

Inhalt

| | |
|--|-----------|
| Vorwort | 13 |
| Einleitung | 15 |
| I Grundlegendes | 19 |
| 1 Empirische Psychotherapieforschung – Wann ist Psychotherapie wissenschaftlich fundiert? | 21 |
| 1.1 Zusammenfassung | 21 |
| 1.2 Einleitung | 22 |
| 1.3 Forschungsmethoden der Psychotherapie: Untersuchungsdesigns | 23 |
| 1.4 Wie soll in der Psychotherapieforschung Erfolg gemessen werden? | 26 |
| 1.5 Gütekriterien für Therapiestudien | 27 |
| 1.6 Ablaufplan zur wissenschaftlichen Einführung von neuen psychotherapeutischen Interventionen | 30 |
| 1.7 Metaanalysen; Cochrane-Analysen | 31 |
| 1.8 Gesundheitsökonomische Analysen | 34 |
| 1.9 Welche Psychotherapien sind wissenschaftlich fundiert? | 36 |
| 1.10 Blick ins Internet | 37 |
| 1.11 Weiterführende Literatur | 38 |
| 2 Von der ersten bis zur letzten Sitzung – ein Therapie-Prozessmodell | 39 |
| 2.1 Zusammenfassung | 39 |
| 2.2 Das allgemeine Therapie-Prozessmodell | 39 |
| 2.3 Weiterführende Literatur | 45 |
| II Diagnostik | 47 |
| 3 Dokumentation und Qualitätssicherung | 49 |
| 3.1 Zusammenfassung | 49 |
| 3.2 Qualitätsmanagement | 49 |
| 3.3 Dokumentation in der Psychotherapie | 53 |
| 3.4 Probleme bei der Qualitätssicherung | 54 |
| 3.5 Weiterführende Literatur | 56 |
| 4 Klassifikation psychischer Störungen | 57 |
| 4.1 Zusammenfassung | 57 |

Inhalt

| | | |
|------------|--|------------|
| 4.2 | Warum ist Klassifikation wichtig? | 58 |
| 4.3 | Wie wird klassifiziert? | 60 |
| 4.4 | Die Klassifikationssysteme ICD-10 und DSM-IV | 61 |
| 4.5 | Methoden und Instrumente zur Klassifikation psychischer Störungen | 64 |
| 4.6 | Häufige Klassifikationsfehler | 65 |
| 4.7 | Einige Orientierungshilfen | 67 |
| 4.8 | Weiterführende Literatur | 69 |
| 5 | Verhaltens- und Bedingungsanalyse | 70 |
| 5.1 | Zusammenfassung | 70 |
| 5.2 | Einführung | 71 |
| 5.3 | Praktisches Vorgehen | 76 |
| 5.4 | Wissenschaftliche Fundierung | 80 |
| 5.5 | Weiterführende Literatur | 82 |
| 6 | Fragebögen und Ratingskalen in Diagnostik und Evaluation | 83 |
| 6.1 | Zusammenfassung | 83 |
| 6.2 | Einleitung | 83 |
| 6.3 | Problem- und störungsbezogene Diagnostik | 85 |
| 6.4 | Diagnostik im Therapieverlauf | 87 |
| 6.5 | Kriterien für die Auswahl geeigneter Instrumente | 89 |
| 6.6 | Weiterführende Literatur | 91 |
| 7 | Leistungsdiagnostik in der Psychotherapie | 92 |
| 7.1 | Zusammenfassung | 92 |
| 7.2 | Einleitung | 92 |
| 7.3 | Anwendungen der Leistungsdiagnostik in der Psychotherapie | 93 |
| 7.4 | Verfahren zur Leistungsdiagnostik | 94 |
| 7.5 | Teststrategie | 97 |
| 7.6 | Besonderheiten beim Einsatz von Leistungstests in der Psychotherapie | 98 |
| 7.7 | Weiterführende Literatur | 100 |
| III | Motivation | 101 |
| 8 | Motivation zur Behandlung, Motivation zur Veränderung | 103 |
| 8.1 | Zusammenfassung | 103 |
| 8.2 | Einleitung | 103 |
| 8.3 | Motivation zur Behandlung | 105 |
| 8.4 | Motivation zur Veränderung | 108 |
| 8.5 | Weiterführende Literatur | 114 |
| IV | Beispiele störungsspezifischer Therapieansätze | 115 |
| 9 | Panik, Agoraphobie | 117 |
| 9.1 | Zusammenfassung | 117 |

