

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Rahmenbedingungen von Psychotherapie und Beratung</b> . . . . .	<b>1</b>	<b>4.4.3</b>	<b>Prozess-/Erlebnisorientierte Therapie nach Greenberg</b> . . . . .	<b>51</b>
	<i>Florian Scholz</i>		<b>4.4.4</b>	<b>Emotionsfokussierte Therapie (EFT) nach Greenberg</b> . . . . .	<b>51</b>
<b>1.1</b>	<b>Rechtliche Rahmenbedingungen für Psychotherapie</b> . . . . .	<b>1</b>	<b>4.5</b>	<b>Empirische Absicherung</b> . . . . .	<b>52</b>
<b>1.2</b>	<b>Ausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten</b> . . . . .	<b>4</b>	<b>4.6</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	<b>53</b>
<b>1.3</b>	<b>Psychotherapeutische Versorgung</b> . . . . .	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>Interpersonelle Therapie</b> . . . . .	<b>55</b>
<b>1.3.1</b>	<b>Ambulante Versorgung</b> . . . . .	<b>6</b>		<i>Wiebke Hannig und Matthias Berking</i>	
<b>1.3.2</b>	<b>Stationäre Versorgung</b> . . . . .	<b>8</b>	<b>5.1</b>	<b>Beschreibung</b> . . . . .	<b>55</b>
<b>1.4</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	<b>11</b>	<b>5.2</b>	<b>Therapeutenverhalten und therapeutische Techniken</b> . . . . .	<b>57</b>
<b>2</b>	<b>Therapiemotivation</b> . . . . .	<b>13</b>	<b>5.3</b>	<b>Behandlungsphasen</b> . . . . .	<b>58</b>
	<i>Matthias Berking und Judith Kowalsky</i>		<b>5.4</b>	<b>Erweiterungen der IPT</b> . . . . .	<b>60</b>
<b>2.1</b>	<b>Grundlagen und Relevanz</b> . . . . .	<b>13</b>	<b>5.5</b>	<b>Empirische Absicherung und wissenschaftliche Anerkennung</b> . . . . .	<b>61</b>
<b>2.2</b>	<b>Diagnostik von Therapie- bzw. Veränderungsmotivation</b> . . . . .	<b>15</b>	<b>5.6</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	<b>63</b>
<b>2.3</b>	<b>Motivierende Gesprächsführung als Beispiel für motivationsfokussiertes therapeutisches Vorgehen</b> . . . . .	<b>18</b>	<b>6</b>	<b>Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP)</b> . . . . .	<b>65</b>
<b>2.4</b>	<b>Fazit und Ausblick</b> . . . . .	<b>20</b>		<i>Nikola Stenzel, Daniel Keil und Tobias Fehlinger</i>	
<b>2.5</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	<b>21</b>	<b>6.1</b>	<b>Beschreibung</b> . . . . .	<b>65</b>
<b>3</b>	<b>Kognitive Verhaltenstherapie</b> . . . . .	<b>23</b>	<b>6.1.1</b>	<b>Besonderheiten chronisch depressiver Erkrankungen</b> . . . . .	<b>65</b>
	<i>Anna Radkovsky und Matthias Berking</i>		<b>6.1.2</b>	<b>Theoretischer Hintergrund</b> . . . . .	<b>66</b>
<b>3.1</b>	<b>Einführung</b> . . . . .	<b>23</b>	<b>6.2</b>	<b>Praktisches Vorgehen</b> . . . . .	<b>67</b>
<b>3.2</b>	<b>Spezifische Verfahren und Techniken der KVT</b> . . . . .	<b>24</b>	<b>6.2.1</b>	<b>Behandlungsziele</b> . . . . .	<b>67</b>
<b>3.2.1</b>	<b>Konfrontationsverfahren</b> . . . . .	<b>24</b>	<b>6.2.2</b>	<b>Spezifische Behandlungsmethoden und Vorgehensweisen</b> . . . . .	<b>67</b>
<b>3.2.2</b>	<b>Operante Verfahren</b> . . . . .	<b>28</b>	<b>6.2.3</b>	<b>CBASP im stationären Setting</b> . . . . .	<b>71</b>
