

# Inhaltsverzeichnis

<b>Geleitwort</b> .....	13
<b>Literatur</b> .....	20
<b>Teil I</b>	
<b>Metatheoretische Perspektiven</b> .....	23
<b>Empirische Wissenschaft und Evolutionäre Erkenntnistheorie</b> .....	25
Zu den Begriffen Wissenschaftstheorie und Erkenntnistheorie .....	25
Analytisch versus nicht-analytisch arbeitende Wissenschaften .....	28
Zur Notwendigkeit reduktionistischer Ansätze in der wissenschaftlichen Forschung .....	34
Evolution und Erkenntnis – Das Konzept der evolutionären Erkenntnistheorie (EE) .....	36
Das biopsychosoziale Krankheitsmodell und seine Bedeutung für die Medizin, Psychologie und Psychotherapie als Wissenschaften.....	43
Literatur .....	48
<b>Das biopsychosoziale Krankheits- und Gesundheitsmodell</b> .....	53
Das biopsychosoziale Krankheitsmodell.....	55
Kritik des biopsychosozialen Modells .....	64
Theorie der Körper-Seele-Einheit oder Theorie der Organismischen Einheit – das erweiterte biopsychosoziale Modell.....	65
Anmerkungen für den psychologischen Phänomenbereich.....	78
Literatur .....	80

<b>Das Phänomen der Emergenz im Verständnis von Gesundheit und Krankheit. . . . .</b>	<b>85</b>
Anmerkungen zur aktuellen Theorie der Körper-Geist-Einheit . . . . .	85
Das Phänomen der Emergenz . . . . .	86
Zu einigen Schlussfolgerungen . . . . .	88
Schlussbemerkungen. . . . .	91
Weiterführende Literatur . . . . .	92
<b>Neurobiologie und Psychotherapie . . . . .</b>	<b>97</b>
Freiheit – Willensfreiheit und Handlungsfreiheit . . . . .	103
Literatur . . . . .	106
<b>Teil II</b>	
<b>Klinisch-therapeutische Grundlagen . . . . .</b>	<b>109</b>
<b>Integrative Verhaltenstherapie als psychologische Psychotherapie – eine Kurzcharakteristik . . . . .</b>	<b>111</b>
Psychotherapie als Einzelwissenschaft. . . . .	111
Historische Entwicklung der „Verhaltenstherapie“ . . . . .	114
Menschenbildannahmen in der Verhaltenstherapie . . . . .	120
Zum Krankheitsbegriff in der Verhaltenstherapie. . . . .	120
Der Streit um den richtigen Krankheitsbegriff. . . . .	120
Das Krankheitsmodell der Verhaltenstherapie. . . . .	123
Die Kognitive Wende. . . . .	127
Das „erweiterte biopsychosoziale Modell“ für Gesundheit und Krankheit . . . . .	130
Zugänge zur „Psychosomatik“ . . . . .	130
Verhaltensmedizin. . . . .	133
Verhaltensmedizin und Verhaltenstherapie. . . . .	134
Die Bedeutung des biopsychosozialen Krankheitsmodells für die Entwicklung einer „ganzheitlichen“ Medizin – von der klassischen Psychosomatik zur modernen Biopsychosomatik . . . . .	135
Die Folgen des biopsychosozialen Modells für Diagnostik und Therapie in der Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin . . . . .	140
Verhaltenstherapie und andere Therapietraditionen. . . . .	143
Kurzer Rückblick zum Verhältnis Psychoanalyse und Verhaltenstherapie. . . . .	143

Zur Auseinandersetzung zwischen Verhaltenstherapie und Humanistischer Psychotherapie .....	145
Anmerkungen zum Verhältnis von verhaltenstheoretischer und systemischer Therapie .....	146
Therapeutenpersönlichkeit und Therapiemethode .....	148
Aktuelles Verständnis von „Verhaltenstherapie“ .....	150
Allgemeines .....	150
Der Begriff „Verhalten“ .....	152
Von der Reaktion zur Kognition, von der Kognition zur Emotion..	154
Der therapeutische Prozess .....	156
Indikationen .....	166
Wirkfaktoren .....	166
Schlussbemerkung .....	167
Literatur .....	171
<b>Therapeutisches Handeln und zugrunde liegende Haltungen in den verhaltenstheoretischen Psychotherapien .....</b>	<b>177</b>
Verhaltenstherapie als empirisch orientierte psychologische Psychotherapie .....	178
Die Integrative Perspektive .....	180
Anmerkungen zum Menschenbild .....	181
Nutzung von Wirkprinzipien .....	183
Transparente Therapiegestaltung .....	183
Zu den Rollen (Funktionen) des Therapeuten/der Therapeutin .....	186
Therapievereinbarung .....	187
Spezialfälle für Therapieverträge: Suizidgefahr .....	189
Therapieaufgaben .....	189
Mögliche Gründe für die Nichtausführung von Therapieaufgaben .....	190
Therapiebegleitende Evaluierung .....	192
Therapiemanuale .....	193
Ethische Grundregel .....	195
Abschließende Bemerkung .....	196
Literatur .....	197
<b>Menschenbildannahmen in den verhaltenstheoretischen Psychotherapien .....</b>	<b>199</b>
Integrative Verhaltenstherapie als moderne psychologische Psychotherapie .....	200
Menschenbildannahmen in der Verhaltenstherapie .....	201

