

Inhalt

1	Einleitung	1
2	Angstbewältigung durch Verhaltenstherapie	3
2.1	Die Systematische Desensibilisierung	3
2.1.1	Überblick	3
2.1.2	Theoretische Grundlage	3
2.1.3	Praktisches Vorgehen	6
2.1.4	Probleme	11
2.2	Kognitive Verhaltensmodifikation	13
2.2.1	Theoretischer Status	13
2.2.2	Therapeutisches Vorgehen	15
2.2.3	Kritische Anmerkungen	24
2.3	Systematische Konfrontation (Flooding)	30
2.3.1	Überblick	30
2.3.2	Die wesentlichen Elemente heute verwendeter Formen der systematischen Konfrontation	34
2.4	Psychopharmakologische Angsttherapie	47
2.4.1	Überblick	47
2.4.2	Psychopharmaka bei normalen Ängsten	49
2.4.3	Psychopharmaka bei pathologischen Ängsten	50
2.4.4	Angstmodelle in der Psychopharmakologie	57
2.4.5	Psychopharmaka und Psychotherapie	60
3	Angstlösung durch Erfahrungsorientiertes Lernen (ELT)	63
3.1	Grundlagen der Therapie Erfahrungsorientierten Lernens (ELT) ..	63
3.1.1	Die Ausgangslage	63
3.1.2	Zur Notwendigkeit eines erweiterten Ansatzes in der Therapieentwicklung	65
3.1.3	Ein erfahrungsorientiertes Störungsmodell	70
3.1.4	Quellen der Erweiterung des ELT-Therapieansatzes	71
3.1.5	Therapieschwerpunkte	73
3.1.6	ELT-Arbeitsprinzipien	75
3.1.7	Offene Probleme	80
3.2	Datenerhebung in der ELT	82
3.2.1	Die Erfassung des Mikroprozesses durch das Erstinterview	82
3.2.2	Ergänzung der subjektiven Daten aus dem Erstinterview	83
3.2.2.1	Verhaltenstest	83
3.2.2.2	Laboruntersuchungen	84
3.2.2.3	Tagebuch	84
3.2.3	Effekte	84
3.2.4	Weitere diagnostische Schritte	84
3.2.5	Schwierigkeiten der meßmethodischen Erfassung des Therapieprozesses	86
3.2.6	Schema des Halbstandardisierten Interviews	87
3.3	ELT und Forschung	90

X	Inhalt	
3.3.1	Der neue Forschungstrend	90
3.3.2	Einzelfalldarstellung in der ELT	94
3.3.3	Bewertung der Einzelfälle	124
3.3.4	Gruppenvergleichsstudie	125
3.3.5	Schlußfolgerungen	130
4	Literatur	133
5	Anhang: ELT-Schritte zur Angstlösung im Selbstversuch	137
	Register	152