

# Wie viel Psychotherapie braucht der Mensch?

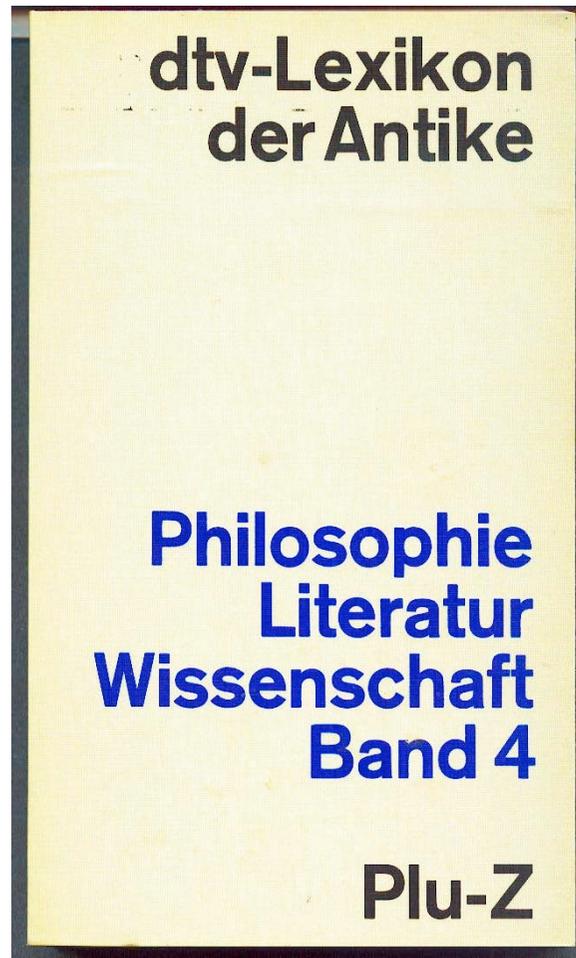
Prof. Dr.med. Dr.phil. Horst Kächele

Ex- Universitätsklinik Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Universitätsklinikum Ulm

*Zum Nachlesen, besuchen Sie  
[www.horstkaechele.de](http://www.horstkaechele.de) unter deutsch/ aktuelles*

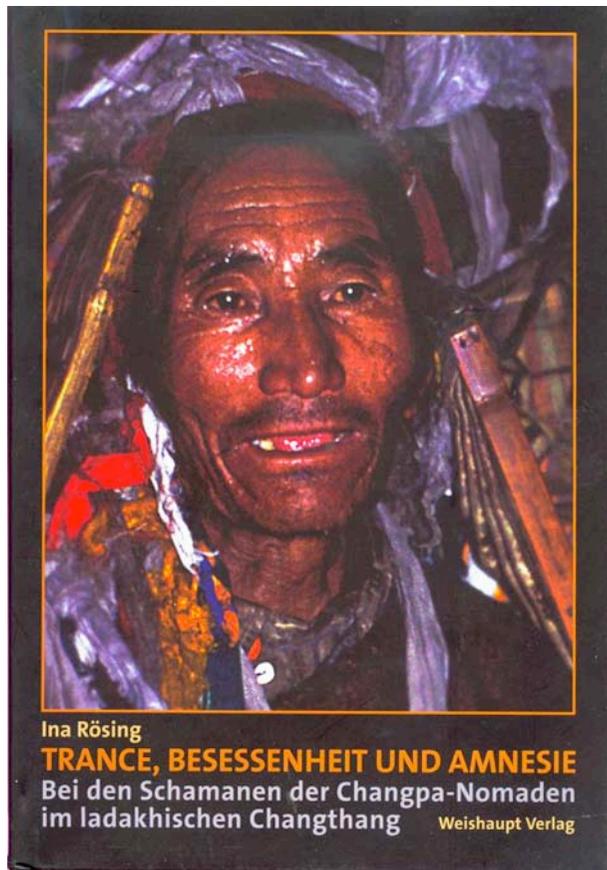
# Der antike Mensch



Eine ‚Psychotherapie‘ im Sinne der heutigen - nach Gegenstand und Methode eingeschränkten - Konzeption hat es im Altertum weder als Begriff noch als therapeutisches Programm mit verfügbarer „Technik“ gegeben.

Das Verhältnis von Psyche und Körper war als Einheit gedacht.....

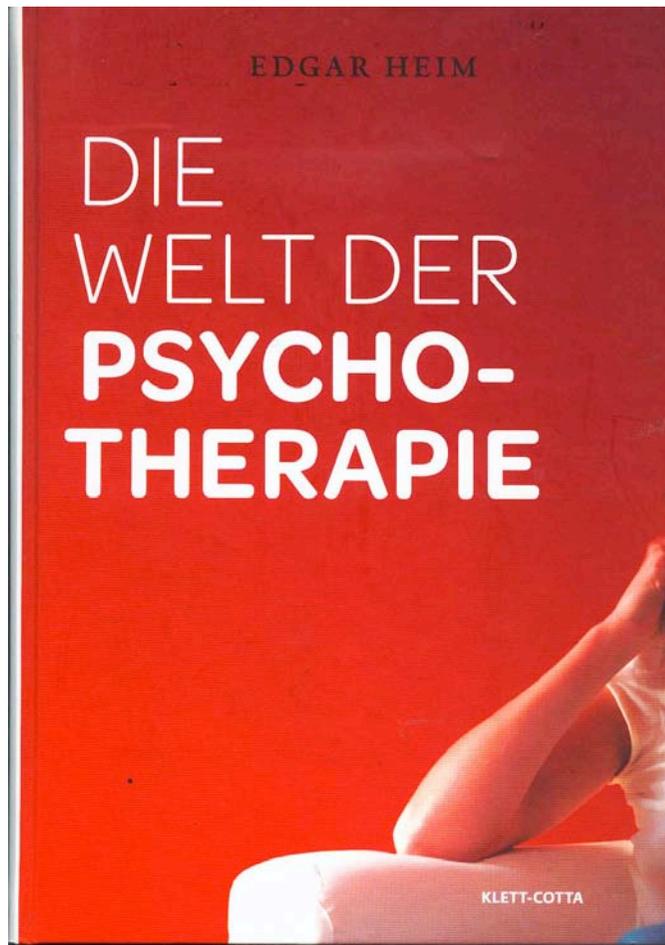
# Die sog. Wilden



Ethnographische Studien aus den Anden und neuerdings aus Indien sind Spezialität von Prof. Rösing