| | | |
|------|--|-----|
| 9.2 | Einleitung | 118 |
| 9.3 | Praktisches Vorgehen in der Therapie | 120 |
| 9.4 | Wissenschaftliche Fundierung | 129 |
| 9.5 | Pharmakotherapie der Panikstörung | 132 |
| 9.6 | Wann ist die psychologische Behandlung der Panikstörung besonders erfolgreich? – Variationen im Behandlungsvorgehen | 133 |
| 9.7 | Psychobiologie der Behandlung von Panikattacken | 135 |
| 9.8 | Weiterführende Literatur | 136 |
| | | |
| 10 | Soziale Phobie | 137 |
| 10.1 | Zusammenfassung | 137 |
| 10.2 | Einleitung | 138 |
| 10.3 | Praktische Durchführung der Kognitiven Verhaltenstherapie | 145 |
| 10.4 | Wissenschaftliche Fundierung | 156 |
| 10.5 | Weiterführende Literatur | 158 |
| | | |
| 11 | Posttraumatische Belastungsstörungen | 159 |
| 11.1 | Zusammenfassung | 159 |
| 11.2 | Einleitung | 160 |
| 11.3 | Praktisches Vorgehen | 161 |
| 11.4 | Wissenschaftliche Fundierung der psychologischen Behandlung | 169 |
| 11.5 | Pharmakologische Behandlung | 172 |
| 11.6 | Psychobiologische Aspekte der Behandlung | 172 |
| 11.7 | Weiterführende Literatur | 173 |
| | | |
| 12 | Zwangsstörungen | 174 |
| 12.1 | Zusammenfassung | 174 |
| 12.2 | Einleitung | 175 |
| 12.3 | Praktisches Vorgehen | 176 |
| 12.4 | Wissenschaftliche Fundierung | 190 |
| 12.5 | Weiterführende Literatur | 194 |
| | | |
| 13 | Affektive Störungen | 195 |
| 13.1 | Zusammenfassung | 195 |
| 13.2 | Einführung | 196 |
| 13.3 | Depressive Erkrankungen | 197 |
| 13.4 | Behandlung der Depression | 200 |
| 13.5 | Wissenschaftliche Fundierung der Psychotherapie bei unipolarer Depression .. | 208 |
| 13.6 | Bipolare Störungen | 212 |
| 13.7 | Behandlung der Bipolaren Störung | 213 |
| 13.8 | Wissenschaftliche Fundierung der Psychotherapie bei Bipolaren Störungen | 218 |
| 13.9 | Weiterführende Literatur | 219 |

