

Jungianische Psychotherapie wirkt – Neue Studie bestätigt hohe Wirksamkeit

Eine neue Studie des C. G. Jung-Instituts Stuttgart mit Beteiligung der KH Freiburg zeigt, dass die Jungianische Psychotherapie wirksam ist - und zwar ebenso bei erfahrenen Therapeut*innen wie bei Ausbildungskandidat*innen unter Supervision.

FREIBURG. Eine aktuelle Studie des C. G. Jung-Instituts Stuttgart, an der auch Prof. Dr. Christian Roesler von der Katholischen Hochschule Freiburg maßgeblich mitwirkte, zeigt eindrucksvoll, dass die Jungianische Psychotherapie (JP) wirksam ist – und zwar nicht nur bei erfahrenen Therapeut*innen, sondern auch, wenn die Behandlung von Ausbildungskandidat*innen unter Supervision durchgeführt wird.

Zwischen 2015 und 2021 wurden 104 Patient*innen ambulant behandelt. Mithilfe standardisierter Fragebögen wurden psychische Symptome, Persönlichkeitsentwicklung und Lebensqualität vor und nach der Therapie erfasst. Das Ergebnis: deutliche Verbesserungen – insbesondere bei Depressionen, Zwangsstörungen sowie in der Selbstwahrnehmung und im Umgang mit anderen Menschen. Die Effekte waren stark und vergleichbar mit denen von erfahrenen Jungianischen Analytikerinnen.

„Unsere Studie zeigt, dass die Jungianische Psychotherapie nicht nur wirkt, sondern auch hervorragend in der Ausbildung vermittelt werden kann“, erklärt Prof. Dr. Christian Roesler von der Katholischen Hochschule Freiburg, der die Studie mitbetreut hat.

Einzig bei Essstörungen blieben die Erfolge aus. Die Forschenden empfehlen hier weitere interdisziplinäre Ansätze und vertiefte Studien.

Die Bedeutung der Ergebnisse ist hoch: Nur mit wissenschaftlichen Nachweisen können tiefenpsychologische Verfahren wie die JP weiterhin von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannt und finanziert werden. Das Jung-Institut Stuttgart hat dazu über mehrere Jahre Therapieverläufe systematisch dokumentiert – ein wichtiger Schritt für die Anerkennung der Methode im deutschen Gesundheitssystem.

Besonders spannend: Die Behandlungserfolge der angehenden Therapeut*innen sind ähnlich gut wie die der erfahrenen Profis. Das unterstreicht die Qualität der Ausbildung und die Wirksamkeit der spezifischen Jungianischen Techniken wie Traumdeutung, Symbolarbeit und Aktive Imagination.

Die Untersuchung ist Teil eines größeren Forschungsprojekts, das auf eine umfassende wissenschaftliche Absicherung der Jungianischen Psychotherapie abzielt. Dafür wurde ein standardisiertes Erhebungssystem entwickelt, das an mehreren Ausbildungsinstituten in Deutschland zum Einsatz kommt.

Fazit: Die Studie bestätigt die Jungianische Psychotherapie als wirksame Behandlungsmethode – auch unter realen Bedingungen in der Ausbildung. Die Ergebnisse stärken den Ruf der Methode und legen wichtige Grundlagen für künftige Forschung zu Langzeiteffekten und spezifischen Krankheitsbildern.

Katholische Hochschule Freiburg

Die Katholische Hochschule Freiburg ist Baden-Württembergs größte Hochschule im Bereich Sozial- und Gesundheitswesen. An der staatlich anerkannten Hochschule studieren derzeit 1.900 Studierende aus Deutschland und dem benachbarten Ausland. Das Studienangebot umfasst neben Sozialer Arbeit und Heilpädagogik auch ein breites Weiterbildungsangebot, darunter Kunsttherapie, Psychodrama und Mediation. Die Hochschule entstand 1971 aus Vorgängereinrichtungen, deren älteste bereits 1911 gegründet wurde.

Originalpublikation:

<https://www.cgjung-stuttgart.de/public/uploads///Effectiveness-of-Jungian-psycho...>