KLIENTENRESSOURCEN AUS PSYCHOTHERAPEUTENSICHT

Madeleine Prochaska, Bianca Bertl, Alfried Längle, Astrid Görtz

Klienten werden in der Psychotherapieforschung immer mehr als aktiv Handelnde mit Potentialen und Ressourcen anerkannt (Bohart & Greaves Wade 2013). In der vorliegenden Studie bewerteten existenzanalytische und nicht-existenzanalytische Psychotherapeuten, Teilnehmer an einem internationalen existenzanalytischen Kongress (2013), vorgegebene Ressourcen danach, wie hilfreich sie diese im Rahmen ihrer Therapieerfahrung einschätzen. Zusätzlich sollten sie die drei hilfreichsten Ressourcen aus allen bewerteten nennen. In einer Expertengruppe (Lehrtherapeuten, Forscher) wurde zu diesem Zwecke ein Fragebogen entwickelt, der sich aus existenzanalytischen und nicht-existenzanalytischen Ressourcen zusammensetzt. In den Ergebnissen zeigt sich, dass existenzanalytische Ressourcen als signifikant hilfreicher als nicht-existenzanalytische bewertet wurden. In der Nennung der drei hilfreichsten Ressourcen wurden zudem von beiden Therapeutengruppen die existenzanalytischen Ressourcen am häufigsten angegeben. Diese Ergebnisse weisen auf Überschneidungen in den theoretischen Ressourcenkonzepten der untersuchten Therapierichtungen hin. Aufgrund des Kongresssettings sind Selektionseffekte der Stichprobe jedoch anzunehmen. In zukünftigen Studien sollte ein qualitativer Fokus gewählt werden, um differenziertere und facettenreichere Erkenntnisse in Bezug auf therapeutische Ressourcen zu ermöglichen.

SCHLÜSSELWÖRTER: empirische Studie, Existenzanalyse und Logotherapie, Klientenressourcen, Ressourcen, Therapeutenperspektive

CLIENT RESOURCES FROM THE PERSPECTIVE OF PSYCHOTHERAPISTS

The client as active agent with his potentials and resources is more and more acknowledged in psychotherapy research (Bohart & Greaves Wade 2013). In the present study existential analytical psychotherapists and psychotherapists of other theoretical orientations (participating in the International Congress of Logotherapy and Existential Analysis 2013) rated the helpfulness of predefined resources in their therapeutic work. Additionally, they were asked to choose the three most helpful resources. For this purpose, a questionnaire was developed by an expert group (instructional psychotherapists, researchers) consisting of resources containing theoretical concepts of Existential Analysis and resources not related to Existential Analysis. Results showed that existential analytical resources were rated significantly higher compared to the others. Furthermore, both groups of psychotherapists predominantly selected existential analytical resources as the three most helpful ones indicating an overlap in theoretical concepts regarding client resources. However, a sample bias that restricts this finding can be assumed due to the study setting. Future studies should imply qualitative research methods to allow for a more differentiated and diverse insight into the field of psychotherapy resources.

Keywords: Existential Analysis, Logotherapy, empirical study, resources, client resources, therapist perspective

EINLEITUNG

In der Geschichte der Psychotherapie waren pathologische Konzepte und eine Diagnostik, die vor allem Defizite des Klienten in den Fokus stellte, lange Zeit verbreitet. Zunehmend ist jedoch ein Paradigmenwechsel zu beobachten: Klienten werden in der Psychotherapieforschung immer mehr als Hauptquelle ihres Veränderungsprozesses anerkannt und ihre proaktiven und kreativen Potentiale rücken in den Fokus (Bohart & Greaves Wade 2013). In der Forschung findet das Dodo-Bird-Verdikt (Luborsky, Singer & Luborsky 1975), das proklamiert, alle Psychotherapierichtungen wären gleich wirksam, in vielen Meta-Analysen nach wie vor Bestätigung (siehe z.B. Luborsky et al. 2002). Laut Bohart & Tallman (1999) ist dies darauf zurückzuführen, dass Psychotherapie nicht wie ein Wirkstoff den Klienten als passiven Rezipienten beeinflusst, sondern dass der Klient als aktiv Handelnder selbst verschiedene psychotherapeutische Werkzeuge gleich gut nutzen kann, um zu einer Lösung seines Anliegens zu gelangen. Hierbei können verschiedene Ressourcen des Klienten im Veränderungsprozess von Nutzen sein.

