

EAP-Positionspapier zur Psychotherapieforschung

Peter Schulthess



Anlässlich der wissenschaftlichen Konferenz, durchgeführt vom SARC (Science and Research Committee) der EAP im Februar 2020 (vgl. Bericht im *à jour!* 1-2020), wurde beschlossen, ein Positionspapier zur Psychotherapieforschung zu erarbeiten, das ein Forschungsverständnis festhält, das von den Therapieansätzen, die in der EAP vertreten sind, geteilt werden kann. Man war der Ansicht, dass ein Europäischer Verband für Psychotherapie über ein solches Positionspapier verfügen sollte, um sich in die wissenschaftliche und politische Diskussion einschalten zu können.

Es wurde in der Folge eine Arbeitsgruppe bestehend aus *Lynne Rigaud*, MSc (Gestalttherapeutin, Frankreich), *Catalin Zaharia*, MD (NLP, Rumänien), Dr. *Heward Wilkinson* (pca, Grossbritannien), Prof. *Günter Schiepek* (Systemische Therapie, Deutschland und Österreich), Prof. *Mathias Desmeth* (Lacanianer, Belgien), *Peter Schulthess*, MSc (Gestalttherapeut, Schweiz), *Courtenay Young*, Dipl Psyche (Körperpsychotherapeut, Schottland) und als externem Experten der Psychotherapieforschung Prof. *David Orlinsky* (Chicago) eingesetzt.

Der Text wurde erst ohne die Mitwirkung Orlinskys erarbeitet, durchlief verschiedene Überarbeitungsrounds, wurde dann an die Teilnehmenden des Kongresses und die Mitglieder des

SARC zur Stellungnahme verschickt und danach nochmals überarbeitet. Es handelt sich also um einen Bottom-up-Prozess, ähnlich wie in der Charta seinerzeit die Wissenschaftsdeklaration erarbeitet wurde. In der letzten Runde zogen wir David Orlinsky hinzu, der nochmals Anregungen zu einer Überarbeitung gab.

Die letzte Version wurde am 13. März 2021 dann von verschiedener Seite gelobt als ein wichtiges Papier, das zur rechten Zeit komme. Es wurde einstimmig als offizielles Positionspapier der EAP verabschiedet. Wir wollen damit einen substanziellen Beitrag leisten in der Debatte um die Psychotherapieforschung.

Die nationalen Verbände für Psychotherapie der EAP wurden gebeten, das Papier in ihre Landessprachen zu übersetzen, bekannt zu machen und zu verwenden, wo es lokal um Anerkennungsfragen der Psychotherapie und der Psychotherapieforschung geht, etwa im Zusammenhang mit gesetzlichen Regelungen. Ich denke, dass dieses Dokument auch in der Schweiz anlässlich der anstehenden Re-Akkreditierungsrounds eine argumentative Hilfe für ein vielfältiges Verständnis zur angemessenen Forschung sein kann, um als evidenzbasiert gelten zu können.

Peter Schulthess ist Vorsitzender des SARC in der EAP.

Positionspapier zum Wesen der Psychotherapieforschung und zur Anwendung ihrer Richtlinien



Die European Association of Psychotherapy (EAP) wurde 1990, nach der Strassburger Deklaration zur Psychotherapie¹, gegründet, um die Psychotherapie als unabhängigen Berufsstand zu fördern. Ihre Mitglieder werden nach den höchsten Standards der klinischen Psychotherapie-Praxis ausgebildet und es wird von ihnen erwartet, diese einzuhalten. Als eine führende europäische Berufsorganisation und als Mitglied des European Council of the Liberal Professions (CEPLIS) fördert die EAP professionelle Best Practices im Training von Kliniker*innen und in der psychotherapeutischen Praxis. Zu diesem Zweck ermutigt die EAP ihre Mitglieder, an der relevanten psychotherapeutischen Forschung teilzunehmen, und setzt sich bei politischen Entscheidungen, die die psychotherapeutische Ausbildung und Praxis in Europa betreffen, für die wissenschaftlich fundierte und ethische Nutzung wissenschaftlicher Forschungsergebnisse ein.

