

Soziale Phobien im Jugendalter

Mitteilung: Goethe-Universität Frankfurt am Main

Soziale Phobie ist einer der häufigsten psychischen Erkrankungen im Jugendalter. Bisher gibt es nur wenige gut untersuchte Therapieverfahren. Aus diesem Grund wird im Rahmen einer großangelegten multizentrischen Therapieforschungsstudie an den Universitäten Heidelberg, Göttingen, München und an der Goethe-Universität Frankfurt ein Wirksamkeitsvergleich zweier Therapieverfahren für das Jugendalter durchgeführt: Das Ziel dieser Vergleichsstudie ist es, herauszufinden, ob für bestimmte Personen mit Sozialer Phobie das eine Verfahren mehr geeignet ist als das andere. Aktuell werden für die großangelegte multizentrische Therapieforschungsstudie noch Patienten gesucht.

Menschen mit einer sozialen Phobie fürchten besonders, dass sie ein demütigendes oder peinliches Verhalten zeigen könnten. Bei einer Konfrontation mit der gefürchteten Situation erleben sie starke Angstreaktionen mit Zittern, Schwitzen und Herzklopfen. Entweder versuchen sie solche Situationen zu meiden oder durchleben sie nur unter erheblicher Belastung. Als Risikofaktoren für die Entwicklung einer sozialen Phobie zählen einerseits genetische Faktoren und Merkmale der Person (Schüchternheit, im Verhalten gehemmter). Die Umgebung spielt jedoch ebenfalls eine Rolle. Insbesondere unangenehme – oder auch traumatisierende – soziale Erfahrungen werden von jedem zweiten Betroffenen berichtet.

Untersuchungen haben gezeigt, dass Jugendliche mit diesen extremen Ängsten ein höheres Risiko dafür zeigen, die Schule früher abzubrechen oder unter ihrem Leistungsniveau zu bleiben. Weiten sich die Ängste noch auf andere Bereiche z.B. in Bezug auf das andere Geschlecht oder auch allgemein auf Gleichaltrige aus, haben die Jugendliche Schwierigkeiten, Freundschaften aufzubauen und erlernen wichtige soziale Rollen nicht. Dies führt häufig zu Einsamkeit und Isolation, was häufig zu einer Chronifizierung der Krankheit führt. Ein weiteres Problem ist das hohe Risiko, andere psychische Störungen zu entwickeln – am häufigsten im Jugendalter sind depressive Erkrankungen.

Die Behandlung im Rahmen der Therapieforschungsstudie ist als Einzeltherapie angelegt und umfasst, nach einer Phase der Eingangsdiagnostik, 25 Therapiesitzungen mit dem kognitiv-verhaltenstherapeutischen Behandlungskonzept oder dem psychodynamischen Kurzzeittherapiekonzept. In der kognitiven Verhaltenstherapie geht es darum, problematische Gedanken und Verhaltensweisen zu erkennen und aktiv Ver-

änderungen anzustreben, die es mit der Zeit wieder ermöglichen, soziale Situationen gelassener aufzusuchen. In der Theorie der psychodynamischen Psychotherapie entstehen psychische Probleme als Folge ungelöster Konflikte in der Beziehung mit wichtigen anderen Personen. Diese Konflikte sollen in der Therapie verstanden werden und der Umgang mit den sozialen Situationen und die Beziehungen zu anderen verändert werden.

In einer Pilotstudie zur kognitiven Verhaltenstherapie zeigte dieses Behandlungskonzept gute Erfolge in der Behandlung von sozialen Ängsten. Drei Monate nach der Therapie erfüllten nur noch 35% der Patienten die Diagnose einer sozialen Phobie. Insgesamt profitierten alle Patienten von der Behandlung. Die Angst vor sozialen Situationen und die Vermeidung von sozialen Interaktionen ging bei allen Teilnehmern deutlich zurück, so dass die Jugendlichen wieder in der Lage waren soziale Kontakte zu knüpfen und an sozialen Aktivitäten teilzunehmen.

*Pressemitteilung v. 14.5.2013
Dr. Dirk Frank
Marketing und Kommunikation
Goethe-Universität Frankfurt am Main
www.idw-online.de*