

Neue Therapie soll die Angst vor der Blamage mindern

Universitätsmedizin
Teilnehmer für Studie
gesucht

Von unserer Redakteurin
Brigitte Specht

■ **Mainz.** Das Malheur passierte in der zweiten Klasse: „Du hast wieder nicht aufgepasst, ich muss mit deinen Eltern reden“, hörte er die Lehrerin sagen, als er hilflos an der Tafel vor einer komplizierten Rechenaufgabe stand. Er spürte, wie das Blut in seinen Kopf schoss, ein paar Kinder kicherten. Plötzlich lief eine warme Flüssigkeit an seinen Beinen herab, eine Pfütze breitete sich am Boden aus. Wie peinlich! Er hatte in die Hose gemacht, vor der Klasse, und er konnte sich ausmalen, dass seine Mutter keine tröstenden Worte haben würde.


So oder ähnlich fangen viele Geschichten an, die Jahre später in der Diagnose „Soziale Phobie“ münden, erklärt Dr. Jörg Wiltink, Psychologe und Mediziner an der Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie der Mainzer Universitätsmedizin. „Die unangemessen starke Angst, sich zu blamieren, nimmt ihren Anfang oft in Erlebnissen in der Kindheit, die als peinlich erlebt wurden.“ Eine spezielle manuali-

sierte tiefenpsychologisch orientierte Kurzzeit-Psychotherapie (STPP) könne Erwachsenen helfen, die Angst davor haben, im Zentrum der Aufmerksamkeit zu stehen. Für eine Studie, die das neue Verfahren mit der bewährten tiefenpsychologischen Psychotherapie vergleicht, werden noch Betroffene gesucht.

Die Angst, sich vor anderen Menschen zu blamieren, ist niemandem fremd. Wohl jeder kennt das Lampenfieber, die feuchten Hände vor einer Prüfung oder dem ersten Rendezvous. „Entscheidend ist, wie stark man sich dadurch eingeschränkt fühlt“, sagt Wiltink. Wer eine richtige soziale Phobie entwickelt hat, und das sind immerhin mindestens sieben Prozent aller Deutschen im Lauf ihres Lebens, vermeide die gefürchteten Situationen oft komplett: Vorträge, Präsentationen oder Referate hal-

ten diese Menschen einfach nicht, zu Vorstellungsgesprächen oder Prüfungsterminen erscheinen sie nicht, und zu Gesprächsrunden oder Partys gehen sie erst gar nicht hin. Oft, so Wiltink, führe ein solches Verhalten zu massiven Problemen in Studium und Beruf oder in Familie und Freundeskreis.

Die Studie soll nun untersuchen, ob und wie sich dieser Teufelskreis aus Angst und Vermeidung in gerade mal 25 Therapiestunden beim ambulanten Psychotherapeuten durchbrechen lässt. Die Chancen stehen nicht schlecht: Laut Wiltink hat die STPP für soziale Ängste bei mehr als der Hälfte der Patienten Erfolg.

 Wer an der Studie teilnehmen möchte, meldet sich unter Telefon 06131/17-29 99 oder per E-Mail an achim.knebel@unimedizin-mainz.de

Jährlich rund 2400 Patienten in der Klinik für Psychosomatik

Die Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie der Mainzer Universitätsmedizin bietet derzeit 24 Betten für die stationäre Behandlung und 18 Tagesklinikplätze. 20 Psychologen und 12 Mediziner beraten im Jahr über 2000 Patienten ambulant, und sie behandeln hier

jährlich intensiv stationär oder tagesklinisch rund 360 Patienten mit Depressionen, Angst- oder Essstörungen oder anderen psychosomatischen Beschwerden. Für Patienten mit Glückspiel- oder Internetsucht werden auch ambulante Gruppen- und Einzeltherapie durchgeführt. **bs**