

Hintergründe zu Rückmeldebögen Information für unsere Klient*innen (Stand März 2019)

Zu diesem Vorgehen haben uns die Arbeiten des international renommierten Psychotherapie-Forschers **Michael Lambert** ermuntert.

Unter dem Begriff "patient-focused research" (also: Patient*innen-orientierte Forschung) veröffentlicht er seit ca. 20 Jahren Arbeiten darüber, wie wichtig es ist, sich über die **Psychotherapie-Wirkung bei jede*r einzelnen Klient*in** klar zu werden - im Gegensatz zu den üblichen Forschungen über Psychotherapie-**Methoden** oder **Störungen** (= psychische Krankheiten). So hat er in unterschiedlichen Kontexten (Gesundheits-Zentren, niedergelassene Psychotherapeut*innen, Beratungsstellen für Studierende, usw.) die Klient*innen jeweils am Anfang der Sitzung ihr Befinden darstellen und am Ende der Sitzung über ihr Erleben der Sitzung Rückmeldung geben lassen.

Sein Fazit ist eindeutig: da sich in **jeder** Untersuchung herausstellte, dass die Wirksamkeit der Psychotherapie mit solchen Erhebungen deutlich höher ist als ohne diese, empfiehlt er, routinemäßig solche Bögen zu verwenden.

Noch wichtiger für unsere Arbeit sind aber die Ideen von **Scott D. Miller und Barry Duncan**, insbesondere, dass das jeweilige therapeutische Vorgehen jeweils individuell für die Klient*innen **passen** muss. Das heisst, dass es die Anliegen der Klient*innen aufnimmt und dafür stimmig ist innere und äussere Bewegung und Engagement bei den Klient*innen erzeugt ein starkes Gefühl von Zusammenarbeit in der Therapie entstehen lässt und die Klient*innen ermuntert gerade auch zu artikulieren, wenn und inwiefern die Unterstützung de*r Therapeut*n nicht passt bzw. die Interessen verfehlt.

Natürlich fragen sich alle Psychotherapeut*innen, wie sie die Therapie optimal auf die jeweiligen Klient*innen abstimmen können, da es ihre grundsätzliche berufliche Motivation ist, hilfreich zu sein.

Allerdings hat sich in wiederholten Untersuchungen herausgestellt, dass Psychotherapeut*innen in ihrer Bewertung, wie passend oder hilfreich sie handeln, immer wieder völlig neben der Wahrnehmung ihrer Klient*innen liegen. Deshalb ist es entscheidend für die Steuerung der Psychotherapie und damit für deren Wirksamkeit, dass diese Bewertung **direkt** und **regelmässig** (also z.B. nicht nur alle

fünf Sitzungen) **von Klient*innen** erhoben wird und dann **ins therapeutische Gespräch einbezogen** wird.

Dass dies nicht nur gute Ideen sind, sondern dass dies starke Auswirkungen auf die Wirksamkeit von Psychotherapie und psychologischer Beratung hat, haben inzwischen eine Reihe von Untersuchungen ergeben. Das Wertvolle an diesen Untersuchungen ist, dass diese nicht - wie in der Psychotherapie-Forschung üblich - ganz spezielle Klient*innen umfassten, die mit ganz speziellen Methoden von ganz speziell ausgewählten und ausgebildeten Psychotherapeut*innen behandelt wurden, sondern unter den Bedingungen der sogenannten Normalversorgung gemacht wurden.

Es wurden also z.B. **allen** Klient*innen, die sich bei einer bestimmten Gesundheits-Organisation ("Resources for Living") meldeten, ab einem bestimmten Zeitpunkt die Bögen gegeben, die wir auch verwenden. Und zwar von **allen** dort tätigen 75 Psychotherapeut*innen, die keine neuen Methoden lernen mussten, sondern ihr bisheriges Vorgehen nur um diese Bögen und deren Einbeziehen ins therapeutische Gespräch erweiterten. In dem Untersuchungs-Zeitraum von 1 1/2 Jahren erfuhren mehr als 6.400 Ratsuchende auf diese Weise Hilfe. Die **Wirksamkeit dieser Hilfe mit den Bögen war um 65% höher** als die Wirksamkeit vor dem Verwenden der Bögen (S.D.Miller, B.L.Duncan, R.Sorrell, G.S. Brown & M.B.Chalk: Using Formal Client Feedback to Improve Retention and Outcome, Journal of Brief Therapy, 2006, S.5 – 22)!

Auch bei einer 2009 veröffentlichten norwegischen Untersuchung über **Paartherapie** wurde dies Prinzip beibehalten: alle Psychotherapeut*innen einer Familienberatungsstelle (wie die Pro Familia) machten mit (10 Psychotherapeut*innen, unterschiedliche methodische Ausrichtungen), alle Klient*innen ab einem bestimmten Zeitpunkt wurden einbezogen (insgesamt 205 Paare; s. Anmerkung unten), die Therapeut*innen blieben bei ihrem bisherigen methodischen Vorgehen.

Dies führte zu folgenden Ergebnissen: Den Klient*innen ging es am Ende der Paartherapie in der Feedback-Bedingung (also mit Bögen) **deutlich besser** als in der Nicht-Feedback-Bedingung (=ohne Bögen) und dieser Unterschied ließ sich im gleichen Maße auch ein halbes Jahr nach Ende der Therapie feststellen.

Die (zusammengebliebenen) Paare waren mit ihrer Partnerschaft in der Feedback-Bedingung **deutlich zufriedener** als in der Nicht-Feedback-Bedingung.

Diese Untersuchung erfasste noch einen besonderen Aspekt: Jede*r Therapeut*in sah bei jedem zweiten Paar deren jeweilige Bögen nicht (sondern nur die Untersucher*innen). Die Wirksamkeit dieser Paartherapien unterschied sich nicht von der Wirksamkeit der Paartherapien vor Untersuchungs-Beginn.

Also : Nur wenn die Perspektive der Klient*innen den Psychotherapeut*innen oder den Berater*innen kontinuierlich zugänglich ist, erreichen diese die höhere Therapiewirksamkeit! (M. Anker, B. Duncan, & J. Sparks (2009): The effect of feedback on outcome in marital therapy. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 77(4), 693-704).

Vor diesem Hintergrund hat Michael Lambert bereits 2010 ein klares Fazit gezogen (das in allen späteren Untersuchungen bestätigt wurde): **"Psychotherapeut*innen sollten Feedback-Systeme regelmäßig verwenden!"** Die dadurch erreichten Wirksamkeitsverbesserungen von Psychotherapien übertreffen die Unterschiede zwischen verschiedenen Verfahren um ein Mehrfaches! (M.Lambert: "Yes, it is time for clinicians to routinely monitor treatment outcome". B.L. Duncan, S.D. Miller, B.E. Wampold, M.A. Hubble: The heart and soul of change. Delivering what works in therapy. 2.Auflage Washington: American Psychological Association, 2010, S.239 - 260)

Anmerkung: Ausgeschlossen von der Untersuchung wurden nur die Paare, bei denen einer oder beide zur Trennung entschlossen waren oder ein*e Partner*in nicht an der Therapie teilnehmen wollte.