

tic suggestion to maintain the induced mood for about one hour, a period which has not been met by nonhypnotic mood induction procedures and which has not been proven for hypnotic ones. In a pretest the Creative Imagination Scale (Barber & Wilson, 1979) had been applied to all subjects to determine their individual responsiveness to suggestions. Only those participants (N=82) were asked to participate in the main experiment who showed at least medium suggestibility. Repeated measurement ANOVAS showed a clear effect of the positive mood induction procedure in the predicted direction on the level of self-report mood scales. Also the posthypnotic stability of the induced affect could be proven. For the negative mood induction procedure a tendency in the predicted direction was shown. There was no effect on the levels of the psychomotor measure and the physiological data.

Keywords: mood induction, hypnotic metaphors, Veltan-procedure, Laser-Doppler-blood-flowmetry

Rüdiger Spielberg, Dipl.-Psych.

Psychologisches Institut der Universität Bonn

Abteilung für Klinische und Angewandte Psychologie

Römerstraße 164

D-53117 Bonn

erhalten 6.5.97, akzeptiert 12.1.98

Anmerkungen

- 1 Die Studie wurde finanziell durch die Deutsche Forschungsgemeinschaft unterstützt (AZ Scho 327/4-1)
- 2 Beide Versionen des Stimmungsinduktionsverfahrens können als Kassette gegen Kostenersatz beim Zweitautor Prof. Dr. O.B. Scholz angefordert werden.
- 3 Ein Laserstrahl dringt aus einer auf die Haut des Probanden aufgetragenen Elektrode, die mittels eines Lichtleiters mit dem eigentlichen Meßgerät, in dem sich auch der Laser befindet, verbunden ist, ca. 0,5-1 mm tief in das Oberflächengewebe ein (vgl. Öberg, 1990, S. 93ff). Ein Teil des eingestrahlichten Lichtes wird vom Gewebe absorbiert, ein anderer diffus reflektiert und zum neben dem Laser befindlichen Photorezeptor zurückgeworfen, wobei seine Wellenlänge unverändert bleibt. Der übrige Teil des Lichtes durchdringt die dünne Kapillarwand und wird von den durch die Kapillare driftenden Erythrozyten reflektiert, wobei es eine Wellenlängen- und Frequenzänderung proportional zur Geschwindigkeit der Blutzellen erfährt. Über die Größe dieser Frequenzänderungen und deren Anzahl, letztere abhängig von der Menge der Erythrozyten, berechnet der Laser-Doppler-Monitor das Maß des Flux oder Flusses, das das Produkt aus Erythrozytenmenge- und Geschwindigkeit darstellt und somit ein Indikator für die lokale Gewebepfusion ist.
- 4 Der Begriff „Verläufe“ ist zwar eigentlich nicht zutreffend, da ja lediglich zwei Werte miteinander verglichen werden. Seine Verwendung dient lediglich der besseren Übersichtlichkeit der dargestellten Ergebnisse.

Welche Prinzipien allgemeiner psychotherapeutischer Intervention enthalten die therapeutischen Metaphern von Lankton & Lankton?

O. Berndt Scholz und
Carola Beatrix Sauer

■ Mit Hilfe der computerunterstützten Inhaltsanalyse (CUI) werden die 83 hypnotischen Metaphern von Lankton und Lankton (1994) im Hinblick auf ihre therapeutischen Wirkmechanismen untersucht. Grundlage dafür sind die von Gräwe (1995) postulierten vier allgemeinen psychotherapeutischen Arbeitsprinzipien (PAP): Ressourcenaktivierung, Problemaktualisierung, aktive Hilfe zur Problembewältigung und motivationale Klärung. Ursprünglich wurden die Metaphern von Lankton und Lankton intuitiv zu acht Gruppen psychotherapeutischer Zielstellungen (ptZS) zusammengestellt. Die CUI erfolgte mittels des Programms TEXTPACK. Voraussetzung dafür war die Erstellung eines Diktions. Er bildete die Grundlage für die computerisierte Detektion der auf diese Weise operationalisierten PAP.

Die erste Fragestellung bestand darin, in welchem Ausmaße die acht ptZS Anteile der PAP enthalten. Die zweite Fragestellung befaßte sich mit einer auf der Basis der CUI konstruierten Gruppierung der Metaphern. Insgesamt zeigte sich, daß die apriorische Gruppierung der 83 Metaphern zu den ptZS wenig überzeugende Argumente für eine optimale Berücksichtigung allgemeiner psychotherapeutischer Wirkmechanismen liefert. In keiner der acht ptZS sind die vier PAP auch nur annähernd gleich verteilt. Die hierarchische Clusterung der 83 Metaphern erbrachte acht Cluster, von denen lediglich vier praktisch bedeutsam sind. Diese unterscheiden sich nicht nur statistisch voneinander, sondern lassen sich auch inhaltlich gut definieren und weisen auf praktisch sinnvolle Akzentuierungen der vier PAP hin. In der Diskussion werden die anwendungsbezogenen Konsequenzen dieser Ergebnisse diskutiert.

Schlüsselbegriffe: Computerunterstützte Inhaltsanalyse, hypnotische Metaphern, allgemeine psychotherapeutische Arbeitsprinzipien, Ressourcenaktivierung, Problemaktualisierung, Problembewältigung, motivationale Klärung

Anders als vergleichbare psychotherapeutische Orientierungen, die sich um die wissenschaftliche Akkreditierung ihres Vorgehens bemühen, versucht die Hypnotherapie, Gemeinsamkeiten mit anderen psychotherapeutischen Richtungen zu finden, Parallelen zu ihnen zu ziehen. So wurden beispielsweise von Peter, Kraiker und Revenstorf (1991) die Beziehungen der Hypnotherapie zur Verhaltenstherapie und zur kognitiven Therapie differenziert herausgearbeitet. Scholz und Curio (1996) verglichen die Behandlungsverläufe von 29 Patienten, die entweder mit einer Hypnotherapie oder einer kombinierten Breitspektrums-Verhaltenstherapie plus Hypnotherapie behandelt wurden und zeigten, daß sich in toto weder beeindruckende diagnostespezifische noch therapiespezifische Unterschiede finden lassen, wenn man die Behandlungsverläufe in Begriffen einer allgemeinen Psychotherapie sensu Grawe (1995) definiert.

In diesem Zusammenhang interessiert immer wieder die Frage, was eigentlich passiert und welche therapeutischen Mechanismen im Spiel sind, wenn hypnotherapeutische Methoden angewandt werden. Das gilt insbesondere für den Gebrauch hypnotherapeutischer Metaphern, die entsprechend Revenstorf (1990) in ihrer therapeutischen Wirkung bisher wenig erforscht worden sind, „wohl weil sie den Bereich des verbal Explizierbaren transzendieren“ (S. 151) und durch eine besondere Form der Beiläufigkeit gekennzeichnet sind. Es war deshalb ein Anliegen von Sauer und Scholz (1997), mittels einer computerunterstützten Inhaltsanalyse (CUI) am Beispiel der 83 bei Lankton und Lankton (1994) mitgeteilten Metaphern, jene allgemeinen psychotherapeutischen Arbeitsprinzipien (PAP) zu quantifizieren, wie sie von Grawe (1995) formuliert worden sind. Lankton und Lankton faßten ihre Metaphern auf der Basis selbst entwickelter Konstruktionsprinzipien zu acht psychotherapeutischen Zielstellungen (ptZS) zusammen. Weil weder für die therapeutische Wirksamkeit dieser Metaphern empirische Belege bekannt geworden sind, noch die Konstruktionsprinzipien dieser Metaphern einer mit wissenschaftlichen Methoden zugänglichen Reflexion unterzogen worden sind, kann die Studie von Sauer und Scholz (1997) als ein erster und innovativer Schritt zur wissenschaftlichen Konsolidierung dieser vielfach praktisch bewährten hypnotherapeutischen Werkzeuge angesehen werden.

