

Universität Trier, FB I - Psychologie
Abt. Klinische Psychologie, Psychotherapie & Wissenschaftsforschung
Prof. Dr. Günter Krampen

WS 2005/2006

16.09.2005

**Forschungsmethoden und Evaluation: Ausgewählte Probleme der angewandten
Interventions- und Evaluationsforschung (Seminar # 1801)**
Autogenes Training für Kursleiter/innen, Grundstufe (Kurs A und B)

Beschreibung der Ziele und Inhalte

Am Beispiel der Grundstufe des Autogenen Trainings (AT) wird in Methoden und Probleme der Angewandten Interventions- und Evaluationsforschung eingeführt. Die Basis bilden Selbsterfahrungen beim Erwerb des AT, seine theoretischen Grundlagen und erste Erfahrungen bei der Leitung einer AT-Gruppe. Im Vordergrund des Seminars stehen die Indikationen und Kontraindikationen des AT, seine psychischen und psychophysiologischen Effektbereiche, die Probleme bei seinem Erwerb (adaptive Indikation) und seiner Vermittlung sowie die interventionsspezifische Psychodiagnostik und Evaluation bei Einführungen in die AT-Grundstufe. Auf die Anwendungsbereiche des AT in stationären und ambulanten Kontexten sowie mit präventiven und korrekativen Zielsetzungen wird ebenso eingegangen wie auf andere systematische psychologische Entspannungsmethoden (etwa die Progressive Relaxation).

Überblicksliteratur

Krampen, G. (1998). Einführungskurse zum Autogenen Training: Ein Lehr- und Übungsbuch für die psychosoziale Praxis [2. Aufl. (oder 1. Aufl. von 1992)]. Göttingen: Verlag für Angewandte Psychologie Hogrefe.

Krampen, G. (1991). Diagnostisches und Evaluatives Instrumentarium zum Autogenen Training (AT-EVA). Göttingen: Hogrefe.

Extracurriculare Teilnahmebescheinigung bei regelmäßiger Teilnahme, einer Gruppenleitung und einem Kurzreferat (mit knappem „Handout“ für alle Teilnehmer). Diese Teilnahmebescheinigung wird von der Fachgruppe Entspannungsmethoden der Sektion Klinische Psychologie des BDP nach dem abgeschlossenen Diplomstudium im Hauptfach Psychologie für die Zertifizierung als „Kursleiter(in) für Autogenes Training – Grundstufe“ anerkannt (siehe <http://www.entspannungsverfahren.com>).

Curricularer Leistungsnachweis bei regelmäßiger Teilnahme, einer Gruppenleitung, einem Kurzreferat (mit knappem „Handout“ für alle Teilnehmer) und seiner schriftlichen Ausarbeitung („Hausarbeit“) für das Methodenfach „Forschungsmethoden und Evaluation“ (nach § 17 Abs. 4 Ziff. 1 PO).

Vorbesprechung und Gruppenaufteilung: Montag, 07.11.2005, 18.00 Uhr, HS 8

Ort und Zeit

Gruppe I: MO 16-18 Uhr, D 231

Gruppe II: MO 18-20 Uhr, D 231

Termin	Übungen	Themen	Referent/in
07.11.05	-	Gruppenaufteilung und Eingangsdiagnostik	-/-
14.11.05	gk	01. Geschichte des AT und theoretische Zugänge 02. Bestandteile des AT	gk gk
21.11.05.	gk	03. AT im Kontext anderer Entspannungsmethoden 05. Allgemeine Indikationsstellung des AT	gk gk
28.11.05	gk	04. AT und verwandte Methoden bei Kindern	_____
05.12.05	1	06. Indikationen des AT im klinischen Bereich	_____
12.12.05	1	07. Indikationen des AT im präventiven Bereich...	1. _____ 2. _____
02.01.06	2	08. Kontraindikationen des AT	_____
09.01.06	1	12. Vermittlungsfehler und Lernschwierigkeiten	1. _____ 2. _____
16.01.06	2	09. Psychophysiologische Effekte des AT	_____
23.01.06	2	10. Psychologische Effekte des AT	_____
30.01.06	1	11. Lern- und Transferprozess beim AT	1. _____ 2. _____
06.02.06	2	13. Organisation und Durchführung von AT-Kursen	_____
13.02.06	2	14. Interventionsspezifische Indikation des AT	_____
20.02.06	1	15. Formative und summative Evaluation beim AT	1. _____ 2. _____

