

Wirksamkeitsvergleich zwischen Hypnotherapie und Körperpsychotherapie

Eine Studie zur Praxisevaluation

Spitale, I., Revenstorf, D., Ammann, C., Pundrich, Chr., Lang, D., Koemeda-Lutz, M., Kaschke, M., Scherrmann, T., Weiss, H., Soeder, U.¹

In der vorliegenden Praxisevaluation wird der Erfolg von Körperpsychotherapie (KT) und Hypnotherapie (HT) an insgesamt 210 Patienten niedergelassener Therapeuten verglichen. Die Basis hierfür bilden die Daten zweier Evaluationsstudien², die zwischen 1998 und 2005 in ambulanten Praxen in Deutschland und der Schweiz durchgeführt wurden. Diese Studien hatten das Ziel, die Wirksamkeit der jeweiligen Therapieform im ambulanten psychotherapeutischen Alltag zu untersuchen. Hierfür wurden die teilnehmenden Therapeuten gebeten, den nächsten vorstelligen Patienten zur Teilnahme an der Studie zu motivieren. Für die vorliegende Untersuchung resultieren daraus zwei unausgelesene, hinsichtlich ihrer Diagnosen heterogene Stichproben, die in einem Prä- Post- Versuchsplan mit drei Messzeitpunkten miteinander verglichen werden. Es handelt sich hierbei um ein naturalistisches Design vom Typ der klinischen Prüfung Stufe IV (Baumann & Perrez, 1998) mit individuellen Sitzungen ohne im Sinne eines Manuals standardisierter Durchführung und ohne randomisierte Zuteilung der Patienten auf die beiden Behandlungsformen („patient preference study“). Ein Vergleich mit einer unbehandelten Wartelisten- Kontrollgruppe ist aufgrund des quasiexperimentellen Designs nicht vorgesehen (Wottawa & Thierau, 2003). Dass an dieser Art von Therapiestudien, die letztendlich die Umsetzbarkeit im Sinne von „effectiveness“ (Seligmann, 1995) feststellen sollen, zur Zeit noch ein großer Mangel herrscht, ist von zahlreichen Autoren (z.B. Baumann 1999, Richter 1998, Vanderbos 1996) immer wieder beklagt worden.

Die hier betrachteten Erfolgskriterien sind die Gesamtwerte von Selbstbeurteilungsfragebögen zur Erfassung der Symptombelastung (SCL 90R, Franke, 2002), der Interpersonellen Probleme (IIP-D; Horowitz et al., 2000) und der Lebenszufriedenheit (Bernhard et al., 2000). Für den Prä- Post- Vergleich werden 161 KT- und 49- HT- Klienten einbezogen. Für den Prä- Post- Kat- Vergleich sind dies 49 KT- und 27 HT- Patienten. Hinsichtlich ihrer soziodemographischen Variablen Alter, Geschlecht und Schulbildung, sowie ihrer klinischen

¹ Kontaktadresse für den vollständigen Artikel und die angegebene Literatur: kontakt@meg-tuebingen.de

² Die KT- Studie wurde auf Initiative des Hakomi Institute of Europe durchgeführt (Koemeda- Lutz et al., 2007). Die HT- Studie wurde im Auftrag der Milton Erickson Gesellschaft für Klinische Hypnose und der Deutschen Gesellschaft für Hypnose an der Universität Tübingen durchgeführt.

Ausgangswerte unterscheiden sich die Patienten- Stichproben nicht signifikant voneinander. Auch die Dropout-Analyse zeigt, dass sich die Patienten, die die Studie zum dritten Messzeitpunkt abbrechen, nicht signifikant von denjenigen unterscheiden, die in der Studie verbleiben.

Insgesamt zeigen beide Therapiegruppen eine signifikante Veränderung in allen klinischen Werten vom ersten zum zweiten Messzeitpunkt. Die Verbesserungen bleiben zum dritten Messzeitpunkt (Katamnese) hin stabil. Zwischen den beiden Therapieformen bestehen keine signifikanten Unterschiede in ihrer Wirksamkeit. Allerdings ist die Therapieintensität, also die Zeit, die die Klienten in der jeweiligen Therapie verbrachten, bei der KT dreimal höher als bei der HT. Die HT- Klienten haben zwischen dem ersten und zweiten Messzeitpunkt durchschnittlich 1117 (s=759) Minuten in Therapie verbracht. Bei den KT- Klienten waren es durchschnittlich 3111 Minuten (s=1567). Dieser Unterschied ist statistisch signifikant und es könnte daraus der Schluss gezogen werden, dass die HT mit geringerem Aufwand ähnliche Verbesserungen in den klinischen Werten erzielt. Allerdings ist das Ergebnis mit Vorsicht zu interpretieren. Zum einen ist die Streuung der Werte groß (s.o.). So dauerten etwa 15% der Körpertherapien weniger als 1500 min (25 h) und 16% der Hypnotherapien länger als 1800 min (30 h). Zum anderen waren es nur 6 von 49 Hypnotherapeuten, die hierzu Angaben machten, während sich 155 von insgesamt 161 Körperpsychotherapeuten hierzu äußerten. Die Angaben der Hypnotherapeuten sind also keineswegs repräsentativ. Doch unter dem Gesichtspunkt der Wirtschaftlichkeit von Therapien regen die vorliegenden Hinweise zu weiteren Kosten- Nutzenanalysen an. Zumindest widersprechen die Ergebnisse nicht einer Ökonomisierung der Therapie durch die Hypnose. Dies steht im Einklang mit anderen Befunden, in denen sich zeigt, dass mit einer geringen Zahl von Hypnotherapiesitzungen signifikante Verbesserungen erreicht werden können und sich die Dauer einer Psychotherapie durch den Einbezug von hypnotherapeutischen Techniken verkürzt (Kraiker & Peter, 1998; Revenstorf, 2003, Revenstorf & Peter 2001).