Abteilung  
Kulturanthropologie am  
Hochstraess 8  
Universität Ulm

# Das 19. und 20. Jahrhundert



Von dem Schweizer  
Psychiater Edgar Heim  
aus Bern sehr gut lesbar  
und lesenswert

# Ist Psychotherapie ubiquitär?

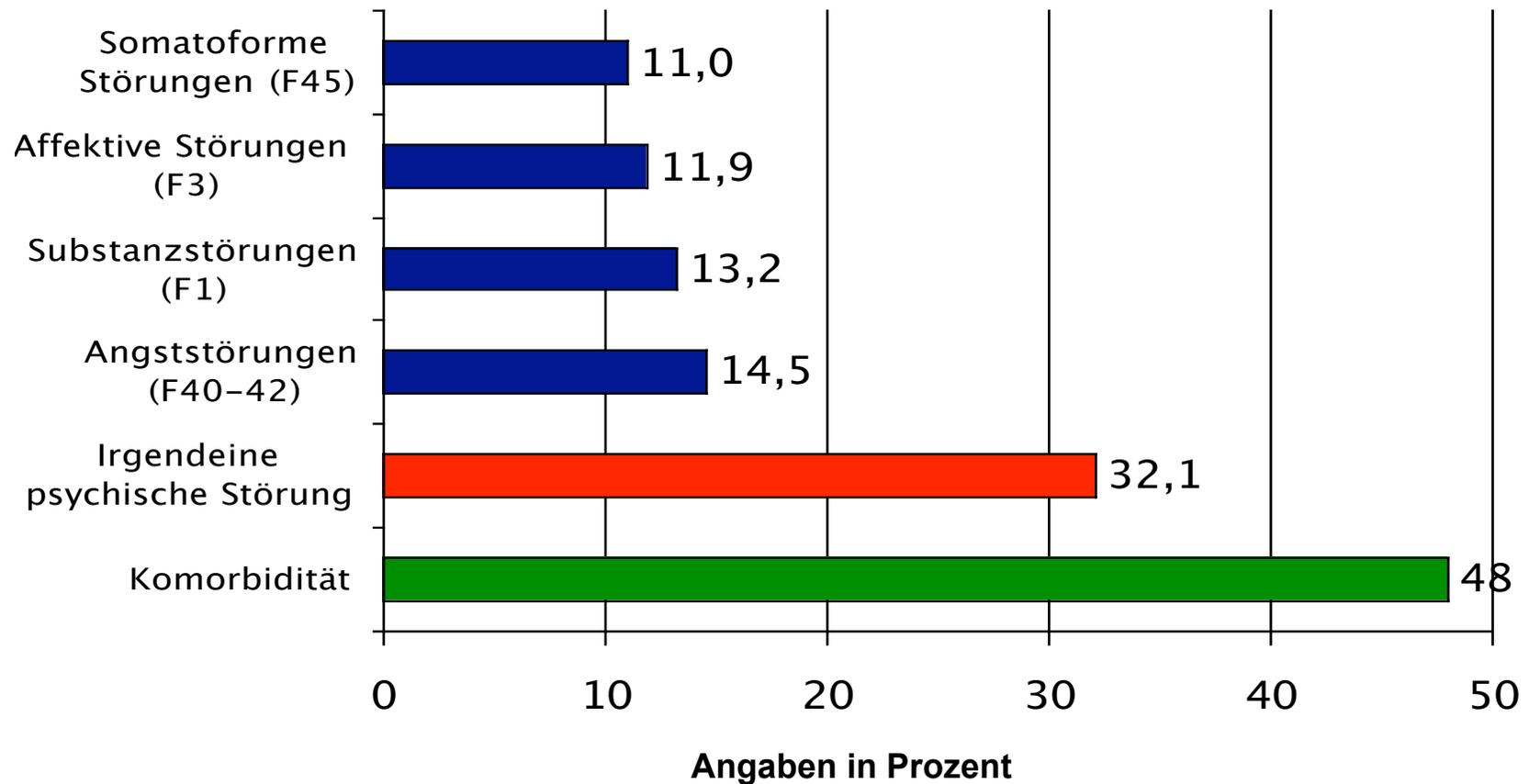


Alle psychotherapeutischen Methoden sind Ausfeilungen und Variationen uralter Verfahren psychologischer Heilung. Diese beinhalten Bekenntnis, Wiedergutmachung und Vergebung, Ermutigung, positive und negative Verstärkungen, Modellbildung sowie Verbreitung eines bestimmten Wertesystems.

Diese Methoden werden mit Theorien in Verbindung gebracht sowie mit den Ursachen und Behandlungen verschiedener Bedingungen, welche häufig sehr ausgefeilt sind.

