

## **Abstract**

Die vorliegende Arbeit beschäftigt sich mit der Frage nach Wirksamkeitsfaktoren der Psychotherapie und der metaanalytischen Fundierung der Wirksamkeit von Psychotherapie. Es scheint unumstritten, dass Psychotherapie wirkt, die Frage wie sie wirkt, ob unspezifisch oder spezifisch, kann jedoch noch nicht eindeutig geklärt werden. Das wissenschaftliche Interesse, das die Psychotherapie als angewandte Disziplin auf sich gezogen hat, resultierte in zahllosen Studien zu deren Wirksamkeit, die spätestens seit den 1970er-Jahren systematisch zu Metaanalysen und Reviews zusammengefasst werden. Die Befundlage muss aus heutiger Sicht als uneinheitlich beurteilt werden: bis in die 2000er-Jahre hinein zeigte die Psychotherapie bei verschiedenen Störungsbildern hohe bis sehr hohe Effektstärken, neuere Analysen kommen durch verfeinerte statistische Methoden und sukzessives Korrigieren von Verzerrungen nur mehr zu geringen bis mittleren Effektstärken. Verschiedene Wirkfaktoren werden dargestellt, metaanalytische Befunde zur Wirksamkeit der Psychotherapie anhand des Störungsbildes der Depression referiert und Schlussfolgerungen für Wissenschaft und Praxis gezogen.