

Auch psychologische Placebos haben eine Wirkung

Nicht nur bei medizinischen Behandlungen treten Placeboeffekte auf: Placebos können auch dann wirken, wenn ihnen psychologische Effekte zugeschrieben werden. Dies berichten Forschende der Fakultät für Psychologie der Universität Basel im Fachblatt «Scientific Reports» aufgrund dreier Studien mit über 400 Teilnehmenden.

Psychotherapie und Placebo sind beides psychologische Interventionen, die nicht nur vergleichbare Wirkungen haben, sondern auch auf sehr ähnlichen Mechanismen beruhen: So werden beide Behandlungsformen stark von der Beziehung zwischen Behandelnden und Patientinnen und Patienten sowie der Besserungserwartung beeinflusst. Die bisherige Placeboforschung geht von einem biomedizinischen Modell aus: Einer an sich inhaltsleere Pille wird eine medizinische Bedeutung zugeschrieben, was einen entsprechenden Effekt hervorruft. Doch über die Wirkung von psychologischen Placebos war bisher nur wenig bekannt.

«Grün beruhigt»

Placebos können auch dann eine Wirkung haben, wenn man ihnen bestimmte psychologische Effekte zuschreibt, fanden die Forschenden der Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapie der Universität Basel in drei unabhängigen Experimenten mit 421 gesunden Teilnehmenden. Eine wichtige Rolle spielte bei der Abgabe der Placebos die begleitende Erklärung – das Narrativ –, aber auch die Art der Beziehung zwischen den Forschenden und den Studienteilnehmenden.

Als Placebo verwendeten die Forschenden in den Experimenten kurze [Filme](#), die vorwiegend grünfarbig gestaltet wurden. Diese Filme wurden mit oder ohne einem psychologischen Narrativ («Grün beruhigt, weil es früh geprägte emotionale Schemata aktiviert») sowie im Kontext einer neutralen oder aber einer freundlichen Beziehung präsentiert.

Nach der Betrachtung des Placebos bewerteten die Teilnehmenden bis zu mehreren Tagen ihre persönliche Befindlichkeit. Dabei zeigte sich, dass das Placebo dann eine positive Wirkung auf die Befindlichkeit hatte, wenn es zusammen mit einem psychologischen Narrativ sowie im Kontext einer freundlichen Beziehung verabreicht wurde. Die beobachtete Wirkung war nach der Verabreichung des Placebos am stärksten, aber auch noch eine Woche später nachweisbar.

Ethische Implikationen

«Die beobachteten Effekte waren dabei vergleichbar mit jenen von psychotherapeutischen Interventionen bei gleichen Populationen», sagt Studienleiter Prof. Dr. Jens Gaab. Dass auch psychologische Placebos bedeutsame Effekte haben, sei nicht nur für das Verständnis psychologischer Interventionen wichtig: «Es fordert die Forschung und auch die klinische Praxis heraus, sich mit diesen Mechanismen und Effekten sowie deren ethischen Implikationen auseinanderzusetzen.»

Weiterführende Links

- [Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapie](#)

Beteiligt an der Studie war auch das Psychologische Institut der Universität Zürich.

Originalbeitrag

Jens Gaab, Joe Kossowsky, Ulrike Ehlert, Cosima Locher

[Effects and Components of Placebos with a Psychological Treatment Rationale - Three Randomized-Controlled Studies](#)

Scientific Reports (2019), doi: 10.1038/s41598-018-37945-1