

# Inhaltsübersicht

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Vorwort zur Originalausgabe       | 12 |
| Vorwort zur deutschen Bearbeitung | 14 |

## I Grundlagen

|  |    |
|--|----|
| 1 Ursprünge und Entwicklung der Cognitive Processing Therapy (CPT) | 18 |
| 2 Forschung  | 30 |
| 3 Indikation und Diagnostik  | 55 |
| 4 Kognitive Fallkonzeption   | 76 |
| 5 Vorbereitung auf die Therapie                                    | 86 |

## II Manual

|   |     |
|---|-----|
| 6 Sitzung 1: Überblick über PTBS und CPT                            | 110 |
| 7 Sitzung 2: Bericht über die Ursachen und Auswirkungen des Traumas | 129 |
| 8 Sitzung 3: ABC-Blätter  | 145 |
| 9 Sitzung 4: Das Indexereignis verarbeiten                          | 153 |
| 10 Sitzung 5: Erkundende Fragen                                     | 168 |
| 11 Sitzung 6: Denkmuster  | 175 |
| 12 Sitzung 7: Arbeitsblätter »Alternative Gedanken«                 | 181 |
| 13 Sitzung 8: Sicherheit  | 188 |
| 14 Sitzung 9: Vertrauen   | 193 |
| 15 Sitzung 10: Macht/Kontrolle                                      | 199 |
| 16 Sitzung 11: Selbstwertgefühl/Wertschätzung für andere            | 206 |
| 17 Sitzung 12: Nähe/Intimität und Blick in die Zukunft              | 213 |

## III Spezifische CPT-Protokolle, Settings und Gruppen von Patientinnen

|   |     |
|---|-----|
| 18 Varianten der CPT  | 222 |
| 19 CPT im Gruppensetting  | 239 |
| 20 Unterschiedliche Gruppen von Patientinnen und Arten von Traumata | 258 |

## Anhang

|  |     |
|--|-----|
| Liste der Arbeits- und Informationsblätter | 282 |
| Kommentierte Übersicht der Materialien     | 284 |
| Literatur                                  | 290 |
| Über die Autorinnen                        | 304 |
| Sachwortverzeichnis                        | 306 |

# Inhalt

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Vorwort zur Originalausgabe       | 12 |
| Vorwort zur deutschen Bearbeitung | 14 |

## I Grundlagen

|  |    |
|--|----|
| <b>1 Ursprünge und Entwicklung der Cognitive Processing Therapy (CPT)</b>        | 18 |
| 1.1 Theoretische Einflüsse   | 18 |
| 1.2 Frühe Entwicklung der CPT  | 21 |
| 1.3 Verbreitung der CPT  | 24 |
| 1.4 Biologisches Modell der PTBS und CPT   | 25 |
| <b>2 Forschung</b>   | 30 |
| 2.1 Warum sollte man randomisierte und kontrollierte Studien (RCTs) durchführen? | 30 |
| 2.2 Für wen ist CPT geeignet?  | 32 |
| 2.2.1 Verschiedene Arten von Traumata  | 32 |
| 2.2.2 Patientengruppen   | 34 |
| 2.3 Verbessert CPT komorbide Symptome und psychosoziale Funktionsfähigkeit?      | 39 |
| 2.3.1 Merkmale von Borderline- und anderen Persönlichkeitsstörungen              | 39 |
| 2.3.2 Substanzmissbrauch   | 40 |
| 2.3.3 Depressionen   | 41 |
| 2.3.4 Suizidalität   | 42 |
| 2.3.5 Essstörungen   | 43 |
| 2.3.6 Andere Symptome und kognitive Veränderungen                                | 44 |
| 2.3.7 Psychophysiologische und biologische Aspekte                               | 46 |
| 2.4 In welchen Settings funktioniert CPT?  | 50 |
| 2.5 Ist vor dem Beginn der CPT eine Vorbehandlung notwendig?                     | 50 |
| 2.6 Welche Faktoren beeinflussen die Wirksamkeit der Behandlung?                 | 51 |
| 2.6.1 Faktoren der Behandlung und des / der Behandelnden                         | 51 |
| 2.6.2 Faktoren der Patientinnen  | 53 |
| 2.7 Ausblick: Die Zukunft der CPT-Forschung                                      | 54 |
| <b>3 Indikation und Diagnostik</b>   | 55 |
| 3.1 Für wen ist CPT geeignet?  | 55 |
| 3.2 Wann sollte das CPT-Protokoll beginnen?                                      | 58 |
| 3.3 Diagnostik   | 60 |
| 3.3.1 Erfassung der Traumageschichte   | 60 |
| 3.3.2 Diagnostik der PTBS  | 62 |

