Positionspapier:
Keine Erinnerungssuche in der Psychotherapie
False Memory Deutschland e.V., Dezember 2026

Die Exploration von traumatischen Erfahrungen ist Teil einer psychiatrisch-psychotherapeutischen Anamnese. Psychopathologische Symptome sind kein Nachweis traumatischer Ereignisse in der Biographie der Patientinnen und Patienten. Mit suggestiven Methoden nach Ereignissen zu suchen, an die sich Patientinnen und Patienten nicht erinnern, ist kontraindiziert.

Diese Regel steht heute nur verstreut und unverbindlich in Fachtexten. Ausgerechnet dort, wo häufig ein verborgenes Trauma als Ursache vermutet wird, fehlt sie: in den Leitlinien zu Depression, Essstörungen oder Borderline-Persönlichkeitsstörung.

False Memory Deutschland e.V. fordert, sie ausdrücklich und verbindlich festzuschreiben.

Anlass

Das Bundesministerium der Justiz hat im August 2024 die *Praxishinweise zum Verhältnis von Psychotherapie und Strafverfahren* veröffentlicht. Darin heißt es, eine Psychotherapie, die auf das Aufdecken bis dahin nicht zugänglicher Erinnerungen abzielt, entspreche nicht den psychotherapeutischen Leitlinien. Welche Leitlinien das sind, sagen die Praxishinweise nicht.

Im Februar 2026 ist die aktualisierte *S3-Leitlinie Posttraumatische Belastungsstörung* erschienen. Sie greift das Thema ausdrücklich auf, allerdings nur im Hintergrundtext.

Wir haben beide Dokumente geprüft. Die PTBS-Leitlinie setzt den richtigen Maßstab.

Dass es sich beim Aufdecken bis dahin nicht zugänglicher Erinnerungen in der Psychotherapie nicht um Einzelfälle handelt, zeigen zwei Befragungen:

- In einer Befragung von 258 praktizierenden Psychotherapeutinnen und -therapeuten in Deutschland gaben 35 Prozent an, mindestens einmal aktiv mit einer spezifischen Technik versucht zu haben, eine angenommene Erinnerung hervorzurufen. 10 Prozent hatten dies nach eigener Angabe bei der Mehrheit ihrer Patientinnen und Patienten mit vermutetem Trauma getan, und zwar „erfolgreich" (Schemmel, Datschewski & Volbert, 2024).
- In einer Befragung von 224 traumatherapeutisch ausgebildeten Therapeutinnen und Therapeuten in Deutschland gaben die meisten an, traumafokussierte Verfahren zur Behandlung der PTBS einzusetzen. 49 Prozent von ihnen nutzten sie aber auch, um bruchstückhafte Erinnerungen zu vervollständigen, 19 Prozent, um unzugängliche Erinnerungen wiederzugewinnen. Einige vertraten zudem wissenschaftlich fragwürdige Annahmen, etwa dass traumatische Erinnerungen unzugänglich sein können oder ihr Wiedererlangen ein Therapieziel sei (Schemmel, Kertess & Volbert, 2026).

Ausgangslage

Praxishinweise und Leitlinie sind sich in der Sache einig. Keines der beiden Dokumente macht die Regel aber verbindlich.

Dokument	Aussage	Fund-stelle	Status
BMJ-Praxishinweise (2024)	Therapie, die auf das „Aufdecken von bis dahin nicht zugänglichen Erinnerungen" abzielt, birgt „immer eine erhebliche Gefahr für die Ausbildung von Scheinerinnerungen". Sie entspricht „psychotherapeutischen Leitlinien nicht".	S. 22 f.	Handreichung einer Expertengruppe, ohne Beleg für den Leitlinienbezug
S3-Leitlinie PTBS (2026), Empfehlung 12.8	Traumafokussierte Psychotherapie kann nach ausführlicher Aufklärung auch bei laufendem oder ausstehendem Gerichtsverfahren angeboten werden.	S. 141	Expertenkonsens (87,5 %), sagt nichts zu Erinnerungssuche
S3-Leitlinie PTBS (2026), Hintergrundtext zu 12.8	Ziel der Behandlung ist „das Lindern von Leid […] und nicht das Bemühen, Erinnerung wieder zu finden".	S. 151	Begründungstext, kein Empfehlungsgrad
S3-Leitlinie PTBS (2026) Hintergrundtext zu 12.8	„Vermeidung von suggestiven Fragen und suggestiven Techniken" und „Vermeidung der gezielten Suche nach bisher nicht erinnerten traumatischen Ereignissen"	S. 152	Referiert nach Ahrens-Eipper & Walter (2024), nur für Therapie „parallel oder vor einem Gerichtsverfahren"

Die Leitlinie zitiert ihrerseits die Praxishinweise (S. 41 und 151). Die beiden Dokumente stützen sich also gegenseitig. Eine unabhängige, verbindliche Grundlage fehlt.

