Die Zukunft der Psychotherapie nach der Ausbildungsreform

Winfried Rief

Klinische Psychologie und Psychotherapie, Philipps-Universität Marburg, Marburg, Germany

Eine jahrelange Phase der Diskussion und Auseinandersetzung ist zu Ende. Im Herbst 2019 haben der Deutsche Bundestag und Bundesrat das Gesetz zur Reform der Psychotherapie-Ausbildung verabschiedet, am 14. Februar 2020 wurde vom Bundesrat die Approbationsordnung für Psychotherapie erlassen. Je nach Standpunkt und Diskussionsphase stand manchmal mehr die Hoffnung auf Verbesserung, auch bezüglich mancher Partialinteressen, manchmal mehr die Befürchtung vor Verschlechterung im Vordergrund der Diskussionen. Viel zu oft wurde argumentiert, als ob durch die Gesetzesreform diverse inhaltliche Aspekte der Psychotherapie, Verfahrensfragen, Schutz für bestimmte Richtungen und Ähnliches geregelt werden könnten. Es ist jedoch nicht Aufgabe des Gesetzgebers, die inhaltlichen Herausforderungen eines Faches zu entscheiden; dies müssen die Fachvertreterinnen und Fachvertreter schon selbst machen. Deshalb muss auch hier festgehalten werden: Ob und wie diese Gesetzgebung die Weiterentwicklung der Psychotherapie beeinflussen wird, wird weniger vom Gesetz selbst abhängen als vielmehr von dem, wie die Profession mit den neuen Möglichkeiten umgeht.

Dabei bietet das Gesetz über weite Strecken eine gute Plattform für Weiterentwicklungen. Hier steht die notwendige weitere Professionalisierung des Faches ganz im Vordergrund. Durch die stärkere Gewichtung der universitären Ausbildung als Grundlage der Psychotherapie wird hierfür eine wichtige Voraussetzung geschaffen. Hierzu gehört auch die zwingend notwendige Vernetzung von Grundlagenfragen und Anwendungsfragen, die solide wissenschaftliche Basis und der kritische wissenschaftsmethodische Ansatz als ein Motor für profunde, überzeugende Weiterentwicklungen. Die Alternative, Psychotherapie als reinen Anwendungsbereich zu formulieren, losgelöst zum Beispiel von der Grundlagenpsy-

chologie, wäre langfristig nicht mit einer universitären Verankerung des Berufs vereinbar gewesen.

Der Impuls zur weiteren Professionalisierung der Psychotherapie tut dringend Not. Der amerikanische Psychologe und Psychotherapieforscher Marvin Goldfried [2020] beschreibt den Zustand der Gegenwart der Psychotherapie als etwas, das einen kindlichen Reifungsgrad hat. Es werden ideologische Diskussionskämpfe geführt, als würde es sich bei Psychotherapierichtungen um abgeschlossene, getrennte religiöse Systeme handeln, die auf komplett unterschiedlichen Zielsetzungen und unterschiedlichen empirischen Realitäten beruhen würden; eine Fehlinterpretation, auf die schon Grawe hingewiesen hat [Grawe et al., 1994]. Auch weist Goldfried darauf hin, wie aktuell jede Neuentwicklung mit Faszination aufgegriffen wird. Zu selten wird hierbei darauf hingewiesen, dass manche angebliche Neuerfindung auf Entwicklungen mit langer Tradition in der Psychotherapie basiert, jedoch manchmal mit anderen Worten neu beschrieben wurde. Viele Neuentwicklungen begründen ihre Initiative auch mit oftmals unbegründeten und unfundierten Abwertungen bestehender Ansätze, anstatt das wirklich Neue in aller Bescheidenheit herauszustellen. Dabei sind selbstverständlich sowohl die traditionellen als auch die neuen Ansätze wertvoll und müssen in ihren Erkenntnissen und Vorteilen gewürdigt und in einer Gesamtheorie integriert werden.

