

Konzept und Evaluation der Naturtherapie in der stationären psychosomatischen Behandlung

Thilo Hinterberger¹ und Frank Rihm²

1 Forschungsbereich Angewandte Bewusstseinswissenschaften, Abteilung für Psychosomatische Medizin, Universitätsklinikum Regensburg, Regensburg

2 Heiligenfeld Kliniken, Bad Kissingen

Konzeptentwicklung und Beschreibung: Zur Ergänzung eines multimodalen Behandlungskonzeptes in den psychosomatischen Heiligenfeld Kliniken wurden zwei Gruppenangebote entwickelt, welche die Therapie in und mit der Natur ermöglichen. Das Angebot „Heilraum Natur“ dient Patient*innen, die im Sinne der Operationalisierten Psychodynamik ein eher mäßiges bis desintegriertes Integrationsniveau aufweisen. Hier steht die Bildung neuer Ich-Strukturen unter Zuhilfenahme der Natur als Ressource im Mittelpunkt des therapeutischen Geschehens. Das Angebot „Natur als Spiegel“ wendet sich hingegen an Patient*innen mit mäßigem bis gutem Integrationsniveau. Hier liegt der therapeutische Schwerpunkt auf der Konfrontation mit biographischen Themen im Zusammenhang mit Natur. Entsprechend werden innerpsychische Konflikte aktiviert, mobilisiert und therapeutisch aufgegriffen.

Die Gruppenangebote finden einmal wöchentlich (jeweils 165 Minuten) statt; überwiegend in der die Kliniken umgebenden Natur, sowie im von der Klinik gestalteten „Wald für die Seele“.

Evaluation und Ergebnisse: Zur Evaluation der speziellen Wirksamkeit der Naturtherapie wurde ein Fragebogen mit 11 Items entwickelt, der bei Entlassung von 233 Patient*innen ausgefüllt wurde. Der Fragebogen wurde hinsichtlich seiner statistischen Kenngrößen validiert. Die exploratorische Faktoranalyse mündete in einem Faktor mit Cronbachs Alpha von 0.93. Die übermäßige Zustimmung zu Verbesserungen in unterschiedlichen Aspekten durch die Naturtherapie konnte mit $z = 7.29$ ($p < .001$, $n = 233$) bestätigt werden. Dies galt auch einzeln für die beiden Angebote, welche sich in ihrer Bewertung nicht signifikant unterschieden. Eine Reduktion der Itemanzahl von 11 auf 4 Items konnte bei einer Korrelation von 0.96 mit dem Gesamtwert erzielt werden.

Auch in der Gesamteinschätzung des Therapieerfolgs zeigte die Gruppe mit Naturtherapie ($N = 199$) im Vergleich zur Gesamtpatient*innenpopulation ($N = 2572$) einen größeren Anteil an psychischer Verbesserung (97 % vs. 88 %). Für die Symptombelastung nach ISR ist die Besserungsrate mit 85 % gegenüber 82 % leicht höher.

Diskussion und Schlussfolgerung: Sowohl in der Selbsteinschätzung als auch im Therapeut*innenrating zeigen die naturtherapeutischen Angebote in der stationären psychosomatischen Behandlung einen positiven Effekt auf den Behandlungserfolg. Der hierfür entwickelte Fragebogen erwies sich als ein einfaches und valides Zusatzinstrument in der Qualitätssicherung zur detaillierten Erhebung der Wirksamkeit.