

# Die Patientenperspektive von Hypnotherapie im Vergleich zu Verhaltenstherapie

Ein Projekt der deutschen Gesellschaft für Hypnose  
und Hypnotherapie (DGH)  
Milton H. Erickson Gesellschaft für klinische Hypnose (MEG)  
Dirk Revenstorf & Corinna Pupke<sup>1</sup>

Im Rahmen der Anerkennung der Hypnotherapie wurde eine Befragung der beiden Fachgesellschaften für klinische Hypnose DGH und MEG durchgeführt. Zielsetzung der Studie war es, das Interesse an Hypnotherapie und der Psychotherapiepatienten zu erfassen. Der Hintergrund dazu ist die Tatsache, dass die Patientenperspektive in der Gesundheitspolitik zunehmend an Gewicht gewinnt (Vogt, Schwappach & Bridges, 2006; Kranich, 2004).

Mit Hilfe eines für diese Untersuchung konzipierten Fragebogens sollte geklärt werden, durch welche Charakteristika sich hypnotherapeutisch behandelte Patienten und ihre Therapeuten auszeichnen. Im Vergleich dazu wurden auch verhaltenstherapeutisch behandelte Patienten und deren Therapeuten befragt. Erfasst wurden soziodemographische Variablen, das Problem des Patienten aus seiner Sicht, Erwartungen an die Therapie, die Behandlungsvorgeschichte, Patientencharakteristika (z.B. die Therapiezufriedenheit) und ein subjektiver Belastungsindex. Die Therapeuten sollten unter anderem Fragen nach der ICD-10-Diagnose, den angewandten Interventionsstrategien, der vermuteten Behandlungsdauer, der geschätzten Therapieeignung, nach ihrer Approbation und Kassenzulassung beantworten.

Als Hypnotherapeuten wurden zertifizierte Mitglieder der DGH und MEG um ihre Mitarbeit gebeten. 53 Therapeuten und 200 ihrer Patienten fanden sich bereit, an der Studie teilzunehmen. Verhaltenstherapeuten wurden über die Hochschulambulanzen in Tübingen, Heidelberg und Konstanz und über die verhaltenstherapeutischen Ausbildungsinstitute in Tübingen (TAVT) und in Stuttgart (SZVT) kontaktiert. Außerdem wurden alle niedergelassenen Verhaltenstherapeuten in Tübingen per E-Mail angeschrieben, um sie für eine Teilnahme an der Befragung zu gewinnen. Von 180 verschickten kamen 102 ausgefüllte Fragebögen von zurück.

Es wurde ein prägnantes Profil für Hypnosepatienten erwartet, insbesondere in Bezug auf die Therapieerwartungen, die Behandlungsvorgeschichte und den subjektiven Belastungsindex.

---

<sup>1</sup> Kontaktadresse für den vollständigen Artikel und die Literatur: [kontakt@meg-tuebingen.de](mailto:kontakt@meg-tuebingen.de)

Außerdem bestand die Annahme, dass Unterschiede von Verhaltenstherapie- und Hypnosepatienten bei solchen Personen stärker ausgeprägt waren, die sich speziell für die jeweilige Therapieform entschieden hatten.

Signifikante Unterschiede bezüglich der Behandlungsvorgeschichte, und des subjektiven Belastungsindex wurden entgegen der Erwartungen nicht gefunden, aber Hypnosepatienten - v. a. mit einer Hypnosepräferenz - hatten spezifische Erwartungen an die Therapie. Sie meinten signifikant häufiger „Heilung findet von alleine statt“ als Verhaltenstherapie-Patienten. Weniger häufig dagegen vertraten sie die Meinung „Ich muss etwas für die Heilung tun“. Zudem zeichneten sie sich durch eine stärkere Hoffnung auf einen schnellen Behandlungserfolg und einen geringeren Wunsch aus, die eigene Vergangenheit besser zu verstehen. Des Weiteren kamen hypnotherapeutisch behandelte Patienten weniger häufig wegen affektiven Störungen und Zwangsstörungen, dafür vermehrt wegen einer Schmerzsymptomatik, wegen Lebenskrisen oder wegen Traumata, körperlicher Probleme oder Adipositas in Therapie.

Die Behandlungsdauer war bei Hypnotherapie signifikant kürzer als bei Verhaltenstherapie. Vor allem bei Patienten, die speziell wegen Hypnose gekommen waren, sank die Behandlungsdauer und stieg der Anteil an Hypnose-Interventionen deutlich an.

Aus der Befragung ergab sich, dass 62 Prozent der Hypnosetherapeuten in Verhaltenstherapie approbiert sind, 21 Prozent in Tiefenpsychologie und 4 Prozent als Kinder- und Jugendtherapeuten. 6 Prozent der Therapeuten hatten eine Doppelapprobation. 22 Prozent der Therapeuten waren in einem zweiten Verfahren und 12 Prozent in drei Therapieverfahren ausgebildet. 64 Prozent der Hypnotherapeuten rechneten über die Kassen ab und es waren signifikant mehr Privatpatienten unter den Behandelten als bei den Verhaltenstherapeuten.

Zusätzlich wurde eine E-Mail-Befragung von Hypnotherapeuten durchgeführt, um zu erfassen, wie viele Patienten sie innerhalb eines Jahres mit Hypnose behandeln und wie viele davon mit dem Wunsch nach Hypnose zu ihnen kommen. Wegen des notorisch geringen Rücklaufs bei solchen Befragungen, von hier etwa 10 Prozent (ähnlich wie bei Seligmans Consumer Report) können die Ergebnisse nicht verallgemeinert werden. Möglicherweise haben vorwiegend hoch motivierte Therapeuten geantwortet oder nur solche, die in größerem Umfang Hypnotherapie betreiben. Unter Berücksichtigung aller Vorbehalte zeigen die Ergebnisse, dass Hypnose von den praktizierenden Therapeuten häufig in den therapeutischen Prozess integriert wird und offenbar bei spezifischen Störungen zum Einsatz kommt. Des Weiteren konnte gezeigt werden, dass es eine Patientengruppe von 27 Prozent gibt, die aktiv Hypnose als Behandlungsmethode nachfragt.