Für die eher an traditionellen Verfahren orientierten Fachpersonen wird die Herausforderung darin liegen, den Anschluss an die modernen Entwicklungen der entsprechenden Grundlagenfächer und aktuellen Forschungsmethoden zu schaffen bzw. zu halten. Die Psychiatrie wäre heute nicht auf dem Stand, auf dem sie ist, wenn sie davon ausgehen würde, dass Kraepelin oder Bleuler die ewig gültige Wahrheit gesprochen hätten. In der Tat lesen sich aus heutiger Sicht die alten Werke

dieser für das Fach wichtigen Begründer an vielen Stellen etwas unzeitgemäß und unpräzise, obwohl sie selbstverständlich unschätzbare Bedeutung hatten. Genauso müssen auch die Fachpersonen, die sich stark mit den traditionellen Verfahren identifizieren, Abschied von alten Ideologien und “Glaubensbegründern” nehmen, ihre Theorien und Konzepte nach den neuen Konzepten und Befunden der empirisch-wissenschaftlichen Psychologie und der Neurowissenschaften ausrichten und auch mit mehr Offenheit die dynamischen Veränderungen von Fachsprache und -Konzepten zulassen.

Die Vertreter neuer Verfahren sind einerseits Motor für Weiterentwicklungen und haben deshalb eine sehr hohe Bedeutung, werden sich aber andererseits auch in die Welt der wissenschaftlichen Regeln und kritischen Bewertung einfinden müssen. Es ist erstaunlich, wie zwischenzeitlich gerade auch die Vertreter aus der Verhaltenstherapie alle möglichen neuen Strömungen aufgreifen und mit Begeisterung übernehmen, obwohl die wissenschaftliche Untermauerung der zugrundeliegenden Konzepte gegebenenfalls nur schwach ist und die Evaluation ihrer Behandlungsansätze kaum kritischen Bewertungen standhält und von einer starken “Investigator Bias” geprägt ist. Auch hier zeigt sich: Es gibt Raum für Professionalisierung.

Die neuen Ausbildungsbedingungen für Psychotherapie bieten die nach Goldfried [2019] einmalige und zentral wichtige Chance, dass Psychotherapie auch eine gemeinsame, übergeordnete Sprache (neben den richtungsspezifischen Begrifflichkeiten) entwickelt. Empirisch gesehen fokussieren alle Psychotherapien auf den Menschen und seine psychischen Prozesse. Diese sind selbstverständlich nicht anders, wenn jemand mit Psychoanalyse behandelt wird, mit Verhaltenstherapie oder mit Acceptance und Commitment Therapy. Neben der verfahrensübergreifenden gemeinsamen Sprache der Psychotherapie tut auch die Weiterentwicklung eines gemeinsamen Störungsmodells Not. Die Entwicklung integrativer Störungsmodelle ist möglich [Rief und Strauß, 2018]. Erst wenn gemeinsame, übergeordnete Störungsmodelle ausformuliert werden, können daraus Indikationsregeln entwickelt werden, die eine wirkliche und belastbare Grundlage für eine personalisierte Psychotherapieplanung darstellen.

Eine weitere wichtige Entwicklung für die Psychotherapie, die mit dem Verlassen enger schulenspezifischer Grenzen verbunden ist, ist die Orientierung an Kompetenzprofilen. Es war eine der positivsten Erfahrungen in den Diskussionen der vergangenen Jahre, dass es weniger schwierig als ursprünglich befürchtet ist, gemeinsame Kompetenzprofile für Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten unterschiedlicher Provenienz zu definieren. Dies gelang sowohl auf europäischer Ebene [EACLIPT Task Force On “Competences of Clinical Psychologists,” 2019], wurde aber besonders detailliert und anschaulich im Kontext des englischen Systems mit den

Behandlungsleitlinien der Nice-Guidelines (www.nice.org.uk) und der Implementierung des Programmes “Improving Access to Psychological Therapies” [NHS, 2019] ausgearbeitet. Interessierte Personen finden die unterschiedlichen Kompetenz-Profile, die für die Behandlung von Menschen mit unterschiedlichen psychischen und körperlichen Erkrankungen notwendig sind, jedoch auch die Kompetenzprofile bei der Umsetzung verschiedener therapeutischer Verfahren und Techniken auf den Internet-Seiten des University College of London [UCL, 2020].