Grawe beschreibt vier Arbeits- bzw. Wirkprinzipien unter einer Klärungsperspektive mit den Prinzipien der Problemaktualisierung und der Motivationsklärung; im Sinne einer Bewältigungsperspektive des psychotherapeutischen Geschehens formuliert er die beiden Prinzipien der Ressourcenaktivierung und der aktiven Hilfe bei der Problembewältigung. Sowohl die beiden Perspektiven als auch die vier Arbeitsprinzipien sind theoretische Verallgemeinerungen, gewonnen aus umfangreichen Forschungen, deren Ergebnisse in dem Werk von Grawe, Bernauer und Donati (1996a) niedergelegt sind. Grawes Systematik psychotherapeutischer Arbeitsprinzipien ist keineswegs der erste und einzige Versuch, unterschiedliche psychotherapeutische Vorgehensweisen zu systematisieren. Bloch und Crouch (1985) haben ebenso wie Benesch (1981) bereits früher entsprechende Vorschläge unterbreitet. Aber diese Versuche gründen sich nicht auf eigene empirische Forschungen.

Gemäß den Befunden von Sauer und Scholz (1997) werden in den acht ptZS die vier PAP unterschiedlich häufig realisiert. Ebenso haben die PAP eine verschieden große Affinität zu den ptZS, was sich in unterschiedlich starken Ausprägungen niederschlägt, so daß die acht ptZS im Sinne der vier PAP offensichtlich unterschiedlich therapeutisch relevant sind.

Mit der hier vorzustellenden Untersuchung werden zwei Anliegen verfolgt: Zum einen soll gezeigt werden, wie die vier allgemeinen psychotherapeutischen Arbeitsprinzipien in den 83 Metaphern der von Lankton und Lankton (1994) postulierten acht psychotherapeutischen Zielstellungen verteilt sind. Dieses Wissen kann dem Hypnotherapeuten Hinweise darauf geben, welches der PAP in welchem Ausmaße mit dem Gebrauch der jeweiligen Metapher realisiert wird. Dies zu wissen, ist insbesondere dann sinnvoll, wenn der psychotherapeutische Verlauf nicht erwartungsgemäß ist. Zum anderen soll gezeigt werden, wie die 83 Metaphern auf der Basis der vier PAP inhaltsanalytisch unabhängig von impressionistischen Überlegungen gruppiert werden können. Mit diesem Wissen kann die Entscheidung für oder gegen die Anwendung spezieller Metaphern rational begründet werden.

Methodik

Charakterisierung des Textmaterials - die 83 hypnotherapeutischen Metaphern

Lankton und Lankton (1994) konstruierten Bezug nehmend auf Erickson ein System multipel eingebetteter Metaphern. Jede Metapher steht für eine der acht ptZS, nämlich für die Modifikation von Gefühlen, Einstellungen, Verhalten, Familienstrukturen, Selbstbild, Rollenentwicklungen, Disziplin/Vergnügen und Trancephänomene. Innerhalb jeder dieser ptZS wurden die Metaphern nach einem einheitlichen Prinzip aufgebaut. Für die Zielstellung „Verhaltens-Änderung“ gilt beispielsweise folgendes Regelsystem (vgl. S. 175): (a) Betone die Ziele, nicht die Motive oder Einzelheiten des beobachtbaren Verhaltens des Protagonisten, welches sich der Patient aneignen will! (b) Verdeutliche den inneren Dialog und das nicht-beobachtbare Verhalten, welche die zu erwerbenden Handlungsweisen des Protagonisten unterstützen sollen! (c) Verändere den Kontext der Geschichte, um mehrfach modifizierte Wiederholungen der Verhaltensbeschreibungen zu ermöglichen!

In dieser Studie wurde jede Metapher aus dem Buch mittels Flachbettscanner in Form einer ASCII-Datei eingelesen und anschließend text- und wortkorrigiert. Die Datei ist die Grundlage für den reduktiven Vorgang der Kategorisierung. Dann wird der Text auf Analyseseinheiten gemäß den vier PAP abgesucht.

Operationalisierung der vier PAP

Die vier PAP, Ressourcenaktivierung, Problemaktualisierung, aktive Hilfe bei der Problembewältigung und Motivationsklärung, sind inhaltsanalytisch so zu operationalisieren, daß der Computer die zahlreichen Facetten jeder PAP als Bestandteile der vier inhaltsanalytischen Kategorien identifizieren kann.

Wir sprechen dann von *Ressourcenaktivierung*, (a) wenn die Metapher soziale Beziehungen oder Beziehungsverhalten explizit bestätigt, aufbaut oder aktiviert; (b) wenn die Metapher explizit auf Erwartungen, Hoffnungen, individuelle Kompetenzen und Gewohnheiten eingeht und (c) wenn die Metapher explizit zur Nutzung von individuellen Möglichkeiten, Vorteilen, Voraussetzungen ermutigt. Prototypische Begriffe für Ressourcenaktivierung sind Mobilisierung, Gemeinschaft, Erwartungen, Erfahrungen, Stärke, Können, Leistungsfähigkeit, Tauglichkeit, Begabung, Zuversicht, Chance, Gelegenheit, Aussichten, Vorteile, Fähigkeiten, Nutzen, Vorzüge.

Wir sprechen von *Problemmaktualisierung*, (a) wenn die Metapher explizit Ambivalenzen, emotionale Zustände von Unsicherheit und Angst aufgreift; (b) wenn die Metapher explizit bisher unberücksichtigte Aspekte einbezieht; (c) wenn die Metapher explizit Konflikte, Probleme, Schwierigkeiten, Leiden oder Inkompetenz thematisiert, provoziert oder reaktualisiert. Prototypische Begriffe für Problemmaktualisierung sind Mehrdeutigkeit, Befangenheit, Unsicherheit, Beklemmung, Hemmungen, Scheu, Verlegenheit, Hilflosigkeit, Zwiespalt, Bewerkstelligung, Qual, Druck, Kummer, Sorge, Unglück oder Herausforderungen.

Wir sprechen von *aktiver Hilfe bei der Problembewältigung*, (a) wenn die Metapher explizit Anleitung gibt, Intentionen, Entscheidungen oder Handlungsvollzüge differenziert, ausformt, bewältigt bzw. dazu anleitet; (b) wenn die Metapher explizit auf Hilfe, Hilfsmittel, Erfolg oder Kompetenz fokussiert und (c) wenn die Metapher explizit zur Problembewältigung, zur Barrierüberwindung ermutigt und dabei das Moment der Unterstützung durch eigenes Zutun, günstige Umstände oder soziale Unterstützung herausstellt. Prototypische Begriffe für aktive Hilfe bei der Problembewältigung sind Unternehmung, Fleiß, Gestaltung, Erprobung, Durchsetzung, Hinnehmen, Vollendung, Vergangenheitsbewältigung, Aufarbeitung, Auswahl, Beistand, Unterstützung, Hilfestellung, Stütze, Schritt, zum Durchbruch verhelfen oder Förderung.

Wir sprechen von *motivationaler Klärung*, (a) wenn die Metapher explizit auf Bedeutungszusammenhänge rekurriert; (b) wenn die Metapher explizit bewußte, konzeptgesteuerte, unbewußte, automatische, nicht bewußte oder unklare Zusammenhänge anspricht und (c) wenn die Metapher sich explizit bezieht auf Eindeutigkeit der Intentionen, Entscheidungen, Handlungen, Ziele, Werte oder Beziehungen. Prototypische Begriffe für motivationale Klärung sind Sinn, Beiklang, Inhalt, Wesen, Erhellung, Auslegung, Präzision, Eindeutigkeit, Unzweideutigkeit, Klarheit, Aufrichtigkeit, Realitätssinn, Absicht, Motiv oder Zweck.