# Epidemiologie der seelischen Erkrankungen

Ein Jahr Prävalenz in Erwachsenen (18-65 Jahre)



(Wittchen und Jacobi, 2001, Bundesgesundheitsurvey 1998)

# Definition heute

Psychotherapie ist ein bewusster und geplanter interaktioneller Prozess

# zur Beeinflussung von **Verhaltensstörungen** und **Leidenszuständen**,

# die in einem **Konsensus** (möglichst zwischen Patient, Therapeut und Bezugsgruppe) für behandlungsbedürftig gehalten werden,

# mit **psychologischen Mitteln** meist verbalen, aber auch averbal,

# Definition heute

# in Richtung auf ein definiertes, nach Möglichkeit **gemeinsam erarbeitetes Ziel**  
(Symptomminimalisierung und /oder Strukturänderung der Persönlichkeit)

# mittels **lehrbarer Techniken**

# auf der Basis einer **Theorie des normalen and pathologischen Verhaltens.**

Hans Strotzka 1975, S. 4

# Wer die Wahl hat, hat die Qual !

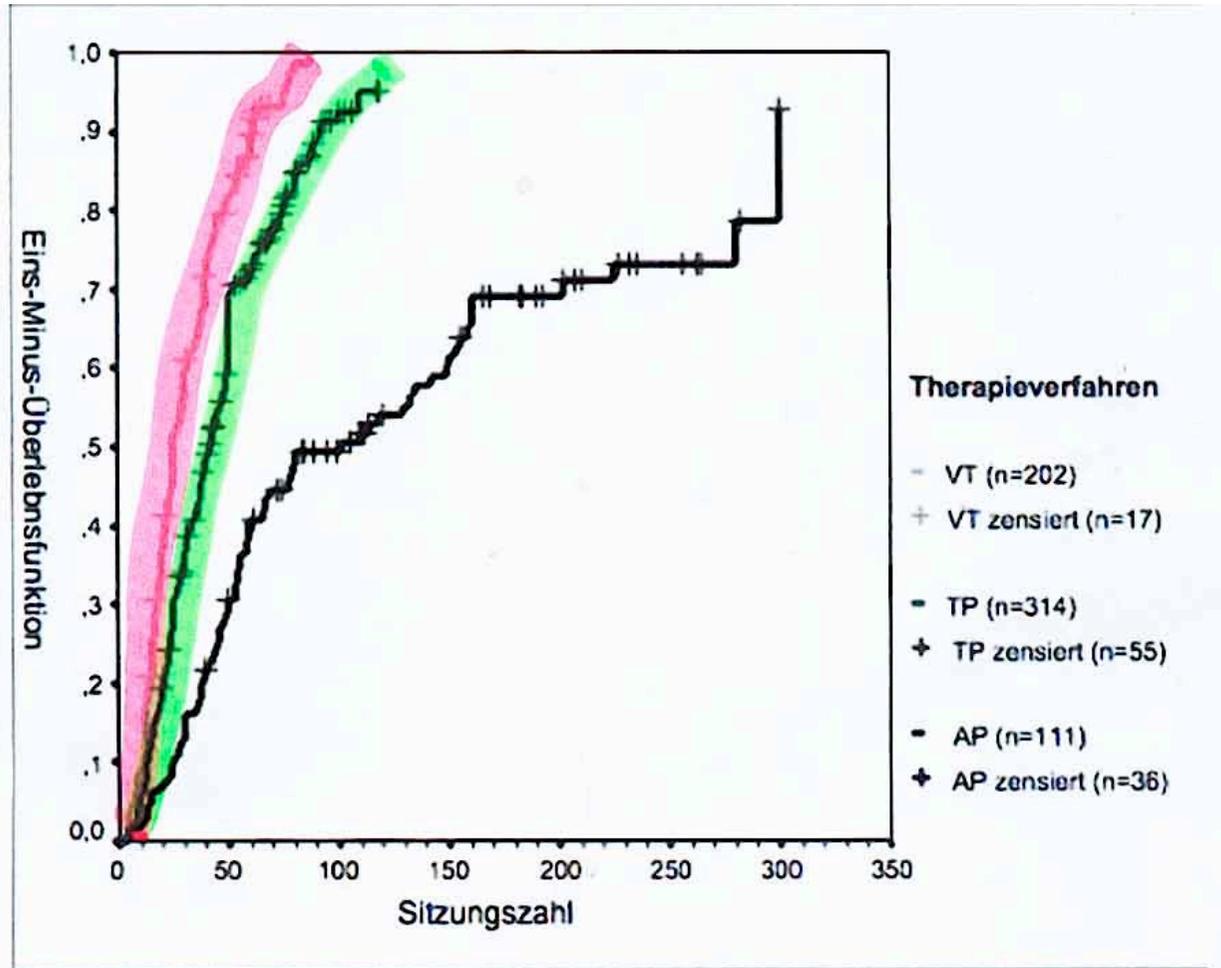
P.: so wenig wie möglich T.: so wenig wie nötig	P.: so viel wie möglich T.: so wenig wie möglich
P. so wenig wie nötig T.: so viel wie möglich	P.: so viel wie nötig T.: so viel wie möglich

