

## Kognitiv-behaviorale Therapie Wirksamkeitsnachweis bei vielen Störungen

**K**ognitive Verhaltenstherapie wird mittlerweile bei einer Vielzahl psychischer Erkrankungen eingesetzt. Ein US-amerikanisches Forscherteam um den Psychologieprofessor Aaron T. Beck befasste sich jetzt mit der Wirksamkeit der kognitiven Verhaltenstherapie bei verschiedenen psychischen Störungen. Sie wählten dazu 16 Metaanalysen aus, die zwischen 1967 und 2004 veröffentlicht worden waren, und verglichen die Effektstärken. Kognitive Verhaltenstherapie erwies sich als hoch wirksam bei der Behandlung von Depressionen, generalisierter Angststörung, Panikstörung mit und ohne Agoraphobie, sozialer Phobie, PTBS bei Erwachsenen sowie bei kindlichen Depressionen und Angststörungen. Eine mittlere Wirksamkeit zeigte sich bei der Therapie von Beziehungs-

problemen, Ärger und chronischen Schmerzen bei Erwachsenen sowie bei somatischen Erkrankungen bei Kindern. Die Forscher verglichen die Wirksamkeit der kognitiven Verhaltenstherapie auch mit anderen Verfahren. Die kognitive Verhaltenstherapie erwies sich dabei als gleich effektiv wie die Verhaltenstherapie, wenn es um die Behandlung von Depressionen und Zwangsstörungen bei Erwachsenen ging. Bei der Behandlung von Depressionen bei Erwachsenen war die kognitive Verhaltenstherapie einer pharmakologischen Behandlung mit Antidepressiva geringfügig überlegen. Außerdem gab es Hinweise auf eine hohe Wirksamkeit der kognitiven Verhaltenstherapie bei Mager-sucht und Schizophrenie. **ms**

Butler A, Chapman J, Forman E, Beck A: The empirical status of cognitive-behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Clinical Psychology Review* 2006; 1: 17-31.

Andrew C. Butler, University of Pennsylvania and the Beck Institute for Cognitive Therapy and Research, (USA), E-Mail: drandybutler@yahoo.com