Die vier PAP fassen also jeweils verschiedene Aussagen im Sinne semantischer Äquivalenzen zusammen. Mit ihrer Operationalisierung wurde die Grundlage für die Erstellung eines Diktionärs geschaffen. Es stellt entsprechend Züll, Mohler und Geis (1991) die Gesamtheit von Einzelbegriffen dar, die jeweils den vier PAP zugeordnet worden sind. Früh (1981), Lissmann (1989) und Geis (1992) schlagen vor, den Operationalisierungsprozeß - das entspricht inhaltlich der Kategorienentwicklung - sowohl theoretisch-deduktiv als auch empirisch-induktiv zu gestalten. Der theoretisch-deduktive Aspekt der Kategorienentwicklung erfolgte aufgrund einer Literaturanalyse der Arbeiten von Luborski, Singer und Luborski (1975), Garfield (1982), Meyer (1990) und Garfield (1995). Den empirisch-induktiven Aspekt leistete das Modul KWIC (Keyword in context) des Programmpaketes TEXTPACK PC. Dabei haben wir als Leitlinien Relevanz, Eindimensionalität, Vollständigkeit und Trennschärfe der Einzelbegriffe gewählt. Das Vorgehen entsprach im einzelnen einem Dreischritt:

Es wurden zusätzlich zu den Stammwörtern der vier PAP auch die linguistischen Kategorien, Ordnungszahlen, universellen Quantifizierungen, Modaloperatoren, Kausalbegriffe, temporale Nebensätze, Prozeßwörter, die Konjunktion „oder“ sowie Aussagen mit unbestimmtem Inhaltsbezug in das Kategoriensystem aufgenommen. Damit wird die Vielfalt der semantischen Informationen innerhalb der Metapher gebunden und reduziert. Das gesamte Kategoriensystem hat also zwölf Kategorien, von denen für diese Studie lediglich die ersten vier, nämlich die PAP,

in dieser Untersuchung relevant sind.

Im zweiten Schritt wurden die die PAP beschreibenden Einzelbegriffe entsprechend dem theoretischen Ansatz einer Allgemeinen Psychotherapie vom Computer anhand der erstellten vier Kategorienlisten identifiziert. Die Listen waren das Ergebnis der o.g. Literaturanalyse.

Um zu einer hinreichend erschöpfenden Liste von rein theoretisch-deduktiv abgeleiteten Einzelbegriffen (i.S.v. Merkmalen für die vier PAP) zu gelangen, wurden im dritten Schritt die beschreibenden Begriffe der Grawe-Kategorien im Duden für sinn- und sachverwandte Wörter nachgeschlagen und bei synonymem Bedeutung in die vorläufige Tabelle aufgenommen. Insgesamt gesehen entspricht damit die Operationalisierung der vier PAP einem sukzessiven Optimierungsprozess.

Das Procedere der CUI

Die 83 Metaphern wurden anhand des Programm-Paketes TEXTPACK PC textanalysiert. Dazu wurden die einzelnen Metaphern zu einem fortlaufenden Text zusammengefügt, durch Identifikatoren gekennzeichnet und anschließend automatisch sukzessive auf formal fehlerhafte Textstellen durchgesehen und korrigiert. Das Leistungsspektrum von TEXTPACK PC wird von den Autoren in den für unsere Studie relevanten Aspekten folgendermaßen dargestellt:

„Wenn im Zusammenhang mit TEXTPACK über Textdeskription und -exploration gesprochen wird, dann sind darunter insbesondere die komfortablen Häufigkeitslisten der Wörter eines Textes zu verstehen, die nach verschiedenen Kriterien, auf- oder absteigend nach Alphabet oder Häufigkeiten, sortiert werden können. Aber auch die KeyWord-In-Context-Prozedur (KWIC), die u.a. erlaubt, Schlüsselwörter in unterschiedlich langem Kontext auszugeben, ist ein wichtiges Standardinstrument der Textexploration ... Die Besonderheit von TEXTPACK gegenüber anderen Programmen für die Textanalyse ist die Verknüpfung der Textdeskription und -exploration mit einer algorithmisierten Vercodung des Textes. So können Wörter zu Listen (Kategorien eines inhaltsanalytischen Diktionärs) zusammengefaßt werden ... Die Vercodungsprozedur von TEXTPACK prüft dann, ob eine solche Kategorie in einem Textstück erscheint. Wenn ja, wird entweder gezählt, wie oft diese Kategorie in diesem Textstück erscheint, oder es werden die Abfolgen der Kategorien im Text festgehalten. Das Ergebnis sind dann entweder Kategorienhäufigkeiten oder quasi-Zeitreihen, die das Auftreten von Kategorien bezeichnen. Häufigkeiten und Zeitreihen können mit Hilfe von Statistikprogrammen wie SPSS, SAS, NSDstat+, Systat etc. ausgewertet werden ... Damit bei der Vercodung nicht einfach Wörter in Ziffern umgewandelt werden und man nachher nicht so genau weiß, wie das denn so zustande gekommen ist, bietet TEXTPACK eine Reihe von Möglichkeiten der Validierung des Kategorienschemas ... Die besondere Kombination von Exploration, Deskription und Quantifizierung macht TEXTPACK PC für mehrere große Anwendungsbereiche geeignet: Für eine quantitativ ausgerichtete Inhaltsanalyse, für eine eher linguistisch ausgerichtete Textanalyse, für das Datenmanagement in qualitativ ausgerichteten Studien und für vieles andere mehr“ (Züll & Mohler, 1992, S. 225-226).

Das endgültige Diktionär wurde durch die per CUI erstellten Häufigkeitslisten für die bereits vorhandenen Einzelbegriffe der vier PAP und deren Synonyma präzisiert. Dazu prüften zwei unabhängig arbeitende Beurteiler alle Einträge. Einzelbegriffe, die zu uneindeutigen Ergebnissen geführt hatten, wurden bei mangelnder Konsensbildung nicht in das endgültige Diktionär aufgenommen. In einem letzten Validierungsschritt wurde jedes Wort im Kontext einer Texteinheit definierter Länge mit Hilfe der Prozedur TAGCODER mit allen Einträgen des Diktionärs verglichen, und - insofern eine Übereinstimmung existierte - wurde dieser Texteinheit der Code zugewiesen, mit dem der Diktionäreintrag versehen war. Bei dieser Form der Validierung wurde also die ursprünglich linguistische Validierung auf eine kontextuelle ausgedehnt. Um die Fehlerhaftigkeit des Diktionärs zu überprüfen, wurde ein präziser Validitätstest durchgeführt, der

die Frage nach der Validität der vom Computer vorgenommenen Kodierungen klärt.

Zu diesem Zweck wurde mit der Prozedur KWIC eine Key-Word-In-Context-Datei erstellt, die sämtliche Codierungen im Satzzusammenhang auflistet und somit eine Überprüfung der vom Computer vorgenommenen Kodierungen im nachhinein „per Hand“ ermöglicht. „Das Verhältnis der hinsichtlich der Kategorien konsensuell vergebenen Codes zu den insgesamt vergebenen Codes ergibt den Koeffizienten, der das Maß der Validität darstellt“ (Züll, Mohler & Geis, 1991, S. 51). Das aus dem Diktionär resultierende Datenmaterial bestand aus insgesamt 6936 Kodierungen. Es wurde zudem eine Validierungsdatei erstellt, die anschließend auf Begriffe untersucht wurde, die im entsprechenden Satzzusammenhang entweder eine sinnvolle oder nicht sinnvolle Konnotation aufweist. Insgesamt wurden dabei 197 konnotativ abweichende Kodierungen identifiziert. Das entspricht einem Validitätskoeffizienten von 0,97.

