

Client reported prevalence of repressed memory recovery in psychotherapy: a representative U.K. sample

Patihis, L. (2026), *Memory*, 32(2), 176–196.
<https://doi.org/10.1080/09658211.2026.2714175>



Wiedergewonnene Erinnerungen in der Psychotherapie: Eine repräsentative britische Stichprobe

Deutschsprachige Zusammenfassung (FMD/Claude)

Worum es geht

Wie oft kommt es heute noch vor, dass Menschen in einer Psychotherapie plötzlich „Erinnerungen“ an Kindesmissbrauch entwickeln, von dem sie vorher nichts wussten? Dieser Frage geht der Psychologe Lawrence Patihis von der University of Portsmouth in einer neuen Studie nach, die im August 2026 in der Fachzeitschrift *Memory* erschienen ist. Die Studie ist die erste repräsentative Klientenbefragung für Großbritannien und ergänzt die Daten aus den USA und Frankreich. Bisher hat man sich dem Thema vor allem über Befragungen von Therapeuten genähert.

Diese zeigen seit Jahrzehnten, in Großbritannien wie in den USA, Norwegen, Italien oder Deutschland (wie in der Therapeutenbefragung von Schemmel, Datschewski-Verch und Volbert (2024), auf die Patihis ausdrücklich verweist), dass ein großer Teil der Praktiker an verdrängte Erinnerungen glaubt. Wie häufig Klientinnen und Klienten tatsächlich mit solchen Erinnerungen aus der Therapie kommen, lässt sich daraus aber kaum ablesen – zumal Therapeuten, die gezielt nach Verdrängtem suchen, an solchen Umfragen eher nicht teilnehmen oder sich zurückhaltend äußern. Patihis wählt deshalb den umgekehrten Weg: Er fragt die Bevölkerung selbst, also auch alle, die schon einmal in Therapie waren.

Das Vorgehen übernimmt er aus einer US-Studie, die er 2019 mit Mark Pendergrast veröffentlicht hat. Neu sind zwei Ergänzungen. Zum einen wollte er wissen, wer das Thema Verdrängung in der Therapie zuerst aufgebracht hat – der Therapeut oder der Klient. Zum anderen fragte er bei allen, die von wiedergewonnenen Erinnerungen berichteten, genauer nach: Hatten sie vorher wirklich keinen Zugang zu dieser Erinnerung, und wussten sie tatsächlich nicht, dass sie missbraucht worden waren? So lässt sich eine strengere Gruppe abgrenzen, die der klassischen Vorstellung von Verdrängung am nächsten kommt.

Wie die Studie angelegt ist

Befragt wurden zwischen Juni und November 2024 über die Online-Plattform Prolific 1.507 Erwachsene, deren Zusammensetzung nach Alter, Geschlecht und ethnischer Herkunft dem britischen Zensus entspricht. Damit sich nicht gezielt Menschen meldeten, die sich für das Thema interessieren oder selbst betroffen sind, lief die Umfrage unter dem neutralen Titel „Life Experiences Prevalence Survey“. Wer die Fragen nur überflog oder eine eingebaute Aufmerksamkeitskontrolle nicht bestand, wurde aus der Auswertung ausgeschlossen. Es handelt sich um eine einmalige Befragung mit Selbstauskünften – sie zeigt also Zusammenhänge, aber keine Ursachen.

Was herausgekommen ist

Gut 40 Prozent der Befragten waren schon einmal in Therapie oder Beratung. Von ihnen gaben 12 Prozent an, ihr Therapeut habe irgendwann die Möglichkeit angesprochen, sie könnten als Kind missbraucht worden sein und die Erinnerung daran verdrängt haben. In den USA lag dieser Wert 2019 noch bei 20 Prozent. In der Hälfte der britischen Fälle war es nach Angabe der Befragten der Therapeut, der das Thema als Erster ins Spiel brachte. Auf die Bevölkerung hochgerechnet wären das rund 1,3 Millionen Menschen.