Nestmann (1996) definiert Ressourcen allgemein als: „alles, was von einer bestimmten Person in einer bestimmten Situation wertgeschätzt oder als hilfreich erlebt wird“ (S. 362). Ressourcen können in der Therapie jedoch nur dann wirksam werden, wenn sie auch als solche wahrgenommen werden (Schiepek & Matschi 2013). Daher ist auch von großer Bedeutung, welche Ressourcen der Therapeut am Klienten wahrnimmt, um diese entsprechend für den Therapieprozess nutzbar zu machen. Das Ziel der Studie besteht in Folge dieser Überlegung darin, herauszufinden, welche Ressourcen Psychotherapeuten selbst an ihren Klienten als hilfreich im Psychotherapieprozess erachten und als wie hilfreich sie diese einschätzen. Außerdem soll herausgefunden werden, ob es in diesen Beurteilungen Gemeinsamkeiten zwischen existenzanalytischen Therapeuten und Therapeuten anderer Therapieschulen gibt.

METHODEN

Studienteilnehmer

Die Stichprobe setzt sich aus insgesamt 116 Kongressteilnehmern des Internationalen Kongresses der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse in Zürich im Jahre 2013 zusammen. Eine Ausbildung zum Psychotherapeuten in Logotherapie und Existenzanalyse gaben 68 Teilnehmer an (existenzanalytische Gruppe). Die restlichen 48 Teilnehmer hatten keine existenzanalytische Psychotherapieausbildung absolviert (nicht-existenzanalytische Gruppe). Die unterschiedlichen Ausbildungsrichtungen der Gesamtstichprobe sind in Tabelle 1 dargestellt, wobei Mehrfachnennungen möglich waren. Die befragten Personen waren zwischen 22

und 77 Jahre alt (MW = 53.25; SD = 10.16). Die Stichprobe besteht aus 84 weiblichen und 30 männlichen Probanden (zwei Klienten enthielten sich der Angabe).

Ausbildungsrichtung	Anzahl der Probanden
Existenzanalyse und Logotherapie	68
Tiefenpsychologie	19
Systemische Therapie	17
Verhaltenstherapie	14
Andere humanistische Therapie	9
Andere	22
Keine Angabe	6

Tab. 1: Darstellung der Ausbildungsrichtung und der jeweiligen Anzahl der Probanden (Mehrfachnennungen möglich)

Durchführung

Den Teilnehmern wurde bei Eintreten in das Kongressgebäude jeweils ein Fragebogen ausgehändigt mit der Bitte um anonyme Beantwortung und anschließende Abgabe in einer für die Fragebögen bereitstehenden Sammelbox. Die Teilnahme erfolgte freiwillig.

Instrumente

Der in der Untersuchung verwendete Ressourcenfragebogen wurde von einer Expertengruppe (unter der Leitung von A. Längle), die sich aus erfahrenen Lehrtherapeuten und Forschungsbeauftragten zusammensetzte, entwickelt. Nach eingehender Diskussion und mehrfachen Überarbeitungen der Items wurde die finale Version erstellt. Im Fragebogen wird zwischen existenzanalytischen Ressourcen des Klienten (basierend auf dem Modell der Existenziellen Grundmotivationen und der Personalen Existenzanalyse nach Längle 2000, 2008) und anderen (i.e. nicht spezifisch existenzanalytischen) Klientenressourcen – wie z.B. berufliche- und Wohnsituation, Planungs- und Organisationsfähigkeit, Humor, Kreativität – unterschieden, die in Anlehnung an die Ressourcencheckliste (Dick 2003) formuliert wurden.

Die einzelnen 29 Items (Ressourcen) waren anhand einer 5-stufigen Likertskala zu bewerten, mit Hilfe derer die Therapeuten einschätzen sollten, wie hilfreich die jeweilige Ressource für den Therapieprozess ist (0 = nicht hilfreich, 4 = sehr hilfreich). Die interne Konsistenz der existenzanalytischen und nicht-existenzanalytischen Items wurde berechnet. Für die existenzanalytischen Items ergab sich ein Cronbach's Alpha von $\alpha = .891$, Cronbachs's Alpha für die nicht-existenzanalytischen Items betrug $\alpha = .884$. Diese Werte weisen auf gute Reliabilität der beiden Skalen hin. Zusätzlich zur Einschätzung der Einzelitems sollten die Therapeuten angeben, welche drei Ressourcen ihnen aus den vorgegebenen als am hilfreichsten für den Therapieprozess erscheinen.

