Rundbrief März 2000

Inhalt:

1. Vorwort (1. Vorsitzender)
2.1 Vorstellung Landesstellenleiterin Berlin Dr. Bürmann-Plümpe
2.2 Verabschiedung Landesstellenleiterin Berlin Dr. Rhein
3. Ankündigung Jahrestagung der DGÄHAT vom 16. - 18. Juni 2000 in Blankenburg/Harz
4. Leitlinien AT und Leitlinie Hypnose der DGÄHAT
5. Liste aktiver Therapeuten der DGÄHAT
6. Bericht über die Tagung der ständigen AG der psychosozialen Fachgesellschaften in der AWMF vom 5. 11. 99
7. Bericht über die Delegiertenkonferenz der AG wiss. Fachgesellschaften (AWMF) vom 6.11.99 in Frankfurt/Main
8. Bericht über das Treffen der korporativen Mitglieder der AÄGP in Frankfurt/Main am 14. 1. 2000 Bildung einer Fort- und Weiterbildungsakademie
9. Bericht der 32. ordentlichen Sitzung des Arbeitskreises der Hochschullehrer für Psychotherapie und Psychosomatische Medizin in der AÄGP 15.1.2000 in Frankfurt/Main
10. Bericht über die STÄKO-Konferenz am 9.2.2000 in Frankfurt/Main
11. Neue Mitglieder
12. Zertifikate
13. 1Buchbesprechung "Autogenes Training für zwischendurch" von Claus Derra
13.2 Video: "Vom Frustesser zum Lustesser" von Peter Loebel

---

1. Liebe Mitglieder,
der Jahreswechsel liegt hinter uns, viele Neuerungen kommen im laufenden Jahr auf uns zu. Heute möchte ich Sie gleich am Anfang zu unserer **Jahrestagung am 16. bis 18. Juni 2000 nach Blankenburg in den Harz** einladen. Das beiliegende Programm haben wir nach Ihren Wünschen zusammengestellt. Veränderungen beinhalten Möglichkeiten und Chancen, wir sind entschlossen mitzuwirken. Ein wichtiger Schwerpunkt der Vorstandsarbeit ist die Förderung der Erstellung von wissenschaftlich begründeten Leitlinien zur Durchführung der Therapie mit Autogenem Training und zur Durchführung der Therapie mit Ärztlicher Hypnose. Die Liste aktiver Therapeuten liegt mir besonders am Herzen. In letzter Zeit nehmen die telefonischen und schriftlichen Anfragen nach ärztlichen Hypnosetherapeuten stark zu. Bitte entscheiden Sie sich, dabei zu sein! Die Abschlußarbeiten zur neuen Internetpräsentation laufen auf Hochtouren. Bitte schauen Sie sich alles genau an und schreiben, faxen oder mailen Sie mir Ihre Wünsche und kreativen Vorschläge. Die Vorstandswahlen stehen nach drei Jahren wieder an. Alle sind herzlich zur Mitgliederversammlung eingeladen. Ich möchte mit Ihnen gemeinsam vorgehen, die Interessen abwägen

und nach Lösungen suchen. Abschließend bitte ich noch einmal alle Mitglieder, an der Gestaltung des Rundbriefes mitzuarbeiten und mitzuwirken.
Ihr Dr. med. G.R. Clausen

2.1
Vorstellung der neuen Landesstellenleiterin in Berlin Frau Dr. Angela Bürmann-Plümpe

Dr. med. Angela Bürmann-Plümpe, Jahrgang 1945, Studium in Berlin und Münster, 1973 Promotion. Fachärztin für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie. Seit 1996 in eigener Praxis in Berlin-Wilmersdorf niedergelassen. Mitglied der DGÄHAT seit Anfang 1986. AT-Therapeutin seit 1993 Hypnose-Dozentin seit 1996.

