

Exposé

Idiografische Nachzeichnung von Selbstorganisationsprozessen im Therapieverlauf bei Patient*innen mit Depression – eine qualitative Analyse von therapiebegleitenden Tagebuchdaten

Sontje Nordholt

Mit der Anerkennung der systemischen Therapie als psychotherapeutisches Richtlinienverfahren nimmt die Popularität nicht nur dieser, sondern auch der systemischen Forschung zu. Das stellt einen Gewinn für die Entwicklungsmöglichkeit der Psychotherapieforschung dar, denn die systemische Psychologie bietet mit ihrer mathematischen Verankerung in Systemtheorien wie der Synergetik ein großes Potential für eine anwendungsnahe Psychotherapieprozessforschung und fördert damit die Verzahnung von Forschung und Praxis. So ist es mithilfe der Synergetik möglich, nomothetische mit idiographischer Forschung auf einer schulenunabhängigen Metaebene zu verbinden (Schiepek, 2012). Um synergetische Forschungsergebnisse für die psychotherapeutische Praxis fruchtbar zu machen, ist es jedoch notwendig, Konzepte der Selbstorganisation für den Anwendungskontext mit Bedeutung anzureichern.

Diese Masterarbeit trägt dazu bei, psychotherapeutische Transformationsprozesse im Sinne der Selbstorganisation bei Menschen mit diagnostizierter Depression auf der individuellen Personenebene verstehbar zu machen. Dazu wurden in einem Mixed-Methods-Design quantitative und qualitative Therapieprozessdaten verknüpft.

Die Zeitreihendaten wurden mit Methoden, die aus der Synergetik abgeleitet wurden, auf Phänomene der Selbstorganisation untersucht. Diese quantitativen Methoden nehmen mit ihren Validierungsoptionen in der Mathematik der Theorie nichtlinearer dynamischer Systeme einen wichtigen Platz in der idiographischen Untersuchung von psychotherapeutischen Selbstorganisationsprozessen ein (Gelo & Salvatore, 2016). Dennoch bilden sie nicht alle Aspekte des innerpsychischen Transformationsverlaufs ab, da sie zunächst keine Aussagekraft über das Erleben der Person enthalten (Ochs, 2012). Deshalb ist eine zusätzliche qualitative Betrachtung dieser Prozesse unabdingbar. Sie bringt das Forschungsfeld dem Anspruch näher, den Menschen ganzheitlich wahrzunehmen. Die qualitative Perspektive beleuchtet einen toten Winkel der quantitativen Betrachtung, indem sie den Effekt von Selbstorganisationsprozessen auf der subjektiven Erlebensebene abbildbar macht (Ochs, 2012). So wurden in dieser Arbeit parallel erhobene Tagebuchdaten unter heuristischem Einbezug synergetischer Konzepte ausgewertet und Indikatoren für Transformation im Sinne der Selbstorganisation darin identifiziert. Mit der Grounded Theory Methodologie wurde dazu eine Methodologie genutzt, die durch ihr zirkulär-iteratives Vorgehen zur Ordnungsbildung oder Sinngebung und der Möglichkeit zur Integration unterschiedlicher Perspektiven erkenntnistheoretisch sehr gut mit der Synergetik einhergeht.

Die Gegenüberstellung der quantitativen und qualitativen Ergebnisse förderte nicht nur die Entwicklung eines differenzierteren Verständnisses synergetischer Konzepte und Methoden in der Psychotherapieforschung. Mit der Ergänzung der quantitativen Forschung durch die Perspektive des subjektiven Erlebens, wurden darüber hinaus synergetische Konzepte mit Inhalt angereichert und so für den psychotherapeutischen Praxiskontext nutzbar gemacht. Somit dienen die Ergebnisse dieser Arbeit als Nährboden für die Nutzung der Synergetik und der abgeleiteten quantitativen Methoden im Anwendungsfeld der Psychotherapie.