Statistische Auswertung

In einem ersten Schritt wurden die Mittelwerte für jedes einzelne Item der Ratingskala berechnet. Ein t-Test für gepaarte Stichproben wurde im Anschluss gewählt, um zu untersuchen, ob es in der Gesamtstichprobe und in der Stichprobe nicht-existenzanalytischer Therapeuten Unterschiede hinsichtlich der Einschätzung der Wichtigkeit von existenzanalytischen bzw. nicht-existenzanalytischen Ressourcen gab. In einem letzten Schritt wurde ermittelt, wie häufig jedes einzelne Item für eine der drei hilfreichsten Ressourcen am Ende des Fragebogens eingetragen wurde.

ERGEBNISSE

Ein t-Test für gepaarte Stichproben ergab in der Gesamtstichprobe einen signifikanten Unterschied zwischen dem Mittelwert der Ratingskala für die existenzanalytischen Items (MW = 3.359) und dem Mittelwert der nicht-existenzanalytischen Items (MW = 2.696, $t(114) = 13.511$, $p = .000$). In der nicht-existenzanalytischen Gruppe ergab der t-Test ebenfalls einen signifikanten Unterschied ($t(40) = 5.889$, $p = .000$) zwischen den existenzanalytischen Items (MW = 3.273) und den nicht-existenzanalytischen Items (MW = 2.776). Zusätzlich ergab sich auch in der existenzanalytischen Gruppe ein signifikanter Unterschied zwischen den existenzanalytischen Items (MW = 3.409) und den nicht-existenzanalytischen Items (MW = 2.681, $t(67) = 12.496$, $p = .000$).

In Tabelle 2 ist dargestellt, welche Items in der existenzanalytischen Stichprobe am häufigsten als eine der drei hilfreichsten Ressourcen genannt wurden.

Item	Anzahl der Nennungen
Wenn die PatientInnen die eigenen Gefühle und Gedanken ernst nehmen und zu ihnen stehen	25
Wenn sie offen sind für Begegnung und Dialog	17
Wenn die PatientInnen das Gefühl haben, etwas zur Veränderung ihrer Situation beitragen zu können	16
Wenn sie für das tiefe, eigene Gespür empfänglich sind	15
Wenn sie bereit sind, Gefühle zuzulassen	15
Wenn sie bereit sind, Verantwortung zu übernehmen	14

Tab. 2: Existenzanalytische Gruppe – Anzahl der Nennungen des Items als hilfreichste Ressource

In Tabelle 3 (siehe nächste Seite) ist dargestellt, welche Items in der nicht-existenzanalytischen Stichprobe am häufigsten als eine der drei hilfreichsten Ressourcen genannt wurden.

DISKUSSION

Wie aus den Ergebnissen des t-Tests abgeleitet werden kann, werden sowohl nicht-existenzanalytische als auch exi-

Item	Anzahl der Nennungen
Wenn die PatientInnen das Gefühl haben, etwas zur Veränderung ihrer Situation beitragen zu können	20
Wenn sie bereit sind, Verantwortung zu übernehmen	16
Wenn die PatientInnen die eigenen Gefühle und Gedanken ernst nehmen und zu ihnen stehen	10
Wenn sie offen sind für Begegnung und Dialog	9
Wenn sie das Problem als persönliche Herausforderung sehen, um die es jetzt in ihrem Leben gehen soll	8

Tab. 3: Nicht-existenzanalytische Gruppe – Anzahl der Nennungen des Items als hilfreichste Ressource

stenzanalytische Items von der Gesamtstichprobe als hilfreich bis sehr hilfreich eingestuft. Dies weist auf die starke Ressourcenorientierung aller Therapeuten hin.

Zwischen der Bewertung der existenzanalytischen und der nicht-existenzanalytischen Ressourcen zeigen sich jedoch signifikante Unterschiede in der Gesamtstichprobe und beiden Teilstichproben (Existenzanalytiker versus Nicht-Existenzanalytiker): Auch Nicht-Existenzanalytiker bewerten existenzanalytische Ressourcen als hilfreicher als die hier vorgelegten nicht-existenzanalytischen. Dies deutet auf Konvergenzen in den zugrundeliegenden theoretischen Ressourcenkonzepten der in die Studie einbezogenen Psychotherapierichtungen hin. Allerdings muss hierbei bedacht werden, dass auch die Teilnehmer des GLE-Kongresses, die keine existenzanalytische Ausbildung besitzen, Interesse an der existenzanalytischen Theorie und Methodik besitzen. Die Generalisierung der Ergebnisse wird daher durch das Kongresssetting und die damit einhergehende Vor-Selektion der Stichprobe eingeschränkt.

