



**Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg  
Medizinische Fakultät Mannheim  
Dissertations-Kurzfassung**

**Traumerleben und die Metakognitive Theorie – Eine empirische  
Untersuchung von PatientInnen mit Schlafstörungen**

Autor: Tim Träger  
Institut / Klinik: Zentralinstitut für Seelische Gesundheit Mannheim (ZI)  
Doktorvater: Prof. Dr. M. Deuschle

Die vorliegende Studie diente zur Untersuchung der Zusammenhänge von schlafbezogener Metakognition und dem Traumerleben bei PatientInnen mit Schlafstörungen. Die Metakognitive Theorie findet bereits bei mehreren psychischen Erkrankungen Anwendung und wird in der Schlafmedizin seit einigen Jahren untersucht. Hierzu zeigten bereits einige Studien eine Assoziation mit der Insomnie-Erkrankung. Jüngere Studien deuten ebenfalls auf einen Zusammenhang mit der Alpträumstörung hin. Bei der Stichprobe handelt es sich um PatientInnen aus dem Schlaflabor des Zentralinstituts für Seelische Gesundheit, Mannheim. Insgesamt wurden 616 PatientInnen (357 Frauen, 259 Männer) mit Schlafstörungen in die Auswertung eingeschlossen. Eine Besonderheit dieser Untersuchung lag in der Größe und Heterogenität der Stichprobe und dem großen Anteil von polysomnografisch gesicherten Diagnosen. Mithilfe des Metakognitiven Fragebogens – Insomnie 20 (MCQ-I20), einem Schlafprotokoll und weiterer Fragebögen wurde das Traumerleben der PatientInnen erfasst.

Die Ergebnisse zeigen keine signifikante Assoziation zwischen der Ausprägung der Metakognition und der Traumerinnerungshäufigkeit, weshalb die erste Hypothese ( $H_1$ ) verworfen wurde. Zwischen TG und Metakognition konnten deutliche Zusammenhänge gezeigt werden, wobei die Metakognition signifikant mit negativen Traumgefühlen korrelierte ( $r = -.230$ ,  $p = <.0001$ ,  $N = 406$ ), als auch in den Regressionsanalysen eine signifikant negative Assoziation zeigte ( $SS_{AmD} = -.2105$ ,  $p <.0001$ ;  $SS_{StD} = -.1271$ ,  $p = .0268$ ). Die zweite Hypothese ( $H_2$ ) konnte somit bestätigt werden. Auch die Alpträumhäufigkeit zeigte mit Metakognition einen signifikanten Zusammenhang in den Korrelations- und Regressionsanalysen ( $SS_{AmD} = .2291$ ,  $p <.0001$ ;  $SS_{StD} = .1977$ ,  $p = .0082$ ). Die dritte Hypothese ( $H_3$ ) wurde somit ebenfalls bestätigt.

Die Beobachtung, dass Metakognition und Alpträume eine signifikante Assoziation aufweisen, rückt die Rolle von Metakognition im Hinblick auf traumbezogene Emotionen und Alpträume in ein neues Licht. Die Ergebnisse implizieren, dass die Metakognitive Theorie im Rahmen schlechter Träume und Alpträume, berücksichtigt werden sollte. Die vorliegende Studie möchte dazu anregen, diesem vielversprechenden Ansatz und den offen gebliebenen Fragen in weiteren Untersuchungen nachzugehen.