# Population in der TRANS-OP Studie

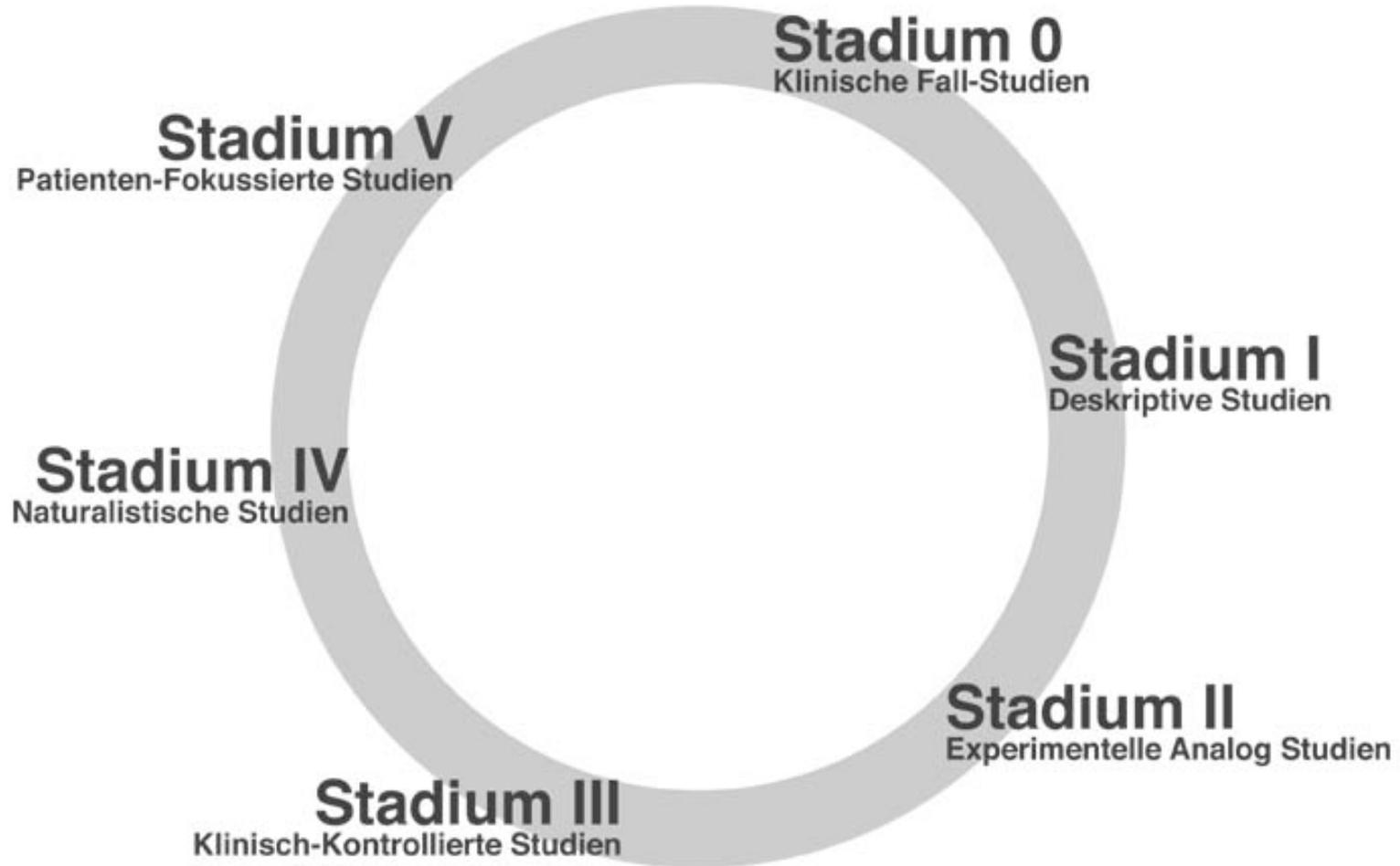
	N	Prozent
Tiefenpsychologische - Psychodynamische Psychotherapie	397	51,7
Verhaltenstherapie	248	31,6
Analytische Psychotherapie	135	16,7
	780	100

Gallas C, Kächele H, Kraft S, Kordy H, Puschner B (2008) Inanspruchnahme, Verlauf und Ergebnis ambulanter Psychotherapie: Befunde der TRANS-OP Studie und deren Implikationen für die Richtlinienpsychotherapie. *Psychotherapeut* 53: 414-423

# Dauer psychotherapeutischer Behandlungen in der TRANS-OP Studie



## Sechs Stadien der Therapieforschung:



# Evidenz für Psychodynamische PT

# Depression (ICD-10 F3)

# Angststörungen (ICD-10 F40-42)

# Belastungsstörungen (ICD-10 F43)

# Dissoziative, Konversions- und somatoforme Störungen (ICD-10 F44, F45, F48)

# Eßstörungen (ICD-10 F50)

# Psychische und soziale Faktoren bei somatischen Krankheiten (ICD-10 F54)

# Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen (ICD-10 F6)

# Abhängigkeit und Mißbrauch (ICD-10 F1, F55)

Leichsenring F, Rabung S, Leibling E (2004) The efficacy of short-term psychodynamic psychotherapy in specific psychiatric disorders. A meta-analysis. Arch Gen Psychiatry 61: 1208-1216

# Helsinki-Studie

326 Patienten mit depressiven  
oder Angststörungen  
zufällig einer  
systemischen Therapie (SFT),  
einer psychodynamischen  
Kurztherapie (SPP),  
oder  
einer psychodynamischen  
Langzeit-Psychotherapie (LPP)

Paul Knekt and Olavi Lindfors eds.

**A randomized trial of the effect  
of four forms of psychotherapy  
on depressive and anxiety disorders**

Design, methods, and results on the effectiveness  
of short-term psychodynamic psychotherapy  
and solution-focused therapy  
during a one-year follow-up

# Fazit der Helsinki-Studie

„**Kurztherapien** produzieren Besserungen schneller als Langzeittherapien, aber auf die Dauer gesehen ist **Langzeittherapie** der Kurzzeit-Intervention überlegen.

Forschungsfrage: welche Patienten mit Angst oder Depressionen brauchen solche längeren und intensiveren Behandlungen.

(Knekt et al. 2008a).

