

# Inhalt

---

Vorwort	7
Erster Teil	
Wir selber setzen Verhaltensänderungen in Gang	9
Kapitel 1 Soziales Lernen: Schlüssel zur Verhaltensänderung	13
Kapitel 2 Soziale Verstärker	16
Kapitel 3 Aversive Reize Variationen auf das Thema Bestrafung	26
Kapitel 4 Wie man es macht: Präzise Verstärkung	32
Kapitel 5 Welche Art von Verstärkern?	44
Kapitel 6 Unbeabsichtigtes Training	50
Zweiter Teil	
Fertigkeiten in der Verhaltensänderung	57
Kapitel 7 Erstellung eines Veränderungsprogramms	59
Kapitel 8 Verträge	71
Kapitel 9 Sozialer Ausschluß (Time-out)	78
Dritter Teil	
Anwendung auf häufige Eheprobleme	89
Kapitel 10 Austausch	90

Vierter Teil	
Anwendung auf Problemkinder	103
Kapitel 11 Das aggressive Kind	105
Kapitel 12 Spezifizieren und Verändern von widersetzlichem Verhalten	111
Kapitel 13 Änderung anderen aggressiven Verhaltens	121
Literaturhinweise	132