

Exposé Bachelorarbeit Psychologie

Betreuer: Prof. Dr. Dr. Herrmann (Uni HB) / N.N.

Neuronale Korrelate von Meditation und deren möglicher Nutzen für die Therapie von chronischen Schmerzen

Das Ziel dieser Arbeit ist, herauszufinden, ob es mögliche Erklärungen auf neuronaler Ebene für die Wirksamkeit von Meditation in der Schmerztherapie gibt.

Viele Menschen leiden unter chronischen Schmerzen, welche häufig schwer behandelbar sind, da sie oft nicht, wie akute Schmerzen, eine abgrenzbare Ursache oder Lokalisierung haben. Umso wichtiger ist es, die Therapiemöglichkeiten weiter zu erforschen und den Ursachen auf die Spur zu gehen.

Einige Studien beschäftigen sich mit der Meditation, vor allem im Bereich der Achtsamkeitsmeditation, als mögliche Therapieform für chronische Schmerzen und können mithilfe von Selbsteinschätzungen positive Effekte verzeichnen. Auch im Bereich der Hirnforschung erfreut sich die Meditationsforschung in den letzten Jahren eines Aufschwunges, sodass einige Ergebnisse zu neuronalen Veränderungen berichtet werden können.

Einige wenige Studien haben auch versucht, die Wirksamkeit der Meditation für die Therapie von chronischen Schmerzen auf neuronaler Ebene zu begründen. Dies weiterführend sollen am Ende der Ausarbeitung die Ergebnisse aus der Hirnforschung bezüglich Meditation mit denen aus der Schmerzforschung zusammengeführt werden, um weitere Erklärungen für die Wirksamkeit der Meditation auf neuronaler Ebene zu suchen. Sollten zu wenige Erklärungsmöglichkeiten bestehen, wird ein Studiendesign zur weiteren Erforschung dieser Frage vorgeschlagen.