2.2 Verabschiedung von Frau Dr. med. Renate Rhein
Bis heute leitet Frau Dr. Rhein Kurse im Autogenem Training, einem Schwerpunkt ihres langen Berufslebens, in dem die Gesundheitsvorsorge eine zentrale Rolle spielte. Mit dem Aufbau der ersten Gesundheitsberatungsstelle Deutschlands, deren Leiterin sie über 15 Jahre bis zur Pensionierung war, leistete sie Pionierarbeit auf diesem Gebiet. Mitglied der DGÄHAT wurde sie vor mehr als 20 Jahren und leitete die Landesstelle Berlin seit den 80-er Jahren, wo sie sich der Supervision und Ausbildung von ärztlichen Kollegen für AT widmetet. Die Ausbildung in Hypnose erwarb sie bei der Berliner Sektion der Milton H. Erickson - Gesellschaft und arbeitet im Bereich der Hypnotherapie mit eigenen Patienten. Unseren großen Dank verbinden wir mit den besten Wünschen für ihre Zukunft.
GRC

3. Ankündigung der Jahrestagung und Mitgliederversammlung der DGÄHAT vom 16. - 18. Juni 2000 in Blankenburg /Harz
Ich möchte Sie alle ganz herzlich zu unserer diesjährigen Jahrestagung und Mitgliederversammlung nach Blankenburg in den Harz einladen. Der persönliche Kontakt und der Gedankenaustausch sind mir besonders wichtig. Wir können als athypfam (AT-Hypnose-Familie) eine wichtige Keimzelle der Zukunft für unsere Methoden in ärztlichen Bereich bilden. Das beiliegende Programm haben wir nach Ihren Wünschen gestaltet. Die Zukunft liegt vor uns, wir werden kreativ herausgefordert, unsere ärztlichen Positionen in der allgemeinen Psychotherapie sind gefragt. Mit unserer Leitlinienentwicklung zur Therapie mit Autogenem Training und zur Therapie mit Hypnose setzen wir die richtigen Akzente. Die Vorstandswahlen stehen vor der Tür, mit der nachfolgenden Tagesordnung möchte ich möglichst viele Mitglieder erreichen und einladen. Ich freue mich auf Ihr Kommen. Ihr Günter R. Clausen.

Sehr geehrte Damen und Herren Kollegen, Liebe Mitglieder!
Zur **Mitgliederversammlung** am Samstag, den 17. Juni 2000, um 20.00 Uhr im Hotel Vogelherd, Blankenburg/Harz lade ich Sie - im Namen des Vorstandes - ein:

Tagesordnung:
TOP 1: Begrüßung und Jahresbericht
TOP 2: Genehmigung des Protokolls der Mitgliederver-sammlung v. 19.6.1999 (Rundbrief Okt. 99 Seite 25-28/Veränderungs-wünsche bitte vorher schriftlich mitteilen)
TOP 3: Bericht des Schatzmeisters / Aufgaben für die Zukunft
TOP 4: Bericht der Kassenprüfer
TOP 5: Entlastung des Vorstandes und des Schatzmeisters
Top 6 Wahl eines Wahlleiters
TOP 7: Neuwahl des Vorstandes
TOP 8: Neuwahl der Kassenprüfer
Top 8.1: Vorabveröffentlichung des Kassenberichtes
TOP 9: Internetauftritt
TOP 10: Liste aktiver Therapeuten
TOP 11: Leitlinien AT und Hypnose
TOP 11.1: Konsensuskonferenz Progressive Relaxation
TOP 12: Antrag auf Ehrenmitgliedschaft Dr. Herbert Mensen
TOP 13: Tagungsthema 22. - 24.6.2001 in Schmitten/Taunus
TOP 14: Verschiedenes
TOP 15: Termine
Mit freundlichen kollegialen Grüßen Ihr Dr. med. Günter R. Clausen

4. Leitlinie AT und Leitlinie Hypnose der DGÄHAT Die Experten der Leitlinienkonferenzen haben effektiv ge-arbeitet. Die Ergebnisse werden im Laufe des Prozesses allen Mitgliedern zur Diskussion vorgestellt. Die 4. Konsensus-Konferenz zur Leitlinie "Therapie mit Hypnose" wird am 18.06.2000 stattfinden. Mit den Leitlinien (nicht Richtlinien) wollen wir wissenschaftlich abgesichert therapeutisch Notwendiges vom nützlichen/empfohlenen gegenüber dem überflüssigen/obsoleten Vorgehen abgrenzen.