# Studien-Dosis

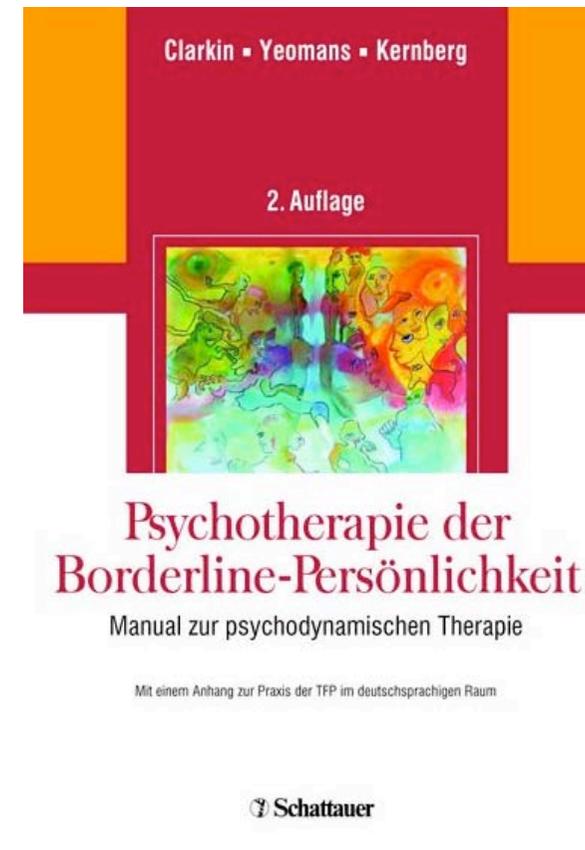
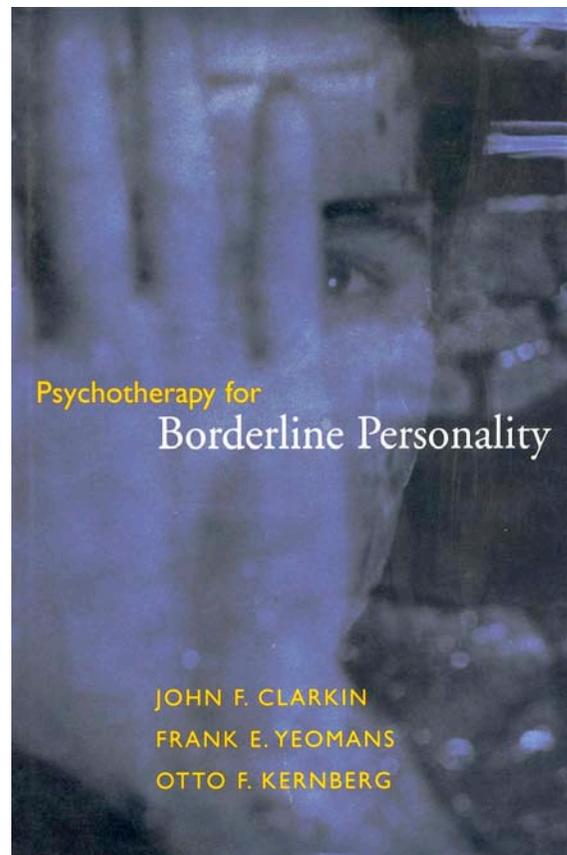
SFT 10 Sitzungen, für die  
SPP 19 Sitzungen

## **nachträgliche Inanspruchnahme:**

SFT 60 und SPP 70 Sitzungen.

Patienten nach psychodynamischer  
Langzeittherapie weitere therapeutische  
Massnahmen (232 plus 240)

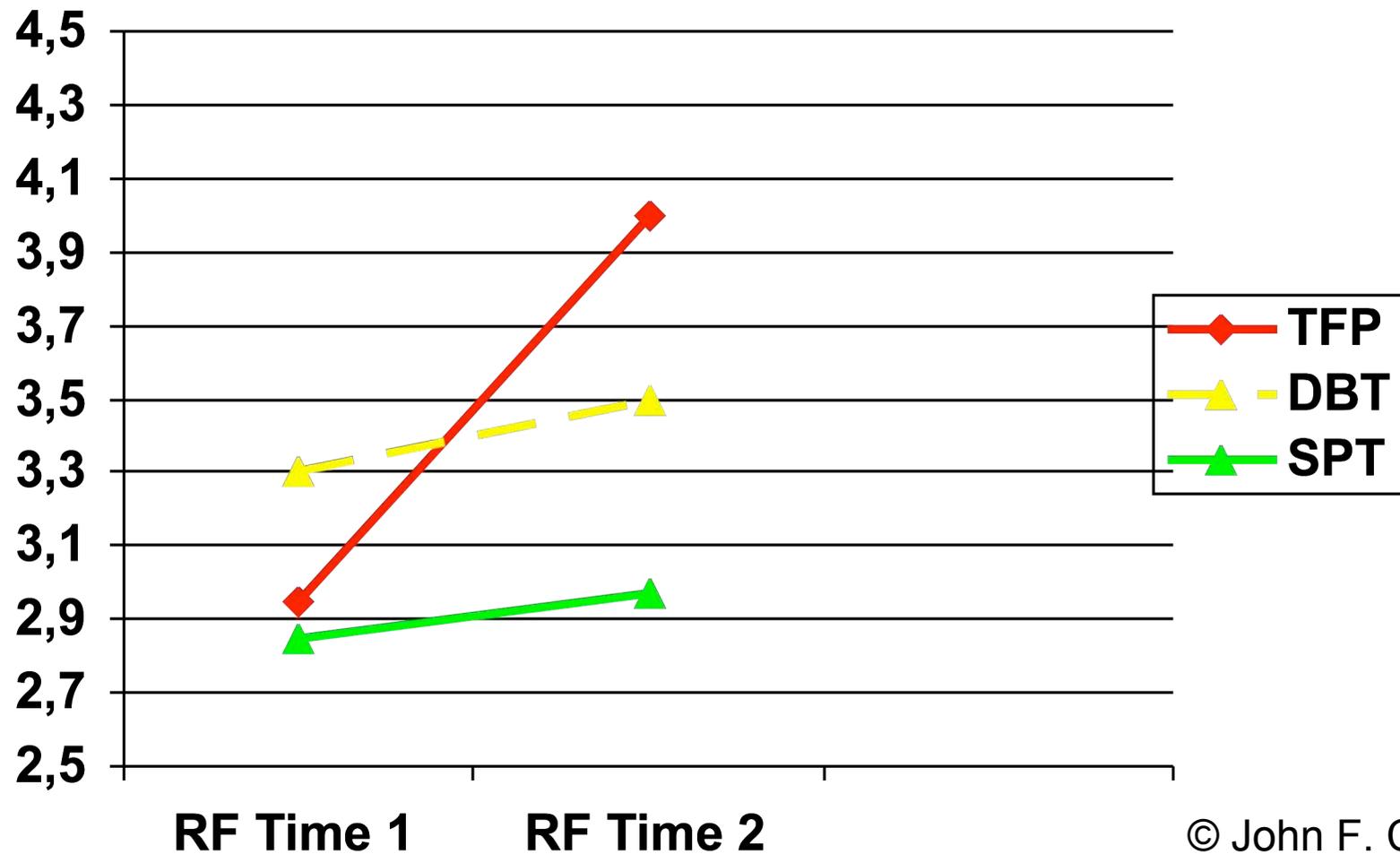
# Übertragungs- fokussierte Psychotherapie (TfP)