Vor diesem Hintergrund ist es höchst erfreulich, dass sich eine Gruppe wissenschaftlich ausgewiesener Personen sowie zentrale Verbandsfunktionäre im Bereich der Psychotherapie zusammengesetzt haben, um Visionen für die Weiterentwicklung der Psychotherapie zu entwickeln. Die daraus hervorgegangenen “Osnabrücker Thesen” sind im Anhang dargestellt (siehe Online Supplementary Material, www.karger.com/doi/10.1159/507944). Diese machen deutlich, vor wie vielen sehr unterschiedlichen Herausforderungen der Bereich der Psychotherapie heute steht. Die zentralen Fragen werden nicht mehr sein, wie sich das Gerangel zwischen verschiedenen Verfahrens- und Methodenvertretern weiterentwickelt, sondern wie die sehr unterschiedlichen Herausforderungen an die Gesellschaft bewältigt werden können. Hierzu sind sicherlich Aspekte wie die zunehmende Pluralisierung von Gesellschaften vor dem Hintergrund einer sehr hohen örtlichen Flexibilität zu nennen, aber natürlich auch ganz besonders die durch die Digitalisierung auftretenden Chancen und Herausforderungen. Aktuell, zu den Zeiten der Bedrohung durch das Corona-Virus, stellen selbst die letzten Kritiker im Psychotherapie-Bereich fest, wie wichtig die Berücksichtigung der Möglichkeiten der Digitalisierung sind. Nur die Therapieansätze, die zügig Antworten auf solche Herausforderungen haben, werden in Zukunft bedeutsam sein. Viele Praxen und Ambulanzen haben auf Video-Therapien umgestellt, und mehr als vor der Corona-Krise ist unsere Kommunikation von neuen Medien und dem Internet abhängig. Wie dankbar sollten wir sein, dass sich viele Expertinnen und Experten mit diesem Thema schon zu einem Zeitpunkt beschäftigt haben, als dies nur wie eine Spielerei von irgendwelchen Technik-Freaks wirkte. Diese in den neuen Medien erfahrenen Personen konnten zum Beginn der Corona-Krise fundierte Empfehlungen zur Durchführung von Video-Therapien verbreiten, die zu aller Nutzen sind [Interessensgruppe E-Health in der Fachgruppe Klinischen Psychologie und Psychotherapie der Deutschen Gesellschaft für Psychologie (DGPs), 2020]. Das Psychotherapeutengesetz muss auch hier eine Plattform bereithalten, die Neuentwicklungen auch jenseits dessen fördert, was viele aktuell oder in der Vergangenheit mit “Psychotherapie” verbunden haben.

Das neue Gesetz zur Ausbildung in Psychotherapie betrifft vor allem Psychologinnen und Psychologen; die

meisten Universitäten werden die entsprechenden Bachelor-Programme als polyvalente Bachelor der Psychologie konstruieren. Damit kommt den universitären Psychologie-Instituten eine besondere Verantwortung zu, das Fach zukunftsfähig aufzustellen. Trotzdem kann auch davon ausgegangen werden, dass diese Entwicklung eine starke "Ausstrahlungskraft" auch Richtung Medizin entwickeln wird. Zum einen sind direkt durch die Approbationsordnung Kooperationen mit medizinischen Einrichtungen angebahnt, und Standorte werden Vorteile haben, wenn sie belastbare, gleichzeitig respektvoll ausgehandelte Kooperationen zwischen den Fachbereichen haben. Da gleichzeitig auch in der Medizin substantielle Umstrukturierungen anstehen, kann dies auch im Gegenzug genutzt werden, indem die Medizin noch stärker eine Kooperation mit der Psychologie ausbaut und sich dadurch die gegenseitige Stimulation verbessert. Man kann auch erwarten, dass diese Entwicklungen auch in der Medizin dazu führen werden, dass die strenge, einseitige Verfahrenorientierung überwunden wird zugunsten einer konzeptionell breiter und moderner aufgestellten pluralistischeren Psychotherapie, die flexibel die Anforderungen der Versorgung und Gesellschaft aufgreift.

Nun liegt es an den Universitäten, die Studiengänge entsprechend aufzustellen. Deshalb haben wir uns entschieden, ein Schwerpunktheft zum Thema der praxisorientierten Ausbildung in Psychotherapie zu veröffentlichen. Dieses soll einerseits Impulse für die Umsetzung geben, andererseits aber auch deutlich machen, dass man in vielen Bereichen nicht bei Null anfängt, sondern auf bestehende Erfahrungen aufbauen kann. Der Beitrag von Schweiger (in diesem Heft) macht deutlich, dass in der Umsetzung der Praktika z.B. im Kontext der berufsqualifizierenden Tätigkeit III für die Kliniken nicht nur eine Belastung und Herausforderung liegen kann, sondern auch Chancen zur Intensivierung, Verbesserung und Verbreiterung der Behandlungsangebote und der Vernetzung mit der Wissenschaft. Alpers et al. (in diesem Heft) zeigen, wie die Integration der Arbeit mit Schauspielpatienten in das Studium für die Psychotherapieausbildung erfolgreich gelingen kann. Charmant ist hierbei die Facette, dass die oftmals