5. Liste aktiver Therapeuten der DGÄHAT In letzter Zeit erhalte ich immer mehr Anfragen nach ärztlichen Hypnosetherapeuten. Unsere Anschrift und unsere Telefonnummer werden von den Kassenärztlichen Vereinigungen und den Ärztekammern an Ratsuchende weitergegeben. Ich komme diesen Anfragen gerne nach und wünsche mir noch mehr Therapeuten auf unserer Liste aktiver Therapeuten als bisher. Bei der DGH sind 150 Therapeuten und bei der DGZH 150 Zahnärzte aufgeführt. Wir sind schon bei 83 Ärzten/Ärztinnen meist mit abgeschlossener Weiterbildung und Psychotherapeuten-qualifikation angelangt. Diese Liste wird auf Anfragen nach Therapeuten postalisch verschickt, eine zusätzliche Möglichkeit ist die Hervorhebung in der neuen Internetrepräsentation. www.dgaehat.de Das erste Etappenziel ist 100 und dann in Fünzigerschritten weiter.
GRC

6. Bericht über die Tagung der ständigen Arbeitsgruppe der psychosozialen Fachgesellschaften in der AWMF vom 05.11.1999
In dieser Sitzung der Delegierten der psychosozialen Fachgesellschaften wurde am Lebhaftesten über die AWMF Kommission "Bibliometrie" und deren Ergebnisse diskutiert. Hierbei geht es - wie früher berichtet - darum, Forschungsleistungen (in Form) von Publikationen zu bewerten und damit zwischen verschiedenen Forschern oder Forschergruppen vergleichbar zu machen. Die zuweilen sehr sprach und/oder kulturgebundenen Forschungen im Bereich der psychosozialen Fächer führt immer wieder zu Problemen, die Forschungsergebnisse englischsprachig zu publizieren.

Englischsprachige Zeitschriften werden aber gegenwärtig sehr viel höher bewertet als deutschsprachige. In diesem Kontext, der insbesondere für die an Universitäten tätigen Psychotherapeuten bedeutsam ist, wurden Lösungs-vorschläge umfassenderer Bewertung entsprechender Aktivitäten bei der Sitzung diskutiert, die darauf abzielen, auch Buchpublikationen, deutschsprachige Publikationen und andere forschungsrelevante Aktivitäten stärker zu bewerten, als dies bisher der Fall ist. Darüber hinaus wird sich die entsprechende Kommission auch mit der Qualitätssicherung der (universitären) Lehre befassen. Gegen Ende der Sitzung wurde auf Vorschlag des Sprechers der Arbeitsgruppe, Herrn Professor von Troschke, ein stellvertretender Sprecher/Leiter der Arbeitsgruppe gewählt. Die Wahl fiel hierbei auf Prof. Dr. P. L. Janssen aus Dortmund.
F. St.