|  |            |
|--|------------|
| 3.3.3 Diagnostik komplexer PTBS  | 65         |
| 3.3.4 Diagnostik von komorbidien Störungen und anderen klinischen Aspekten     | 66         |
| 3.3.5 Evaluation des Therapiefortschrittes und Umgang mit stagnierenden Werten | 74         |
| <b>4 Kognitive Fallkonzeption</b>  | <b>76</b>  |
| 4.1 Behandlungsrelevante Vorgeschichte   | 78         |
| 4.2 Potenziell behandlungsstörende und vermeidende Verhaltensweisen            | 79         |
| 4.3 Potenziell behandlungsbeeinträchtigende Kognitionen                        | 79         |
| 4.4 Stärken der Patientin und Gründe für Veränderung                           | 80         |
| 4.5 Assimilationsversuche, Akkommodation und Überakkommodation differenzieren  | 81         |
| <b>5 Vorbereitung auf die Therapie</b>   | <b>86</b>  |
| 5.1 Die CPT einführen  | 86         |
| 5.2 Sokratischer Dialog  | 89         |
| 5.2.1 Klärende Fragen  | 90         |
| 5.2.2 Fragen, die Annahmen prüfen  | 91         |
| 5.2.3 Fragen, die objektive Beweise bewerten                                   | 92         |
| 5.2.4 Fragen, die zugrunde liegende oder tiefere Überzeugungen prüfen          | 93         |
| 5.3 Bereitschaft der Therapeutin   | 94         |
| 5.4 Fehler und Denkfällen der Therapeutin                                      | 96         |
| 5.4.1 Häufige therapeutische Fehler  | 96         |
| 5.4.2 Denkfällen der Therapeutin   | 101        |
| <b>II Manual</b>   |            |
| <b>6 Sitzung 1: Überblick über PTBS und CPT</b>                                | <b>110</b> |
| 6.1 Ziele, Interventionen und Tagesordnung                                     | 110        |
| 6.2 PTBS-Symptome und Entstehungsmodell der PTBS erörtern                      | 111        |
| 6.3 PCL-5 und PHQ-9 auswerten, Störungsmodell einführen                        | 113        |
| 6.4 PTBS und Gehirn  | 116        |
| 6.5 Die kognitive Theorie der CPT beschreiben                                  | 117        |
| 6.6 Die Bedeutung von Gefühlen erläutern                                       | 121        |
| 6.7 Das Indextrauma identifizieren   | 123        |
| 6.8 Die Therapie beschreiben   | 124        |
| 6.9 Erste Aufgabe vereinbaren  | 126        |
| 6.10 Reaktionen auf die Sitzung und die Aufgabe erfragen                       | 128        |

