

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	10
1. Zum Begriff der Selbstkontrolle	11
1.1 <i>Unbewusste psychische Selbstregulierung</i>	11
1.2 <i>Spontane bewusste Selbstregulierung</i>	12
1.3 <i>Spontanremission</i>	14
1.4 <i>Selbstkontrolle</i>	15
2. Psychoanalytische Positionen zur Selbstkontrolle	19
2.1 <i>Definition</i>	19
2.2 <i>Selbstanalyse als Forschungsinstrument</i>	20
2.3 <i>Selbstanalyse als didaktisches Instrument</i>	20
2.4 <i>Selbstanalyse als Selbstkontrolle</i>	23
2.5 <i>Therapeut-Klient-Dyade vs. Selbstanalyse</i>	24
2.6 <i>Argumente für die Selbstanalyse des Klienten</i>	30
2.7 <i>Funktionen des Klienten in der Selbstanalyse</i>	37
2.8 <i>Praxis der Selbstanalyse</i>	41
3. Klientenzentrierte Positionen zur Selbstkontrolle	44
3.1 <i>Therapeutenverhalten</i>	44
3.2 <i>Klientenverhalten</i>	46
3.3 <i>Situationsvariablen</i>	47
3.4 <i>Therapeut-Klient-Interaktion</i>	47
3.5 <i>Prozeß der Therapie</i>	48
3.6 <i>Selbsttherapie und die Kernvariablen des Therapeuten</i>	49
3.7 <i>Selbsttherapie und die Prozeßvariablen des Klienten</i>	53
3.8 <i>Selbstaktualisierung</i>	56
3.9 <i>Selbstaktualisierung und Selbsttherapie</i>	58
4. Gestalttherapeutische Positionen zur Selbstkontrolle	64
4.1 <i>Organismus und Umwelt</i>	64
4.2 <i>Organische Selbstregulierung</i>	65
4.3 <i>Gestalttherapeutische Theorie der Neurose</i>	66
4.4 <i>Leistungen der Therapie</i>	69
4.5 <i>Gestalt — Selbsttherapie</i>	73

5.	Verhaltenstherapeutische Positionen zur Selbstkontrolle	77
5.1	<i>Verhaltensgleichung</i>	77
5.2	<i>Operationalisierung des Selbst</i>	78
5.3	<i>Wandel des Subjekt-Modells</i>	79
5.4	<i>Einbeziehung kognitiver Komponenten</i>	80
5.5	<i>Konflikt der Konsequenzen</i>	88
5.6	<i>Gruppenkontingenzen</i>	91
5.7	<i>Diagnostik</i>	92
5.8	<i>Indikation</i>	93
5.9	<i>Therapieplan</i>	98
5.10	<i>Gegenwärtige Entwicklungen</i>	100
5.11	<i>Verhaltenstherapeutische Selbstkontrolle als Paradigmenwechsel</i>	102
6.	Theorieübergreifende Gemeinsamkeiten	103
6.1	<i>Nachrangigkeit des Therapeuten</i>	103
6.2	<i>Autonomiefähigkeit des Klienten</i>	103
6.3	<i>Notwendigkeit einer Initialanleitung</i>	103
6.4	<i>Selbstindikation</i>	104
6.5	<i>Eigenaktivität des Klienten</i>	104
6.6	<i>Individualisierung der Intervention</i>	106
6.7	<i>Selbstrückkopplung</i>	107
6.8	<i>Gruppenbindung</i>	107
7.	Fragestellung und Hypothesen	108
7.1	<i>Signifikanz der Änderung</i>	108
7.2	<i>Phase der größten Änderung</i>	109
7.3	<i>Änderungsrate von Problem- und Zielverhalten</i>	109
7.4	<i>Spezifität vs. Generalität der Änderung</i>	110
7.5	<i>Unspezifische Änderungen</i>	111
7.6	<i>Versuchsgruppe und Kontrollgruppe</i>	112
7.7	<i>Änderungsrate und Motivation</i>	112
7.8	<i>Änderungsrate und V1</i>	114
7.9	<i>Änderungsrate und Gruppe</i>	116
8.	Selbstkontroll-Intervention	119
8.1	<i>Treatment-Sitzungen</i>	119
8.2	<i>Schriftliche Instruktion</i>	121
8.3	<i>Selbstkontroll-Komponenten des treatments</i>	126
8.4	<i>Vergleich mit anderen Selbstkontroll-Instruktionen</i>	127
8.5	<i>Das treatment in der Wahrnehmung der Vpn</i>	129
8.6	<i>Motivation der Vpn</i>	131
8.7	<i>Zur Bedeutung der Gruppe</i>	133

9.	Untersuchungsmethodik	136
9.1	<i>Vpn</i>	136
9.2	<i>Messzeitpunkte und Datenerhebung</i>	136
9.3	<i>Instrumente</i>	137
9.4	<i>Probleme der Selbstprotokollierung</i>	144
9.5	<i>Versuchsplan</i>	146
9.6	<i>Rechnungen</i>	151
10.	Generelle Änderungen	152
10.1	<i>Probleme und Interventionen</i>	152
10.2	<i>Symptomgruppen</i>	161
10.3	<i>Änderung der base-line</i>	162
10.4	<i>Problemverhalten und Zielverhalten</i>	173
10.5	<i>Spezifität und Generalität</i>	174
10.6	<i>Versuchsgruppe und Kontrollgruppe</i>	180
10.7	<i>Zusammenfassung</i>	183
11.	Änderungen in einzelnen Symptomgruppen	184
11.1	<i>Arbeitsverhalten</i>	184
11.2	<i>Sozialverhalten</i>	190
11.3	<i>Essverhalten</i>	199
11.4	<i>Situatives Verhalten</i>	206
11.5	<i>Zusammenfassung</i>	210
12.	Ausgewählte Determinanten der Änderung	215
12.1	<i>Änderungsrate und Motivation</i>	215
12.2	<i>Änderungsrate und Vl</i>	217
12.3	<i>Änderungsrate und Gruppe</i>	220
12.4	<i>Zusammenfassung</i>	232
13.	Abschließende Bemerkungen	234
	Literatur	239
	Anhang	268
	Personenregister	272
	Sachregister	280