

Inhalt

1	Einleitung	11
	MARKUS BÖCKLE UND UELI KRAMER	
2	Deliberate Practice: Worum geht es, was kann der Ansatz leisten und wo sind seine Grenzen?	15
	FRANZ CASPAR	
2.1	Ausgangslage und Definitionen	15
2.1.1	Wirksamkeit von Psychotherapie und der Nutzen von Erfahrung.....	15
2.1.2	Definitionen.....	15
2.1.3	Feedback	18
2.2	Meine Geschichte mit dem Deliberate-Practice-Ansatz und seine stürmische Entwicklung	20
2.2.1	Komplexität	22
2.3	Möglichkeiten der Umsetzung	42
2.4	Möglichkeiten und Grenzen des DP-Ansatzes	45
3	Deliberate Practice in der Psychodynamischen Psychotherapie	56
	HANNA LEVENSON	
3.1	Bewusstes Üben	57
3.2	Deliberate Practice in der Psychotherapieausbildung: der Auftrag	58
3.3	Was verstehen wir unter »psychodynamisch«?	59
3.4	Konzeptioneller Rahmen	61
3.5	Format der bewussten Praxisübungen für Psychodynamische Psychotherapie ...	63
3.6	Notwendigkeit, das Format für eine psychodynamische Bewerbung zu ändern ...	64
3.7	Lösung: Hinzufügen von Kontext zu den Übungen	65
3.8	Beispiel einer DP-Übung für eine psychodynamische Fertigkeit: Kommentare zum Prozess abgeben	66
3.9	Abschließende Kommentare	67
4	Systemische Therapie lehren – didaktische Überlegungen und der Stellenwert von Deliberate Practice	71
	ELISABETH WAGNER UND THERESIA GABRIEL	
4.1	Was macht Systemische Familientherapie aus?	71
4.2	Didaktische Anforderungen aus systemischer Perspektive	72
4.3	Zeitliche Strukturierung der Lernschritte an der Lehranstalt für Systemische Familientherapie in Wien	75
4.4	Aktuelle Forschungsvorhaben	77
4.5	Anwendung in der Weiterbildung und laufenden Fortbildung	80

4.6	Deliberate Practice in der Systemischen Therapie	81
4.7	Kritische Diskussion des potenziellen Nutzens von Deliberate Practice in der Ausbildung	84
5	Deliberate Practice in der Verhaltenstherapie	86
	ULRIKE WILLUTZKI UND PAUL GEILENBERG	
5.1	Deliberate Practice (DP) – ein (ganz kurzer) Blick auf die Grundprinzipien	87
5.2	DP in der Kognitiven Verhaltenstherapie – die Perspektive von Boswell und Constantino (2022)	89
5.3	DP in der Rational-Emotiven Verhaltenstherapie (REVT) – die Perspektive von Terjesen et al. (2023)	91
5.4	DP in der Dialektisch-behavioralen Therapie (DBT) – die Perspektive von Boritz et al. (2023)	93
5.5	DP in der Schematherapie (ST) – die Perspektive von Behary et al. (2023)	94
5.6	Abschließende Bemerkungen	96
6	Deliberate Practice in der Emotionsfokussierten Therapie aus einer integrativen Perspektive	98
	MARTINA BELZ	
6.1	Psychotherapie wirkt	98
6.2	Therapeut:inneneffekte	100
6.3	Kompetenz	101
6.4	Denkrahmen	103
6.5	Training	104
6.6	Deliberate Practice und Emotionsfokussierte Therapie	106
6.7	Ein Fazit	110
7	Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP)	115
	ANNE GUHN UND JAN PHILIPP KLEIN	
7.1	Einleitung	115
7.2	Teil 1 Indikation: Chronische Depression als interpersonelle Störung verstehen ...	116
7.2.1	Diagnostik auf Grundlage diagnostischer Kriterien und interpersoneller Funktionsdefizite	116
7.2.2	Negative Beziehungserfahrungen in der Vergangenheit	118
7.2.3	CBASP-Eingangsphase: Ein interpersonelles Modell erarbeiten	118
7.3	Teil 2 Chronische Depression interpersonell behandeln	121
7.3.1	Die Situationsanalyse als Gerüst sich wiederholender Übungen.....	121
7.3.2	Die therapeutische Beziehung als Raum korrigierender Beziehungserfahrungen	123
7.3.3	Wie wird man ein professioneller Freund? »Be yourself with the patient«	126
7.4	Zusammenfassung	128

