

Psychotherapie: Therapeuten können negative Erwartungen von Patienten ändern

Marburger Forschungsgruppe berichtet über Ergebnisse aus dem hochschulübergreifenden Sonderforschungsbereich „Treatment Expectation“

Pessimistische Erwartungen, ob eine Psychotherapie hilfreich ist, sind bei Patienten und Patientinnen nicht selten – und sie vermögen den Erfolg einer Therapie zu beeinträchtigen. Doch wie können Psychotherapeuten und Therapeutinnen diese Bedenken verändern? Dieser Fragestellung widmete sich das Forscherteam Professor Dr. Winfried Rief und Anna Seewald von der Universität Marburg. Ihre Ergebnisse wurden jetzt im Fachblatt „Clinical Psychological Science“ publiziert und in „Nature Reviews Psychology“ kommentiert.

„Wärme und Kompetenz von Therapeuten und Therapeutinnen sind entscheidend für die Veränderung negativer Therapieerwartungen“, fasst die Psychologin Anna Seewald von der Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapie der Universität Marburg das Ergebnis zusammen.

In einer Online-Studie induzierten Anna Seewald und Winfried Rief negative Erwartungen bei Studienteilnehmenden: Sie hörten einer skeptischen Patientin zu, die von einer schwachen Studienlage und geringen Effektivität der Psychotherapie bei der Bewältigung von Stress erzählte. Im nächsten Schritt sahen sich die Teilnehmenden dann ein Video an, in dem ein Therapeut einer Patientin positive Informationen über die Effektivität von Psychotherapie bei Stress vermittelte. Dabei wurde die emotionale Wärme der Kommunikation und die Ausstrahlung der Kompetenz des Therapeuten variiert.

Nach den Videos gaben die Teilnehmenden ihre Erwartung darüber ab, ob eine Psychotherapie ihnen helfen könne. Die anfänglich negative Erwartung wurde am besten verändert, wenn der Therapeut im Video hohe Kompetenz vermittelte und eine starke Wärme ausstrahlte. „Dieses Ergebnis kann Therapeuten und Therapeutinnen eine hilfreiche Verhaltensrichtlinie aufzeigen, wenn sie Patienten mit einer negativen Erwartungshaltung gegenüberreten“, erklärt Anna Seewald. Die Forschung wurde unterstützt vom Marburger Graduiertenkolleg sowie vom Sonderforschungsbereich SFB/TRR 289 „Treatment Expectation“. Weiterführende Forschung ist nach diesen spannenden neuen Erkenntnissen geplant.

Der Sonderforschungsbereich Treatment Expectation

Der überregionale, von der Deutschen Forschungsgemeinschaft geförderte Sonderforschungsbereich (SFB/Transregio 289) „Treatment Expectation“ untersucht seit dem Jahr 2020 mit einem interdisziplinären Team den Einfluss der Erwartung von PatientInnen auf die Wirksamkeit medizinischer Behandlungen. Die Forschungsansätze gestalten sich multidimensional, vielschichtig und komplex, um valide Antworten auf die entscheidende Frage zu finden: Welche Effekte haben positive und negative Erwartungen von PatientInnen auf den Erfolg einer Behandlung und das Auftreten von Nebenwirkungen?

(Presstext: Gaby Miketta für den SFB 289)

Originalpublikation: Anna Seewald & Winfried Rief: How to Change Negative Outcome Expectations in Psychotherapy? The Role of the Therapist's Warmth and Competence, Clinical Psychological Science 2022, DOI: <https://doi.org/10.1177/21677026221094331>

SFB: www.treatment-expectation.de

DCG DeutschesGesundheitsPortal

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“