Knapp 9 Prozent der Therapieklintinnen – das entspricht 3,6 Prozent aller Befragten – berichteten, sich im Lauf der Therapie an Missbrauch erinnert zu haben, an den sie vorher keine Erinnerung hatten. Das liegt in einer ähnlichen Größenordnung wie in den USA (11 Prozent) und Frankreich (6 Prozent). Legt man das strenge Kriterium an – die Erinnerung war vorher nicht zugänglich und der Missbrauch unbekannt –, bleiben 2,3 Prozent der Therapieklintinnen oder 0,9 Prozent aller Befragten. Hochgerechnet sind das immer noch etwa eine halbe Million Menschen in Großbritannien.

Auffällig ist, wie oft die wiedergewonnenen Erinnerungen mit weiteren dramatischen Entwicklungen einhergehen. Etwa jeder Siebte (15 Prozent) aus dieser Gruppe kam anschließend zu der Überzeugung, an einer Dissoziativen Identitätsstörung zu leiden – fast genauso viele wie in den USA (13 Prozent). Und 41 Prozent brachen wegen der neuen Erinnerungen den Kontakt zu Familienmitgliedern ab; bei 17 Prozent besteht der Bruch bis heute.

Inhaltlich ging es dabei keineswegs nur um sexuellen Missbrauch. Am häufigsten nannten die Befragten emotionalen Missbrauch (72 Prozent), gefolgt von körperlicher Gewalt (52 Prozent), Vernachlässigung (41 Prozent) und erst dann sexuellem Missbrauch (33 Prozent). Satanisch-rituellen Missbrauch berichtete niemand für sich selbst; er tauchte nur vereinzelt in Erzählungen über Angehörige oder Bekannte auf.

Patihis gibt zu bedenken, dass hinter solchen Berichten Unterschiedliches stecken kann: zutreffende Erinnerungen, nachträgliche Umdeutungen früherer Beziehungen und Konflikte – gerade bei emotionalem Missbrauch oder Vernachlässigung – und echte falsche Erinnerungen.

Bei den Therapieformen waren die Fallzahlen oft sehr klein, sodass die Werte nur als Tendenz zu lesen sind. Die höchsten Raten zeigten Primärtherapie, Internal Family Systems (IFS) und psychodynamische Therapie, mit jeweils über 30 Prozent. Mittlere Werte zwischen 14 und 25 Prozent fanden sich bei christlich orientierter Therapie, Selbsthilfegruppen für Betroffene, Paarberatung, Verhaltenstherapie, emotionsfokussierter Therapie und EMDR. Selbst bei kognitiver Verhaltenstherapie berichteten noch 7 Prozent von wiedergewonnenen Erinnerungen. Patihis schließt daraus, dass manche Therapeuten offenbar von den Protokollen ihres eigenen Verfahrens abweichen – denn weder EMDR noch KVT sehen die Suche nach unzugänglichen Erinnerungen vor.

Bemerkenswert ist auch der Blick auf die Zeitachse. Anders als in den USA gab es in Großbritannien keinen deutlichen Gipfel in den 1990er Jahren, der Zeit der „Memory Wars“. Dafür liegen die Raten seit Mitte der 2000er Jahre stabil zwischen 8 und 12 Prozent der Therapieklintinnen – und auch bei Therapien, die in den 2020er Jahren begonnen wurden, sind es noch 8,3 Prozent. Von einem Rückgang kann also keine Rede sein, trotz aller Aufklärung über die Fehleranfälligkeit des Gedächtnisses.

Wird in der Therapie über Verdrängung gesprochen – und besonders, wenn der Therapeut das Thema aufbringt –, steigt die Wahrscheinlichkeit wiedergewonnener Erinnerungen und familiärer Brüche deutlich, und die Raten gehen über die Jahre nicht zurück.

Was die Studie nachweist, sind allerdings Zusammenhänge – nicht nachgewiesene Ursachen. ´

Was das Risiko erhöht

Der Glaube an verdrängte Erinnerungen ist in der britischen Bevölkerung weit verbreitet: 77 Prozent glauben oder glaubten, dass traumatische Erinnerungen vollständig unbewusst verdrängt werden können, und gut die Hälfte (53 Prozent), dass man sie in einer Therapie zutreffend wiederfinden kann. Wer Letzteres glaubt oder einmal geglaubt hat, berichtete fast dreimal so häufig von wiedergewonnenen Erinnerungen wie andere.