8	Deliberate Practice im E-Mental-Health-Bereich von Psychotherapie und Beratung	131
	MARKUS BÖCKLE, MELINA DEDERICH, ANNE MARTIN, PETRA RISAU UND JENNIFER APOLINÁRIO-HAGEN	
8.1	Einleitung	131
8.1.1	E-Mental-Health	131
8.1.2	Bedeutung und Relevanz von Deliberate Practice in diesem Kontext	133
8.2	Derzeitiger Forschungsstand zu E-Mental-Health	137
8.2.1	Wirksamkeit, Zufriedenheit und Adhärenz bei EMHI	137
8.2.2	Therapeutische Allianz und Adhärenz	139
8.2.3	Akzeptanz in der Praxis	141
8.3	Deliberate Practice zur Verbesserung der eigenen Praxis und Fähigkeit im E-Mental-Health-Bereich	143
8.3.1	Besondere Herausforderungen und Chancen von Deliberate Practice im E-Mental-Health-Bereich	143
8.3.2	Vorteile und Wirkung von Deliberate Practice in der digitalen Psychotherapie	145
8.3.3	Herausforderungen und Grenzen von Deliberate Practice im digitalen Setting	145
8.3.4	Fazit	146
8.4	Anwendung von E-Mental-Health-Interventionen	146
8.4.1	Die Settingwahl als Intervention.....	146
8.4.2	Individualisierung und Passfähigkeit durch internetbasierte Verfahren ..	147
8.5	Integration unterschiedlicher Settings im Sinne von Blended Counseling	147
8.6	Implementierung in verschiedenen klinischen Settings	149
8.6.1	Präventive Maßnahmen	149
8.6.2	Ambulante Behandlung	150
8.6.3	Stationäre Behandlung	150
8.7	Forschung und Integration unterschiedlicher Settings	151
8.8	Pädagogische Sicht auf E-Mental-Health	151
8.8.1	Förderung von Selbstmanagement und Empowerment	151
8.8.2	Entwicklung von Problemlösefähigkeiten	152
8.8.3	Unabhängigkeit von traditionellen Versorgungssystemen und Förderung der Selbstreflexion	152
8.8.4	Förderung digitaler Gesundheitskompetenzen	152
8.8.5	Notwendigkeit von Schulungen und begleitender Unterstützung	153
8.8.6	Vertrauensbildung und die Rolle von Künstlicher Intelligenz	153
8.9	Ausblick und Zukunftsperspektiven	154
9	Integrative Therapie als reflektierter, fehlerfreundlicher (Beziehungs-)Prozess..	163
	BARBARA PAMMER UND SILKE BIRGITTA GAHLEITNER	
9.1	Einleitung	163
9.2	Die therapeutische Beziehung	165

9.3	Die therapeutische Beziehung in der Integrativen Therapie	166
9.4	Ruptures and repairs	167
9.5	Reflektierte Praxis – ein Best-practice-Fall	168
9.6	Schluss und Ausblick	171
10	Von der Enge zur Weite ... und zurück ... Die Handhabung von Mehrperspektivität und Komplexität in der Psychotherapie	177
	RENÉ REICHEL	
10.1	Aufmerksamkeit	178
10.2	Mehrperspektivität	178
10.3	Welche Perspektiven bieten sich als relevant an?	179
10.4	Komplexität	183
11	Diskussion	188
	MARKUS BÖCKLE UND UELI KRAMER	
11.1	Deliberate Practice ist eine zielgerichtete und explizite Aktivität	188
11.1.1	Beispiel aus der Praxis	189
11.2	Der Fokus wird auf die Therapeut:innenprozesse gelegt	190
11.2.1	Beispiel aus der Praxis	191
11.3	Das Üben steht bei der Deliberate Practice im Vordergrund	192
11.3.1	Beispiel aus der Praxis	193
11.4	Deliberate Practice ist die Wissenschaft des Feedbacks	194
11.4.1	Beispiel aus der Praxis	194
11.5	Individualisierung der Trainings	196
11.5.1	Beispiel aus der Praxis	196
11.6	Wiederholen, wiederholen, wiederholen	198
11.6.1	Beispiel aus der Praxis	198
11.7	Wirkungsvolle Deliberate Practice benötigt Motivation und Disziplin	199
11.7.1	Beispiel aus der Praxis	200
11.8	Deliberate Practice bestärkt Psychotherapieintegration	201
11.9	Schlussfolgerung: Deliberate Practice als Grundlage für Integration und Identität in der Psychotherapie	203
11.10	Ausblick	204