Ausgabe der Teilnahmebescheinigungen - Seminar-Evaluation

Themen und Literaturhinweise

Übersichtsliteratur (= **Ü**) zu den Themen findet sich im oben angegebenen Buch „Krampen/ Einführungskurse zum Autogenen Training...“, in dem **am Ende jeden Kapitels auch Hinweise auf Vertiefungsliteratur gegeben werden, die Sie beachten sollten**. Weitere Hinweise auf Vertiefungsliteratur (= **V**) sind hier ergänzt.

01. Geschichte des und theoretische Zugänge zum AT

Ü: Krampen (1998), Kap. 1.1 und 1.2

V: Gerber, G. & Sedlak, F. (Hrsg.) (1990). Autogenes Training - mehr als Entspannung. München: Reinhardt (S. 11-63 und S. 138-165).

V: Krampen, G. (2002). Drei-Phasen-Modell zur Geschichte der Psychotherapie im 20. Jahrhundert. Report Psychologie, 27, 330-346.

V: Mittag, O. (1994). Schwierigkeiten beim Schreiben der Wahrheit: Zur Geschichte der Psychotherapie im Nationalsozialismus am Beispiel von J.H. Schultz. Report Psychologie, 19(3), 12-27.

02. Bestandteile des AT: Grundstufe, autogene Modifikation und autogene Meditation („Unter- und Oberstufe“)

Ü: Krampen (1998), S. 19-22 sowie Kap. 1.3 und 1.4

V: Bitter, W. (1973). Meditation in Religion und Psychotherapie (2. Aufl.). Stuttgart: Klett.

V: Brenner, H. (1999). Autogenes Training Oberstufe - Wege in die Meditation. Stuttgart: Thieme.

V: Diehl, B.J.M. & Miller, T. (Hrsg.) (1990). Moderne Suggestionsverfahren. Berlin: Springer (S. 274-285 und S. 329-333).

V: Gerber, G. & Sedlak, F. (Hrsg.) (1990). Autogenes Training - mehr als Entspannung. München: Reinhardt (S. 64-83).

V: Wallnöfer, H. (1987). Die analytische Oberstufe des autogenen Trainings. In Pesendorfer (Hrsg.), Johannes Heinrich Schulz zum 100. Geburtstag (S. 61-73). Wien: Litteras.

03. Das AT im Kontext anderer Entspannungsmethoden und kombinierte Ansätze

Ü: Krampen (1998), Kap. 2.1 bis 2.5

V: Krampen, G. (2004). Differentielle Indikation von Autogenem Training und Progressiver Relaxation. Entspannungsverfahren, 21, 6-27.

V: Ohm, D. (1992). Progressive Relaxation: Überblick über Anwendungsbereiche, Praxiserfahrungen und neuere Forschungsergebnisse. Report Psychologie, 17(1), 27-43.

V: Ohm, D. (2003). Stressfrei durch Progressive Relaxation (4. Aufl.). Stuttgart: Thieme Trias.

V: Vaitl, D. & Petermann, F. (Hrsg.). (2000). Handbuch der Entspannungsverfahren (2. Aufl., Band 1: Grundlagen und Methoden). Weinheim: Beltz (alle Kapitel in Teil II).

04. AT und verwandte Methoden bei Kindern

Ü: Krampen (1998), Kap. 2.6

Ü: Krampen, G. (1997). Autogenes Training. In C. Steinebach (Hrsg.), Heilpädagogik für chronisch kranke Kinder und Jugendliche (S. 81-108). Freiburg i.Br.: Lambertus.

V: Krampen, G. (2000). Interventionsspezifische Diagnostik und Evaluation beim Einsatz systematischer Entspannungsmethoden bei Kindern und Jugendlichen. Report Psychologie, 25, 182-190 und 203-205.

V: Friebel, V., Erkert, A. & Friedrich, S. (1993). Kreative Entspannung im Kindergarten. Freiburg: Lambertus.