| | | |
|-----------|---|-----|
| 14 | Somatoforme Störungen und chronischer Schmerz | 220 |
| 14.1 | Zusammenfassung | 220 |
| 14.2 | Einleitung | 221 |
| 14.3 | Praktisches Vorgehen..... | 224 |
| 14.4 | Wissenschaftliche Fundierung | 240 |
| 14.5 | Weiterführende Literatur | 243 |
| 15 | Psychologische Therapie bei schizophrenen Störungen | 244 |
| 15.1 | Zusammenfassung | 244 |
| 15.2 | Einleitung | 244 |
| 15.3 | Praktisches Vorgehen..... | 246 |
| 15.4 | Weiterführende Literatur | 261 |
| 16 | Neuropsychologische Störungen | 262 |
| 16.1 | Zusammenfassung | 262 |
| 16.2 | Einleitung | 263 |
| 16.3 | Praktisches Vorgehen..... | 264 |
| 16.4 | Wissenschaftliche Fundierung | 277 |
| 16.5 | Weiterführende Literatur | 279 |
| 17 | Behandlung von Essstörungen am Beispiel der Bulimia nervosa und der »Binge-Eating«-Störung | 280 |
| 17.1 | Zusammenfassung | 280 |
| 17.2 | Einleitung | 281 |
| 17.3 | Diagnostik..... | 285 |
| 17.4 | Psychologische und pharmakologische Behandlung..... | 288 |
| 17.5 | Wissenschaftliche Fundierung | 294 |
| 17.6 | Weiterführende Literatur | 296 |
| V | Allgemeine Therapieansätze | 297 |
| 18 | Entspannungsverfahren und klinische Hypnose | 299 |
| 18.1 | Zusammenfassung | 299 |
| 18.2 | Einleitung | 300 |
| 18.3 | Die Progressive Muskelentspannung | 301 |
| 18.4 | Autogenes Training | 306 |
| 18.5 | Klinische Hypnose | 307 |
| 18.6 | Weiterführende Literatur | 309 |
| 19 | Nutzung von Verstärkern | 310 |
| 19.1 | Zusammenfassung | 310 |
| 19.2 | Einleitung | 311 |
| 19.3 | Voraussetzungen für die therapeutische Nutzung von Verstärkern | 312 |

| | | |
|-----------|---|------------|
| 19.4 | Methoden zur Förderung von Verhalten..... | 315 |
| 19.5 | Methoden zum Abbau von Verhalten | 318 |
| 19.6 | Kontingenzmanagement..... | 320 |
| 19.7 | Stimuluskontrolle | 322 |
| 19.8 | Anwendungsbeispiele und Wirksamkeit operanter Methoden | 322 |
| 19.9 | Weiterführende Literatur | 325 |
| 20 | Expositionsbehandlung – nicht nur bei Angststörungen | 326 |
| 20.1 | Zusammenfassung | 326 |
| 20.2 | Einleitung | 326 |
| 20.3 | Durchführung von Expositionstherapien | 329 |
| 20.4 | Wissenschaftliche Effektivität der Expositionstherapie bei Angstkrankheiten.. | 333 |
| 20.5 | Weiterentwicklungen und weitere Indikationsgebiete von Expositionsverfahren | 333 |
| 20.6 | Weiterführende Literatur | 337 |
| 21 | Kognitive Therapie | 338 |
| 21.1 | Zusammenfassung | 338 |
| 21.2 | Einleitung | 339 |
| 21.3 | Praktisches Vorgehen..... | 344 |
| 21.4 | Wissenschaftliche Fundierung | 355 |
| 21.5 | Weiterführende Literatur | 358 |
| 22 | Angewandte Psychophysiologie und Biofeedback..... | 359 |
| 22.1 | Zusammenfassung | 359 |
| 22.2 | Einleitung | 360 |
| 22.3 | Praktisches Vorgehen..... | 364 |
| 22.4 | Wissenschaftliche Fundierung | 371 |
| 22.5 | Weiterführende Literatur | 376 |
| 23 | Training von Selbstsicherheit und sozialer Kompetenz | 377 |
| 23.1 | Zusammenfassung | 377 |
| 23.2 | Einleitung | 378 |
| 23.3 | Das erste Selbstsicherheitstraining: Salter (1949)..... | 378 |
| 23.4 | Das Assertiveness Training Program (ATP) von Ullrich & Ullrich de Muynck (1976)..... | 379 |
| 23.5 | Das Gruppentraining Sozialer Kompetenzen GSK (Hinsch & Pflingsten, 2002) | 381 |
| 23.6 | Weitere Trainings zur sozialen Kompetenz | 383 |
| 23.7 | Soziale Kompetenztrainings bei Kindern | 383 |
| 23.8 | Wissenschaftliche Bewertung von Trainings zur sozialen Kompetenz..... | 384 |
| 23.9 | Weiterführende Literatur | 385 |
| 24 | Problemlösetraining..... | 386 |
| 24.1 | Zusammenfassung | 386 |

