

Inhalt

1	Verhaltensänderung in der Dialektisch-Behavioralen Therapie	1
	Ein Überblick über das Buch	3
	DBT-Grundlagen für Verhaltensveränderungen	6
	DBT-Kontext für Verhaltensänderungen	19
2	Einstufung des Problemverhaltens – Problematische Verhaltensweisen selektieren und definieren	32
	Konzept und Strategien.	32
	Häufige Probleme.	42
3	Behaviorale Kettenanalyse	54
	Konzept und Strategien.	54
	Häufige Probleme.	66
4	Lösungsanalyse	92
	Lösungsanalyse: Allgemeine Leitlinien	92
	Lösungsentwicklung	102
	Lösungsevaluierung	120
	Lösungsumsetzung	127
5	Skillstraining	134
	Skillsaneignung.	137
	Skillsstärkung.	144
	Skillsgeneralisierung	152
6	Stimuluskontrolle und Exposition.	163
	Stimuluskontrolle	165
	Exposition	174

7	Kognitive Modifizierung	187
	Kernprinzipien und -strategien	187
	Häufige Probleme.	198
8	Kontingenzmanagement	208
	Kernprinzipien und -strategien	208
	Häufige Probleme.	224
9	Epilog: Problemlösung therapeutischer Verhaltensweisen	233
	Eine Illustration	
	Literatur	240
	Sachverzeichnis	245