7. Bericht über die Delegiertenkonferenz der AG wissenschaftlich-medizinischer Fachgesellschaften (AWMF) vom 06.11.1999 in Frankfurt am Main Zunächst wurden wiederum verschiedene Aufnahmeanträge von Fachgesellschaften diskutiert und hierzu die Vorschläge und Ergebnisse der entsprechenden Kommission weitesgehend berücksichtigt, die sich im Vorfeld mit diesen Anträgen beschäftigt. Aufgenommen wurden letztendlich nur die Deutsche Gesellschaft zur Geschichte der Nervenheilkunde und die Deutsche Transplantationsgesellschaft. Damit hat die AWMF derzeit 123 Mitgliedsgesellschaften. Aus dem Bericht des Präsidiums ist erwähnenswert, daß sich im Zusammenhang mit der Leitlinienentwicklung, die an späterer Stelle auch noch einmal von Professor Lorenz, Marburg, skizziert wurde jetzt eine Zusammenarbeit mit der ärztlichen Zentralstelle für Qualitätssicherung der Bundesärztekammer und den entsprechenden Arbeitsgruppen der AWMF abzeichnet. Professor Usadel trat als Leiter der Kommission Bibliometrie zurück. Als neuer Vorsitzender dieser AWMF-Kommission wurde Professor Bräler und als Vertreter Professor von Troschke gewählt. Die Erweiterung auf die Evaluation von Forschungs- und Lehrleistungen wurde beschlossen. Vom Leiter des DIMDI, Herrn Professor Schweim, wurden die Möglichkeiten einer hochrangigen deutschsprachigen Internetzeitschrift vorgestellt. Die Delegiertenkonferenz beschloß, ein solches Projekt in Angriff zu nehmen und beauftragte den Vorstand der AWMF damit, entsprechende Schritte und Verhandlungen mit Herrn Professor Schweim umzusetzen. Den breitesten Raum in der Delegiertenkonferenz nahmen die Vorträge und Diskussionen zum Antikorruptionsgesetz und seinen möglichen negativen Auswirkungen auf die Drittmittelforschung ein. Einer der leitenden Oberstaatsanwälte (Staatsanwalt Mühlhausen aus Wuppertal) stellte die Sicht der Staatsanwaltschaft dar, ein Justitiar eines bedeutenden pharmazeutischen Unternehmens ergänzte diese Ausführungen um die Bemühungen um Transparenz und Klarheit, die inzwischen seitens der pharmazeutischen Industrie unternommen werden. Abgerundet wurde dies mit einem Erfahrungsbericht eines "Betroffenen", der die zum Teil eingreifenden und auch diskriminierenden praktischen Vorgehensweisen von Staatsanwaltschaft und in deren Gefolge der Presse lebhaft schilderte. Zusammengefaßt läßt sich sagen, daß für Amtsträger (Beamte, Angestellte des öffentlichen Dienstes), evtl. auch andere Ärztinnen und Ärzte in leitenden Funktionen kirchlicher oder privatrechtlicher Einrichtungen, die Transparenz beim Empfang von finanziellen oder anderen Zuwendungen Dritter (insbesondere von Seiten industrieller Unternehmen) ausgesprochen wichtig ist. Erbrachte Leistung und

erhaltene Zuwendung müssen in einem angemessenen Zusammenhang stehen. Die Mittelverwendung muß transparent sein und vom Dienstherrn genehmigt oder bestätigt werden. Darüber hinaus darf durch die Zuwendung in keiner Weise Einfluß auf Entscheidungen des "Amtsträgers" genommen werden und dies muß von beiden Seiten (sowohl dem Zuwendungsempfänger als auch dem Zuwendungsgeber) schriftlich und klar ausgedrückt werden. Es würde den Rahmen dieses Berichtes sprengen, alle Details an dieser Stelle zu publizieren. Sollte sich hier ein besonderes Interesse der DGÄHAT-Mitglieder abzeichnen, so kann bei der kommenden Mitgliederversammlung auf Antrag (Antrag bitte beim Vorsitzenden, Herrn Dr. Clausen, einreichen) berichtet und diskutiert werden.
F. St.

8. Bericht über das Treffen der korporativen Mitglieder der AÄGP in Frankfurt/Main am 14. Jan. 2000 Bildung einer Fort- u. Weiterbildungsakademie Am Treffen der korporativen Mitglieder der AÄGP nahmen für unsere Fachgesellschaft Friedhelm Stetter und ich teil. Die Tagesordnung beinhaltete Fragen der Zusammenarbeit der korporativen Mitglieder mit dem Vorstand der AÄGP, Informationen über aktuelle gesundheitspolitische Fragen, die Honorarsituation und Verschiedenes. Prof. Tress führte durch die Tagesordnung, Dr. Kruse erläuterte die Zusammensetzung der korporativen Mitglieder mit ihren Fort- und Weiterbildungsregelungen (siehe Anlage) und Dr. Bodenstein erläuterte die daraus folgenden Überlegungen zur Bildung einer Fort- und Weiter-bildungsakademie unter dem Dach der AÄGP. Die Gesamtheit und Gemeinsamkeit der ärztlichen Psycho-therapie stand bei den Überlegungen im Vordergrund. Global denken und lokal handeln. Überlegt wurde ein Dachverband unter der Schirmherrschaft der AÄGP unter dem die wissenschaftlichen Fachverbände und Weiterbildungs-verbände eine Fort- und Weiter-bildungsakademie gründen. Jeder führt Eigenständig seine Fort- und Weiterbildung durch und benennt seine Ausbilder/Dozenten. Die Akademie hätte nach außen informative und politische Wirkungen und im Innenverhältnis vereinte sie die verschiedenen Verbände. Die unterschiedlichen methoden- und patientenorientierten Psychotherapieverfahren bekämen eine Heimat. Die allgemeine ärztliche Psychotherapie gilt es zu stärken und die unterschiedlichen Interessen zu bündeln. Eine Arbeitsgruppe, bei der ich Mitarbeit zugesagt habe, wird sich am 17. März 2000 in Frankfurt treffen und alles weitere einschließlich eines Kooperationsvertrages mit der AÄGP beraten.
GRC