<b>3.2.3</b>	<b>Modelllernen</b> . . . . .	<b>33</b>	<b>6.3</b>	<b>Empirische Absicherung</b> . . . . .	<b>71</b>
<b>3.2.4</b>	<b>Kognitive Verfahren</b> . . . . .	<b>35</b>	<b>6.4</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	<b>73</b>
<b>3.3</b>	<b>Effektivität von KVT und aktuelle Entwicklungen</b> . . . . .	<b>41</b>	<b>7</b>	<b>Psychodynamische Therapien</b> . . . . .	<b>75</b>
<b>3.4</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	<b>41</b>		<i>Marta Filipek, Maike Hartmann und Sara Schneider</i>	
<b>4</b>	<b>Gesprächspsychotherapie</b> . . . . .	<b>45</b>	<b>7.1</b>	<b>Beschreibung</b> . . . . .	<b>75</b>
	<i>Pia von Blanckenburg, Japhia-Marie Gottschalk und Matthias Berking</i>		<b>7.1.1</b>	<b>Diagnostik</b> . . . . .	<b>77</b>
<b>4.1</b>	<b>Grundlagen</b> . . . . .	<b>45</b>	<b>7.2</b>	<b>Psychodynamische Therapieverfahren</b> . . . . .	<b>78</b>
<b>4.1.1</b>	<b>Beschreibung</b> . . . . .	<b>45</b>	<b>7.2.1</b>	<b>Psychoanalyse</b> . . . . .	<b>78</b>
<b>4.1.2</b>	<b>Menschenbild und Störungskonzept</b> . . . . .	<b>46</b>	<b>7.2.2</b>	<b>Analytische Psychotherapie</b> . . . . .	<b>79</b>
<b>4.1.3</b>	<b>Therapeutische Zielstellung</b> . . . . .	<b>46</b>	<b>7.2.3</b>	<b>Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie</b> . . . . .	<b>80</b>
<b>4.2</b>	<b>Diagnostik</b> . . . . .	<b>47</b>	<b>7.2.4</b>	<b>Psychodynamische Kurzzeittherapie</b> . . . . .	<b>81</b>
<b>4.3</b>	<b>Therapeutisches Vorgehen</b> . . . . .	<b>47</b>	<b>7.3</b>	<b>Empirische Absicherung</b> . . . . .	<b>81</b>
<b>4.4</b>	<b>Weiterentwicklungen der GT</b> . . . . .	<b>49</b>	<b>7.4</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	<b>83</b>
<b>4.4.1</b>	<b>Focusing-Therapie nach Gendlin</b> . . . . .	<b>49</b>			
<b>4.4.2</b>	<b>Klärungsorientierte Psychotherapie (KOP) nach Sachse</b> . . . . .	<b>50</b>			

<b>8</b>	<b>Paar- und Familientherapie und systemische Ansätze</b> . . . . .	<b>85</b>	<b>11</b>	<b>Achtsamkeitsbasierte Interventionsverfahren</b> 117	
	<i>Judith Kowalsky</i>			<i>Matthias Berking</i>	
<b>8.1</b>	<b>Grundlagen der systemischen Therapie</b> . . . . .	<b>85</b>	<b>11.1</b>	<b>Beschreibung</b> . . . . .	<b>117</b>
<b>8.1.1</b>	Beschreibung . . . . .	<b>85</b>	<b>11.2</b>	<b>Historie</b> . . . . .	<b>118</b>
<b>8.1.2</b>	Geschichtliche Wurzeln . . . . .	<b>86</b>	<b>11.3</b>	<b>Klinische Anwendung</b> . . . . .	<b>120</b>
<b>8.1.3</b>	Theoretische Grundlagen . . . . .	<b>87</b>	<b>11.3.1</b>	Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) . . . . .	<b>120</b>
<b>8.2</b>	<b>Indikationen und Kontraindikationen</b> . . . . .	<b>88</b>	<b>11.3.2</b>	Mindfulness-Based Cognitive Therapy for Depression (MBCT) . . . . .	<b>121</b>
<b>8.2.1</b>	Indikationen . . . . .	<b>88</b>	<b>11.3.3</b>	Mindfulness-Based Relapse Prevention (MBRP) . . . . .	<b>121</b>
<b>8.2.2</b>	Kontraindikationen . . . . .	<b>88</b>	<b>11.3.4</b>	Dialectic Behavior Therapy (DBT) . . . . .	<b>121</b>
<b>8.3</b>	<b>Durchführung</b> . . . . .	<b>89</b>	<b>11.3.5</b>	Acceptance and Commitment Therapy (ACT) . . . . .	<b>122</b>