Die EAP unterstützt die Entwicklung, dass wissenschaftliche Erkenntnisse bei der Festlegung von Best Practices herangezogen werden, ausdrücklich. Allerdings bekräftigt die EAP, dass die Psychotherapie als ein komplexer, nicht linearer psychologischer und psychosozialer Prozess anerkannt werden muss, in dem viele Variablen unterschiedlicher Art miteinander interagieren, wie zum Beispiel die persönlichen und professionellen Eigenschaften und Ressourcen der Patient*innen und Therapeut*innen, die Qualität der Beziehungen, die sie zueinander aufbauen, die Relevanz und die Wirkung der Interventionen und die Unterstützung, die sie in ihren sozialen Netzwerken und Communities erfahren.

Es ist ein Grundsatz in allen Wissenschaften, dass die Forschungsmethoden, die für die Untersuchung eines speziellen Phänomens herangezogen werden, relevant und für die Natur dieses Phänomens geeignet sein müssen. Obwohl die auf naturwissenschaftliche Methoden basierende Forschung einen bedeutenden Fortschritt für die physische Gesundheit und das Wohlbefinden der Weltbevölkerung erzielt hat, ist es essenziell wichtig, die Unterschiede in der Komplexität zwischen psychologischen und psychosozialen Phänomenen, die durch Psychotherapie behandelt werden, und biologischen Phänomenen, die mit Schulmedizin behandelt werden, anzuerkennen. Erfolg in der Medizin bedeutet, die richtige Behandlung zu finden und diese richtig auf die Pathologie der Patient*innen anzuwenden. Im Gegensatz dazu befassen sich Psychotherapeut*innen mit Patient*innen als Personen in einem komplexen Prozess, in dem spezifische Behandlungsmassnahmen («Techniken») nur einen Teil bilden, wobei dies nicht der effektivste Teil der Behandlung ist, wie wiederholt in gross angelegten und statistisch kontrollierten Feldstudien gezeigt wurde. Aus diesem Grund ist die EAP tief besorgt wegen der gegenwärtigen Tendenz, experimentelle Methodiken, die auf unzulässige Weise ein pharmazeutisches Modell reproduzieren, die den komplexen Prozess der Dynamiken therapeutischer Veränderungen zu stark vereinfachen und die Informationen produzieren, deren externe Validität oder Geltungsbereich typischerweise stark begrenzt sind, als alleinigen «Goldstandard» für die Psychotherapieforschung anzusehen.

Wie zuletzt in einigen Ländern zu beobachten war, werden methodologisch ungeeignete Ergebnisse häufig von politischen Entscheidungstragenden aufgegriffen, die möglicherweise das Wesen und den Umfang der relevanten Forschungsmethoden nicht in ihrer Gänze verstehen, aber dennoch wissenschaftlich und ethisch fragwürdige Richtlinien für die Behandlung von Psychotherapiepatient*innen und für die Ausbildung und Qualifikationen von Psychotherapeut*innen aufstellen. Nach Ansicht der EAP liegt es in der Verantwortung professioneller Psychotherapie-Organisationen sowie Forschenden, sicherzustellen, dass Forschungsergebnis-