9. Bericht der 32. Ordentlichen Sitzung des Arbeitskreises der Hochschullehrer für Psychotherapie und Psychosomatische Medizin in der AÄGP 15.01.2000 in Frankfurt/Main Als Mitglied der AÄGP und Vertreter der Interessen der DGÄHAT nahm PD Dr. med. Friedhelm Stetter (Oberbergklinik Extertal/Mitglied der Medizinischen Fakultät der Universität Tübingen) an og. Sitzung teil. Bei den Berichten über die Entwicklungen des Faches Psychotherapie und Psychosomatische Medizin an den verschiedenen medizinischen Fakultäten der deutschen Universitäten wurde deutlich, daß es an einigen Stellen Bestrebungen gibt, freiwerdende Lehrstühle nur zögerlich neu zu besetzen oder deren Eigenständigkeit zu beschneiden. An den meisten deutschen Universitäten ist hingegen das Fach nach wie vor gut vertreten und es gibt auch durchaus sehr positive und konstruktive Entwicklungen. In diesem Zusammenhang sei vom Berichterstatter darauf hingewiesen, daß es auch wieder vermehrt Aktivitäten zumeist im Rahmen der

entsprechenden Lehrstühle an den deutschen Universitäten gibt, die sich mit Autogenem Training und Hypnose befassen. Exemplarisch sei hier auf die Aktivitäten von Professor E. R. Petzold (RWTH Aachen), auf die gerade in Arbeit befindliche Neuauflage des "Handbuches des Autogenen Trainings" unter Leitung von Professor F. O. Hoffmann (Mainz) und auf die Aktivitäten von Dr. W. Häuser hingewiesen. Dr. Häuser ist seit einiger Zeit leitender Arzt der Medizinischen Klinik I, Funktionsbereich Psychosomatik des Klinikums Saarbrücken, geworden und befaßt sich unter anderem mit empirisch fundierten hypnotherapeutischen Vorgehensweisen bei Patienten mit gastrointestinalen Störungen. Professor K. Lieberz (Mannheim) legte planmäßig das Amt als Sprecher des Arbeitskreises nieder und Herr PD Dr. Wöller (Düsseldorf) wurde einstimmig zum neuen Sprecher des Arbeitskreises gewählt. Von Seiten des Vorstandes der AÄGP war an den Arbeitskreis das Anliegen herangetragen worden, für die Beratung des Vorstandes der AÄGP in gezielten wissenschaftlichen Fragestellungen zur Verfügung zu stehen. Als Beispiel wurde hier auf die Fragen der Qualitätssicherung in der ärztlichen Psychotherapie sowie auch die Kombination von Psychopharmakotherapie mit psychotherapeutischen Methoden im ärztlichen Bereich hingewiesen. Um diese durchaus sinnvolle Aufgabe - neben der Möglichkeit des freien Gedankenaustausches - übernehmen zu können, entschloß sich der Arbeitskreis, eine Strukturkommission zu berufen, die unter Vorsitz von PD Dr. Wöller (Düsseldorf) bereits Ende Februar diesen Jahres erstmals tagen wird. Auch PD Dr. Stetter wurde in diese Strukturkommission berufen. Die Sitzung wurde durch den Fachvortrag mit anschließender Diskussion von Prof. Dr. U. Gieler (Gießen) zum Thema "Die Bedeutung der Psychosomatik in der Dermatologie" bereichert und abgerundet.
F.St.

