

Placebo und Psychotherapie

Prof. Dr. Jens Gaab, Uni Basel , PRISM-Salon vom 7. März 2016

Am letzten PRISM-Salon referierte Jens Gaab, Professor für klinische Psychologie an der Universität Basel zum faszinierenden und sehr anspruchsvollen Thema „Placebo und Psychotherapie“.

Der Begriff „Placebo“ ist uns aus der Medikamentenforschung bekannt: Auch ein Antidepressivum, oder ein Schmerzmittel ohne Wirkstoff zeigt eine erstaunlich gute Wirkung, teilweise nur unwesentlich schlechter als eine Tablette mit dem Wirkstoff. Offenbar wirkt nicht nur die eigentliche Substanz – das Verum – sondern auch der begleitende Sinnkontext (die Tablette, der Akt der Verschreibung, die Erwartung der Wirkung) – das Placebo.

Bei Psychotherapie ist die Situation komplexer, weil das eigentliche der Behandlung nicht eine Methode, sondern viel mehr die vertrauensvolle Beziehung zum Therapeuten ist. Die Forschung zeigt eindrücklich, dass die Wirkeffekten durch die unterschiedlichen Psychotherapie-Methoden wie Verhaltenstherapie, oder Tiefenpsychologie im Vergleich zu den sog. „unspezifischen“ Effekten der Beziehung unbedeutend sind. Bedeutet dies, dass Psychotherapie eine „Placebo-Therapie“ ist? Oder – dass das eigentliche („Verum“) der Psychotherapie das Unspezifische ist? Interessant ist der Umstand, dass die Vorhersage der Wirkung eine Psychotherapie von drei subjektiven Einschätzungen des Patienten gemacht werden kann: Schätzt der Patient 1. Die therapeutische Beziehung, 2. Die Expertise des Therapeuten und 3. Die Plausibilität der Therapie hoch ein sind die Effekte hoch.

Die anspruchsvollen Ausführungen von Jens Gaab lösten eine angeregte und inspirierende Diskussion über die Wege therapeutischer Heilung und die Bedeutung von Werten wie Transparenz und Autonomie aus.

Prof. Stefan Büchi