Wie aus Tabelle 2 und 3 hervorgeht, wurden sowohl von den existenzanalytischen als auch von den nicht-existenzanalytischen Therapeuten existenzanalytische Items am häufigsten als (eine von drei) hilfreichsten Ressourcen genannt. Obwohl zum Großteil dieselben Ressourcen – wenn auch in unterschiedlicher Rangfolge – in beiden Gruppen genannt wurden, zeigen sich dennoch leichte Divergenzen: Während die existenzanalytischen Therapeuten tendenziell auf den inneren Dialog und das damit verbundene Gefühlserleben fokussieren (Eindruck und Verstehen), wird von den nicht-existenzanalytischen Therapeuten stärker die Aktivität im persönlichen Möglichkeitsraum (Stellungnahme) betont.

In dieser Studie wurde der Frage nachgegangen, welche Klientenressourcen von existenzanalytischen und nicht-existenzanalytischen Therapeuten als hilfreichste Ressourcen genannt wurden und als wie hilfreich jede einzelne bewertet wurde. In zukünftigen Studien wäre ein qualitativer Fokus gewinnbringend, da Therapeuten somit die Möglichkeit hätten, aus eigener Sicht und frei von vorgegebenen theoretischen Konzepten hilfreiche Klientenressourcen zu schildern. Auch der Frage, in welcher Weise Therapeuten Ressourcen beim Klienten aktivieren, sollte nachgegangen werden, wobei auch die Klientensicht Berücksichtigung finden sollte. Die Wirkung der therapeutischen Beziehung als Ressource im Therapieprozess sollte ebenfalls bedacht werden, da diese durch existenzanalytische Klienten selbst starke Erwähnung findet (Prochaska 2014). Die vorliegende Studie und zukünftige ressourcenorientierte Studien der existenzanalytischen Forschung stehen somit im Zeichen des Paradigmenwechsels, der den Klienten mit seinen proaktiven und kreativen Potentialen anerkennt.

Literatur

Bohart A-C, Greaves Wade A (2013) The client in psychotherapy. In: Lambert M-J (Ed.), Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change (6th ed). New Jersey: John Wiley & Sons, 219–257

Bohart A-C, Tallman K (1999) How clients make therapy work: The process of active self-healing. Washington, DC: American Psychological Association

Dick A (2003) Psychotherapie und Glück: Quellen und Prozesse seelischer Gesundheit. Bern: Hans Huber

Längle A (2000) Die „Personale Existenzanalyse" (PEA) als therapeutisches Konzept. In: Längle A (Ed.), Praxis der Personalen Existenzanalyse. Wien: Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse, 9–37

Längle A (2008) Existenzanalyse. In: Längle A, Holzhey-Kunz A: Existenzanalyse und Daseinsanalyse. Wien: UTB (Facultas), 29-180

Luborsky L, Singer B, Luborsky L (1975) Comparative studies of psychotherapies: Is it true that "Everyone has won and all must have prizes"? Archives of General Psychiatry 32, 995–1008

Luborsky L, Rosenthal R, Diguer L, Andrusyna T-P, Berman J-S, Levitt J-T. Seligman D-A, Krause E-D (2002) The dodo bird verdict is alive and well – mostly. Clinical Psychology: Science and Practice 9, 2–12

Nestmann F (1996) Psychosoziale Beratung. Ein ressourcentheoretischer Entwurf. Verhaltenstherapie und psychosoziale Praxis 5, 359-376

Prochaska, M (2014) Existenzanalytische Psychotherapie aus Sicht von KlientInnen. Eine qualitative Studie. Unveröffentlichte Diplomarbeit, Fakultät für Psychologie, Universität Wien, Wien

Schiepek G, Matschi B (2013) Ressourcenerfassung im therapeutischen Prozess. Psychotherapie im Dialog 1, 56-61

Anschrift der Verfasserin:

Madeleine Prochaska
Magdalenenstraße 33/17
1060 Wien
madeleine.prochaska@existenzanalyse.org

Anschrift des Verfassers:

PD DDr. Alfried Längle
Ed. Sueß-Gasse 10
1150 Wien
alfried.laengle@existenzanalyse.org