se in ihrem Kontext richtig verstanden und potenziell unangemessene oder unethische Richtlinien für Ausbildung und Praxis, die aus nur zum Teil verstandenen Forschungsprinzipien abgeleitet wurden, korrigiert werden. Dementsprechend unterstützt die EAP den Einsatz einer Reihe von geeigneten Forschungsmethoden und -designs, die auf die Komplexität der menschlichen Erfahrungen und Verhaltensweisen abgestimmt sind, und die daher auch weitgehend dem Wesen der Psychotherapie entsprechen. Wir fördern Forschungsdesigns wie die Echtzeit-Beobachtung der Entwicklung der Patient*innen in ihrer Alltagspraxis und realen Lebenswelt, die eine verlässliche Datenbasis für das Verständnis und die Modellierung therapeutischer Veränderungen darstellen. Wir begrüßen praxisrelevante Methoden, die unseren Mitgliedern und ihren Patient*innen ermöglichen, praxisbasierte Evidenz zu generieren, mit der die gelebte Erfahrung der Psychotherapie beschrieben werden kann. Die EAP betrachtet Forschung zu Best Practices in der Ausbildung und Praxis als einen wesentlichen Teil des Berufsstandes.

Die Wichtigkeit, Forschung an die Bedürfnisse ihres Gegenstands anzupassen, wurde 2006 im Presidential Task Force Report der American Psychological Association auch für die Praxis der psychologischen Therapien ausdrücklich bekräftigt. Das entsprechende Dokument verwies ausserdem auf die Notwendigkeit einer methodologischen Vielfalt, die die einzigartige Herausforderung der Erforschung der Komplexität der menschlichen Erfahrung anerkennt: «Vielleicht ist es die zentrale Botschaft dieses Task-Force-Berichts – und einer der erfreulichsten Aspekte des Prozesses, der zu ihr geführt hat – der Konsens, der in einer breit aufgestellten und multiperspektivischen Gruppe von Wissenschaftler*innen, Kliniker*innen und klinischen Forscher*innen erreicht wurde, darüber, dass eine evidenzbasierte Praxis und eine praxisbasierte Evidenz den Wert verschiedener Quellen wissenschaftlicher Evidenz berücksichtigen müssen.»²

In dieser Hinsicht bestärkt die EAP Psychotherapeut*innen darin, als Leitsatz an der Idee festzuhalten, dass evidenzbasierte Praxis Patient*innen helfen sollte, eine nachhaltige Verbesserung ihrer Lebensqualität zu erreichen sowie eine kurzfristige Linderung ihres Leids und ihrer Symptome zu erfahren. Auch aus wirtschaftlicher Sicht ist diese langfristige Ausrichtung auf das zukünftige Wohlbefinden eindeutig rentabel.

Die Förderung der Forschung ihrer Mitglieder durch die EAP zielt darauf ab, alle Aspekte der Forschung, die für die Psychotherapie geeignet sind, zu umfassen, zu würdigen und zu integrieren. Forschende und Ärzte und Ärztinnen werden eingeladen, für die professionelle Praxis und Ausbildung Forschung zu betreiben, die gleichzeitig klinisch relevant ist und externe Gültigkeit hat. Wir ermutigen ausserdem alle, die im Bereich der mentalen Gesundheit tätig sind – Ärztinnen und Ärzte, Forschende und politische Entscheidungstragende –, eine Art der Forschung zu fördern und auf sie zu vertrauen, die das Wesen der Psychotherapie und die Aspekte der menschlichen Erfahrung, mit denen sie sich befasst, richtig widerspiegelt. Dadurch wird ein bedeutsamer Fortschritt in der Psychotherapie möglich, von dem die Patient*innen und die breite Öffentlichkeit profitieren können.

Dieses Dokument wurde erstellt und vorgelegt von der EAP Science and Research Committee working group: Lynne Rigaud, MSc Psych, Catalin Zaharia, MD, Dr. Howard Wilkinson, Prof. Gunter Schiepek, Prof. Matthias Desmeth, Peter Schulthess, MSc, Courtenay Young, Dipl Psyche, und als externer Experte Prof. David Orlinsky. Es wurde von dem Generalrat der EAP am 13. März 2021 verabschiedet

1 <https://www.europsyche.org/about-eap/documents-activities/strasbourg-declaration-on-psychotherapy>

2 APA Presidential Task Force über evidenzbasierte Praxis, in: (2006). Evidence-Based Practice in Psychology. *American Psychologist*, 61(4), 271–285, hier Seite 280. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.271>