

# Wie hilft das Miteinander-Reden in der Psychotherapie und in Selbsterfahrungen?



Ein wichtiges Anliegen der Psychotherapieforschung ist es, die differentielle Bedeutung übergreifender und spezifischer Wirkfaktoren der Psychotherapie zu untersuchen. Das an der Psychologischen Hochschule Berlin unter Leitung von Frau Prof. Dr. Antje Gumz in Kooperation mit elf Ausbildungsinstituten in Deutschland durchgeführte Projekt knüpft hieran an und beschäftigt sich mit der Frage, wie das Miteinander-Reden zu Veränderungen in Psychotherapien und Selbsterfahrungen führt.

Es handelt sich um eine dreiphasige Mixed-Method-Studie.

Teilstudie 1: Zunächst wurden Therapeuten und Patienten (VT, TP, AP) dazu interviewt, wie sie die Wirkweisen des Miteinander-Redens beschreiben. Die Datenauswertung erfolgte mittels qualitativer Methodik (Consensual Qualitative Research, CQR; Hill, 2012). Entwickelt wurde dabei ein System von Kategorien, mittels derer Patient/innen bzw. Therapeut/innen sich die therapeutischen Wirkungen des „Miteinander-Redens“ erklären.

Teilstudie 2: Aus diesen aus den Interviews abgeleiteten Kategorien wurde in einem darauffolgenden Schritt das Wirkfaktoren-Inventar des therapeutischen Miteinander-Redens (WITMER) entwickelt, mit dem die differentiellen Wirkfaktoren des therapeutischen Miteinander-Redens erfasst werden sollen. Der WITMER-Fragebogen umfasst aktuell 77 Items die verschiedenen Skalen zugeordnet sind. (Itembeispiele: „Durch das Miteinander-Reden wurden mir neue Aspekte von mir bewusst, die ich vorher nicht wahrgenommen habe.“, „Durch das Miteinander-Reden setzten sich treffende Äußerungen meiner/s Therapeutin/en in mir fest, die nun mein Denken und Handeln beeinflussen.“, „Durch das Miteinander-Reden bekam ich besseren Zugang zu meinen Gefühlen.“)

Die Reliabilität und Validität des WITMER-Fragebogens werden an einer Stichprobe mit ambulanten Patienten und Psychotherapeuten in Ausbildung in Deutschland (VT, TP, AP, ST) überprüft.

Teilstudie 3: Untersucht werden soll, welche Wirkfaktoren des Miteinander-Redens in Psychotherapien und Selbsterfahrungen besonders relevant sind, inwieweit es verfahrensspezifische Unterschiede gibt und wie die Wirkfaktoren mit relevanten Prozessmerkmalen und dem Therapieergebnis in den unterschiedlichen therapeutischen Verfahren zusammenhängen.

Warum untersuchen wir die Fragestellung? Für die praktische psychotherapeutische Arbeit kann es hilfreich sein, das Spektrum möglicher Wirkfaktoren mitzudenken, um zu beobachten, welche Faktoren für wen und wann sinnvoll sind und ob bestimmte heilsame Wirkungen möglicherweise zu kurz kommen. Auch für die Therapieausbildung kann ein System von Wirkfaktoren hilfreich sein, um das eigene professionelle Vorgehen zu reflektieren.

**Projektleitung:**

Prof. A. Gumz, Professur für Psychosomatik und Psychotherapie, Psychologische Hochschule Berlin

**Projekträger:** Deutsche Psychoanalytische Gesellschaft (2017-2019), Heigl-Stiftung (2019-2022)

**Forschungsgruppenmitglieder:**

Teilstudie 1a (qualitative Studie – Therapeuten, 08/2016 – 06/2020):

Dr. phil. C. Marx; R. Bildhauer; T. Friedrich; N. Ackermann

Teilstudie 1b (qualitative Studie – Patienten, 05/2019 – 03/2020):

Dr. phil. L. Reuter; S. Wulf; L. Frey; A. Nietzsche

Teilstudie 2 und 3 (quantitative Studie, 08/2021 – vrstl. 08/2024):

Dr. phil. L. Reuter; S. Wulf; F. Franken; F. Klapprott; A. Ziegert; L. Esswein; M. Breier, B. M. Frank; C. Topalidou

**Kooperationspartner:**

Prof. B. Strauß, FSU Jena; Prof. T. Brockmeyer, Universität Göttingen; Prof. G. Franzen, Prof. K. Rebolj, Sigmund Freud PrivatUniversität Berlin; Prof. F. Jacobi, Berliner Akademie für Psychotherapie und Psychologische Hochschule Berlin; Prof. M. Geyer, Akademie für Psychotherapie Erfurt; Prof. C. Benecke, Universität Kassel; Dr. phil. G. Zarbock, Institut für Verhaltenstherapie-Ausbildung Hamburg; A. Mossakowski, Dr. phil. L. Hauten, Institut für Psychologische Psychotherapie und Beratung Berlin; U. Meier, K. Ise, Akademie für angewandte Psychologie und Psychotherapie Köln; Dr. phil. J. Siegl, Centrum für Integrative Psychotherapie Bamberg; Dr. phil. M. Rotter, DGVT-Ausbildungszentrum Berlin; PD Dr. Ulrich Lamparter, Dr. phil. Michael Schödlbauer, Adolf-Ernst-Meyer-Institut für Psychotherapie Hamburg; M. Dannhäuser, Dr. C. Dürich, Westfälische Arbeitsgemeinschaft für Psychosomatik, Psychotherapie und Psychoanalyse

**Kontakt:** [a.gumz@phb.de](mailto:a.gumz@phb.de), [l.reuter@phb.de](mailto:l.reuter@phb.de)