

Hans Reinecker

# Grundlagen der Verhaltenstherapie

| 3., vollständig überarbeitete Auflage

**BELTZ***PVU*

# Inhalt

<b>I</b>	<b>Verhaltenstherapie – Prinzipien und Standpunkte</b>	<b>1</b>
1.1	<b>Entwicklung der Verhaltenstherapie: Wolpe, Eysenck und Skinner</b>	<b>1</b>
1.1.1	Wolpe: die Entwicklung in Südafrika – Systematische Desensibilisierung	2
1.1.2	Eysenck: die Entwicklung in England – Lerntheorie	3
1.1.3	Skinner: die Entwicklung in den USA – Funktionale Analyse	3
1.2	<b>Merkmale der Verhaltenstherapie</b>	<b>4</b>
1.3	<b>Das Verhältnis von Theorie, Technologie und Praxis</b>	<b>5</b>
1.4	<b>Wie kommt es zu psychischen Störungen?</b>	<b>7</b>
1.4.1	Medizinisches Modell psychischer Störungen	7
1.4.2	Lerntheoretisches Modell psychischer Störungen	9
1.4.3	Vom Reiz-Reaktions-Modell zum Systemmodell	11
1.5	<b>Moderne Verhaltenstherapie: ausgewählte Positionen</b>	<b>12</b>
1.5.1	Die funktionale Betrachtungsweise	12
1.5.2	Das Modell der Persönlichkeit	14
1.6	<b>Verhaltenstherapie in der psychosozialen Versorgung</b>	<b>16</b>
1.6.1	Kritische Aspekte zum Begriff „Versorgung“	17
1.6.2	Versorgung und Prävention	17
1.6.3	Gemeindepsychologie	18
1.6.4	Kurzzeittherapie	19
1.6.5	Verhaltensmedizin	19
1.7	<b>Nichtklinische Anwendung verhaltenstherapeutischer Prinzipien</b>	<b>21</b>
1.8	<b>Zusammenfassung</b>	<b>22</b>
<b>2</b>	<b>Verhaltensdiagnostik</b>	<b>24</b>
2.1	<b>Was ist Verhaltensdiagnostik?</b>	<b>24</b>
2.2	<b>Funktionale Analyse</b>	<b>26</b>
2.2.1	Was unterscheidet klassische Diagnostik von der Verhaltensdiagnostik?	26

- 2.2.2 Grundlagen der Funktionalen Analyse
- 2.2.3 Hypothetisches Bedingungsmodell
- 2.2.4 Mehrebenen-Ansatz in der Verhaltensdiagnostik
- 2.3 Verhaltensanalyse, Zielbestimmung und Therapieplanung**
  - 2.3.1 Die Schritte in der Verhaltensdiagnostik
  - 2.3.2 Schema für die Verhaltensanalyse
  - 2.3.3 Schema für die Zielbestimmung
  - 2.3.4 Schema für die Therapieplanung
- 2.4 Verfahren zur Informationsgewinnung**
  - 2.4.1 Verhaltensdiagnostisches Interview
  - 2.4.2 Verhaltensbeobachtung
  - 2.4.3 Selbstbeobachtung
  - 2.4.4 Externe Datenquellen: Fremdberichte und Konsiliarbericht
  - 2.4.5 Situations-Verhaltens-Tests
  - 2.4.6 Rollenspiel
  - 2.4.7 Psychophysiologische Verfahren
  - 2.4.8 Operante Diagnostik
  - 2.4.9 Verhaltensinventare und Skalen
- 2.5 Validierung diagnostischer Information**
- 2.6 Zusammenfassung**

### **3 Psychologische Grundlagen der Verhaltenstherapie**

- 3.1 Welche Funktionen haben Theorien?**
- 3.2 Klassische Lerntheorien**
  - 3.2.1 Konzepte des Lernens
  - 3.2.2 Klassisches Konditionieren: Pawlow
  - 3.2.3 Operantes Konditionieren: Skinner
  - 3.2.4 Wie können klassisches und operantes Konditionieren unterschieden werden?
  - 3.2.5 Zentrale Prozesse des Lernens
  - 3.2.6 Neue Entwicklungen in den klassischen Lerntheorien
- 3.3 Kognitive Theorien**
  - 3.3.1 Kognitive Lerntheorien
  - 3.3.2 Der Ansatz des Modelllernens: Bandura
  - 3.3.3 Psychologische Handlungstheorien
  - 3.3.4 Konflikttheorien

<b>3.4</b>	<b>Motivationale Grundlagen</b>	105
3.4.1	Das Konzept der Motivation	105
3.4.2	Motivationsanalyse und Motivationsaufbau in der Therapie	106
3.4.3	Grundlegende Fragen zur Motivation	108
<b>3.5</b>	<b>Sozialpsychologische Grundlagen</b>	109
3.5.1	Attributionstheorien	109
3.5.2	Rechtfertigung des Aufwandes im Therapieprozess	113
3.5.3	Aspekte der therapeutischen Beziehung	116
<b>3.6</b>	<b>Zusammenfassung</b>	121
<b>4</b>	<b>Methodologische Grundlagen der Verhaltenstherapie</b>	124
<b>4.1</b>	<b>Effektivität der Verhaltenstherapie</b>	124
4.1.1	Variablen der Wirksamkeitsforschung	125
4.1.2	Kriterien der Psychotherapieforschung	126
4.1.3	Erfolg und Misserfolg in der Verhaltenstherapie	129
<b>4.2</b>	<b>Effektivitätsforschung: Nachweis der Wirksamkeit von Psychotherapie</b>	133
4.2.1	Metaanalysen	134
4.2.2	Einzelfallstudien	135
4.2.3	Empirisch valide Behandlung	136
<b>4.3</b>	<b>Wirkfaktoren von Therapie und Merkmale der Verhaltenstherapie</b>	139
4.3.1	Wirkfaktoren von Psychotherapie	139
4.3.2	Was kennzeichnet Kognitive Verhaltenstherapie?	140
4.3.3	Was ist ein guter Verhaltenstherapeut?	141
<b>4.4</b>	<b>Zusammenfassung</b>	143
<b>Schlusswort – Verhaltenstherapie als menschliches Unterfangen</b>		145
<b>Glossar</b>		146
<b>Literatur</b>		151
<b>Sachverzeichnis</b>		159