<b>8.3.1</b>	Diagnostik und Therapie – eine Einheit . . . . .	<b>89</b>	<b>11.3.6</b>	Vipassana- und Zen-Meditation . . . . .	<b>123</b>
<b>8.3.2</b>	Therapeutische Haltung . . . . .	<b>90</b>	<b>11.3.7</b>	Compassion and Loving Kindness-Ansätze . . . . .	<b>123</b>
<b>8.3.3</b>	Paartherapeutische Ansätze . . . . .	<b>90</b>	<b>11.4</b>	<b>Potenzielle Wirkmechanismen</b> . . . . .	<b>124</b>
<b>8.4</b>	<b>Empirische Absicherung</b> . . . . .	<b>92</b>	<b>11.5</b>	<b>Potenzielle Risiken und Fazit</b> . . . . .	<b>126</b>
<b>8.5</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	<b>92</b>	<b>11.6</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	<b>128</b>
<b>9</b>	<b>Kompetenztrainings</b> . . . . .	<b>95</b>	<b>12</b>	<b>Internetbasierte psychologische Interventionen</b> . . . . .	<b>131</b>
	<i>Mareike Stumpfenhorst und Matthias Berking</i>			<i>David Daniel Ebert und Doris Erbe</i>	
<b>9.1</b>	<b>Training sozialer Kompetenzen</b> . . . . .	<b>95</b>	<b>12.1</b>	<b>Formen internetbasierter Konzepte</b> . . . . .	<b>131</b>
<b>9.1.1</b>	Theoretischer Hintergrund . . . . .	<b>95</b>	<b>12.1.1</b>	Störungsbezogene Informationsangebote . . . . .	<b>131</b>
<b>9.1.2</b>	Diagnostik . . . . .	<b>96</b>	<b>12.1.2</b>	Online-basierte Interventionen . . . . .	<b>132</b>
<b>9.1.3</b>	Konkretes Vorgehen (am Beispiel des GSK) . . . . .	<b>96</b>	<b>12.1.3</b>	Einteilung nach Ausmaß der therapeutischen Unterstützung . . . . .	<b>133</b>
<b>9.1.4</b>	Wirksamkeit . . . . .	<b>98</b>	<b>12.2</b>	<b>Empirische Absicherung</b> . . . . .	<b>136</b>
<b>9.2</b>	<b>Training emotionaler Kompetenzen (TEK)</b> . . . . .	<b>98</b>	<b>12.3</b>	<b>Chancen und Grenzen</b> . . . . .	<b>138</b>
<b>9.2.1</b>	Theoretischer Hintergrund . . . . .	<b>98</b>	<b>12.4</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	<b>139</b>
<b>9.2.2</b>	Diagnostik . . . . .	<b>100</b>	<b>13</b>	<b>Prävention</b> . . . . .	<b>141</b>
<b>9.2.3</b>	Konkretes Vorgehen (am Beispiel des TEK) . . . . .	<b>100</b>		<i>Bernd Röhrle, Catarina Behmer und Hanna Christiansen</i>	
<b>9.2.4</b>	Einsatzgebiete und Wirksamkeit . . . . .	<b>102</b>	<b>13.1</b>	<b>Grundlagen und Ziele</b> . . . . .	<b>141</b>
<b>9.3</b>	<b>Problemlösetrainings</b> . . . . .	<b>102</b>	<b>13.2</b>	<b>Formen</b> . . . . .	<b>142</b>
<b>9.3.1</b>	Theoretischer Hintergrund . . . . .	<b>102</b>	<b>13.2.1</b>	Unterscheidung hinsichtlich des Zeitpunktes der Intervention . . . . .	<b>142</b>
<b>9.3.2</b>	Diagnostik und konkretes Vorgehen . . . . .	<b>103</b>	<b>13.2.2</b>	Unterscheidung hinsichtlich der Spezifität der Intervention . . . . .	<b>143</b>
<b>9.3.3</b>	Wirksamkeit . . . . .	<b>104</b>	<b>13.2.3</b>	Unterscheidung hinsichtlich des Ansatzpunktes der Intervention . . . . .	<b>143</b>
<b>9.4</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	<b>104</b>	<b>13.3</b>	<b>Zentrale Konzepte und Modelle</b> . . . . .	<b>144</b>
