

- Strauss, B. S. (1986). Dissociative versus integrative hypnotic experience. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 29(2), 132-136.
- Torem, M. S. (1986). Dissociative states presenting as an eating disorder. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 29(2), 137-142.
- Tulving, E. (1985). How many memory systems are there? *American Psychologist*, 40(4), 385-398.
- Watkins, J. G., & Watkins, H. H. (1979-1980). Ego states and hidden observers. *Journal of Altered States of Consciousness*, 5(1), 3-18.
- Williams, S. (1984). Neo-dissociation theory and co-consciousness. *Interfaces*, 11(2), 28-40.
- Zamansky, H. S. (1986). "Hypnotically created pseudomemories: Memory distortions or reporting biases?": Comment. *British Journal of Experimental and Clinical Hypnosis*, 3(3), 160-161.
- Zamansky, H. S. (1988). Discussion commentary: Contextual demands, negative hallucinations, and hidden observer responding: Three hidden observers observed. *British Journal of Experimental & Clinical Hypnosis*, 5(1), 11-12. (deutsch: Diskussionskommentar zu Spanos et al.: Kontext-Anforderungen, negative Halluzinationen und die Geheime-Beobachter-Reaktion: Drei Geheime Beobachter beobachtet. *Hypnose und Kognition*, 1989, 6(2), 41-43)
- Zamansky, H. S., & Bartis, S. P. (1984). Hypnosis as dissociation: Methodological considerations and preliminary findings. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 26(4), 246-251.
- Zamansky, H. S., & Bartis, S. P. (1985). The dissociation of an experience: The hidden observer observed. *Journal of Abnormal Psychology*, 94(3), 243-248.

Abstracta

Mit dem letzten Heft haben wir begonnen, in Form erweiterter Zusammenfassungen (Abstracts) über experimentelle und theoretische Arbeiten vorwiegend aus dem deutschsprachigen Raum zu berichten. In der Regel handelt es sich dabei um Diplom-Arbeiten, Dissertationen oder Habilitationen des Themenbereiches von Hypnose und Kognition. Die nachfolgenden Abstracts wurden von Markus Fent und von den Autoren selbst erstellt, denen wir hierfür herzlich danken. Für die Zukunft würden wir wünschen, von mehr Autoren (oder ihren Betreuern) selbst solche Abstracts (ca 1 Seite) zu erhalten.

Diese Arbeiten können in den Bibliotheken der jeweiligen Universitätsinstitute oder in der M.E.G.-Geschäftsstelle in München eingesehen werden.

Studie zum Vergleich zweier Therapieverfahren zur Behandlung von Prüfungsangst

Diplomarbeit von Gabriele Dolke und Eric Marquardt am Psychologischen Institut der Westf. Wilhelms-Universität Münster, 1988, betreut von Prof. Dr. R. De Jong-Meyer und W. Rebber

Ziele: Hauptschwerpunkte dieser Untersuchung waren (1) die Überprüfung der Effektivität des *Collapsing Anchors*-Verfahrens, einer zentralen therapeutischen Technik aus dem Neuro-Linguistischen Programmieren von Bandler & Grinder (1979), in Bezug auf die Behandlung von Prüfungsangst; (2) der detaillierte Vergleich und die Analyse der Gemeinsamkeiten und Unterschiede in Durchführung und Wirkungsweise dieses Verfahrens mit einem Programm auf der Basis der *Kognitiven Modifikation* nach Meichenbaum (1972) und (3) der Vergleich beider Behandlungsgruppen mit einer unbehandelten Kontrollgruppe.

Therapie: Um die Effektivität dieses Verfahrens zu überprüfen, entwickelten die Verfasser ein speziell auf Prüfungsängste abgestimmtes Therapieprogramm, das *NLP-Trainingsprogramm Collapsing Anchors*. Dieses wurde mit einem bereits bestehenden Programm von Held et al. (1983) auf der Basis der Kognitiven Modifikation nach Meichenbaum (1972), dessen Wirksamkeit bezüglich der Therapie von Prüfungsangst bereits mehrfach belegt ist, verglichen.

Das Klientel setzte sich aufgrund theoretischer Überlegungen aus einer relativ homogenen Gruppe von 25 Jurastudentinnen zusammen, die im zeitlichen Rahmen der Studie ihre Prüfungen zum 1. Staatsexamen ablegten. Die Teilnehmer wurden per Zufall auf die beiden Therapieverfahren und die beiden Therapeuten verteilt. Das Training bestand aus 5-9 einzeltherapeutischen Sitzungen zu je 1 1/2 Stunden, die im einwöchigen Abstand von den Verfassern selbst durchgeführt wurden.