Den stärksten Zusammenhang fand Patihis jedoch mit dem Verlauf der Therapie selbst. Wurde dort über die Möglichkeit verdrängten Missbrauchs gesprochen, berichteten 42 Prozent anschließend von wiedergewonnenen Erinnerungen – ohne ein solches Gespräch waren es nur 4,3 Prozent, also rund ein Zehntel. In den USA war der Unterschied sogar noch größer (Faktor 20). Auch ein Kontaktabbruch zur Familie war nach solchen Gesprächen zweieinhalbmal so häufig.

Die neue Frage, wer das Thema zuerst aufbrachte, liefert ein differenziertes Bild. Für wiedergewonnene Erinnerungen insgesamt spielte es keine Rolle, ob Therapeut oder Klient den Anstoß gab, in beiden Fällen berichteten 46 Prozent von solchen Erinnerungen. Betrachtet man aber nur die strenge Gruppe – Erinnerungen, die vorher nachweislich unzugänglich und unbekannt waren –, zeigt sich ein klarer Unterschied: Hatte der Therapeut das Thema eingebracht, traf dies auf 19 Prozent zu; hatte der Klient es selbst angesprochen, auf niemanden. Gerade die „klassischen“ Fälle verdrängter Erinnerungen entstehen also offenbar vor allem dann, wenn die Idee vom Therapeuten kommt.

Was der Autor daraus folgert

Für Patihis ist die Bilanz eindeutig: Praktiken, die auf das Wiederfinden verdrängter Erinnerungen zielen, sind in der britischen Psychotherapie gegenwärtige Realität und folgen ähnlichen Mustern wie in den USA und Frankreich. Die Probleme, die in den „Memory Wars“ der 1990er Jahre aufgeworfen wurden, haben sich weder durch Zeit noch durch wechselnde therapeutische Moden erledigt. Er empfiehlt deshalb, dass Therapeutinnen und Therapeuten die Möglichkeit verdrängten Missbrauchs nicht von sich aus ins Gespräch bringen und auf suggestive Techniken verzichten. Zur informierten Einwilligung vor Therapiebeginn sollte eine klare Aufklärung darüber gehören, dass Erinnerungen rekonstruiert werden und fehleranfällig sind – und zwar auch dann, wenn die Klienten selbst mit dem Wunsch kommen, verdrängte Erinnerungen zu finden. Die britischen Berufs- und Aufsichtsorganisationen (British Psychological Society, UK Council for Psychotherapy, Health and Care Professions Council) fordert er auf, ihre Leitlinien entsprechend zu verschärfen.

Wo die Grenzen der Studie liegen

Patihis benennt die Schwächen seiner Studie offen. Alle Angaben beruhen auf rückblickenden Selbstauskünften, die selbst Erinnerungsverzerrungen unterliegen können. Weil es sich um eine einmalige Befragung handelt, lässt sich nicht sagen, ob die Gespräche über Verdrängung die Erinnerungen verursacht haben oder ob Menschen mit bestimmten Überzeugungen eher solche Therapien suchen und solche Gespräche anstoßen. Die Stichprobe wurde online gewonnen, und die Therapieform haben die Befragten selbst angegeben – nicht jeder weiß genau, nach welchem Verfahren er behandelt wurde. Vor allem aber sind manche Untergruppen sehr klein, bei einzelnen Therapieformen steht hinter einem Prozentwert manchmal nur ein einziger Fall.

Umgekehrt hält Patihis es für möglich, dass die Zahlen das Phänomen eher unterschätzen: Wer eine Suggestion des Therapeuten zurückgewiesen hat, erinnert sich später vielleicht nicht mehr daran, und viele Therapeuten dürften indirekter vorgehen, ohne ausdrücklich von „verdrängten Erinnerungen“ zu sprechen.