Die Lücken

Fünf Lücken verhindern, dass die Regel Patientinnen und Patienten tatsächlich schützt.

1. **Keine Verbindlichkeit.** AWMF-Leitlinien sind Empfehlungen, keine Vorschriften. Gerichte und Gutachter können sie heranziehen, um den fachlichen Standard (§ 630a Abs. 2 BGB) zu bestimmen. Bindend sind sie nicht.

2. **Nur Hintergrundtext.** Die Warnung steht nicht in einer Empfehlung, sondern in deren Begründung. Sie ist dort als Zitat anderer Autorinnen formuliert, nicht als Position der Leitliniengruppe.

3. **Nur im Zusammenhang mit Strafverfahren.** Beide Aussagen stehen im Kontext von Strafverfahren: die Praxishinweise, weil das ihr Thema ist, die Leitlinie, weil die Warnung zur Empfehlung über Therapie bei laufenden oder bevorstehenden Gerichtsverfahren gehört. Für Psychotherapie allgemein fehlt eine solche Aussage. Scheinerinnerungen entstehen aber in der Therapie, ob ein Verfahren folgt oder nicht.

4. **Fehlende Belege.** Die Praxishinweise berufen sich auf „Leitlinien", ohne konkrete Leitlinien zu nennen. Die ausdrückliche Aussage der PTBS-Leitlinie ist jünger als die Praxishinweise und verweist teilweise auf sie zurück.

5. **Nur für PTBS.** Die Leitlinie gilt nur für PTBS.

Das Risiko reicht über die PTBS hinaus

Eine PTBS setzt als A-Kriterium ein Trauma voraus. Wie/in welcher Form es genau stattgefunden hat, bleibt in einigen Fällen unklar (z.B. bei bruchstückhaften Erinnerungen). Bei Krieg, Folter oder schweren Unfällen lässt sich das meist durch Dritte bestätigen, bei vermutetem sexuellem Missbrauch in der Kindheit oft nicht.

Gerade hier können bruchstückhafte Bilder, Körperempfindungen oder Albträume als Erinnerungsfragmente gedeutet und in nicht lege artis durchgeführten Behandlungen zu scheinbar zusammenhängenden Erinnerungen ausgearbeitet werden.

Das **eigentliche Problem** liegt aber bei unspezifischen Beschwerden im Zusammenhang mit Krankheitsbildern wie Depression, Essstörungen, dissoziativen oder Persönlichkeitsstörungen und funktionellen Körperbeschwerden. Dort wird ein Kindheitstrauma oft als Ursache vermutet, ohne dass Patientinnen und Patienten davon berichten.

Die Leitlinien für diese Störungsbilder enthalten, soweit wir sehen, gar keine vergleichbare Warnung. Dabei beschreibt etwa die *Nationale VersorgungsLeitlinie Unipolare Depression* für psychodynamische Verfahren ein Modell, in dem kindliche Traumatisierungen „sehr häufig" den Hintergrund bilden. Was dort als Traumatisierung gilt, wird nicht definiert. Ein so offener Traumabegriff lädt dazu ein, hinter unspezifischen Beschwerden ein verborgenes Trauma zu vermuten.

Leitlinien sollen den Stand der Wissenschaft wiedergeben. Therapeutinnen und Therapeuten können sich durch solche Passagen deshalb darin bestätigt fühlen, mit suggestiven Techniken nach nicht erinnerten Ereignissen zu suchen. Eine mehrdeutige Leitlinie legitimiert so gerade die Praxis, vor der die PTBS-Leitlinie warnt.

Unsere Forderungen

An die Leitliniengruppe S3 PTBS (DeGPT, AWMF)

- Die Warnung vor der gezielten Suche nach nicht erinnerten (traumatischen) Ereignissen wird zu einer eigenen Empfehlung mit Empfehlungsgrad, formuliert als Position der Leitliniengruppe.
- Die Empfehlung gilt für jede Psychotherapie, nicht nur für Therapie vor oder während eines Gerichtsverfahrens.
- Suggestive Techniken werden konkret benannt, etwa Hypnose zur Erinnerungssuche, gelenkte Imagination zu vermuteten Ereignissen, Deutung von Träumen oder Körperempfindungen als Missbrauchserinnerung und Symptomlisten für „verdrängten" Missbrauch.

