

*Leserbrief zum Interview mit Martin Bohus in DIE ZEIT vom 10.06.2019 mit dem Titel:*

*»Ein guter Psychotherapeut ist ein denkendes Herz. Er muss das Leiden eines anderen Menschen mitfühlen und genau analysieren können«*

Das Interview mit Martin Bohus zielt auf keine geringeren Themen als die Frage der Wirksamkeit verschiedener Psychotherapie-Verfahren und die zukünftige Psychotherapie-Ausbildung in Deutschland.

Die Aussagen von Bohus sind zum Teil tendenziös und wissenschaftlich nicht fundiert. Zwei wesentliche Punkte sollen herausgegriffen werden:

1. Bohus suggeriert, dass die kognitive Verhaltenstherapie (KVT) das wirksamste Psychotherapieverfahren sei. Dem ist entgegenzuhalten, dass Bohus die ebenfalls kurze und kostengünstige tiefenpsychologisch fundierte Therapie, die wie die Psychoanalyse zu den psychodynamischen Therapieverfahren gehört, unerwähnt lässt. Die tiefenpsychologisch fundierte Therapie ist für viele Störungen in ihrer Wirksamkeit belegt, hat sich dabei als ebenso wirksam erwiesen wie KVT und ist damit als der KVT gleichwertig anzusehen. Längere psychodynamische Psychotherapien benötigen zwar mehr Zeit, um ihre Wirkung zu entfalten, haben aber auch weiterreichende Ziele, nämlich z.B. eine grundlegendere Veränderung der Persönlichkeitsstruktur im Dienste der Beziehungsfähigkeit. Es wurde in einigen Studien belegt, dass diese Ziele erreicht werden.
2. Bohus spricht von einer "Überwindung der Therapieschulen" und einer Psychotherapieausbildung, die quasi modular abläuft, sodass nur noch einzelne, auf bestimmte Krankheitsbilder zugeschnittene Techniken gelehrt und gelernt werden. Dieses Konzept von Bohus und anderen, das gelegentlich auch als „modulare Psychotherapie“ propagiert wird, ist aus zwei Gründen kritisch zu sehen: Erstens gibt es keinerlei wissenschaftliche Belege dafür, dass eine solche eklektische Methode gelehrt und gelernt werden kann, und zweitens gibt es keinerlei wissenschaftlichen Beleg dafür, dass eine solche Therapie wirksam ist, geschweige denn ebenso wirksam wie die etablierten Psychotherapie-Verfahren.

Bohus übersieht, dass in nahezu allen Psychotherapie-Wirksamkeitsstudien die Psychotherapeuten, die die Studienpatienten behandeln, eine (schulenspezifische) Therapieausbildung durchlaufen haben und erst danach zusätzlich die krankheitsspezifischen Methoden bzw. Techniken erlernt haben. Ein Psychotherapeut benötigt mehr als das Erlernen von Techniken, nämlich ein Menschenbild, eine Grundhaltung zur Psychotherapie, ein theoretisches Fundament und eine spezifische Fähigkeit zur Beziehungsgestaltung mit dem Patienten, damit er mitfühlen und ein „denkendes Herz werden“ kann. All dies erlernt man nicht in einem Technikkurs, sondern in einer soliden, wissenschaftlich basierten schulenorientierten Grundausbildung zum Psychotherapeuten. Dies ist durch Forschung zur Ausbildung und Entwicklung von Psychotherapeuten belegt. Es ist daher notwendig, dass diese Ausbildungsform erhalten bleibt, wenn denn die Wirksamkeit der Psychotherapie erhalten bleiben soll. Natürlich besteht weiterhin das Bemühen, die Psychotherapie und die zugehörigen Ausbildungen wissenschaftlich zu verbessern und zu untermauern.

Ergänzend ist zu erwähnen, dass es heutzutage nicht mehr zutrifft, dass der Therapeut in der analytischen Psychotherapie nur „distanziert“ bleibt, wie es im Seitentext zum Interview behauptet wird. Im Gegenteil ist der moderne psychoanalytische Psychotherapeut besonders aktiv in der therapeutischen Beziehung engagiert, da sie das Zentrum der Arbeit darstellt – allerdings nicht in dem Sinne, dass er aktiv Ratschläge gibt, sondern vielmehr dergestalt, dass er mit dem Patienten gemeinsam die therapeutische Beziehung kontinuierlich reflektiert.

*Deutsche Gesellschaft für Psychoanalyse, Psychotherapie, Psychosomatik und Tiefenpsychologie (DGPT)*

*Deutsche Psychoanalytische Gesellschaft (DPG)*

*Deutsche Psychoanalytische Vereinigung (DPV)*

*Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische Medizin und Ärztliche Psychotherapie (DGPM)*

*Vereinigung Analytischer Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten (VAKJP)*