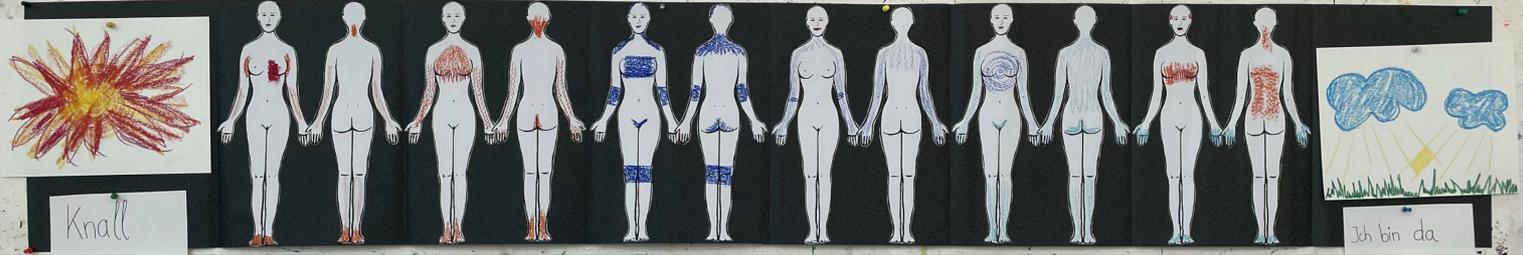


Veränderung der Interozeption mithilfe einer kunsttherapeutischen Intervention bei Patient:innen mit psychischen Erkrankungen



Einführung

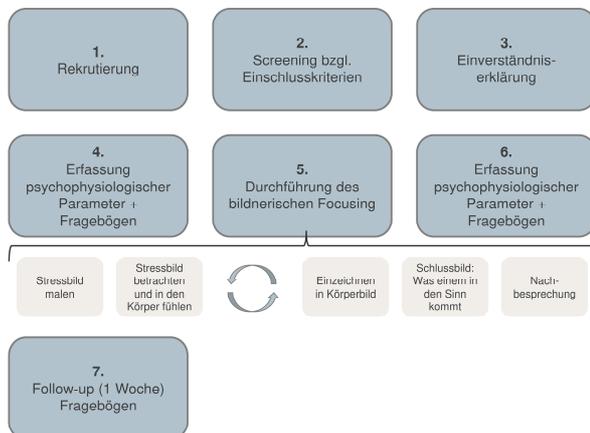
Interozeption beschreibt die Fähigkeit, körperinterne Signale und deren Verarbeitung wahrzunehmen, zu interpretieren, zu integrieren sowie zu regulieren [1]. Sie hängt mit gesundheitsrelevanten Variablen (z. B. Stress), Emotionen (z. B. Emotionswahrnehmung) und psychischen Erkrankungen (z. B. Depression, Angst- und Essstörungen) zusammen [2-11].

Die Intervention „Bildnerisches Focusing – Körperkarten der Gefühle“ stellt eine Kombination aus einem kunsttherapeutischen Verfahren und der Methode des Focusing von Gendlin [12-13] dar. Die These ist, dass alles Erlebte und die dazugehörigen Gefühle im eigenen Körper zu finden sind. Kunsttherapeutische Körperbildarbeit ermöglicht Einblicke in die Zusammenhänge zwischen seelischem Erleben und körperlichen Reaktionen. Ziel dieser Pilotstudie ist, die Veränderung interozeptiver Fähigkeiten durch die kunsttherapeutische Intervention „Bildnerisches Focusing – Körperkarten der Gefühle“ zu untersuchen.