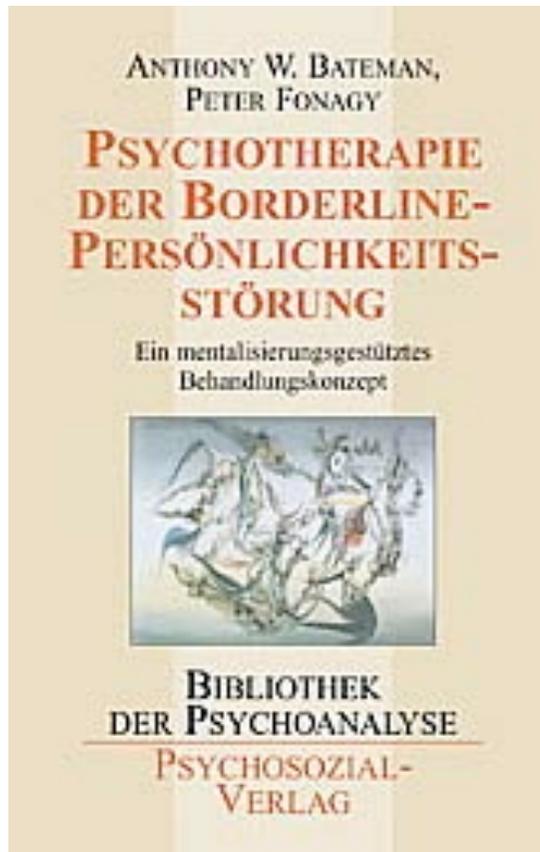
# Übertragungs-fokussierte Psychotherapie für Borderline Patienten (TfP)

- Sitzendes Setting, (1-)2 Wochenstunden, mindestens 2-3 Jahre
- Strukturierend durch vertraglich vereinbarten Rahmen der Behandlung
- Themenhierarchie (z.B. akute Suizidalität)
- Vorübergehendes verlassen der technischen Neutralität
- Fokus auf der Deutung der Übertragungs-Beziehung im Hier-und-Jetzt
- Genetische Deutungen erst später
- Techniken: Klärung, Konfrontation und Deutung

# Veränderung in Reflective Functioning als eine Funktion der Zeit und Behandlungsmodus



# MBT



# Mentalisierungs- Basierte Therapie

Diese Studie evaluiert den Effekt der Mentalisierungs-basierten Therapie im Rahmen eines **tagesklinischen Settings** im Vergleich zu „treatment as usual“ (TAU) für **Borderline Persönlichkeits-Störung** 8 Jahre nach Eintritt in ein RCT und 5 Jahre nach Beendigung aller MBT-Massnahmen.

Bateman AW, Fonagy P (2008) 8-year follow-up of patients treated for borderline personality disorder: Mentalization-based treatment versus treatment as usual. Am J Psychiatry 165: 631-638

# MBT

Ergebnisse:

Fünf Jahre nach Entlassung aus der MBT, zeigt die MBT Gruppe klinische und statistische Überlegenheit vs. treatment as usual (TAU) hinsichtlich **Suizidalität** (23% vs. 74%), **diagnostischem Status** (13% vs. 87%), **Inanspruchnahme** (2 Jahre vs. 3.5 Jahre psychiatrischer ambulanter Versorgung), **Medikamentenverbrauch** (0.02 vs. 1.90 Jahre mit drei oder mehr Medikamenten), **globales Funktionsniveau** über 60 (45% vs. 10%), und **beruflicher Status** (beschäftigt oder in Ausbildung 3.2 Jahre vs. 1.2 Jahre).

# MBT

## Schlußfolgerung:

Patienten, die 18 Monaten mit Mentalisierungs--  
basierter Therapie im Rahmen eines tagesklinischen  
Settings gefolgt von 18 Monaten einer Erhaltungs-MBT  
Gruppe behandelt werden,

sind **deutlicher verbessert** als die TAU Gruppe,

aber das allgemeine soziale Funktionsniveau „remains  
impaired“.

# Münchener Psychotherapie- Studie

## Randomisierte Vergleichstudie: depressive Störung

Psychodynamische Psychotherapie PT

Kognitive Verhaltenstherapie VT

Analytische Psychotherapie PA

Huber D, Klug G, von Rad M (2001) Die Münchner Prozess-Outcome Studie. Ein Vergleich zwischen Psychoanalysen und psychodynamischen Psychotherapien unter besonderer Berücksichtigung therapiespezifischer Ergebnisse. In: Stuhr U, Leuzinger-Bohleber M, Beutel M (Hrsg) Langzeit-Psychotherapie. Perspektiven für Therapeuten und Wissenschaftler. Kohlhammer, Stuttgart, S 260-270

# Münchener Psychotherapie-Studie

## Korrelation von Dosis und Ergebnis

variable	group	duration of therapy		dose of therapy	
		correlation-coeff. r	significance p	correlation-coeff. r	significance p
BDI	PA	-,02		-,04	
	PT	,15		,13	
	VT	,01		,11	
IIP	PA	<b>-,53</b>	<b>,003**</b>	<b>-,53</b>	<b>,003**</b>
	PT	-,27		-,25	
	VT	,07		,16	
SPK	PA	-,28		<b>-,35</b>	<b>,049*</b>
	PT	,08		,14	
	VT	,27		,30	

# Evidenz für Langzeit-Therapie

## Effectiveness of Long-term Psychodynamic Psychotherapy A Meta-analysis

---

Falk Leichsenring, DSc

Sven Rabung, PhD

---

**Context** The place of long-term psychodynamic psychotherapy (LTPP) within psychiatry is controversial. Convincing outcome research for LTPP has been lacking.