Statistische Datenanalyse

Die Metaphern sind unterschiedlich lang. Ihre Länge variiert zwischen 21 und 526 Zeilen. Zudem sind die Metaphern auf die acht pZS unterschiedlich häufig verteilt. Deshalb wurden die absoluten Häufigkeiten für jede Metapher relativiert, indem die absoluten Häufigkeiten der Zuweisungen zu einem der PAP (= Wie häufig wird ein PAP in einer Metapher entdeckt?) durch die Zeilenanzahl der Metaphern dividiert. Wir sprechen deshalb von den *anteiligen PAP-Ausprägungen*. Mit dieser Kenngröße können die einzelnen Metaphern, aber auch die acht pZS im Hinblick auf ihren PAP-Anteil direkt miteinander verglichen werden.

Die anteiligen PAP-Ausprägungen waren auch Grundlage für eine hierarchische Clusteranalyse. Sie bildet die methodische Grundlage für die Beantwortung der zweiten Fragestellung.

Ergebnisse

In der Tabelle 1 (wegen der Größe im Anhang) sind alle Kennwerte für jede Metapher zusammengestellt worden. Tabelle 2 zeigt die Verteilung der vier PAP in den Metaphern der acht pZS. In jeder der acht pZS kommen die vier PAP unterschiedlich häufig vor. Am meisten variieren die anteiligen Ausprägungen in dem PAP aktive Hilfe zur Problembewältigung (Kruskal-Wallis Test: $\chi^2=15,67$; $df=7$; $p=.283$). Dem folgen die anteiligen Ausprägungen in dem PAP motivationale Klärung (Kruskal-Wallis Test: $\chi^2=25,79$; $df=7$; $p=.005$) und die anteiligen Ausprägungen in dem PAP Ressourcenaktivierung (Kruskal-Wallis Test: $\chi^2=24,39$; $df=7$; $p=.001$) und schließlich die relativen Ausprägungen im PAP Problematualisierung (Kruskal-Wallis Test: $\chi^2=7,41$; $df=7$; $p=.388$).

Ebenso zeigt Tabelle 2, daß die Metapher der pZS Planung des Selbstbildes am meisten und Einstellungsänderungen am wenigsten über anteilige Ausprägungen an Ressourcenaktivierung verfügen. Die Metaphern der pZS Aufbau der Identität und Rollenentwicklung haben am meisten und Planung des Selbstbildes am wenigsten anteilige Ausprägungen an Problematualisierung. Die anteiligen Ausprägungen an aktiver Hilfe bei der Problembewältigung sind in jenen Metaphern am meisten vertreten, die sich auf die Veränderung der Familienstruktur konzentrieren und am wenigsten in den Metaphern, die Einstellungsänderungen zum Ziel haben. Mit großem Abstand kommen jene anteiligen Ausprägungen an motivationaler Klärung am wenigsten vor, die sich mit Disziplin und Vergnügen befassen. Am geringsten sind die anteiligen Aus-

psth. Zielstellung	Metapher	RES	PROB	AKTHILF	MOTKLÄ
Gefühle	16	21,55 ± 9,07	11,59 ± 7,83	17,93 ± 10,08	20,80 ± 8,24
Einstellungen	26	12,86 ± 6,81	12,63 ± 7,15	10,52 ± 6,35	12,13 ± 5,89
Verhalten	12	13,50 ± 5,68	9,78 ± 9,49	25,52 ± 8,34	14,11 ± 6,98
Familienstruktur	4	14,83 ± 6,78	9,87 ± 1,79	28,24 ± 4,54	18,02 ± 6,13
Selbstbild	11	24,47 ± 8,38	7,56 ± 5,42	19,02 ± 6,52	24,51 ± 8,55
Identität/ Rollenentwickl.	4	13,53 ± 2,97	17,03 ± 9,61	18,49 ± 3,38	12,88 ± 2,18
Disziplin/ Vergnügen	6	15,54 ± 4,17	13,27 ± 9,14	17,33 ± 10,59	77,00 ± 2,16
Trance-Phän.	4	20,32 ± 6,63	13,52 ± 7,36	20,01 ± 9,84	22,40 ± 2,99

Tabelle 2: Mittelwerte und Standardabweichungen der anteiligen Ausprägungen an Ressourcenaktivierung (RES), Problematualisierung (PROB), aktiver Hilfe bei der Problembewältigung (AKTHILF) und motivationaler Klärung (MOTKLÄ) für die acht psychotherapeutischen Ziele.

prägungen im PAP Einstellungen vertreten.

Die als Anhang gedruckte Tabelle 1 informiert über die anteiligen Ausprägungen der vier PAP jeder einzelnen Metapher. Demnach ist beispielsweise die Metapher 4, welche sich auf die emotionale Stärkung mutigen Verhaltens konzentriert, durch einen ziemlich hohen relativen Anteil in allen vier PAP zu charakterisieren. Andererseits ist die Metapher 19, die sich auf den angemessenen Ausdruck von Trauer bezieht, ganz besonders durch einen hohen relativen Anteil an aktiver Hilfe zur Problembewältigung repräsentiert. Anteilige Ausprägungen der drei anderen PAP sind demgegenüber nur mäßig vertreten. Die Struktur der anteiligen Ausprägungen der vier PAP in jeder der acht pZS ist in der Abbildung 1 graphisch dargestellt.

Sie zeigt, daß Ressourcenaktivierung in allen acht pZS hinlänglich vergleichbar häufig vorkommt (rel. Häufigkeit: 13,14). Das gilt auch für motivationale Klärung (rel. Häufigkeit: 13,18). Mit Ausnahme der pZS, die sich mit dem Aufbau von Identität und Rollenentwicklung befaßt, ist Problematualisierung am wenigsten vertreten (rel. Häufigkeit: 9,00). Am häufigsten kommt jedoch aktive Hilfe zur Problembewältigung in den acht pZS vor (rel. Häufigkeit: 16,38).

Gruppierung der Metaphern anhand der vier PAP

Es wurde eine hierarchische Clusteranalyse mit dem Ziel gerechnet, zwischen den Clustern eine möglichst große Trennung zu erzeugen. Als Ähnlichkeitsmaß zwischen den Metaphern diente der quadrierte Euklidische Abstand. Wegen der Homogenität der relativen Häufigkeiten innerhalb der vier PAP, die als Clusterungsvariablen benutzt wurden, brauchte keine Variablentransformation durchgeführt werden. Für die 83 Metaphern wurde ein Lösungsbereich von maximal zehn Clustern vorgegeben. Im 78. Schritt der Clusterbildung erreichte die Fehlerquadratsumme ihren entscheidenden Sprung: Der Koeffizient erhöhte sich von 7,554 auf 10,871. Im 77. Schritt der Clusterung betrug der Koeffizient lediglich 6,714. Somit war das Zielkriterium bei acht Clustern erreicht. Die Mittelwerte und Standardabweichungen der vier PAP sind für die acht Clu-

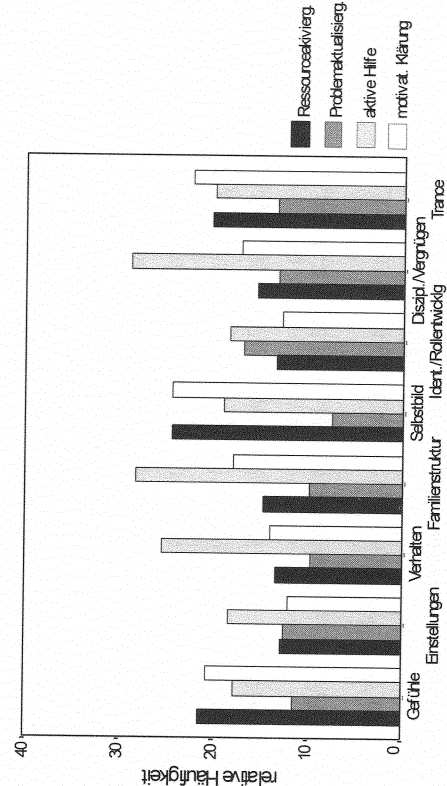


Abbildung 1: Relative Häufigkeiten (bezogen auf die Zeilenanzahl pro Metapher) der Ressourcenaktivierung, Problemaktualisierung, aktiver Hilfe bei der Problembewältigung und der motivationalen Klärung in den acht psychotherapeutischen Zielstellungen.

ster in Tabelle 3 eingetragen.

