Angst- und Zwangserkrankungen: Patienten in der freien Wahl des Therapieverfahrens stärken!
Selbsthilfeinitiative kritisiert wissenschaftliche Festlegung auf verhaltenstherapeutische Ansätze

Der 37-jährige Gruppenleiter vom Bodensee ist seit 25 ebenfalls erkrankt und kritisiert die immer offensichtlicher werdende Tendenz, wonach Patienten mit Zwangs- und Angststörungen durch Experten und Fachgesellschaften Verhaltenstherapie als die alleinig wirksame Therapieform bei diesen psychischen Krankheiten angepriesen wird. "Ich halte es für überaus bedenklich, wenn vor allem theoretisch und praktisch-angewandte Wissenschaften auf der ausschließlichen Basis von konzeptionellen Kosten-Nutzen-Bewertungen eine Empfehlung für jene Lehrmeinung aussprechen, auf der die kürzeste und oberflächlichste Therapie aufbaut, welche die Gesetzlichen Krankenkassen als anerkannte Leitlinienverfahren kennen und bezahlen". Riehle verweist darauf, dass erfahrungswissenschaftliche Einschätzungen bei der Bewertung über Erfolg und Effizienz der Therapien eine deutlich untergeordnete Rolle spielen: "Ich habe in bislang über 17 Jahren Selbsthilfearbeit genügend Betroffene kennengelernt, die explizit unterstrichen haben, mit der (kognitiven) Verhaltenstherapie nicht vorangekommen zu sein. Es ist daher Augenwischerei, wenn man behaupten würde, diese Therapievariante wäre nachgewiesenermaßen die einzig hilfreiche. Dieser Absolutheitsanspruch der verhaltenstherapeutischen Interessenvertretung muss kritisch hinterfragt und mit Beispielen aus der Praxis konfrontiert werden".

Nach Einschätzung von Riehle setze man vor allem aus wirtschaftlichen Erwägungen auf jene Therapierichtungen, die prinzipiell mit wenigen Sitzungen auskämen und zu einem schnellen Erfolg führten: "Nicht nur aus meiner Krankheitsbiografie kann ich berichten, dass gerade die expositorische Verhaltenstherapie zwar zu raschen Resultaten führen kann, aber eben nicht langfristig wirken muss. Dies hat vor allem mit dem Umstand zu tun, dass sich dieses Verfahren vornehmlich mit den Symptomen befasst und Ursachen der psychischen Erkrankung weitgehend außer Acht lässt. Wer Unkraut nur abschneidet, ohne seine Wurzeln zu entfernen, wird alsbald erleben können, wie die Probleme nachwachsen", argumentiert der Selbsthilfegruppenleiter, der mittlerweile rund 5000 Patienten durch Beratung ergänzend begleitet habe und aus deren Geschichten weiß, dass viele von ihnen mit Verhaltenstherapie zwar zügig Linderung der Zwänge und Ängste erfuhren, aber schon nach wenigen Monaten oder Jahren in die alten Muster zurückgefallen sind: "Ohne Frage, psychoanalytische Therapien, tiefenpsychologische Gesprächstherapien oder systemische Therapien sind für Betroffene weitaus anstrengender, zeitaufwändiger und verlangen mehr Offenheit ab. Denn sie suchen nach der Auslösesituation, Ursprüngen oder Persönlichkeitsmustern, die die Erkrankung aufkeimen ließen und sie aufrecht erhalten. Und da muss man manchmal eben auch bis in die Kindheit zurückgehen, das mag belastend sein. Allerdings ist die Aussicht, mit einer Bearbeitung von Gründen Zwänge und Ängste an ihrem psychodynamischen Ausgangspunkt zu packen. Um es mit einem Modewort zu beschreiben: Diese Varianten einer Psychotherapie sind nachhaltiger, weil sie nicht nur am Erscheinungsbild der Krankheit herumdoktern, sondern sie verständlich und nachvollziehbar machen. Das ist eine gute Basis, Patienten mit ihr zu versöhnen und endgültig aufzulösen", sagt Riehle abschließend.

Die Psychosoziale Beratung der Selbsthilfeinitiative ist kostenlos über www.selbsthilfe-riehle.de erreichbar.

Hinweis: Diese Pressemitteilung darf - auch auszugsweise - unter Wahrung des Sinngehalts und Erwähnung des Urhebers verwendet werden.

Pressekontakt

Selbsthilfeinitiative Zwänge, Phobien und Depressionen

Herr Dennis Riehle
Martin-Schleyer-Str. 27
78465 Konstanz

https://selbsthilfe-riehle.de
info@selbsthilfe-riehle.de

Firmenkontakt

Ehrenamtliche Presse- und Öffentlichkeitsarbeit Dennis Riehle

Herr Dennis Riehle
Martin-Schleyer-Str. 27
78465 Konstanz

https://presse-riehle.de
info@presse-riehle.de

Das Büro für ehrenamtliche Presse- und Öffentlichkeitsarbeit bietet Vereinen und Initiativen kostenlose Unterstützung in der PR. Leiter des Angebots ist Journalist Dennis Riehle, der als PR-Fachkraft und Kommunikationsberater ausgebildet ist. Er unterstützt gemeinnützige Organisationen seit 2015 in der Medienarbeit.

Anlage: Bild

Selbsthilfeinitiative
Zwänge, Phobien, Depressionen
Psychosomatische Störungen
Dissoziative Krankheiten
Psychotische Erkrankungen