

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	Humanistische Therapien	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	Psychodynamische Therapien	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	Kognitiv-behaviorale Therapien	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	Interpersonale Therapien	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	Entspannungsverfahren	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	Eklektische und richtungsübergreifende Therapien	638
4.9	Direkte Wirkungsvergleiche zwischen den verschiedenen Therapieformen	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:

Umriss einer Allgemeinen Psychotherapie	749
--	------------

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
-------------------------------	-----