10. Information über die STÄKO (Ständige Konferenz ärztlicher psychotherapeutischer Verbände) Liebe Kolleginnen und Kollegen, anbei einige Informationen über die STÄKO, deren Mitglied wir als DGÄHAT sind. Zur Zeit vertrete ich unsere Gesellschaft dort. Mehrmals pro Jahr treffen wir uns als psychotherapeutische Fachverbände, um über die Interessen der psychotherapeutisch tätigen Ärzte zu sprechen und diese zu koordinieren, damit eine entsprechende Außenwirkung in den Fachgremien, der KBV, des Bundesgesundheitsministeriums und der Bundesärztekammer erreicht werden kann. Unsere letzte Sitzung fand nun am 09.02.00 in Frankfurt statt. Hier einige aktuelle Informationen daraus: Am 13.12.99 fand ein Treffen im BMG mit Vertretern der ärztlichen und psychologischen Therapieverbände statt. Es ging u. a. um die Finanzierung der psychotherapeutischen Leistungen. Bezüglich der 90%-Regelung für Ärzte als Notwendigkeit zur Stützung der Leistungen wollte Frau Fischer "wegen ihrer Nerven keine neuen Änderungen mehr zulassen". Insgesamt zeigte sich die Tendenz, daß das BMG sich aus der gazen Sache ziemlich heraushalten will und auf darauf verweist, dies sei eine Ländersache bezüglich der Nachschußpflicht von Geldern. Bezüglich Neuentwicklung in der KBV ist zu erwähnen, daß hier eine Rechnung angestellt wurde (Januar 2000) wobei vom niedrigsten Nebenkostensatz und dem maximalen Nutzen einer Praxis ausgegangen wird, und das BSG so "verdreht" wurde, daß ein Punktwert von 6,85 Pfennig ausreichend wäre. Sämtliche Mitglieder des Vermittlungsausschusses sind deswegen schon angeschrieben worden, denn es handelt sich hierbei um einen Skandal, der die Arbeit von psychotherapeutisch tätigen Psychiatern und anderen Fachgruppen nicht mehr ermöglichen würde. Eine Solidarität aller Gruppierungen der

STÄKO bezüglich der Gleichbezahlung aller ärztlichen psychotherapeutischen Leistungen (genehmigungs-pflichtigen) konnte erreicht werden. Frau Bell verfaßt hier eine Resolution, die u. a. an das BMG geht. Nach aktuellen Bedarfszahlplanungen für Psychotherapie ging es dann noch einmal um die Abgrenzung, bzw. einen Konsens zwischen Psychiatern und anderen psychotherapeutisch tätigen Ärzten. Weiterbildungsordnung: Hier gibt es wohl nichts entscheidend Neues. Einige Teilnehmer hatten jedoch am gestrigen Tag eine CD-ROM von der Bundesärztekammer bekommen. Es geht dabei um die Musterweiterbildungsordnung. Daß unsere Leitlinienentwicklung sehr wichtig ist, zeigte sich nochmals durch eine Information, daß im Dezember 1999 eine Leitlinie für Angststörungen in der Kassenärztlichen Vereinigung Hessen verteilt wurde, und hier lediglich VT als einzige adäquate psychotherapeutische Technik angegeben wurde. Psychotherapieforschung wird nochmals als wichtig hervorgehoben und in einem Beschluß der STÄKO an die Bundesärztekammer weitergeleitet. Hierfür müssen entsprechende Gelder zur Verfügung gestellt werden, da die Pharma-Industrie dies nicht fördert.
S. Stephan

11. Neue Mitglieder
Dr. med.dent. Charlotte Gormsen, Warburg
Dr. med. Ralf Möller, Porta Westfalica
Dipl.med. Gabriela Weischet, Neuruppin

