

# Inhaltsverzeichnis

## **KAPITEL 1**

### **Anliegen und Aufbau des Buches**

Zusammenfassung . . . . .	1
1.1 Anliegen des Buches . . . . .	4
1.1.1 Psychotherapie – ein Kind unserer Gesellschaft . . . . .	4
1.1.2 Psychotherapie im Gesundheitssystem . . . . .	10
1.1.2.1 Was kann Psychotherapie zur Gesundheitsversorgung beitragen? . . . . .	10
1.1.2.2 Wer kann und soll Psychotherapien durchführen? . . . . .	17
1.1.2.3 Welche Art von Psychotherapie? . . . . .	27
1.2 Aufbau des Buches . . . . .	33

## **KAPITEL 2**

### **Was unterscheidet unsere Untersuchung von anderen Übersichtsarbeiten?**

2.1 Begründung unseres Untersuchungsansatzes . . . . .	37
2.2 Vergleich mit anderen Übersichtsarbeiten . . . . .	45

## **KAPITEL 3**

### **Untersuchungsvorgehen**

3.1 Vorbemerkung zur Darstellung des Untersuchungs- vorgehens . . . . .	55
3.2 Sammlung und Selektion der Therapiestudien . . . . .	57
3.3 Entwicklung eines standardisierten Auswertungs- kataloges für kontrollierte Psychotherapiestudien . . . . .	60
3.4 Auswertungsvorgehen . . . . .	68

3.4.1	Auswerter, Auswertertraining und Durchführung der Auswertung . . . . .	68
3.4.2	Spezifizierung der Therapiemethoden, Patienten und Therapeuten . . . . .	70
3.5	Entwicklung eines standardisierten Güteprofils für kontrollierte Psychotherapiestudien . . . . .	73
3.6	Erstellung der Ergebnisberichte zu den einzelnen Therapiemethoden . . . . .	82

## KAPITEL 4

### Der Ergebnisstand über die Wirkung, Wirkungsweise und Indikation der verschiedenen Therapiemethoden

4.1	Übersicht . . . . .	87
4.2	„Leseanleitung“ für die Ergebnisberichte . . . . .	90
4.3	<b>Humanistische Therapien</b> . . . . .	97
4.3.1	Übersicht . . . . .	97
4.3.2	Psychodrama . . . . .	98
4.3.3	Gestalttherapie . . . . .	111
4.3.4	Gesprächspsychotherapie . . . . .	118
4.3.5	Encountergruppen . . . . .	140
4.3.6	Humanistische Therapie ohne nähere Spezifizierung . . .	146
4.3.7	Transaktionsanalyse . . . . .	155
4.3.8	Musiktherapie . . . . .	159
4.3.9	Bewegungs- und körperorientierte Therapie . . . . .	161
4.3.10	Tanz- und Kunsttherapie . . . . .	163
4.3.11	Bioenergetische Therapie . . . . .	165
4.4	<b>Psychodynamische Therapien</b> . . . . .	168
4.4.1	Übersicht . . . . .	168
4.4.2	Langzeitpsychoanalyse . . . . .	171
4.4.3	Psychoanalytisch orientierte Psychotherapie . . . . .	187
4.4.4	Psychoanalytische Kurztherapie . . . . .	199
4.4.5	Psychodynamisch orientierte Psychotherapie ohne nähere Spezifizierung . . . . .	219
4.4.6	Psychodynamische Therapie mit medikamentöser Behandlung . . . . .	225
4.4.7	Ich-Analyse . . . . .	233
4.4.8	Individualtherapie . . . . .	236
4.4.9	Katathymes Bilderleben . . . . .	238
4.4.10	Daseinsanalyse . . . . .	240
4.5	<b>Kognitiv-behaviorale Therapien</b> . . . . .	243

4.5.1	Übersicht . . . . .	243
4.5.2	Systematische Desensibilisierung . . . . .	247
4.5.3	Training sozialer Kompetenz . . . . .	275
4.5.4	Reizkonfrontation . . . . .	309
4.5.5	Biofeedback . . . . .	345
4.5.6	Aversionstherapien . . . . .	377
4.5.7	Paradoxe Intention . . . . .	395
4.5.8	Rational-emotive Therapie . . . . .	402
4.5.9	Kognitive Bewältigungstrainings . . . . .	415
4.5.10	Problemlösungstherapien . . . . .	436
4.5.11	Kognitive Therapie nach Beck . . . . .	451
4.5.12	Depressionstherapie nach Lewinsohn . . . . .	466
4.5.13	Verhaltenstherapeutische Alkoholikerprogramme . . . . .	478
4.5.14	Verhaltenstherapeutische Sexualtherapie . . . . .	489
4.5.15	Breitspektrumverhaltenstherapie . . . . .	502
4.6	<b>Interpersonale Therapien</b> . . . . .	514
4.6.1	Übersicht . . . . .	514
4.6.2	Interpersonale Psychotherapie nach Klerman und Weissman . . . . .	515
4.6.3	Paartherapie . . . . .	528
4.6.4	Familientherapie . . . . .	556
4.7	<b>Entspannungsverfahren</b> . . . . .	579
4.7.1	Übersicht . . . . .	579
4.7.2	Progressive Muskelentspannung . . . . .	580
4.7.3	Autogenes Training . . . . .	607
4.7.4	Meditation . . . . .	618
4.7.5	Hypnose . . . . .	626
4.8	<b>Eklektische und richtungsübergreifende Therapien</b> . . . . .	638
4.9	<b>Direkte Wirkungsvergleiche zwischen den verschiedenen Therapieformen</b> . . . . .	651

## KAPITEL 5

### Die Gegenwart der Psychotherapie: Zusammenfassung und Diskussion der wichtigsten Ergebnisse

5.1	Gegenwärtiger Entwicklungsstand der Psychotherapie . . . . .	673
5.1.1	Der mögliche gesellschaftliche Nutzen der Psychotherapie . . . . .	673
5.1.2	Die gegenwärtige Versorgungswirklichkeit . . . . .	690
5.2	Schlussfolgerungen aus den wichtigsten Ergebnissen der Untersuchung . . . . .	695

5.2.1	Therapiedauer . . . . .	696
5.2.2	Therapiesetting . . . . .	703
5.2.3	Wirkungsspezifität . . . . .	707
5.2.4	Differentielle Wirkung . . . . .	725
5.2.5	Wissenschaftlicher Status der verschiedenen Therapieformen . . . . .	731

## **KAPITEL 6**

### **Die Zukunft der Psychotherapie:**

<b>Umriss einer Allgemeinen Psychotherapie . . . . .</b>	<b>749</b>
--	------------

Literaturverzeichnis . . . . .	789
--------------------------------	-----

Anhang A: Liste der 897 analysierten kontrollierten Therapiestudien . . . . .	821
--	-----

Anhang B: Liste der 41 (für Kap. 4.9) analysierten Therapievergleichsstudien . . . . .	873
---	-----

Autorenverzeichnis . . . . .	877
------------------------------	-----

Sachwortverzeichnis . . . . .	883
-------------------------------	-----