Inhalt

| | | |
|------------|--|------------|
| 24.2 | Einleitung | 386 |
| 24.3 | Merkmale von Problemlösetrainings | 387 |
| 24.4 | Anwendungsgebiete und Wirksamkeit von Problemlösetrainings | 392 |
| 24.5 | Schlussfolgerungen für die Behandlung..... | 394 |
| 24.6 | Weiterführende Literatur | 394 |
| 25 | Paar- und Familientherapie | 395 |
| 25.1 | Zusammenfassung | 395 |
| 25.2 | Einleitung | 395 |
| 25.3 | Praktisches Vorgehen in der Familientherapie..... | 397 |
| 25.4 | Wissenschaftliche Fundierung von paar- und familientherapeutischen Ansätzen | 402 |
| 25.5 | Weiterführende Literatur | 403 |
| 26 | Interpersonelle Psychotherapie..... | 404 |
| 26.1 | Zusammenfassung | 404 |
| 26.2 | Einleitung | 405 |
| 26.3 | Theoretische und empirische Grundlagen | 405 |
| 26.4 | Empirische Befunde zu interpersonellen Problemen bei Depressionen | 406 |
| 26.5 | Interpersonelle Psychotherapie der Depression..... | 406 |
| 26.6 | Adaptationen der Interpersonellen Psychotherapie..... | 412 |
| 26.7 | Ergebnisse der Therapieforschung zur Interpersonellen Psychotherapie | 413 |
| 26.8 | Zusammenfassung und Ausblick..... | 414 |
| 26.9 | Weiterführende Literatur | 416 |
| VI | Neurobiologie und Psychotherapie..... | 417 |
| 27 | Psychobiologische Aspekte der Psychotherapie | 419 |
| 27.1 | Zusammenfassung | 419 |
| 27.2 | Einleitung | 420 |
| 27.3 | Beispiele für psychobiologische Fragestellungen der Psychotherapie | 420 |
| 27.4 | Beispiele zur psychobiologischen Evaluation von Psychotherapie | 424 |
| 27.5 | Psychotherapie im Zeitalter genetischer Forschung | 429 |
| 27.6 | Weiterführende Literatur | 431 |
| VII | Allgemeine Aspekte der Psychotherapie..... | 433 |
| 28 | Versorgung psychisch Kranker in Deutschland..... | 435 |
| 28.1 | Zusammenfassung | 435 |
| 28.2 | Einleitung | 436 |
| 28.3 | Wie hoch ist der Bedarf zur Versorgung psychisch Kranker?..... | 436 |
| 28.4 | Wer bietet wie viel psychotherapeutische Leistungen an?..... | 437 |
| 28.5 | Wer sucht welche Behandlung auf? | 440 |

| | | |
|-----------|---|------------|
| 28.6 | Erhalten die Patienten in der Psychotherapie die Behandlung, die sie benötigen? | 441 |
| 28.7 | Fazit zur Versorgungssituation mit Psychotherapie..... | 442 |
| 28.8 | Weiterführende Literatur | 444 |
| 29 | Allgemeine Wirkvariablen in der Psychotherapie, Therapieprozessforschung.. | 445 |
| 29.1 | Zusammenfassung | 445 |
| 29.2 | Einleitung | 446 |
| 29.3 | Ansätze zur »Allgemeinen Psychotherapie«..... | 447 |
| 29.4 | Merkmale erfolgreicher Therapeuten | 450 |
| 29.5 | Patientenvariablen | 451 |
| 29.6 | Therapeutische Interaktion und sonstige Einflüsse auf den Therapieerfolg | 452 |
| 29.7 | Abschließende Bemerkungen | 453 |
| 29.8 | Weiterführende Literatur | 453 |
| | Literatur..... | 454 |
| | Stichwortverzeichnis | 477 |