|           |  |     |
|-----------|--|-----|
| <b>7</b>  | <b>Sitzung 2: Bericht über die Ursachen und Auswirkungen des Traumas</b>                               | 129 |
| 7.1       | Ziele, Interventionen und Tagesordnung   | 129 |
| 7.2       | Ergebnisse der Selbstberichtsmaße besprechen   | 130 |
| 7.3       | Bericht über die Ursachen und Auswirkungen des Traumas und Identifizierung von Denkfallen              | 130 |
| 7.4       | Fehlende Mitarbeit beim Schreiben des Berichts und anderen Aufgaben                                    | 135 |
| 7.5       | Zusammenhänge zwischen Ereignissen, Gedanken und Gefühlen untersuchen                                  | 137 |
| 7.6       | Einführung des ABC-Blatts  | 141 |
| 7.7       | Denkfallen ausführlicher beschreiben und besprechen  | 142 |
| 7.8       | Neue Aufgabe besprechen  | 143 |
| 7.9       | Reaktionen auf die Sitzung und die Aufgabe erfragen  | 144 |
| <b>8</b>  | <b>Sitzung 3: ABC-Blätter</b>  | 145 |
| 8.1       | Ziele, Interventionen und Tagesordnung   | 145 |
| 8.2       | Ergebnisse der Selbstberichtsmaße besprechen   | 146 |
| 8.3       | Bearbeitung der Aufgaben überprüfen  | 147 |
| 8.3.1     | Anhaltende Nonadhärenz bezüglich der Aufgaben ansprechen   | 147 |
| 8.3.2     | Besprechen des Berichts und Umgang mit Nonadhärenz bei der Bearbeitung der ABC-Blätter                 | 147 |
| 8.4       | Die ABC-Blätter besprechen und Ereignisse, Gedanke und Gefühle damit untersuchen                       | 148 |
| 8.5       | Traumabezogene ABC-Blätter als Einstieg in die Überprüfung von auf Assimilation beruhenden Kognitionen | 150 |
| 8.6       | Neue Aufgabe besprechen  | 152 |
| 8.7       | Reaktionen auf die Sitzung und die Aufgabe erfragen  | 152 |
| <b>9</b>  | <b>Sitzung 4: Das Indexereignis verarbeiten</b>  | 153 |
| 9.1       | Ziele, Interventionen und Tagesordnung   | 153 |
| 9.2       | Ausgefüllte ABC-Blätter überprüfen   | 154 |
| 9.3       | Kognitive Verarbeitung: Auf Assimilation beruhende Denkfallen adressieren                              | 155 |
| 9.4       | Absicht, Verantwortung und Unvorhersehbare unterscheiden   | 161 |
| 9.5       | Das Arbeitsblatt »Erkundende Fragen« einführen   | 166 |
| 9.6       | Neue Aufgabe besprechen  | 167 |
| 9.7       | Reaktionen auf die Sitzung und die Aufgabe erfragen  | 167 |
| <b>10</b> | <b>Sitzung 5: Erkundende Fragen</b>  | 168 |
| 10.1      | Ziele, Interventionen und Tagesordnung   | 168 |
| 10.2      | Arbeitsblätter »Erkundende Fragen« überprüfen  | 168 |
| 10.3      | Das Arbeitsblatt »Denkmuster« einführen  | 173 |
| 10.4      | Neue Aufgabe besprechen  | 173 |
| 10.5      | Reaktionen auf die Sitzung und die Aufgabe erfragen  | 174 |

