

Annette Krumpholz (Charité Berlin)

Patient:innenerfahrungen in der Essstörungstherapie

Erfolg in der Therapie von Essstörungen (ESSS) wird quantitativ an biologischen Parametern und psychologischen Scores gemessen. Das sichert Spezifität. In der Praxis ist Therapie ein Prozess: dysfunktional kompensierte Emotionen müssen auf nicht selbstschädigende Weise bewältigt

werden. Diese qualitative Veränderung erfordert Mut und Überwindung. Dass man sie meistert (quantitativ: wird das Ziel erreicht?) ist genauso wichtig, wie man sie erreicht (qualitativ: wie gehe ich auf dem Weg dahin mit mir und meinen Gefühlen um?). Bisher werden ESSS überwiegend quantitativ, selten qualitativ beforscht. Dies lässt eine Wissenslücke vermuten. Es sollte deshalb untersucht werden, wie Patient:innen Therapieprozesse qualitativ erleben, mitsamt hilfreichen Umgangsstrategien und begünstigenden Umweltfaktoren.

Zuerst wurden zwei Fokusgruppen in ambulanten Beratungszentren durchgeführt. Patient:innen berichteten, welche Aspekte für sie die qualitativen Veränderungsprozesse ausmachen. Daraus wurde ein anonymer Online-Fragebogen mit 18 offenen, qualitativen Fragen und neun Fragen zu Eckdaten der ESSS und Therapie entwickelt. Es wurde über Beratungszentren und therapeutische Wohngruppen verbreitet. Eckdaten zu ESSS und Therapie wurden statistisch, offene Fragen mit thematischer Inhaltsanalyse nach Mayring ausgewertet.

Für die 50 Teilnehmer:innen einer diversen Stichprobe (Alter, Art der ESSS, Anzahl & Art der Hilfen) war ambulant fehlende Fachkompetenz (FK) das größte Problem. Die Komplexität der Symptomatik wurde unzureichend erfasst und daher ineffektiv unterbunden. Stationär war FK meist vorhanden, aber oft einseitig auf Essen und Gewicht gerichtet. Das sei zwar notwendig für nachhaltige Heilung (22% der Teilnehmer), langfristige und regelmäßige Therapie (30%), Umgang mit sich selbst und den Mitpatienten (je 26%) und vertrauensvolle therapeutische Beziehungen (30%) aber ebenso. Sowohl Symptommfreiheit von der ESSS als auch Arbeit an emotionalen Ursachen müssten Hauptaugenmerk der Therapie sein (42%).

Patient:innen zeigten ein differenziertes Bewusstsein für die Komplexität ihrer ESSS. Sowohl Kompetenz im Umgang mit Symptomatik (quantitativ erfasst), als auch qualitativ verortete Auseinandersetzung mit emotionalen Ursachen und vertrauensvolle, sichere Beziehungen – zu Therapeuten, dem Umfeld und Mitpatienten - seien für langfristige Genesung wichtig. Die Ergebnisse regen an, weiter qualitativ und am Bedarf 'on the ground' orientiert zu ESSS zu forschen.