sehr engagierten Teilnehmer eines Seniorenstudiums an den Universitäten hier offensichtlich begeistert das Projekt unterstützt haben. Wannemüller et al. (in diesem Heft) stellen ein komplexes, aufwendiges Ausbildungskonzept vor, das sowohl den Erwachsenen- als auch den Kinder- und Jugendlichen-Bereich sowie die Übung ohne und mit Patientinnen und Patienten integriert. In dem Beitrag von Wilhelm et al. (in diesem Heft) werden verschiedene Formate für Ausbildungsveranstaltungen vorgestellt, mit denen bereits Erfahrungen vorliegen und die sicherstellen, dass alle Teilnehmenden entsprechende Handlungskompetenzen für Psychotherapie entwickeln und dabei auch Aspekte der Selbstreflexion nicht zu kurz kommen. Interessant ist, dass diese stark übungsorientierten Ausbildungskonzepte zwischenzeitlich auch in der psychodynamischen Ausbildung zunehmend eine Rolle spielen, so dass wir hier entsprechende innovative Konzepte einbezogen haben (Ehrenthal et al., in diesem Heft). Dies ist besonders bemerkenswert, da in der psychodynamischen Ausbildung bislang einsichtsorientierte Lehrkonzepte ganz im Vordergrund standen, während übungsorientierte Qualifizierungsansätze kaum eine Rolle spielten. Last but not least wird in der Arbeit von Glombiewski et al. (in diesem Heft) vorgestellt, wie schließlich die praktische Arbeit an Patientinnen und Patienten im Rahmen von Fallseminaren in den Ausbildungsprozess integriert werden kann, dabei eine enge Vernetzung von Wissenschaft und Praxis gelebt wird und den angegliederten Hochschulambulanzen für Psychotherapie eine besondere Rolle zukommt.

Die "Osnabrücker Thesen" (siehe Online Supplementary Material) beginnen mit der Aussage "die Zukunft der Psychotherapie hat begonnen." Eine im internationalen Vergleich unglaubliche Chance wurde damit in Deutschland eröffnet. Möge es gelingen, diese Chance zu nutzen.

Disclosure Statement

Der Autor war als Sprecher der Kommission "Psychologie und Psychotherapieausbildung" im Auftrag des Fakultätentags Psychologie und der DGPs in den Entwicklungsprozess des neuen Gesetzes zur Ausbildung in Psychotherapie involviert. Darüber hinaus bestehen keine Interessenskonflikte.

Literatur

- EACLIPT Task Force On "Competences of Clinical Psychologists". Competences of Clinical Psychologists. *Clin Psychol Eur*. 2019;1(2):1–9.
- Goldfried MR. Obtaining consensus in psychotherapy: what holds us back? *Am Psychol*. 2019 May-Jun;74(4):484–96.
- Goldfried MR. The Field of Psychotherapy: Over 100 Years Old and Still an Infant Science. *Clin Psychol Eur*. 2020;2(1):1–3.
- Grawe K, Donati R, Bernauer F. Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. 4th ed. Göttingen: Hogrefe Verlag; 1994.
- Interessensgruppe E-Health in der Fachgruppe Klinischen Psychologie und Psychotherapie der Deutschen Gesellschaft für Psychologie (DGPs). Empfehlungen zur Durchführung Videokonferenz-basierter Psychotherapie. In: Rundmail der Fachgruppe. March 27, 2020.
- NHS. Adult Improving Access to Psychological Therapies programme [Internet]. 2019. Available from: <https://www.england.nhs.uk/mental-health/adults/iapt/>
- Rief W, Strauß B. Integratives Störungsmodell als Grundlage der Therapieplanung. *Psychotherapeut*. 2018;63(5):401–8.
- UCL. Competence Frameworks [Internet]. 2020. Available from: <https://www.ucl.ac.uk/pals/research/clinical-educational-and-health-psychology/research-groups/core/competence-frameworks>