Ein Blick in diese Tabelle macht deutlich, daß vier Cluster lediglich von fünf Metaphern gebildet werden. Es sind dies Metapher 38, 80, 83, 81 und 82. Demgegenüber werden die anderen vier Cluster von 78 Metaphern gebildet.

Cluster 1 besteht aus 31 Metaphern. Darin sind alle Metaphern enthalten, die sich auf die Veränderung emotionaler Erlebnisinhalte und überwiegend auf emotionale Komponenten von Einstellungen konzentrieren. Der Cluster hat insgesamt gesehen nur geringe anteilige Ausprägungen an PAP.

Cluster	Metapher RES	PROB	AKTHILF	MOTKLÄ
1	31	10,72 ± 4,22	8,97 ± 5,71	17,88 ± 7,29
2	6	16,45 ± 6,08	29,53 ± 2,41	22,11 ± 7,28
3	1	42,86 ± 0	19,05 ± 0	33,33 ± 0
4	18	18,59 ± 7,19	14,33 ± 4,96	30,27 ± 3,42
5	23	20,98 ± 5,33	8,39 ± 4,95	15,57 ± 3,96
6	1	43,82 ± 0	0 ± 0	10,11 ± 0
7	2	24,56 ± 7,01	13,96 ± 2,23	26,31 ± 1,85
8	1	10,29 ± 0	1,472 ± 0	47,06 ± 0

Tabelle 3: Mittelwerte und Standardabweichungen der anteiligen Ausprägungen an Ressourcenaktivierung (RES), Problemaktualisierung (PROB), aktiver Hilfe bei der Problembewältigung (AKTHILF) und motivationaler Klärung (MOTKLÄ) für die acht Cluster der 83 Metaphern.

Cluster 2 besteht aus 6 Metaphern. Sie beziehen sich vornehmlich auf soziale Aspekte von Einstellungen. Diese Metaphern haben ein hohes Potential an Problemaktualisierung und vermitteln überdurchschnittlich viel aktive Hilfe zur Problembewältigung.

Cluster 4 konstituiert 18 Metaphern. Neben 4 Metaphern, die sich vornehmlich auf Änderungen in den Einstellungen zu sich selbst beziehen, sind in diesem Cluster alle Metaphern sub specie Verhaltensänderung enthalten. Zwei Metaphern beziehen sich auf Anforderungsaspekte in Bezug auf die Intervention der Familienstruktur. Alle diese Metaphern haben sehr hohe anteilige Ausprägungen an aktiver Hilfe bei der Problembewältigung und überdurchschnittlich hohe anteilige Ausprägungen an motivationaler Klärung.

Zu Cluster 5 gehören 23 Metaphern. Diese konzentrieren sich vornehmlich auf die Planung des Selbstbildes und auf den Aufbau von Identität und Rollenentwicklung. Diese Metaphern haben überdurchschnittlich hohe anteilige Ausprägungen an motivationaler Klärung und Ressourcenaktivierung bei geringer Problemaktualisierung.

Die mittleren Ausprägungen der anteiligen Ausprägungen der PAP innerhalb der Cluster sind in Abbildung 2 graphisch abgetragen.

Man kann ihr entnehmen, daß Cluster 3 - er ist identisch mit Metapher 38 (Ein schüchterner und empfindsamer Mensch kann auch erfolgreich sein! Der Umgang mit ihm ist oft ausgesprochen angenehm) - alle vier PAP in nahezu optimaler Ausprägung enthält. Gänzlich anders sind die Verhältnisse bei Cluster 6, der ebenfalls nur eine Metapher enthält, nämlich Metapher 80 (Plane deine Arbeit und erkenne sie an, wenn du sie gut gemacht hast). In dieser Metapher ist der relative Anteil an Ressourcenaktivierung extrem hoch und der der Problemaktualisierung nicht vorhanden. Cluster 7 besteht aus zwei Metaphern, die inhaltlich wenig vergleichbar sind, aber beide einen extrem hohen relativen Anteil an motivationaler Klärung und hohe relative Anteile an Ressourcenaktivierung sowie aktiver Hilfe bei der Problembewältigung repräsentieren.

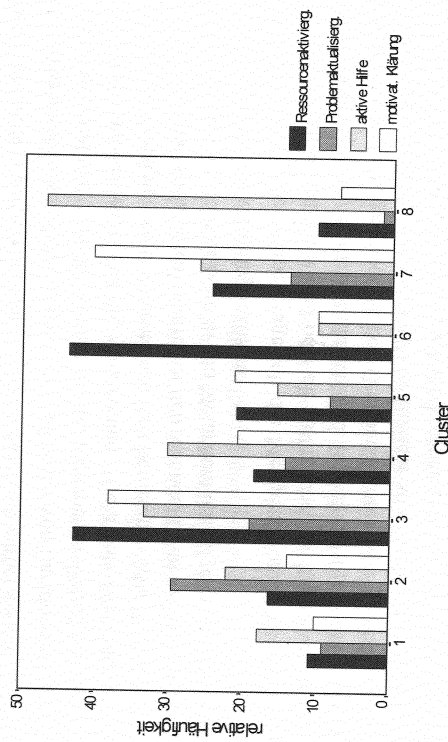


Abbildung 2: Relative Häufigkeiten (bezogen auf die Zeilenanzahl pro Metapher) der Ressourcenaktivierung, Problemaktualisierung, aktiver Hilfe bei der Problembewältigung und der motivationalen Klärung in den acht Clustern.

ren. Cluster 8 besteht wiederum nur aus einer Metapher (83) und bezieht sich auf einen angemessenen Umgang mit Schmerz. Für diesen Cluster ist charakteristisch, daß der relative Anteil an aktiver Hilfe zur Problembewältigung extrem hoch und der der Problematualisierung vernachlässigenswert gering ist. Aber auch die anteiligen Ausprägungen an motivationaler Klärung und an Ressourcenaktivierung fallen kaum ins Gewicht.

Diskussion

Diese Studie ist ein Versuch, hypnotherapeutische Metaphern mit den Mitteln der Computertechnik zu validieren. Das ist notwendig, und dazu bedarf es nicht nur eines gewissen Umdenkens hinsichtlich der Nützlichkeit dieses Vorgehens, sondern ebenso der Verfügbarkeit geeigneter theoretischer und methodischer Maßstäbe.

Als theoretische Ausgangsbasis wählten wir die Systematik von Grawe (1995). Ihr gemäß kann jegliches psychotherapeutisches Vorgehen anhand der vier Wirk- bzw. Arbeitsprinzipien Ressourcenaktivierung, Problematualisierung, aktive Hilfe bei der Problembewältigung und motivationale Klärung beschrieben werden. Später hat Grawe ein weiteres PAP seiner Systematik hinzugefügt: die Focussierung auf intra- versus interpersonale Bezüge. Dieses PAP kommt in der vorliegenden Studie nicht berücksichtigt werden. Die Wahl eines anderen theoretischen Bezugssystems hätte wahrscheinlich zu anderen Ergebnissen geführt, aber beides wäre auf eine vergleichbare Aussage hinausgelaufen: Hypnotherapeutischen Metaphern liegen Wirkmechanismen zugrunde, die in Begriffen psychotherapeutischer Qualitätssicherung formuliert werden können. Damit wird die Arbeit mit hypnotherapeutischen Metaphern zwar nicht hinsichtlich ihrer Effizienz (bezogen auf das Behandlungsergebnis), wohl aber hinsichtlich ihrer Modalitäten (bezogen auf die Frage, was eigentlich in der Hypnotherapie abläuft) mit anderen psychotherapeutischen Vorgehensweisen vergleichbar. Und das auf quantitativ-empirischem Wege, weil damit Spekulationen, Schulbezogenheit und konfessionelles Denken zurückgestellt werden!