<b>10</b>	<b>Entspannungsverfahren</b> . . . . .	<b>107</b>	<b>13.3.1</b>	Risiko-Ressourcen-Modelle . . . . .	<b>144</b>
	<i>David Daniel Ebert und Judith Kowalsky</i>		<b>13.4</b>	<b>Systematik und Beispiele präventiver Maßnahmen</b> . . . . .	<b>144</b>
<b>10.1</b>	<b>Ziele und Grundlagen</b> . . . . .	<b>107</b>	<b>13.4.1</b>	Aufbau belastungsunspezifischer Fertigkeiten . . . . .	<b>144</b>
<b>10.2</b>	<b>Darstellung einzelner Verfahren</b> . . . . .	<b>108</b>	<b>13.4.2</b>	Aufbau belastungsspezifischer Fertigkeiten . . . . .	<b>145</b>
<b>10.2.1</b>	Progressive Muskelrelaxation (nach E. Jacobson) . . . . .	<b>108</b>	<b>13.4.3</b>	Störungsspezifische Interventionen . . . . .	<b>145</b>
<b>10.2.2</b>	Biofeedback . . . . .	<b>110</b>	<b>13.5</b>	<b>Wirksamkeit</b> . . . . .	<b>146</b>
<b>10.2.3</b>	Imaginative Entspannungsverfahren . . . . .	<b>111</b>	<b>13.5.1</b>	Effektivität . . . . .	<b>146</b>
<b>10.2.4</b>	Hypnose . . . . .	<b>112</b>	<b>13.5.2</b>	Effizienz . . . . .	<b>146</b>
<b>10.2.5</b>	Autogenes Training (nach J. H. Schultz) . . . . .	<b>113</b>	<b>13.6</b>	<b>Schlussfolgerungen und Ausblick</b> . . . . .	<b>146</b>
<b>10.3</b>	<b>Indikationen und Kontraindikationen</b> . . . . .	<b>114</b>	<b>13.7</b>	<b>Literatur</b> . . . . .	<b>147</b>
<b>10.3.1</b>	Indikationen . . . . .	<b>114</b>			
<b>10.3.2</b>	Mögliche Probleme bei der Durchführung . . . . .	<b>115</b>			
<b>10.4</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	<b>116</b>			

<b>14</b>	<b>Wirkfaktoren in der Psychotherapie</b> . . . . .	<b>149</b>
	<i>Nikola Stenzel und Matthias Berking</i>	
14.1	<b>Einführung in die Wirkfaktorenforschung</b> . . . . .	149
14.2	<b>Wichtige Modelle und Vertreter der Wirkfaktorenforschung</b> . . . . .	150
14.2.1	Common Component Model (Frank, 1961) . . . . .	150
14.2.2	Generic Model of Psychotherapy (Orlinsky & Howard, 1987). . . . .	150
14.2.3	Wirkfaktoren nach Grawe . . . . .	152
14.3	<b>Praktische Umsetzung relevanter Wirkfaktoren</b> . . . . .	154
14.3.1	Problemaktualisierung . . . . .	154
14.3.2	Motivationale Klärung . . . . .	154
14.3.3	Ressourcenaktivierung . . . . .	156
14.3.4	Therapeutische Beziehung . . . . .	159
14.3.5	Aktive Hilfe zur Problembewältigung . . . . .	161
14.4	Kritische Reflexion . . . . .	162
14.5	Literaturverzeichnis . . . . .	162
<b>15</b>	<b>Psychotherapieforschung</b> . . . . .	<b>165</b>
	<i>Yvonne Nestoriuc, Matthias Berking und Winfried Rief</i>	
15.1	<b>Ziele der Psychotherapieforschung</b> . . . . .	165
15.2	<b>Methoden der Psychotherapieforschung</b> . . . . .	167
15.2.1	Messung der Effekte von psychotherapeutischen Interventionen. . . . .	167
15.2.2	Evaluationsstudien . . . . .	171
15.2.3	Qualitätskriterien für die Beurteilung von Psychotherapiestudien . . . . .	173
15.2.4	Sekundärforschung mit Metaanalysen . . . . .	174
15.2.5	Psychotherapeutische Prozessforschung . . . . .	176
15.3	<b>Wann ist eine Psychotherapieform wissenschaftlich fundiert?</b> . . . . .	177
15.4	Literaturverzeichnis . . . . .	178
	<b>Stichwortverzeichnis</b> . . . . .	<b>181</b>