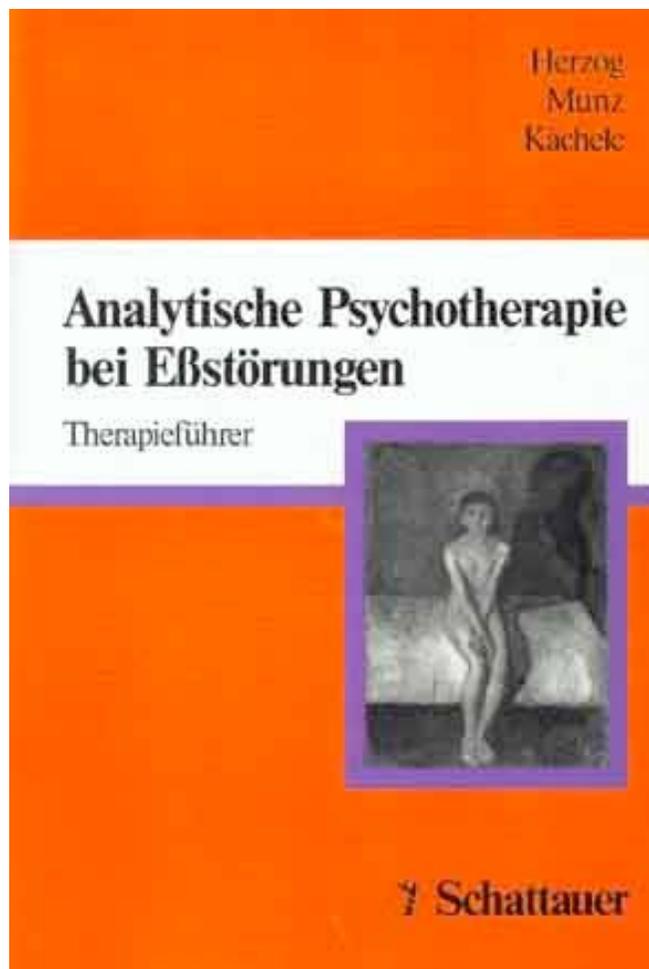
JAMA, October 1, 2008, Vol 300, No 13

# LPPT Schlußfolgerung

Es besteht Evidenz, dass psychodynamische Langzeit-Psychotherapie eine **effektive Behandlung für komplexe seelische Störungen** ist.

*JAMA 2008;300(13):1551-1565*

# Esstörungen



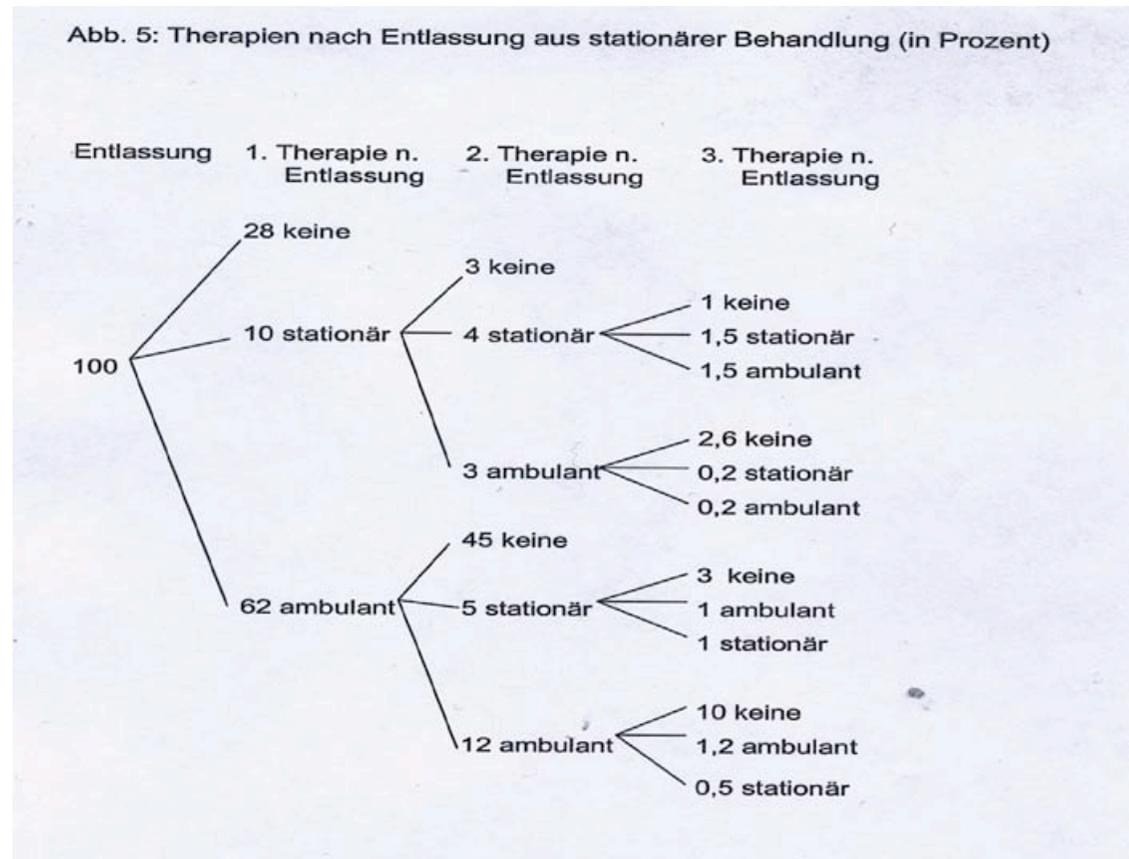
Bundesweite Längsschnitt-  
Untersuchung der stationären  
psychodynamischen  
Psychotherapie über 2,5  
Jahre