V: Krowatschek, D. (1994). Entspannung in der Schule. Dortmund: borgmann.

V: Petermann, U. (Hrsg.). (1996). Ruherituale und Entspannung mit Kindern und Jugendlichen. Hohengehren: Schneider Verlag.

05. Allgemeine Indikationsstellung des AT

Ü: Krampen (1998), Kap. 3.1 (Vertiefungsliteratur: siehe dort am Kapitelende)

06. Indikationen des AT im klinischen Bereich

Ü: Krampen (1998), Kap. 3.2

V: Kaluza, G. & Strempel, I. (1994). Autogenes Training in der Augenheilkunde - dargestellt am Beispiel des Glaukoms. Heidelberg: Kaden Verlag.

- V: Krampen, G. (1997). Autogenes Training bei depressiven Störungen vor und begleitend zur methodenübergreifenden Einzelpsychotherapie. *Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie*, 45, 214-232.
- V: Krampen, G. (1999). Long-term evaluation of the effectiveness of additional autogenic training in the psychotherapy of depressive disorders. *European Psychologist*, 4, 11-18.
- V: Linden, W. (1994). Autogenic training: A narrative and quantitative review of clinical outcome. *Biofeedback and Self-Regulation*, 19, 227-264.
- V: Petermann, F. & Vaitl, D. (Hrsg.). (1994). *Handbuch der Entspannungsverfahren* (Bd. 2: Anwendungen). Weinheim: Beltz (alle Kapitel).
- V: Stetter, F. & Kupper, S. (2002). Autogenic training: A meta-analysis of clinical outcome studies. *Applied Psychophysiology and Biofeedback*, 27, 45-98.
- V: Winter, B., Nieschalk, M. & Stoll, W. (1996). Die Auswirkungen der Entspannungstherapie als Gruppen- und Einzelbehandlung bei chronischem Tinnitus. *Psychotherapie, Psychosomatik, medizinische Psychologie*, 46, 147-152.

07. Indikationen des AT im präventiven, pädagogisch-psychologischen und sportpsychologischen Bereich

Ü: Krampen (1998), Kap. 3.3

- V: Bartmann, U. & Mathes, W.-D. (1992). Autogenes Training an der VHS zur Psychohygiene. *Prävention*, 14(1), 22-24.
- V: Dieterich, R. (2000). *Lernen im Entspannungszustand*. Göttingen: Hogrefe Verlag für Angewandte Psychologie.
- V: Heinrichs, N. & Neidhardt, E. (1998). Effekte von Autogenem Training und kognitiven Spielen bei der Behandlung von Prüfungsängsten bei Kindern und Jugendlichen. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 12, 191-194.
- V: Krampen, G. (1992). Autogenes Training als Entwicklungsintervention. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 24, 184-200.
- V: Krampen, G. (1992). Effekte der Grundübungen des autogenen Trainings im schulischen Anwendungskontext. *Psychologie in Erziehung und Unterricht*, 39, 33-41.
- V: Krampen, G. (1996). Evaluation of the effectiveness of autogenic training in gerontopsychology. *European Psychologist*, 1, 243-254.
- V: Krampen, G. (2004). Effekte des Autogenen Trainings. In: U.P. Lattmann & J. Rüedi (Hrsg.), *Stress- und Selbstmanagement – Ressourcen fördern* (S. 294-303). Oberentfelden/ Aarau (Schweiz): Sauerländer Verlage.
- V: Krampen, G. & Ohm, D. (1994). Prävention und Rehabilitation. In F. Petermann & D. Vaitl (Hrsg.), *Handbuch der Entspannungsverfahren* (Bd. 2, S. 262-285). Weinheim: Beltz
- V: Rittmannsberger, H. & Grausgruber, A. (1990). Effektivität von Kursen für autogenes Training im Rahmen der Volkshochschule. *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie*, 40, 264-270.

