

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	1
2. Das Stresskonstrukt und seine Korrelate	3
2.1 Das Phänomen „Stress“	3
2.2 Neurohumorale Stressreaktionen	6
2.2.1 Cortisol-Produktion und Regulation	9
2.2.2 Cortisol als Stresshormon	12
2.3 Public Speaking als Modellstresssituation	14
3. Akupunktur	19
3.1 Körperakupunktur	19
3.1.1 Historische Entwicklung	20
3.1.2 Die Philosophie der Traditionellen Chinesischen Medizin	21
3.1.3 Der Akupunkturpunkt	23
3.1.4 Das Meridiansystem.....	24
3.2 Ohrakupunktur	26
3.2.1 Historische Entwicklung	27
3.2.2 Theoretische Grundlagen	29
3.2.3 Praktische Anwendung	32
3.3 Aktuelle Forschung.....	38
3.4 Fragestellung und Hypothesen.....	41
3.4.1 Wirksamkeit der Bedingung Public Speaking	42
3.4.2 Beeinflussung objektiver und subjektiver Stressreaktionen durch Ohrakupunktur	42
4. Methodik	43
4.1 Probandenkollektiv	43
4.2 Unabhängige Variablen.....	45
4.2.1 Simulation der Stressbedingung.....	45

4.2.2	Behandlungsvariationen.....	47
4.3	Abhängige Variablen/Diagnostische Verfahren.....	53
4.3.1	Speichelcortisolbestimmung.....	53
4.3.2	Psychologische Fragebögen.....	54
4.4	Studiendesign.....	55
4.5	Versuchsdurchführung.....	56
4.5.1	Aufklärungsgespräch und Voruntersuchung.....	56
4.5.2	Hauptversuch.....	57
4.6	Statistische Auswertung.....	65
5.	Ergebnisse	67
5.1	Situative Befindlichkeit.....	67
5.2	Speichelcortisol.....	86
6.	Diskussion	91
6.1	Spezifischer Einfluss des Stressfaktors auf die Situative Befindlichkeit.....	91
6.2	Spezifischer Einfluss des Stressfaktors auf die Cortisolkonzentration.....	93
6.3	Spezifischer Einfluss der Ohrakupunktur auf die Situative Befindlichkeit.....	94
6.4	Spezifischer Einfluss der Ohrakupunktur auf die Cortisolkonzentration.....	103
6.5	Kritische Anmerkungen zum Versuchsplan.....	108
	A) Objektivierung der TCM anhand naturwissenschaftlicher Methoden.....	108
	B) Placebokontrolle der Akupunkturverfahren.....	108
	C) Validität der Selbstbeurteilung in psychologischen Fragebögen.....	111
	D) Die Frage nach einer Nullgruppe in der Stressbedingung.....	112
	E) Ist die Nonstressgruppe eine Kontrollgruppe?.....	113
6.5	Schlussfolgerung.....	113

7. Zusammenfassung	117
8. Literaturverzeichnis	121
Danksagung	133
9. Anhang	135
Schriftliche Information für die Probanden	136
Einverständniserklärung.....	139
Instruktionen der Stressgruppe (Hauptversuch).....	141
Instruktion der Nonstressgruppe (Hauptversuch)	143
Befindlichkeitsfragebogen (BSKE)	143