An 43 Kliniken in der BRD  
wurden 1247 Patientinnen für  
2,5 Jahre untersucht

Gefördert vom Bundesministerium für  
Forschung und Technologie (BMFT)

Kosten ca 5 Mill. DM = 2,5 Mill. Euro

# Nach-Therapien



Wietersheim Jv, Kordy H, Kächele H (2004) Stationäre psychodynamische Behandlungsprogramme bei Essstörungen. Die Multizentrische Studie zur psychodynamischen Therapie von Essstörungen (MZ-ESS). In: Herzog W, Munz D, Kächele H (Hrsg) Essstörungen. Therapieführer und psychodynamische Behandlungskonzepte. 2. Auflage. Schattauer, Stuttgart, S 3-15

# Teure Patienten?



„Patienten mit Krankheitsbildern, bei denen vorwiegend Defizite in der Ich-Entwicklung und Persönlichkeitsstörungen diagnostiziert werden, .....wie kann die psychotherapeutische Versorgung dieser Patienten in der **vertragsärztlichen Praxis** angemessen sicher gestellt werden“  
(Rüger et al. 2009, S. 39)

„Differentialindikatorisch ist die Behandlung dieser Störung durch eine lang dauernde und intensive analytische Psychotherapie in Erwägung zu ziehen. Dieser Indikation kann die **eingeschränkte Behandlungsprognose der Persönlichkeitsstörung** entgegenstehen...“  
(S. 39).

# Teure Patienten?



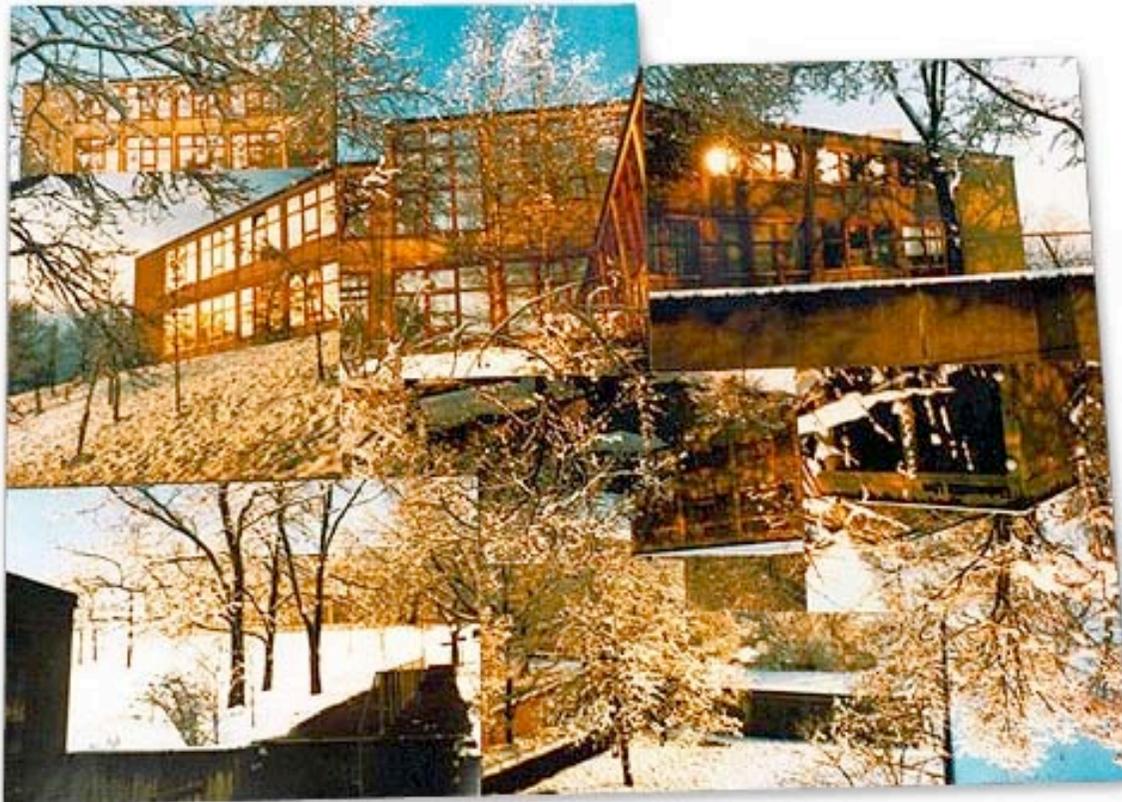
Hier wird potentiell teuren Patienten eine möglicherweise wirksame Therapie vorenthalten – und niemand spricht von einem **Skandalon!**

## **Stattdessen wird empfohlen**

eine niederfrequente Intervention, reduziert bis zu wenigstens einer Sitzung pro Monat und sogar einer Halbierung der Sitzungsdauer auf 25 Minuten, das sind 200 halbierte Sitzungen für eine Reihe von Jahren.

# Neugierig geworden?

horstkaechele.de



Wer zählt die Sprachen,  
wer die Länder...

**Willkommen auf der Seite von HK**  
**Welcome to the website of HK**

**HK's Files** | **Anmelden / Register**

Bücher, Vorträge, Bilder, viel Spass beim  
Stöbern.

books, lectures, images: a lot of stuff

**HK's CV**

Hinter den Kulissen ...

If you want to know the story behind,  
take this way

**Guestbook**

Stillen Sie Ihre Neugier, wer mit Ihnen  
auf dieser Homepage spazieren geht.

You are invited to peep into ...