08. Absolute und relative Kontraindikationen des AT

Ü: Krampen (1998), Kap. 3.4 (Vertiefungsliteratur: siehe dort am Kapitelende)

09. Psychophysiologische Effekte des AT

Ü: Krampen (1998), Kap. 4.1 (Vertiefungsliteratur: siehe dort am Kapitelende)

- V: Vaitl, D. & Petermann, F. (Hrsg.). (2000). *Handbuch der Entspannungsverfahren* (2. Aufl., Bd. 1: Grundlagen und Methoden). Weinheim: Beltz (drei Kapitel in Teil I).

10. Psychologische Effekte des AT

Ü: Krampen (1998), Kap. 4.2 (Vertiefungsliteratur: siehe dort am Kapitelende)

- V: Krampen, G. (1997). Promotion of creativity (divergent productions) and convergent productions by systematic relaxation exercises. *European Journal of Personality*, 11, 83-99.

11. Der Lern- und Transferprozess beim AT

Ü: Krampen (1998), Kap. 5.1 (Vertiefungsliteratur: siehe dort am Kapitelende)

12. Vermittlungsfehler und Lernschwierigkeiten

Ü: Krampen (1998), Kap. 5.2 (Vertiefungsliteratur: siehe dort am Kapitelende)

V: Diehl, B.J.M. & Miller, T. (Hrsg.) (1990). Moderne Suggestionsverfahren. Berlin: Springer (S. 286-290).

13. Organisation und Durchführung von AT-Kursen

Ü: Krampen (1998), Kap. 6, 7.2, 7.3 und 7.4 (Vertiefungsliteratur: siehe dort am Kapitelende)

14. Interventionsspezifische (differentielle) Indikation des AT

Ü: Krampen (1998), Kap. 7.1

V: Gheorghiu, V.A., Koch, E., Hübner, M. & Keller, K. (1994). Ein Verfahren zur Erfassung der „Entspannbarkeit“ in Anlehnung an die Grundübungen des Autogenen Trainings. Zeitschrift für klinische Psychologie, Psychopathologie und Psychotherapie, 42, 60-76.

V: Krampen, G. (1991). Diagnostisches und Evaluatives Instrumentarium zum Autogenen Training (AT-EVA). Göttingen: Hogrefe (hier: AT-ANAM und AT-SYM).

V: Krampen, G. (2002). Prognostischer Wert von Vorerfahrungen und Teilnahmemotiven für den Lern- und Transferprozess bei Autogenem Training und Progressiver Relaxation. Entspannungsverfahren, 19, 5-24.

V: Krampen, G. (2002). Entspannungstraining und -therapie: Anamnese-Bogen (ET-ANAM; Teil I des Diagnostischen und Evaluativen Instrumentariums für Entspannungstraining und Entspannungstherapie, ET-EVA). Göttingen: Hogrefe.

15. Qualitätssicherung: Formative und summative Evaluation beim AT

Ü: Krampen (1998), Kap. 7.5

V: Krampen, G. (1991). Diagnostisches und Evaluatives Instrumentarium zum Autogenen Training (AT-EVA). Göttingen: Hogrefe (hier: AT-STD, AT-PROTO, VFE und AT-KATAM).

V: Krampen, G. (2002). Akzeptanz und Effekte unterschiedlicher Protokollierungstechniken bei Einführungen in das Autogene Training und die Progressive Muskelrelaxation. Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie, 50, 65-74.

Zur Vorbereitung auf den Seminar-relevanten Teil der Klausur im Fach „Forschungsmethoden und Evaluation“ wird insbesondere die folgende Literatur empfohlen:

Baumann, U. & Reinecker-Hecht, C. (1998). Methodik der klinisch-psychologischen Interventionsforschung. In U. Baumann & M. Perrez (Hrsg.), Lehrbuch Klinische Psychologie - Psychotherapie (S. 346-366). Bern: Huber.

Krampen, G. (1991). Diagnostisches und Evaluatives Instrumentarium zum Autogenen Training (AT-EVA). Göttingen: Hogrefe.

Krampen, G. (1998). Einführungskurse zum Autogenen Training: Ein Lehr- und Übungsbuch für die psychosoziale Praxis [2. Aufl. (oder 1. Aufl. von 1992)]. Göttingen: Verlag für Angewandte Psychologie Hogrefe.

Wottawa, H. & Thierau, H. (1998). Lehrbuch Evaluation (2. Aufl.). Bern: Huber (Kap. 5-7).