Meßmethoden: Um die Wirksamkeit der beiden Verfahren zu vergleichen, wurden folgende Meßinstrumente eingesetzt: Die Prüfungsängstlichkeit wurde mittels des Test Anxiety Inventory TAI-D Form C für Studenten erfaßt. Die Befindlichkeit in der Prüfungssituation wurde durch das Emotionalitätsinventar EMI-B erhoben, das sowohl prospektiv als auch retrospektiv eingesetzt wurde. Zusätzlich kamen speziell entwickelte Rückmeldebögen zur Erfassung des subjektiven Befindens und Erlebens während und nach der Therapie zum Einsatz.

Meßzeitpunkte: Die Prüfungsangst wurde zu drei Meßzeitpunkten durch TAI-D und EMI-B erhoben: Als Prä-Test vor Beginn der ersten therapeutischen Sitzung (Prä-Test), nach Abschluß des Trainings (Post-Zeitpunkt) und nach der ersten Prüfung, die als Realitätstest diente (Follow Up). Auch die Werte der Probanden aus der unbehandelten Kontrollgruppe wurden zu den gleichen Zeitpunkten erfaßt. Zum Post- und Follow-Up-Zeitpunkt erhielten die Teilnehmer der Untersuchungsgruppen darüberhinaus einen der beiden Feedbackbögen.

Ergebnisse: Die Effektivität beider Trainingsprogramme in Bezug auf die Behandlung von Prüfungsangst kann generell als erwiesen angesehen werden. Dies zeigte sich vor allem in der überwiegend hochsignifikanten Reduzierung der Prüfungsangst im Vergleich mit der Kontrollgruppe. Bezüglich der TAI-D und der EMI-Werte ließen sich zwischen den Therapieprogrammen keine bedeutenden Unterschiede feststellen, obwohl im zeitlichen Verlauf der Veränderungen geringfügige Differenzen auftraten.

Anders sieht das Bild aus, wenn man die Ergebnisse der Feedbackbögen in Betracht zieht: So zeigten sich Unterschiede in der Einschätzung der subjektiven Veränderung aufgrund der Therapie. Sowohl nach der Therapie (Post) als auch nach der Examensprüfung (Follow Up) schätzten die Teilnehmer des Collapsing-Anchors-Programms ihre Veränderung bezüglich des Fühlens und Verhaltens hochsignifikant höher ein als die Teilnehmer der Kognitiven Modifikation. Lediglich im Faktor Denken ließen sich keine signifikanten Unterschiede feststellen. Diese und ähnliche bedeutsame Unterschiede wurden von den Autoren auf dem Hintergrund neuerer Ergebnisse aus der Informationsverarbeitungstheorie diskutiert.

Auch in der Rückmeldung zur Befindlichkeit in der Therapiesituation ergaben sich durchweg positivere Einschätzungen für die Ankergruppe (z.B. "entspannter, ruhiger, hoffnungsvoller"). Ein Hauptvorteil des NLP-Programms ist vor allem der wesentlich geringere Zeitbedarf (5,8 gegenüber 8,3 Sitzungen der Kognitiven Modifikation). Das NLP-Programm bietet zusätzlich den Vorteil, daß keine "Hausaufgaben" anfallen, während die Kognitive Modifikations-Gruppe regelmäßig mehrere Stunden zwischen den einzelnen Sitzungen für Entspannungs- und Vorstellungsbildungen einsetzen muß, was sich z.T. negativ auf die Motivation der Teilnehmer auswirkte.

Diskussion: Die Ergebnisse lassen den Schluß zu, daß das NLP-Verfahren durch eine intensive Reaktivierung und Neuorganisation der Gedächtnisstrukturen zu einer umfassenden Veränderung auch der emotionalen und der verhaltensmäßigen Reaktionen in der Prüfungssituation führt. Da die Ergebnisse auch vom theoretischen Hintergrund her auf den neuesten Modellen der Informationsverarbeitungstheorie (Foa

& Kozak, 1986) und der Emotionstheorie (Leventhal, 1984) basieren bzw. mit diesen in Einklang stehen, kann das von den Autoren entwickelte Trainingsprogramm durchaus als vergleichbare Alternativmöglichkeit (im Sinne der Flexibilität des Therapeuten) angesehen werden.

Die Verfasser weisen aufgrund weitergehender Erfahrung ebenfalls darauf hin, daß das Programm in einer etwas erweiterten Version auch für andere Problembereiche wie z.B. soziale Ängste, Phobien oder depressive Störungen erfolgversprechend erscheint. (Zusammenfassung von den Autoren)

Bandler, R. & Grinder, J. (1979). *Frogs into princes*. Moab, Utah: Real People Press.

Foa, E.B. & Kozak, M.J. (1986). Emotional processing of fear: Exposure to corrective information. *Psychological Bulletin*, 99, 20-35.

Held, L.; Reizenstein, R.; Gattinger, E. & Thurner, E. (1983). Prüfungsangst bei Studenten. *Therapeutenmanual für eine kognitive Verhaltensmodifikation*. Salzburg: Literas.

Leventhal, H. (1984). A perceptual motor theory of emotion. In: Berkowitz, L. (Ed.). *Advances in Experimental Social Psychology*, 17, 117-173.