Methode

Zehn psychosomatische Patient:innen (70% weiblich) im Alter von 30 bis 78 Jahren ($M = 55.70$, $SD = 14.24$) wurden direkt vor (T1) und nach der Intervention (T2) sowie eine Woche später (T3) hinsichtlich ihrer interozeptiven Fähigkeiten untersucht. Zur Erhebung der unterschiedlichen Dimensionen der Interozeption kamen der Herzwahrnehmungstest nach Schandry [14], sowie Fragebögen (z. B. MAIA-2) zum Einsatz. Ferner wurden weitere Variablen wie beispielsweise der Gesundheitsfragebogen (PHQ-D) und die Perceived Stress Scale (PSS-10) erhoben.

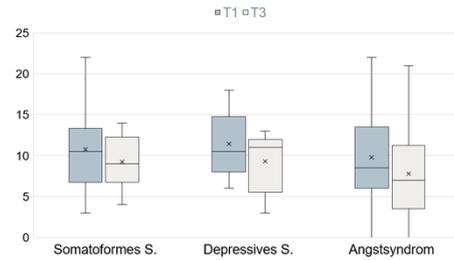
Abb. 1: Studienablauf



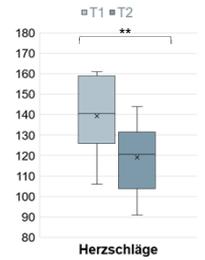
Die Daten wurden mit IBM SPSS (Vers. 28) unter der Verwendung nicht-parametrischer Tests (Wilcoxon- und Friedman-Test) mit einem Signifikanzniveau von $\alpha = .05$ ausgewertet.

Ergebnisse

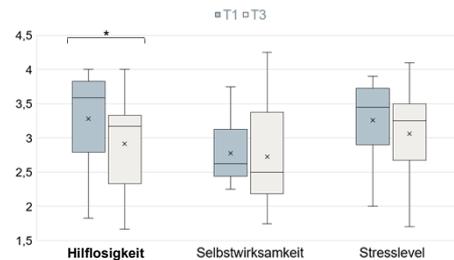
Gesundheitsfragebogen (PHQ-D)



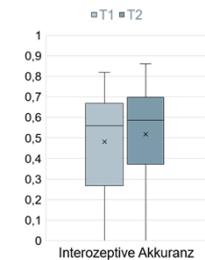
Summe der Herzschläge



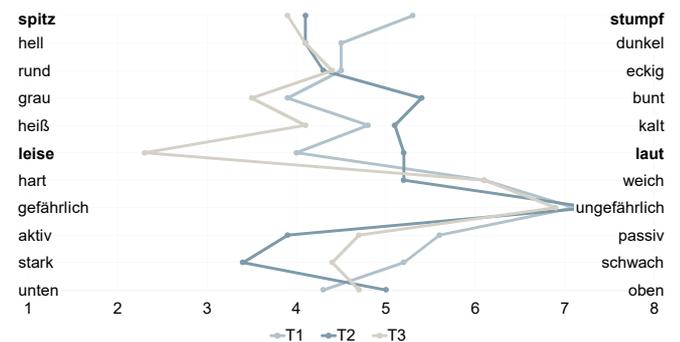
Perceived Stress Scale (PSS-10)



Interozeptive Akkuranz



Semantisches Differenzial



Diskussion

Es zeigte sich eine deskriptive Verbesserung in fast allen interozeptiven Dimensionen. Darüber hinaus wurde eine teilweise signifikante Reduktion in Bezug auf die körperliche (z. B. Herzschläge) sowie psychische (z. B. Hilflosigkeit) Symptomatik ersichtlich, die einen erleichternden Effekt durch die Intervention nahelegen. Inwiefern die deskriptiven Tendenzen haltbar sind, muss durch eine größere Stichprobe überprüft werden.

Die Ergebnisse dieser Pilotstudie sollen als Grundlage für weitere Studien dienen, um die Wirksamkeit der kunsttherapeutischen Intervention „Bildnerisches Focusing – Körperkarten der Gefühle“ bei weiteren klinischen und nicht-klinischen Stichproben zu erforschen. Zukünftig ist auch eine interkulturelle Untersuchung in Vietnam geplant.