
Die Nutzung virtueller Realität bei Auftrittsangst – Wirkfaktoren und Behandlungskonzept

DANIEL BELLINGER¹ (WÜRZBURG), KRISTIN WEHRMANN¹ (WÜRZBURG),
MARTIN J. HERRMANN¹ (WÜRZBURG), MARIA SCHUPPERT³ (WÜRZBURG) UND
ANGELIKA ERHARDT-LEHMANN^{1,2} (WÜRZBURG - MÜNCHEN)

¹ Klinik und Poliklinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des Universitätsklinikums Würzburg

² Max-Planck-Institut für Psychiatrie München

³ Hochschule für Musik Würzburg

Interessenskonflikt:

Die Autoren geben an, keine Interessenskonflikte zu haben.

Zusammenfassung

Auftrittsangst kann als eine Subentität sozialer Ängste definiert werden und gilt als ein häufiges Problem unter Musikerinnen und Musikern. Im Gegensatz zum normalen Lampenfieber beeinträchtigt Auftrittsangst die musikalische Darbietung mit erheblichen Auswirkungen auf den künstlerischen Werdegang und/oder das Wohlbefinden des Einzelnen. Die Therapie der Wahl bei Angsterkrankungen ist die kognitive Verhaltenstherapie (KVT) mit Exposition. Zur Auftrittsangst gibt es bisher kaum Therapiestudien, in denen die Expositionstherapie in virtueller Realität angewendet und wissenschaftlich untersucht wurde. Folgende Arbeit befasst sich daher mit einem klassischen verhaltenstherapeutischen Behandlungsansatz bei Auftrittsangst, nämlich dem Konfrontationsverfahren in virtueller Realität (VR), und geht insbesondere der Frage nach, in welchem Maße die VR genutzt werden kann und welche Wirkfaktoren bei der Nutzung eine wesentliche Rolle spielen. Abschließend wird ein VR-Behandlungskonzept zur Auftrittsangst vorgestellt.

Schlüsselwörter: Auftrittsangst, kognitive Verhaltenstherapie, Exposition, virtuelle Realität

Abstract

Music performance anxiety (MPA) can be defined as a subentity of social fears and is considered a common problem among musicians. Unlike to normal stage fright, MPA affects the musical performance with a significant impact on the artistic career and/or the well-being of the individual. The therapy of choice for anxiety disorders is cognitive-behavioral therapy with exposure. Hardly any therapy studies so far have applied virtual reality exposure on MPA. Therefore, the following article focuses on a classical behavioral therapeutic treatment approach for patients with music performance anxiety, namely the confrontation procedure in virtual reality (VR), and addresses in particular the question to which extent VR can be used and which impact factors play an essential role in its application. Finally, a VR treatment concept for music performance anxiety is presented.

Keywords: music performance anxiety, cognitive-behavioral therapy, exposure, virtual reality