12. Zertifikate
Dr. med. Charlotte Baltrusch, Niedernhall, H - T
Dr. med. Reinhard Bauß, Lilienthal, H -D
Dr. med. Hans Beige, Schwerte, AT-T
Dr. med. Renate Dill, Würzburg, AT-D, H-D
Dr. med. Kuno Schwendemann, Nagold, AT-T, H-T Frau Nina Trinkl, Sehnde, AT-T

13.1 Buchbesprechung "Autogenes Training für zwischendurch"
von Claus Derra TRIAS Stuttgart 1998, 189 Seiten, 29 Abb. ISBN 3-89373-416 Zu Beginn stellt der Autor die Frage, warum viele Menschen das AT lernen, es aber später dann nicht mehr anwenden. Der vorliegende Ratgeber will daher den Lernprozeß durch eine besonders anschauliche Darstellung der Grundlagen und durch zusätzliche praktische Hilfestellungen zur besseren Körper-wahrnehmung (Zitronenexperiment, Aufmerksam-keitsschein-werfer, Körperfühlübungen) begleiten, um die Motivation zum regelmäßigen Üben zu verbessern. Der Untertitel "Wie Sie Pausen und Wartezeiten für Entspannung und Streßabbau nutzen" deutet gleichzeitig an, daß die Alltagsanwendung des AT im Vordergrund steht. Die klassischen Anwendungsbereiche werden umfassend dargestellt und durch Photos und Graphiken illustriert. Dabei wird besonders auf die Wirkungsweise, die Möglichkeiten und Grenzen von eigenen Leitsätzen einge-gangen. Zu den wichtigsten Störungsbildern wird jeweils eine differenzierte Formelsammlung angeboten und es werden detailliert Hinweise zur Bildung von persönlichen Leitsätzen gegeben. Die Störungsbilder selbst sind leider sehr kompakt dargestellt, für den Laienleser wären etwas weitergehende Hinter-grundinformationen wünschenswert. Besonders lesens-wert sind die Kapitel über Gesundheitsförderung, Streßbewältigung, Leistungssteigerung in Schule, Beruf und Sport sowie über Schwangerschaft und Geburt. Interessant sind auch die verschiedenen Alltagsübungspositionen (gerade die offen-sichtlich bewußt wenig professionellen Photos überzeugen hier), die Kurzentspannung sowie

das "Höhenruder" zur Kon-trolle der Entspannungstiefe. Insgesamt ein unbedingt (- und nicht nur zwischendurch !) lesenswerter Ratgeber, der durch seine kompetente Vielfältigkeit bestätigt, wie modern das AT tatsächlich ist und so auch für AT-Trainer und Therapeuten zu einer kreativen Fundgrube werden kann.
GRC

13.2 Video: "Vom Frustesser zum Lustesser" (STRess-Management durch Selbsthypnose) VHS-Video Bad Orb 1998, ca. 76 Min., 69.00 DM
Wie ist das Essverhalten im Sinne einer ernährungs-physiologisch ausgewogenen Ernährung zu verändern? Unser Mitglied Peter Loebel, unlängst in den Vorstand des Zentralverbandes der Ärzte für Naturheilverfahren gewählt, arbeitet zunächst den Unterschied zwischen Hunger und Appetit heraus und ordnet ihnen psychosomatische Funktionen zu. Zentrale Bedeutung haben die Selbst-regula-tionsmechanismen des Essverhaltens und die möglichen kulturellen und psychosozialen Störvariablen. In dem Live-Mitschnitt eines Workshops stellt er 2 praktische Übungen vor, u.a. mit der sinnlichen Erfahrung des Schokoladeessens für alle Teilnehmer. Abgerundet wird der Workshop mit einem kleinen augenzwinkernden Exkurs zum Problem der Balance zwischen Lust und Vernunft. Grundsätzlich kann gerade bei der Vermittlung von Hypnosetechniken die Videodarstellung die Primärliteratur ergänzen. Die persönliche Vermittlung in Kleingruppen, vor allem mit entsprechender Selbsterfahrung, ist durch sie aber nicht zu ersetzen. Durch den Selbstversand des Autors konnte der Preis dankenswerterweise um ein Drittel gesenkt werden.
W.-R. K.