|   |            |
|---|------------|
| <b>11 Sitzung 6: Denkmuster</b>   | <b>175</b> |
| 11.1 Ziele, Interventionen und Tagesordnung                                     | 175        |
| 11.2 Den Behandlungserfolg nach der Hälfte der Sitzungen evaluieren             | 176        |
| 11.3 Arbeitsblätter »Denkmuster« besprechen                                     | 177        |
| 11.4 Das Arbeitsblatt »Alternative Gedanken« an einem Trauma-Beispiel einführen | 178        |
| 11.5 Neue Aufgabe besprechen  | 180        |
| 11.6 Reaktionen auf die Sitzung und die Aufgabe erfragen                        | 180        |
| <b>12 Sitzung 7: Arbeitsblätter »Alternative Gedanken«</b>                      | <b>181</b> |
| 12.1 Ziele, Interventionen und Tagesordnung                                     | 181        |
| 12.2 Arbeitsblätter »Alternative Gedanken« überprüfen                           | 182        |
| 12.3 Überblick über die fünf Themenbereiche geben                               | 184        |
| 12.4 Das Thema Sicherheit einführen   | 185        |
| 12.5 Neue Aufgabe besprechen  | 187        |
| 12.6 Reaktionen auf die Sitzung und die Aufgabe erfragen                        | 187        |
| <b>13 Sitzung 8: Sicherheit</b>   | <b>188</b> |
| 13.1 Ziele, Interventionen und Agenda   | 188        |
| 13.2 Arbeitsblätter »Alternative Gedanken« besprechen                           | 188        |
| 13.3 Das Thema Vertrauen einführen  | 191        |
| 13.4 Neue Aufgabe besprechen  | 191        |
| 13.5 Reaktionen auf die Sitzung und die Aufgabe erfragen                        | 192        |
| <b>14 Sitzung 9: Vertrauen</b>  | <b>193</b> |
| 14.1 Ziele, Interventionen und Tagesordnung                                     | 193        |
| 14.2 Arbeitsblätter »Alternative Gedanken« überprüfen                           | 193        |
| 14.3 Das Thema Macht / Kontrolle einführen                                      | 197        |
| 14.4 Neue Aufgabe besprechen  | 198        |
| 14.5 Reaktionen auf die Sitzung und die Aufgabe erfragen                        | 198        |
| <b>15 Sitzung 10: Macht / Kontrolle</b>   | <b>199</b> |
| 15.1 Ziele, Interventionen und Tagesordnung                                     | 199        |
| 15.2 Arbeitsblätter Macht / Kontrolle besprechen                                | 200        |
| 15.3 Das Thema Selbstwertgefühl / Wertschätzung für andere einführen            | 203        |
| 15.4 Beendigung der Therapie besprechen   | 204        |
| 15.5 Neue Aufgabe besprechen  | 205        |
| 15.6 Reaktionen auf die Sitzung und die Aufgabe erfragen                        | 205        |

|           |   |     |
|-----------|---|-----|
| <b>16</b> | <b>Sitzung 11: Selbstwertgefühl / Wertschätzung für andere</b>  | 206 |
| 16.1      | Ziele, Interventionen und Tagesordnung  | 206 |
| 16.2      | Arbeitsblätter »Alternative Gedanken« besprechen  | 207 |
| 16.3      | Aufgaben zum Erteilen und Annehmen von Komplimenten und zur Teilnahme an angenehmen Aktivitäten wiederholen | 210 |
| 16.4      | Ende der Therapie besprechen  | 210 |
| 16.5      | Das Thema Nähe / Intimität einführen  | 211 |
| 16.6      | Neue Aufgabe besprechen   | 212 |
| 16.7      | Reaktionen auf die Sitzung und die Aufgabe überprüfen   | 212 |

|           |   |     |
|-----------|---|-----|
| <b>17</b> | <b>Sitzung 12: Nähe / Intimität und Blick in die Zukunft</b>                                | 213 |
| 17.1      | Ziele, Interventionen und Tagesordnung  | 213 |
| 17.2      | Arbeitsblätter »Alternative Gedanken« besprechen  | 214 |
| 17.3      | Ursprünglichen und neuen Bericht über die Ursachen und Auswirkungen des Traumas vergleichen | 217 |
| 17.4      | Behandlungsverlauf und Fortschritte der Patientin besprechen                                | 218 |
| 17.5      | Ziele für die Zukunft identifizieren  | 218 |
| 17.6      | Nachsorge   | 219 |

