

# Inhalt

Vorwort . . . . .	9
<b>Kapitel 1</b>	
<b>Training in der Selbstanweisung . . . . .</b>	<b>15</b>
Hyperaktive impulsive Kinder: Veranschaulichung der Suche nach einem Defizit . . . . .	21
Das Modell von Luria . . . . .	22
Privates Sprechen und vermittelnde Fähigkeiten . . . . .	24
Behandlung von hyperaktiven, impulsiven Kindern durch Selbstanweisung: Ein Anfang . . . . .	29
Empirische Untersuchungen zum Selbstanweisungstraining . . . . .	32
Kombination von Selbstanweisungen und operanten Methoden	41
Das wiedererentdeckte Argumentieren . . . . .	44
Die Bedeutung von Attributionstilen . . . . .	45
Bestandsaufnahme . . . . .	50
<b>Kapitel 2</b>	
<b>Die Klinische Anwendung des Trainings der Selbstanweisung in anderen klinischen Gruppen: Drei Beispiele . . . . .</b>	<b>52</b>
Soziale Isolation . . . . .	52
Kreatives Problemlösen . . . . .	55
Erwachsene Schizophrene . . . . .	65
Was sollen wir zu uns selbst sagen, wenn wir zu negativen Ergebnissen gelangen? . . . . .	75
<b>Kapitel 3</b>	
<b>Beobachtungen zur Durchführung des Selbstanweisungstrainings bei klinischen Problemen . . . . .</b>	<b>80</b>
Der Einsatz des Spieles . . . . .	81
Die Bedeutung der inneren Beteiligung . . . . .	83
Die Anpassungsfähigkeit des Trainingsprogrammes . . . . .	86
Die Verwendung von Vorstellungen . . . . .	90
Das Kind als Mitarbeiter . . . . .	92
Im Klassenzimmer . . . . .	96
Zusammenfassung . . . . .	100

## Kapitel 4

### **Methoden der Verhaltenstherapie und ihre kognitiven Faktoren . 103**

Die Lerntheorie als Ausgangspunkt . . . . .	105
Konditionierung durch Angstbefreiung . . . . .	107
Systematische Desensibilisierung . . . . .	114
Der Anteil der Entspannung . . . . .	116
Der Anteil der Vorstellungskraft . . . . .	116
Modellernen . . . . .	121
Selbstbehauptung . . . . .	126
Übergewicht . . . . .	130
Aversives Konditionieren . . . . .	131
Die Bedeutung von gedanklichen Übungen . . . . .	135

## Kapitel 5

### **Das Training nach dem Prinzip der Streßimpfung . . . . . 140**

Trainingsmethoden zur Auseinandersetzung mit Problemen . . .	142
Methoden der Streßimpfung . . . . .	147
I. Die Phase des Unterrichts . . . . .	147
II. Die Übungsphase . . . . .	151
III. Das Anwendungstraining . . . . .	152
<b>Positives Denken</b> . . . . .	156
Die Anwendung des Streßimpfungstrainings bei der Kontrolle von Ärger und Wut . . . . .	159
Die Anwendung des Streßimpfungstrainings auf die Schmerz- toleranz . . . . .	167
Ein Literaturüberblick zur Behandlung des Schmerzes . . . .	167
Experimentell erzeugter Schmerz . . . . .	171
Klinische Anwendungen . . . . .	178

## Kapitel 6

### **Methoden der kognitiven Restrukturierung . . . . . 182**

Gedanken und Vorstellungen als Beispiele für irrationale Über- zeugungsstrukturen . . . . .	186
Gedanken und Vorstellungen als Beispiele fehlerhafter Denkstile	190
Gedanken und Vorstellungen als Beispiele für Problemlösungs- und Bewältigungsfähigkeiten . . . . .	193
Kognitiv restrukturierende Therapien – einige Unterschiede . . .	195

## Kapitel 7

### **Die Natur des inneren Dialoges – Grundlagen einer Theorie der Verhaltensänderung** . . . . .

	200
Funktion des inneren Dialoges . . . . .	201
Interpersonale Anweisungen . . . . .	202
Kognitive Faktoren des Verhaltens unter Streß . . . . .	203
Anweisungsbedingte Einstellungen und physiologische Auswirkungen . . . . .	206
Weitere Merkmale des inneren Dialoges . . . . .	208
Die Struktur des inneren Dialoges . . . . .	209

## Kapitel 8

### **Eine kognitive Theorie der Verhaltensänderung** . . . . .

	214
Ein klinisches Beispiel . . . . .	215
Phase 1: Selbstbeobachtung . . . . .	218
Phase 2: Unvereinbare Gedanken und Verhaltensweisen . . . . .	222
Phase 3: Kognitive Prozesse und Veränderung . . . . .	223

## Kapitel 9

### **Ein Ansatz zur Beurteilung und Beschreibung des Verhaltens im Rahmen der kognitiven Verhaltensmodifikation** . . . . .

	229
Der Ansatz des Gruppenvergleichs . . . . .	229
Der Ansatz der spezifischen Störungen . . . . .	231
Ein kognitiv-funktionaler Ansatz . . . . .	233
Beispiele für den kognitiv-funktionalen Ansatz . . . . .	235
Klinische Anwendungen eines Diagnoseansatzes der kognitiven Verhaltensmodifikation . . . . .	246
Ein ähnliches Vorgehen beim TAT . . . . .	254
Andere psychometrische Tests . . . . .	254
Die Rolle von Gruppen bei der Erfassung von kognitiven Prozessen . . . . .	256

Nachwort . . . . .	258
Literatur . . . . .	259
Autorenverzeichnis . . . . .	286
Stichwortverzeichnis . . . . .	291