Literatur

Gelo, O. C. G. & Salvatore, S. (2016). A dynamic systems approach to psychotherapy: A meta-theoretical framework for explaining psychotherapy change processes. *Journal of Counseling Psychology*, 63(4), 379–395.

Ochs, M. (2012). Systemisch forschen per Methodenvielfalt - konzeptuelle Überlegungen und Anwendungsbeispiele. In M. Ochs & J. Schweitzer (Hrsg.), *Handbuch Forschung für Systemiker* (S. 396–420). Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH.

Schiepek, G. (2012). Systemische Forschung - ein Methodenüberblick. In M. Ochs & J. Schweitzer (Hrsg.), *Handbuch Forschung für Systemiker* (S. 33–69). Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH.

Zusammenfassung

Theoretischer Hintergrund: Psychotherapieverläufe sind individuell und im psychotherapeutischen Praxiskontext ist vor allem der intraindividuelle Vergleich relevant. Daher eignen sich idiographische Forschungsansätze in der Psychotherapieprozessforschung, um die Übertragbarkeit von wissenschaftlichen Erkenntnissen auf den psychotherapeutischen Praxiskontext zu ermöglichen. Eine vielversprechende Forschungslinie in der idiographischen Psychotherapieprozessforschung ist die quantitative Auswertung von Zeitreihendaten unter dem Paradigma der Selbstorganisation. Zur Beschreibung von Selbstorganisationsprozessen in der Psychotherapieforschung hat sich die Systemtheorie der Synergetik etabliert. Jedoch bedarf es einer Kombination der quantitativen Methoden mit der subjektiven Erlebensebene, um eine ganzheitliche Betrachtungsweise zu ermöglichen.

Fragestellung: Ziel dieser Arbeit war es, psychotherapeutische Transformationsprozesse von Patient*innen mit Depression vor dem Hintergrund des synergetischen Modells auf der subjektiven Erlebensebene nachzuzeichnen und mit quantitativen Ergebnissen auf individueller Ebene in Beziehung zu setzen.

Methode: Es wurden Tagebucheinträge und Zeitreihendaten von fünf Patient*innen mit Depression in einem Mixed-Methods-Design erhoben und ausgewertet. Die Daten wurden therapiebegleitend täglich mit dem synergetischen Navigationssystem erhoben. Aus dem Tagebuchmaterial wurden im Rahmen der Grounded Theory Methodologie Indikatoren für Transformation extrahiert und auf der Individualebene den Zeitreihenanalysen (dynamische Komplexität und Change Point Analyse) gegenübergestellt.

Ergebnisse: Im qualitativen Datenmaterial konnten Indikatoren für Transformation identifiziert werden. Die sogenannten Phasen sind inhaltsunabhängig und haben einen operationalen Charakter. Die fünf extrahierten Phasen lauten *Stabilität eines Problemattraktors wahrnehmen, Verbesserung im Erleben und Verhalten bemerken, Perspektiverweiterung, kritische Instabilität* und *Kairos bemerken*. Durch die Integration mit synergetischen Konzepten ermöglichen sie die Differenzierung von innerpsychischen Phänomenen der Transformation aus Perspektive der Selbstorganisation. Die Kombination der Zeitreihenanalysen mit der subjektiven Erlebensebene ermöglichte die inhaltliche Anreicherung der wertneutralen synergetischen Konzepte in der Psychotherapie, zeigte aber auch ein facettenreicheres, differenzierteres Bild der individuellen Transformationsprozesse.

Schlussfolgerungen: Die Ergebnisse zeigen das Potential von Mixed-Methods-Psychotherapieprozessforschung aus der Perspektive der Selbstorganisation. Die Verknüpfung der abstrakten Konzepte der Selbstorganisation mit dem subjektiven Erleben macht diese Masterarbeit insbesondere für den psychotherapeutischen Praxiskontext nutzbar.

Schlagwörter: Psychotherapieprozessforschung, Selbstorganisation, Synergetik, Mixed-Methods-Design, Real-Time-Monitoring