### **III Spezifische CPT-Protokolle, Settings und Gruppen von Patientinnen**

|           |   |     |
|-----------|---|-----|
| <b>18</b> | <b>Varianten der CPT</b>                      | 222 |
| 18.1      | CPT mit schriftlichen Traumaberichten (CPT+A) | 222 |
| 18.2      | CPT mit individualisierter Dauer              | 231 |
| 18.2.1    | Spätere Beendigung                            | 232 |
| 18.2.2    | Vorzeitige Beendigung                         | 233 |
| 18.2.3    | Fortgesetzte Behandlung von Non-Respondern    | 234 |
| 18.3      | CPT bei akuter Belastungsstörung              | 235 |
| 18.4      | CPT als Online-Therapie                       | 236 |
| 18.5      | Intensive, hochfrequente CPT                  | 237 |

|           |  |     |
|-----------|--|-----|
| <b>19</b> | <b>CPT im Gruppensetting</b>                   | 239 |
| 19.1      | Gründe für die Anwendung der CPT in der Gruppe | 240 |
| 19.2      | Screening und Informationssitzungen            | 240 |
| 19.3      | Rahmenbedingungen und Vorbereitung             | 242 |
| 19.3.1    | Zeitplan, Gruppengröße und Sitzungshäufigkeit  | 243 |
| 19.3.2    | Co-Therapeutinnen                              | 244 |
| 19.3.3    | Zeitplanung                                    | 244 |
| 19.3.4    | Traumaanamnese                                 | 245 |
| 19.3.5    | Überlegungen bezüglich des Geschlechts         | 245 |
| 19.3.6    | Versäumte Sitzungen                            | 246 |

|  |   |            |
|--|---|------------|
| 19.3.7                                     | Die Rolle der Therapeutin in der Gruppenbehandlung                      | 246        |
| 19.4                                       | Durchführung der CPT in der Gruppe                                      | 247        |
| 19.4.1                                     | Festlegung einer Tagesordnung   | 247        |
| 19.4.2                                     | Abschluss der Aufgabe   | 249        |
| 19.4.3                                     | Verbindende Fragen und verbreitete Denkfallen                           | 249        |
| 19.4.4                                     | Nicht-Erledigung von Aufgaben   | 249        |
| 19.4.5                                     | Telefonlisten-Aufgabe   | 252        |
| 19.4.6                                     | Umgang mit Konflikten und Schwierigkeiten in der Gruppe                 | 252        |
| 19.5                                       | Durchführung der CPT+A in der Gruppe                                    | 254        |
| 19.6                                       | Nachsorge-Gruppen   | 256        |
| 19.7                                       | CPT bei sexuellem Missbrauch  | 256        |
| <b>20</b>                                  | <b>Unterschiedliche Gruppen von Patientinnen und Arten von Traumata</b> | <b>258</b> |
| 20.1                                       | Militärischer Kampf und Ethos   | 259        |
| 20.2                                       | Professionelle Einsatzkräfte  | 261        |
| 20.3                                       | Sexuelle Übergriffe   | 262        |
| 20.4                                       | Gewalt in der Partnerschaft   | 264        |
| 20.5                                       | Katastrophen und Unfälle  | 266        |
| 20.6                                       | Kognitive Beeinträchtigungen und Behinderungen                          | 267        |
| 20.7                                       | Durch Trauer erschwerte PTBS  | 268        |
| 20.8                                       | Trauma in der Adoleszenz und Auswirkungen auf andere Entwicklungsphasen | 269        |
| 20.9                                       | Ethnizität und Kultur   | 270        |
| 20.10                                      | Religion und Moral  | 271        |
| 20.11                                      | LGBTQIA+  | 275        |
| 20.12                                      | Anpassungen für andere Sprachen und Kulturen                            | 276        |
| <b>Anhang</b>                              |   |            |
| Liste der Arbeits- und Informationsblätter | 282   |            |
| Kommentierte Übersicht der Materialien     | 284   |            |
| Literatur                                  | 290   |            |
| Über die Autorinnen                        | 304   |            |
| Sachwortverzeichnis                        | 306   |            |