Die vorgestellten Ergebnisse dieser Studie zeigen nun, daß in der von Lankton und Lankton vorgeschlagenen Zusammenstellung ihrer 83 Metaphern die allgemeinen Prinzipien der psychotherapeutischen Arbeit unterschiedlich häufig vorkommen. Nicht jede Metapher arbeitet also gleichmäßig nach den Prinzipien einer allgemeinen Psychotherapie. M.a.W.: Sie sind im Sinne der vier Graweschen Arbeitsprinzipien unterschiedlich redundant. Am meisten gilt das für die Problematualisierung. Am effektivsten wird in den Metaphern das allgemeine Arbeitsprinzip der aktiven Hilfe zur Problembewältigung realisiert.

Es ist zunächst jedoch noch eine offene Frage, ob die Metaphern unter therapeutischen Gesichtspunkten unterschiedlich inhaltsleer sind oder ob zusätzliche, für hypnotherapeutische Metaphern spezifische Arbeitsprinzipien darin enthalten sind. Immerhin ist ja denkbar, daß den Metaphern in Analogie zum Intelligenzmodell der Gruppenfaktoren von Thurstone (1938) neben einem g-Faktor - das entspräche den vier PAP - zusätzliche spezifische Arbeitsprinzipien zugrunde liegen. Für diese Vermutung sprechen auch die komparatistischen Analysen von Huf (1992) zu verschiedenen Therapieformen. Im Kontext der Hypnotherapie ist beispielsweise zu denken an die Prinzipien des Folgens und Führens (Bandler & Grinder, 1975), der Utilisation (Erickson & Rossi, 1981), der Inkorporation (Revenstorf, 1990), der Umdeutung (Tversky &

Kahneman, 1981) oder der Imagination (Barber & DeMoor, 1972). Allerdings fehlt dafür vorerst jeglicher empirische Unterbau. Mit dem methodischen Prozedere dieser Studie wird ein methodischer Zugang vorgeschlagen und seine Realisierung überprüft.

Welche anwendungsbezogenen Schlußfolgerungen lassen die vorgestellten Ergebnisse zu? Wer seine therapeutische Arbeit im Sinne der allgemeinen psychotherapeutischen Wirkprinzipien optimieren will, der kann aus den Tabellen 2 und 1 jene Metaphern auswählen, die dem Arbeitsauftrag des Patienten am ehesten gerecht werden. Sollen beispielsweise die persönlichen Ressourcen des Patienten aktiviert werden, dann sind dafür die elf Metaphern jener pZS besonders geeignet, die den Aufbau eines angemessenen Selbstbildes zum Ziel haben. Entsprechend den Ergebnissen zeichnen sich dafür insbesondere die Metaphern 61, 63 und 66 aus. Geht es im psychotherapeutischen Verlauf darum, daß der Patient seine Probleme aktualisiert, dann sind die Metaphern der pZS Aufbau von Identität und Rollenentwicklung, insbesondere die Metapher 72 am ehesten hilfreich. Aktive Hilfe wird mittels jener Metaphern am meisten angeboten, die sich auf eine Änderung der Familienstruktur konzentrieren. Hierfür sind die Metaphern 55 und 56 am besten ausgewiesen. Die Wahl der konkreten Metapher erfolgt entsprechend den inhaltlichen Bezügen des Patienten. M.a.W.: Der Hypnotherapeut hat zwei Entscheidungen zu treffen: (1) Wähle jene Metapher aus, in der das PAP am stärksten repräsentiert ist und damit die psychotherapeutische Zielstellung am wahrscheinlichsten erreicht wird! (2) Wähle jene Metapher aus, die thematisch dem inhaltlichen Anliegen des Patienten am ehesten entspricht!

Die moderne Hypnotherapie legt großen Wert auf die Klärung motivationaler Zusammenhänge, die für das Erleben und Verhalten eines Patienten charakteristisch sind. Für solche psychotherapeutischen Problemstellungen sind die Metaphern besonders hilfreich, die Lankton und Lankton als „Disziplin und Vergnügen“ bezeichnen. Und der Praktiker, der seine eigenen Metaphern konstruiert, ist gut beraten, wenn er sich dabei an die Konstruktionsprinzipien dieser pZS orientiert. Zusätzliche Anregungen kann er dem Buch von Gordon (1992) entnehmen.

Gegenüber der Clusterung der 83 Metaphern wirkt ihre Gruppierung zu acht psychotherapeutischen Zielstellungen ziemlich willkürlich. Das gilt zumindest für die Kriterien der allgemeinen psychotherapeutischen Arbeitsprinzipien. Läßt man die Metaphern 38, 80, 83, 81 und 82 wegen ihrer inhaltlichen und formalen Besonderheiten unberücksichtigt, so können die verbleibenden 78 Metaphern zu vier gut interpretierbaren Clustern gruppiert werden. Eine relativ große, nämlich aus 31 Metaphern bestehende Gruppe erweist sich dabei als ziemlich unergiebig, wenn man als Beurteilungsgrundlage die vier allgemeinen psychotherapeutischen Arbeitsprinzipien zugrunde legt.

Ist ein Hypnotherapeut vor die Aufgabe gestellt, das vornehmlich sich auf soziale Belange bezogene Problempotential eines Patienten zu aktualisieren, und ist dabei aktive Hilfe zur Problembewältigung angezeigt, so sind die Metaphern 32, 33, 34, 35, 36 und 37 ganz besonders indiziert. Es handelt sich bei diesen Metaphern um solche, die Lankton und Lankton der pZS Einstellungsänderungen zuweisen. Während Einstellungsänderungen in der Systematik dieser Autoren insgesamt wenig anteilige Ausprägungen an PAP enthalten, besteht für die per Clusteranalyse identifizierte Metaphergruppe ein recht spezifischer Indikationswert.

Hypnotherapeuten, die zusätzlich eine kognitiv-behaviorale Behandlungsstrategie präferie-

ren, werden jene 18 Metaphern bevorzugt, die den 4. Cluster bilden. Handelt es sich bei dieser Metaphergruppe doch um solche, die Einstellungs- und Verhaltensänderungen intendieren. Dabei dürfte sich die Kombination von aktiver Hilfeleistung bei der Problembewältigung und motivationaler Klärung als effizient erweisen.

Hypnotherapeuten, die zusätzlich besondere Kompetenzen in der gesprächstherapeutischen Akzentuierung haben, werden hingegen jene 23 Metaphern vornehmlich gebrauchen, die den Cluster 5 konstituieren. Sie alle reflektieren die Beziehungen zwischen Realselbst und Idealselbst insbesondere vor dem Hintergrund einer motivationalen Klärung und Ressourcenaktivierung. Insgesamt gesehen, tragen die Metaphern nur wenig zur Problemaktualisierung des Patienten oder zur psychotherapeutischen Situation bei. Am ausgeprägtesten ist das PAP aktive Hilfe zur Problembewältigung in den vier repräsentativen Clustern der 83 Metaphern enthalten.