Meichenbaum, D. (1972). Examination of model characteristics in reducing avoidance behavior. *Journal of Personal and Social Psychology*, 17, 298-307.

Zum Suchtpotential des Entaktogens MDMA

Diplomarbeit von C.Weigle am Psychologischen Institut der Universität Tübingen, 1989, betreut von D.Revenstorf

Wenn Trance einen Zustand darstellt, in dem individuell eingeübte Schemata der Wahrnehmung, Selbsteinschätzung und des sozialen Kontaktes erweitert werden können, dann sind bestimmte Drogen möglicherweise ein interessantes pharmakologisches Modell für diesen Zustand. Methylindeoximethan Amphetamin (MDMA) und verwandte Verbindungen sind solche Substanzen.

MDMA ist eine Substanz, die vor allem in den USA seit ungefähr Anfang der 70er Jahre als Hilfsmittel in der Psychotherapie verwendet wurde. Wegen des häufigen "recreational use" der Substanz und der Ungewißheit, ob durch deren Applikation der Organismus geschädigt wird, wurde MDMA verboten.

Nach Durchsicht der vorliegenden tierexperimentellen Untersuchungen und der Ergebnisse von Therapeuten und Forschern, die mit MDMA gearbeitet haben, kann man bzgl. des Suchtpotentials festhalten, daß MDMA bei Affen eine Neigung zu Mißbrauch auslöst, jedoch nicht in dem Ausmaß wie z.B. Kokain.

Aufgrund einiger Kritikpunkte an diesen Untersuchungen läßt sich jedoch zum gegenwärtigen Zeitpunkt noch kein endgültiges Ergebnis über ein Suchtpotential von MDMA bei Menschen feststellen. Siegel (1988) findet in einer Untersuchung über die nichtmedizinische Verwendung von MDMA nicht die sonst üblichen Gebrauchsmuster von Substanzen mit Mißbrauchspotential; er konnte keine zwanghafte Verwendung von MDMA finden. Andere berichten davon, daß sich bei häufiger Verwendung der Substanz eine Toleranz bzgl. der psychischen Wirkung einstellt, daß aber die physiologischen Nebenwirkungen eher zunehmen. Diese werden von vielen

Verwenden anderer Substanzen der positiven psychischen Wirkung wegen in Kauf genommen. Diese Eigenschaft von MDMA könnte ein Grund sein, der einer häufigen Verwendung entgegenwirkt. Es wurden bisher nirgends Anzeichen von physiologischer Abhängigkeit von MDMA berichtet; das Auftreten psychischer Abhängigkeit wird jedoch verschiedentlich für möglich gehalten, evtl. gerade als Folge der Wirkungen, die die Substanz zu einem Hilfsmittel in der Psychotherapie haben werden lassen (z.B. Erleichterung der Kommunikation, Verringerung von Ängsten, Erhöhung des Selbstbewußtseins). Eine Verwendung unter bestimmten Bedingungen von Set und Setting wie z.B. eine ausgedehnte Vor- und Nachbereitung sowie eine fachkundige Begleitung während einer Sitzung kann dieser psychischen Abhängigkeit entgegenwirken. Man kann lernen, für sich Möglichkeiten und Wege zu entwickeln, diese Wirkungen aber auch ohne Applikation der Substanz zu erreichen und so den Alltag dauerhaft positiv zu verändern. (Zusf. von Markus Fent)

Siegel, R.K. (1988). MDMA: Nonmedical use and intoxication. *Journal of Psychoactive Drugs*, 18(4), 349-354.

5 Jahre Hypnose und Kognition

Im Oktober 1984, zum *Ersten deutschsprachigen Kongreß für Hypnose und Psychotherapie nach Milton H. Erickson* in München erschien das erste Heft von *HyKog*. Wir begannen damals mit etwa 30 Abonnenten; heute hat *HyKog* fast 900 feste Abonnenten (ohne die M.E.G.-Mitglieder, welche *HyKog* kostenlos beziehen). Daß die Gesamtauflage der einzelnen Hefte (siehe Graphik) wesentlich höher ist - das Heft Schmerzkontrolle hat mittlerweile die 3000 überstiegen - , liegt wohl daran, daß jedes Heft mit einem eigenen Leitthema erscheint und auch als kleine Monographie gern angenommen wird.

Mit diesem Jubiläumshaft haben wir auf mehrfachen Wunsch hin das Schriftbild von *HyKog* vergrößert und hoffen, daß *HyKog* nun auch in wackeligen Zügen, schwankenden Autos oder ruckenden Aufzügen besser gelesen werden kann. Gleichzeitig ist die Schriftführung nun offiziell auf Alida Iost-Peter übergegangen - ein ohnehin schon seit langem überfälliger Akt, denn sie erledigte schon seit Anbeginn von *HyKog* die entsprechenden Arbeiten mit.

Die Herausgeber

Auflagenentwicklung 1984-1989

