

Studie erforscht Therapiemöglichkeiten bei Sozialen Phobien

## Wenn Angst das Leben zur Qual macht

Von Barbara Allebrodt

**Dortmund. Erröten bei der ersten Verabredung, Schweißausbrüche vor dem Gespräch mit dem Chef - viele Menschen kennen das. Doch wenn die Ängste größer werden, droht Isolation, kann eine lebensbeeinträchtigende Angst wachsen. Im Rahmen einer Studie erforschen die LWL-Klinik Dortmund und die Ruhr-Uni Bochum neue Therapieansätze.**

Die Angst kam immer, wenn sie das Haus verlassen musste. Die Freizeit verbrachte sie zu Hause, Einkäufe wurden vom Computer aus getätigt. Dann sah die Frau ein, dass sich etwas ändern musste und wandte sich an die Experten der LWL-Klinik in Dortmund-Aplerbeck.

Das Krankheitsbild ist keine Seltenheit: „Die sozialen Phobien sind nach Alkoholkrankheit und Depressionen die am häufigsten auftretende psychosomatische Erkrankung“, sagt Ulrike Willutzki vom Zentrum für Psychotherapie der Ruhr-Uni Bochum. Gemeinsam mit Björn Nolting von der LWL-Klinik ist sie federführend für den Ruhrgebiets-Zweig der Studie, an der sich deutschlandweit fünf Zentren beteiligen.

Gearbeitet wird mit zwei Therapieformen. „Im Rahmen des tiefenpsychologischen Ansatzes betrachten wir biografische Erfahrungen der Patienten“, sagt Björn Nolting. Wurden sie in Kindheit und Jugend unterdrückt? Gibt es Gewalterfahrungen? Wie haben sich die Phobien in den Alltag eingeschlichen? „Die Betroffenen entwickeln mit der Zeit ein Vermeidungsverhalten“, erklärt Ulrike Willutzki. Menschen bleiben im Job weit hinter ihren Möglichkeiten, weil die Angst vor neuen Herausforderungen zu groß ist. „Frauen schminken sich dick, in der Hoffnung, dass man ihr Erröten nicht sieht - und merken nicht, dass

sie durch die Schminke viel mehr auffallen.“

Der zweite Behandlungsansatz ist ein verhaltenstherapeutischer. Die Patienten werden mit Angstsituationen konfrontiert, arbeiten mit Rollenspielen und Videoaufzeichnungen, bekommen „Werkzeug“ an die Hand, wie sie Situationen meistern können. Erste Erfahrungen zeigen, dass rund 70 Prozent der Patienten nach der Therapie eine deutliche Steigerung der Lebensqualität spüren. Für das kommende Jahr werden noch Patienten gesucht.

Kontakt: 0234/ 32 24 600  
www.kli.psy.ruhr-uni-bochum.de



Werkzeuge für den Alltag: Im Gespräch vermittelt Björn Nolting Strategien für den Umgang mit Sozialen Phobien. (Bild: Rottmann)

Westfälische Rundschau, 7. 12. 07

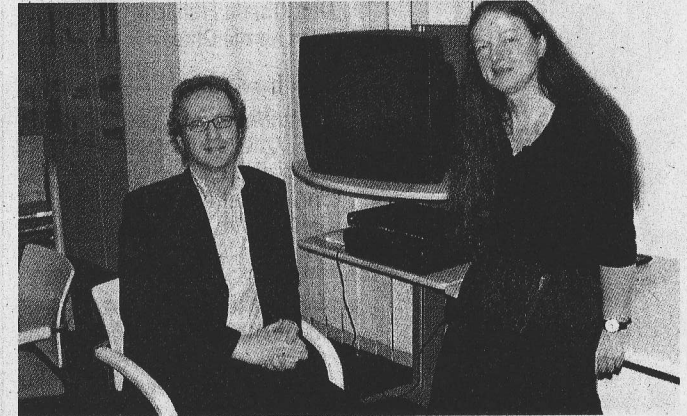
## Angst vor Menschen

Therapie von Patienten mit sozialer Phobie zeigt Erfolge

Wo hört Schüchternheit auf und fängt Krankheit an? Wann ist Lampenfieber vor Publikum, der Schweißausbruch beim Chef, das Rotwerden beim Rendezvous noch normal, und wie zeigt sich soziale Phobie, also Angst, wenn sie den Betroffenen bereits leiden lässt?

Seit April bietet die LWL-Klinik Dortmund eine Anlaufstelle für Menschen, die unter dieser Angst leiden. Die Abteilung Psychosomatische Medizin und Psychotherapie ist an die Ruhr Universität Bochum angeschlossen, deren Zentrum für Psychotherapie ebenfalls involviert ist in der sechsmonatigen, ambulanten Therapie. Sie ist Teil einer bundesweiten Studie an fünf Zentren in Deutschland, innerhalb der nachgewiesen werden soll, wie wirksam zum einen der kognitiv-verhaltenstherapeutische Ansatz (in Bochum), zum anderen der tiefenpsychologische (in Dortmund) ist.

Dr. Björn Nolting (Dortmund) und Privat-Dozentin Dr. Ulrike Willutzki (Bochum) zeigen sich beeindruckt von ersten Ergebnis-



Erste Erfolgsergebnisse stellten Dr. Björn Nolting und Dr. Ulrike Willutzki vor.  
RN-Foto Böhm-Heffels

sen. Nach Alkoholsucht und Depression ist soziale Phobie die dritthäufigste psychische Erkrankung. 15 Prozent der Menschen, so schätzen Experten, erkranken daran. In etwa 70 % der Fälle ist den Betroffenen nach einer Behandlung langfristig gut zu helfen. In der Therapie bekämen sie das Handwerkszeug mit, so Nolting und Willutzki, um sich später selbst zu helfen. Fast 60 Patienten wurden bislang behandelt.

Ein Beispiel: Eine Frau verließ das Haus nur noch, um

zur Arbeit zu gehen. Alle Einkäufe erledigte sie am Rechner. Sie war davon überzeugt, die anderen hielten sie für „komisch“. Von ihr war es schon eine Riesen-Leistung, sich überhaupt für die Studie zu melden. Inzwischen geht es ihr so gut, dass sie im Betriebsrat der Firma mitarbeitet und einen Lebenspartner gefunden hat. ■ bö

.....  
Wer sich für die Studie melden möchte, nimmt Kontakt auf über die Bochumer Telefonnummer 0234/32-24600.

Ruhrnachrichten, 7. 12. 07