Literatur

- Bandler, R. & Grinder, J. (1975). The structure of magic, Vol. 1. Palo Alto/CA: Science & Behavior.
- Barber, T.X. & DeMoore, W. (1972). A theory of hypnotic induction procedures. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 15, 112-135.
- Benesch, H. (1981). Wörterbuch zur Klinischen Psychologie. Band 1 und 2. München: Deutscher Taschenbuch Verlag.
- Bloch, S. & Crouch, E. (1985). Therapeutic factors in group psychotherapy. Oxford: Oxford University Press.
- Erickson, M.H. & Rossi, E.L. (1981). Hypnotherapie. Aufbau - Beispiele - Forschungen. München: Pfeiffer.
- Früh, W. (1981). Inhaltsanalyse. Theorie und Praxis. München: Ölschlager.
- Garfield, S.L. (1982). Psychotherapie: Ein eklektischer Ansatz. Weinheim: Beltz.
- Geis, A. (1992). Computerunterstützte Inhaltsanalyse - Hilfe oder Hintergrund? In C. Züll & P.P. Mohler (Hrsg.), Textanalyse, Anwendungen der Computerunterstützten Inhaltsanalyse (7-32). Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Gordon, D.C. (1992). Therapeutische Metaphern. Paderborn: Junfermann.
- Grawe, K. (1995). Grundriß einer Allgemeinen Psychotherapie. *Psychotherapeut*, 40, 130-145.
- Grawe, K., Bernauer, F. & Donati, R. (1994). Psychotherapie im Wandel - Von der Konfession zur Profession. Göttingen: Hogrefe.
- Huf, A. (1992). Psychotherapeutische Wirkfaktoren. Weinheim: Beltz.
- Lankton, C.H. & Lankton, S.R. (1994). Geschichten mit Zauberkraft. Die Arbeit mit Metaphern in der Psychotherapie (aus dem Amerikanischen übersetzt von Alida Iost-Peter). München: Pfeiffer.
- Lissmann, U. (1989). Die computerunterstützte Inhaltsanalyse als Instrument der empirisch-pädagogischen Forschung. (241-251). In: W. Bos & C. Tarnai (Hrsg.), Angewandte Inhaltsanalyse in Empirischer Pädagogik und Psychologie. Münster: Waxmann Wissenschaft.
- Luborsky, L., Singer, B. & Luborsky, L. (1975). Comparative studies of psychotherapies: Is it true that "everyone has won and all must have prizes"? *Archives of General Psychiatry*, 32, 995-1008.
- Meyer, A.-E. (1990). Kommunale Faktoren in der Psychotherapie als Erklärung für nicht grob unterschiedliche Ergebnisse - ein Mythos mehr in der Psychotherapieforschung? *Psychotherapie, Psychosomatik, medizinische Psychologie*, 40, 152-157.
- Peter, B., Kraiker, C. & Revenstorf, D. (Hrsg) (1991). Hypnose und Verhaltenstherapie. Bern: Huber.
- Revenstorf, D. (1990). Technik der Hypnose. In: D. Revenstorf (Hrsg.), *Klinische Hypnose*. Berlin: Springer.
- Sauer, C.B. & Scholz, O.B. (1997). Inwieweit enthalten hypnotherapeutische Metaphern allgemeine psychotherapeutische Wirkprinzipien? Computerunterstützte Inhaltsanalyse von 83 hypnotherapeutischen Metaphern. *Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie*, 45, 196-213.
- Scholz, O.B. & Curto, I. (1996). Zur Präsenz psychotherapeutischer Wirkprinzipien in Abhängigkeit vom Behandlungsverlauf einer verhaltenstherapeutisch akzentuierten Hypnotherapie. *Hypnose und Kognition*, 13 (1+2), 99-114.
- Thurstone, L.L. (1938). Primary mental abilities. *Psychometric Monographs* 1. Chicago: University of Chi-

cago Press.

Tversky, A. & Kahneman, D. (1981). The framing of decisions and the psychology of choice. *Science*, 211, 453-458.

Züll, C., Mohler, P.P. & Geis, A. (1991). Computerunterstützte Inhaltsanalyse mit TEXTPACK PC. Stuttgart: Fischer.

Which general psychotherapeutic working principles do the therapeutic metaphors of Lankton and Lankton include?

A computerized content analysis of the 83 hypnotic metaphors of Lankton and Lankton (1994) was carried out with regard to the four general psychotherapeutic working principles (GWP) postulated by Grawe (1995): resource activation, problem actualization, active help to problem mastering and motivational clarification. The metaphors were arranged intuitively in eight groups of psychotherapeutic goals by Lankton and Lankton. Prerequisite for the content analysis with the help of the TEXTPACK software was the construction of a dictionary to operationalize the general psychotherapeutic working principles.

The following questions should be answered: First, to which extent do the eight groups of psychotherapeutic goals reflect Grawe's general psychotherapeutic working principles? Second, does an alternative grouping of metaphors with the help of the content analysis take the general working principles better within the different groups? The results show that the intuitively grouped metaphors do not reflect the general psychotherapeutic working principles in a satisfactory way. In neither of the eight groups of Lankton and Lankton are the four general working principles equally distributed. A hierarchical cluster analysis of the 83 metaphors produced eight clusters of which four are not only statistically significant but do also give important clinical information. The consequences of these results for the applications of the metaphors in a clinical setting are discussed.

Keywords: computer-assisted content analysis, hypnotherapeutic metaphors, general psychotherapeutic working principles, resource activation, problem actualization, problem mastering, motivational clarification

Prof. Dr. O. B. Scholz
Lehrstuhl für Klinische & Angewandte Psychologie
Rheinische Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn
Römerstraße 164
D-53117 Bonn
O.Berndt.Scholz@uni-bonn.de

erhalten 6.5.1997, revidierte Version akzeptiert 18.1.1998

Anhang

Tabelle 1: Zusammenstellung der 83 Metaphern hinsichtlich ihrer Zuordnung zu den acht psychotherapeutischen Zielen (ptZs), der Clusterzugehörigkeit und der relativen Anteile an Ressourcenaktivierung (RES), Problemaktualisierung (PROB), aktiven Hilfe bei der Problembewältigung (AKTHILF) und motivationaler Klärung (MOTKLÄ); weitere Erläuterungen im Text!

Metapherbezeichnung	Met-Nr.	ptZS	Clu	RES	PROB	AKTHILF	MOTKLÄ
Trauer, Kummer	1	Gef	1	16,18	17,92	7,51	8,67
Trauer, Kummer, Verlust	2	Gef	1	9,78	18,48	3,26	10,87
Mut	3	Gef	1	9,19	4,41	16,54	17,28
Mut	4	Gef	1	12,82	14,53	22,22	14,53
Vertrauen	5	Gef	1	13,76	15,60	18,35	9,17
Vertrauen	6	Gef	1	4,35	2,17	20,65	8,70
Kraft, Vertrauen	7	Gef	1	4,55	12,99	13,64	21,43
Wut	8	Gef	1	11,29	14,52	11,29	11,29
Wut, Kraft	9	Gef	1	1,72	1,72	18,97	6,90
Wut	10	Gef	1	12,04	6,48	8,33	1,85
Liebe, Zugehörigkeit	11	Gef	1	11,20	9,60	26,40	12,80
Erleichterung	12	Gef	1	10,34	17,24	13,79	0,00
Meisterschaft	13	Gef	1	11,84	9,21	18,42	13,16
Befriedigung, Trost, Erleichterung	14	Gef	1	4,94	20,99	8,64	4,94
Vertrauen, Sicherheit	15	Gef	1	12,15	2,80	20,56	8,41
Freude, Humor	16	Gef	1	7,81	4,69	7,81	10,94
um Hilfe bitten, ist angemessen	17	Einst	1	7,83	9,57	19,13	6,96
Bedürfnisse ausdrücken	18	Einst	1	16,92	7,69	29,23	7,69
Trauer zeigen	19	Einst	1	5,95	7,57	21,62	10,27
zu Menschen hingezogen fühlen	20	Einst	1	14,47	1,32	14,47	10,53
Verletzlichkeit offenbaren	21	Einst	1	11,87	1,67	8,33	1,67
trotz Fehler Achtung finden	22	Einst	1	10,83	5,83	27,50	5,83
sexuell aktiv sein, ist mir möglich	23	Einst	1	17,65	3,27	18,30	10,46
von Drogen loskommen	24	Einst	1	5,36	1,79	28,57	15,18
Stolz nach Fehlerbewältigung	25	Einst	1	11,18	4,97	30,43	10,56
furchtauslösende Situation betrachten	26	Einst	1	6,14	9,65	29,82	10,53
Handeln & Aktivsein präferieren	27	Einst	1	16,30	8,89	19,26	13,33