An die Fachgesellschaften für andere Störungsbilder

- Leitlinien für Störungsbilder, bei denen häufig ein verborgenes Trauma als Ursache vermutet wird, etwa Depression, Ess-, und Persönlichkeitsstörungen sowie funktionelle Körperbeschwerden, übernehmen die Warnung vor der gezielten Suche nach nicht erinnerten (traumatischen) Ereignissen. Eine künftige Leitlinie zu dissoziativen Störungen enthält sie von Anfang an. Passagen, die sich als Annahme verdrängter Ereignisse lesen lassen, werden klargestellt.

An das Bundesministerium der Justiz

- Eine Neuauflage der Praxishinweise belegt die Aussage zu den Leitlinien mit konkreten Fundstellen.

An die Psychotherapeutenkammern

- Die gezielte Suche nach nicht erinnerten Ereignissen ist kontraindiziert. Dies wird in Berufsordnungen oder verbindliche Qualitätsstandards aufgenommen, damit es auch in beschwerde- und berufsrechtlichen Verfahren gilt.

- Empirisch gestützte Schulungen zu Gedächtnis, Suggestion und Scheinerinnerungen werden Pflichtinhalt in Aus-, Weiter- und Fortbildung. Die Kammern schaffen oder bündeln dazu eigene, wissenschaftlich fundierte

Fortbildungsangebote. Bei der Akkreditierung von Fortbildungen achten sie darauf, dass keine Methoden der Erinnerungssuche vermittelt werden.

Zur Aufklärung von Patientinnen und Patienten

- Patientenfassungen der Leitlinien und die Aufklärung vor Therapiebeginn sagen ausdrücklich, dass Therapie nicht der Erinnerungssuche dient und dass Erinnerungen durch Therapie verändert werden können.

Schluss

Die aktualisierte S3-Leitlinie zu PTBS ist ein wichtiger Schritt. Sie erkennt an, dass Erinnerungen in der Therapie verfälscht werden können und dass Therapie nicht der Erinnerungssuche dient. Diesen Konsens gilt es jetzt verbindlich zu machen und auf die Störungsbilder zu übertragen, bei denen das Risiko am größten ist.

Die Beteiligung von Patientenvertretungen ist bei der Erstellung von Leitlinien ausdrücklich vorgesehen. Als Selbsthilfeorganisation würden wir uns freuen, daran mitzuwirken und die Erfahrungen der Betroffenen einzubringen, im Interesse der Patientensicherheit.

Quellen

- Viebig-Ehlert, P., Waubert de Puiseau, B. u. a. (2024): Praxishinweise zum Verhältnis von Psychotherapie und Strafverfahren (PDF). – Bundesministerium der Justiz, Berlin.
- Deutschsprachige Gesellschaft für Psychotraumatologie (2026): S3-Leitlinie Posttraumatische Belastungsstörung, Version 7.0, 27.02.2026 (PDF). – AWMF-Register Nr. 155-001.
- Bundesärztekammer, Kassenärztliche Bundesvereinigung, AWMF (2022): Nationale VersorgungsLeitlinie Unipolare Depression, Langfassung, Version 3.x (PDF), S. 82. – AWMF-Register Nr. nvl-005.
- Ahrens-Eipper, S., Walter, A. (2024): Psychotherapie und Strafverfahren – kein Widerspruch: Hintergründe und berufspraktische Hinweise für Psychotherapeut*innen (PDF). – Psychotherapeutenjournal 3/2024, S. 242–250.
- Schemmel, J., Datschewski, L., Volbert, R. (2024): Recovered Memories in Psychotherapy: A Survey of Practicing Psychotherapists in Germany. – Memory 32 (2), S. 176–196.
- Schemmel, J., Kertess, V., Volbert, R. (2026): "Does Trauma-Focused Psychotherapy Alter Pre-Existing Memories? A Survey of German Psychotherapists." Memory, October, 1–21.

Kontakt

Herausgeber: False Memory Deutschland e.V., Dezember 2026
Weitergabe und Zitieren mit Quellenangabe ausdrücklich erwünscht.
Ansprechpartnerin: Heide-Marie Cammans
Tel.: 0201-72066725
kontakt@false-memory.de
www.false-memory.de