Therapie möglichst frühzeitig zum Thema gemacht werden. "Allerdings sind die Patienten diejenigen, die aufgrund ihrer Probleme in die Behandlung kommen und deshalb gewissermaßen auch berechtigt sind, sich nicht wie Musterschüler zu verhalten."

Doch auch die Therapeuten sind nicht immer ohne Fehl und Tadel. Sieht man einmal vom Extremfall des sexuellen Missbrauchs ab, haben sie so manche Schäden durch eine fehlerhafte Behandlung zu verantworten. Patienten, die negativ auf die Therapie ansprechen, wurden von ihren Therapeuten häufig falsch eingeschätzt, fand David Mohr heraus. Gerade die weniger erfolgreichen Therapeuten neigen dazu, die Probleme ihrer Schützlinge zu unterschätzen. Sie sehen ihre Patienten teilweise durch die rosarote Brille, erläutert Mohr.

Einen falschen Fokus in der Behandlung zu setzen könne ebenfalls verhängnisvoll sein, so die Ärztin Barbara Lieberei und der Psychiater Michael Linden von der Berliner Charité. In einer Überblicksstudie berichteten sie von Fällen, bei denen sich der Therapeut auf ein äußeres Problem wie die Ehekrise des Patienten stürzt, statt die psychische Grunderkrankung anzugehen. In der Folge kann es dazu führen, dass der Patient eine fatale Lebensentscheidung trifft. Von seinem Therapeuten ermutigt, trennt er sich etwa von seinem Ehepartner, der aber eben nur vermeintlich das unlösbare Problem darstellt.

Neben der fachlichen Kompetenz sind zudem bestimmte Eigenarten des Therapeuten entscheidend. Idealerweise

bringt er Interesse für die Probleme seines Schützlings mit und stellt eigene Bedürfnisse hinten. Von Nachteil hingegen sei, wenn der Psychotherapeut Einfühlungsvermögen und "Wärme" vermissen lässt, fand David Mohr heraus. Allerdings gelte das nicht in jedem Fall. Misstrauische Patienten kämen häufig besser mit distanzierten Therapeuten zurecht als mit warmherzigen. Bei ihnen löse es sogar eher Skepsis aus, wenn sich der Therapeut mitfühlend verhält und sich persönlich einbringt.

Ob Therapeut und Patient letztendlich zusammenpassen, ist eben auch ein wichtiger Faktor - vielleicht sogar einer der wichtigsten. Bernhard Strauß empfiehlt daher Patienten, in Probesitzungen darauf zu achten, wie gut sie mit dem Therapeuten zurechtkommen: "Die gemeinsame Chemie sollte auf jeden Fall stimmen."

[Frauen können besser in den Gesichtern lesen](#)

[Bei Gentechnik skeptisch](#)

[Kinderpornos sofort löschen](#)

[WORAUF MAN BEI DER WAHL DES THERAPEUTEN ACHTEN SOLLTE](#)

[Neue Materialien](#)

[Alle Artikel des Ressorts](#)

nach oben 