jemanden gehen lassen (Trennung)	28	Einst	1	12,55	13,81	19,67	15,48
flexibel Kontakte knüpfen	29	Einst	1	9,79	14,47	13,62	10,21
sich um sich selbst kümmern	30	Einst	1	18,06	5,70	15,21	11,03
Eltern die eigenen Bedürfnisse zeigen	31	Einst	1	13,64	9,09	22,73	12,50
ich bekomme, was ich erwarte	32	Einst	2	28,00	32,0	13,33	17,33
Konfliktlösungen anstreben	33	Einst	2	13,33	27,11	14,67	9,78
Dinge besprechen, nicht befehlen	34	Einst	2	10,14	27,54	27,54	10,14
Verhältnis zu Eltern	35	Einst	2	16,07	32,14	21,43	17,86
Risiken eingehen bei Verabredungen	36	Einst	2	15,48	30,95	21,43	12,50
Art des Rendez-vous macht Spaß	37	Einst	2	15,69	27,48	23,53	15,69
Wirkung von Schüchternheit u.ä.	38	Einst	3	42,86	19,05	33,33	38,10
Lerngeschichte und Eheführung	39	Einst	4	18,52	18,52	31,48	22,22
auf Neues stolz und vertrauensvoll...	40	Einst	4	22,08	6,49	31,17	27,27
Hilfe anderer annehmen	41	Einst	4	11,96	11,96	31,52	18,48
sich öffnen, um zum eigenen Ich zu...	42	Einst	4	7,02	10,53	28,07	29,82
zu geben, Freundlichkeit u.a. lernen	43	Verh	4	23,70	19,26	28,89	17,78
Hilfe annehmen lernen	44	Verh	4	32,14	16,67	25,00	17,88
sich wehren	45	Verh	4	7,87	17,98	26,97	21,35
Lob zum Ausdruck bringen	46	Verh	4	23,18	21,19	26,49	22,52
selbstkritisches Verhalten ändern	47	Verh	4	8,82	8,09	30,18	22,08
entspannt in Gruppen auftreten	48	Verh	4	14,74	11,58	37,89	18,95
Verhaltensrituale beim Schenken	49	Verh	4	22,07	17,93	30,34	23,45
spielerisches, sex. Verhalten lernen	50	Verh	4	22,63	11,68	33,58	16,42
mit anderen in Wettstreit treten	51	Verh	4	16,00	10,67	26,67	20,00
um Hilfe bitten	52	Verh	4	25,20	14,63	26,83	25,20
Wünsche anmelden	53	Verh	4	19,28	7,23	30,12	18,87
über Selbstkontrolle verfügen	54	Verh	4	20,78	22,08	36,36	17,53

Triangulierung lösen	55	Fam	4	10,74	11,87	32,23	17,36
gemeinsame Verpflichtungen	56	Fam	4	27,95	19,88	31,06	19,25
mehr Gespür füreinander entwickeln	57	Fam	5	30,30	4,04	17,17	11,11
Kontollfähigkeiten entwickeln	58	Fam	5	25,36	4,35	15,22	13,77
Zugehörigkeit	59	Selbst	5	17,07	7,32	14,63	19,51
angenehme Sexualität	60	Selbst	5	21,00	8,00	9,00	25,00
Erleichterung, Spaß, Ehrgeiz	61	Selbst	5	33,03	11,01	9,17	13,76
Vergnügen, Aggression, Kontrolle	62	Selbst	5	19,19	9,09	20,20	21,21
Szenarien erproben	63	Selbst	5	23,53	3,92	13,73	24,51
Erleichterung, Befriedigung, Stolz	64	Selbst	5	18,92	2,70	8,11	31,08
Zukunftsprojektionen	65	Selbst	5	17,54	16,59	14,69	18,01
zukünftige Wahrnehmungen	66	Selbst	5	22,55	6,86	20,59	18,83
eigene Ressourcen	67	Selbst	5	17,86	19,05	19,05	19,05
Selbstwertgefühl, Ärger, Wut	68	Selbst	5	20,53	9,27	11,28	8,61
das Erlernte vertiefen	69	Selbst	5	16,67	13,77	18,84	16,12
Gelassenheit u.ä. entdecken	70	Rolle	5	14,54	7,49	22,91	25,11
Realität vs Illusion	71	Rolle	5	17,05	15,91	19,32	26,14
Gefühle als Hilfe benutzen	72	Rolle	5	13,64	7,27	19,09	20,91
sich selbst offenbaren	73	Rolle	5	23,52	3,60	15,32	18,92
auf Bekanntes konzentrieren	74	Disz	5	27,87	3,28	13,11	34,43
auf Angenehmes konzentrieren	75	Disz	5	27,57	4,21	17,76	20,09
sich nicht stets entschuldigen	76	Disz	5	26,76	12,21	16,43	29,58
Trauer durch Tränen ausdrücken	77	Disz	5	15,95	2,45	13,50	26,38
nicht nur an Stimmung orientieren	78	Disz	5	16,01	15,22	16,80	25,20
für sich selbst sorgen	79	Disz	5	16,99	5,45	12,18	22,76
Arbeit planen und anerkennen	80	Disz	6	43,82	0,00	10,11	10,11
Abhängigkeitsbedürfnis klar machen	81	Trance	7	29,52	12,38	27,62	40,95
Altersregression zur Exploration	82	Trance	7	19,59	15,54	25,00	39,86
schmerzbezogenes emot. Erleben	83	Trance	8	10,29	1,47	47,06	7,35

Behandlungswirkungen standardisierter hypnotherapeutischer Suggestionen bei Patienten mit Schlafstörungen

Andreas Behre und
O. Berndt Scholz

■ An 21 Patienten, die unter chronischen Schlafstörungen litten, wurde die Wirkung hypnotherapeutischer, metaphor- geleiteter Audiokassetten geprüft. Jeweils die Hälfte der Stichprobe erhielt innerhalb eines Behandlungszeitraumes von drei Wochen sieben symptomsspezifische (=SB) oder sieben symptomunspezifische (=UB) metaphorgeleitete Audiokassetten. Jede Audiokassette wurde nach drei Tagen ausgetauscht, wobei die Patienten die jeweilige Kassette hinsichtlich ihrer therapeutischen Qualität beurteilten. Die Darbietungsfolge der Audiokassetten wurde innerhalb der Behandlungsgruppen permutiert. Während 28 Tagen führ- ten die Patienten ein Schlafstagebuch, das die fünf Schlaf- parameter „Einschlaflatenz“, „Erholungsgefühl“, „Häu- figkeit des nächtlichen Erwachens“, „gesamte Schlafdauer während der Nacht“ und „Dauer des Wachliegens“ ent- hielt. Die Eintragungen wurden pro Woche gemittelt, so daß sich insgesamt vier Meßzeitpunkte ergaben, wobei der erste Meßzeitpunkt die Baseline abbildet.

Unabhängig von der Metaphergestaltung profitierten die Patienten sehr von den hypnotherapeutischen Audiokasset- ten. Alle fünf Schlafparameter verbesserten sich während der Behandlungsdauer statistisch signifikant. Tendenziell traf das auch für unspezifische Befindensindikatoren zu. Die SB-Metaphern waren den UB-Metaphern hinsichtlich ihrer Behandlungswirkung überlegen, wenngleich stati- stisch zu sichernde Unterschiede lediglich in der Häufigkeit des nächtlichen Erwachens gefunden wurden. In der Diskussion wird auf die Einsatzmöglichkeiten dieser Form der Autohypnose als begleitende Behandlungsmöglichkeit hingewiesen.

Schlüsselbegriffe: hypnotherapeutische Audiokassetten, störungsspezifische Metaphern, Schlafstörungen, Auto- hypnose, Schlafstagebuch