Vorbemerkung .....	201
Historische Konzepte .....	206
Neuere und aktuelle Modelle zum Menschenbild in der Verhaltenstherapie .....	209
Exkurs zum Krankheitsmodell der verhaltenstheoretischen Therapierichtung .....	211
Exkurs zum Wechselspiel von Therapeutenpersönlichkeit und Therapiemethode .....	211
Der Blick in die Zukunft – auf dem Weg zu einer Allgemeinen Psychotherapie .....	221
Literaturverzeichnis .....	226
<b>Das Unbewusste in den verhaltenstheoretischen Psychotherapien und die Macht der Gewohnheiten. ....</b>	<b>233</b>
Verhaltenstherapie heute .....	233
Das Konstrukt des Unbewussten .....	234
Das Unbewusste aus der Sicht der Neurobiologie .....	236
Therapie .....	237
Zum Beharrungsvermögen von Denk- und Handlungsgewohnheiten ..	239
Die Macht der Gewohnheiten .....	239
Literatur .....	243
<b>Teil III:</b>	
<b>Gesundheitsförderung .....</b>	<b>245</b>
<b>Gesundheit – ein biopsychosoziales Konstrukt und seine Korrelation zu Optimismus und Glück .....</b>	<b>247</b>
Gesundheit versus Krankheit .....	247
Lebensweise und Gesundheit. ....	248
Gesundheit aus der Perspektive der Gesundheitspsychologie .....	250
Salutogenese .....	253
Optimismus und Gesundheit .....	256
Glück .....	258
Theoretische Konzepte zum Konstrukt „Glück“ .....	259
Quellen des Glücks .....	261
Empirische Studien zum Glückserleben .....	262
Kritik .....	263
Weiterführende Literatur .....	264

<b>Burnout und Erschöpfung</b> .....	269
Burn out in der Arbeitswelt – Betriebe lieben nicht! .....	269
Erschöpfung und Gegenregulation durch Urlaube .....	271
Krankheit und Gesundheit sind keine sich ausschließenden Phänomene .....	271
Ermüdungsneigung, chronische Erschöpfung, Vitalitätsverlust und Urlaubsreife .....	272
Exkurs: Chronifizierung von Stressreaktionen .....	275
Von der Gegenregulation zum Genuss .....	281
Die 7 wichtigsten Genussregeln .....	281
Literatur .....	281
<b>Selbstwirksamkeit</b> .....	283
Selbstwirksamkeit und gesundheitliches Verhalten .....	284
Selbstwirksamkeit und ihre Korrelationen zu (erlernter) Hilfflosigkeit, Hoffnungslosigkeit und Optimismus .....	286
Salutogenese und Kohärenzerleben .....	289
Volitionales Modell .....	290
Attribution .....	294
Selbstregulation .....	294
Grenzen der psychologischen Nutzung von Selbstverantwortung und Selbstkontroll-Ansätzen in der Therapie von Patienten .....	295
Resumee .....	296
Literatur .....	297
 <b>Teil IV:</b>	
<b>Praxisbeispiele</b> .....	313
 <b>Verhaltensmedizinische Therapie für chronische Schmerzpatienten.</b> .....	315
Schmerz und Schmerzerleben .....	316
Somatoforme Störungen und anhaltende somatoforme Schmerzstörungen .....	318
Kurzanleitung für die (psychologische) Exploration .....	319
Schmerz ändert sich von Person zu Person .....	319
Faktoren, die das Schmerzerleben kontrollieren .....	320
Psychologie und Schmerz: „Schmerzkontrollmethoden“ .....	324
Das Schmerzerlebnis wird neutralisiert .....	325
Konzept der „sich selbst erfüllenden Prophezeiung“ .....	327

Psychologische Methoden bei chronischen Schmerzen .....	328
Gefahr des Analgetika-Abusus .....	328
Faktoren für eine Chronifizierung (klinische Beobachtungen) .....	329
Verhaltensmedizinisches Schmerzkontrolltraining .....	336
Verhaltensmedizinische Hilfe für Patienten mit chronischen Schmerzen .....	337
Übersicht über einige mögliche therapeutische Ansätze .....	338
Veränderung des Schmerzerlebens .....	339
Individuelles Schmerz-Bewältigungs-Programm .....	342
Zur Notwendigkeit eines multimodalen „Breitbandtherapieprogramms“ .....	345
Anmerkungen zu den Behandlungsergebnissen .....	349
Resümee .....	354
Literatur .....	355
<b>Ein gestuftes verhaltensmedizinisches Angebot zur Behandlung von Patienten mit Angsterkrankungen .....</b>	<b>361</b>
Ein gestuftes Angebot von (a) Informationsveranstaltung, (b) Gruppenseminar, (c) Gruppentherapie und (d) Einzelbehandlung für Patienten mit Angsterkrankungen .....	362
Das Phänomen Angst .....	362
Wie kommt es zu Angststörungen? .....	363
Funktionen der Angst .....	364
Literatur .....	383
<b>Teil V:</b>	
<b>Aspekte der Ausbildung und Weiterentwicklung .....</b>	<b>385</b>
<b>Soll die Psychotherapie zukünftig in modularer Form gelehrt werden? ...</b>	<b>387</b>
Charakteristika der PSY-Diplom-Curricula .....	389
Literatur .....	398
<b>Soll die Psychotherapie-Ausbildung an den Medizinischen Universitäten erfolgen? .....</b>	<b>399</b>
<b>Von der Psychotherapie zur integrativen Humantherapie sensu Petzold .....</b>	<b>403</b>
Literatur .....	406

---

<b>Krankenhäuser als Zentren ganzheitlicher Gesundheit - die künftigen Heiltempel unserer Zeit? .....</b>	<b>407</b>
<b>Quellen .....</b>	<b>412</b>
<b>Nachwort des Autors .....</b>	<b>415</b>