

Inhaltsverzeichnis

1.	Einleitung und Übersicht	15
	VT und biografisch-systemische Verhaltenstherapie (BSVT)	15
	Lerngeschichte, berufliches Umfeld und Motivation des Autors	16
	Ziele und Zielgruppen	17
	Gebrauchsanleitung für das Buch und Übersicht über die Kapitel	18
	Begriffsklärungen	22
	Danksagungen	23
2.	Grundfragen zur BSVT	27
2.1	Warum VT und was ist BSVT?	27
2.2	Was wir aus der Psychotherapieforschung für eine moderne VT lernen können	32
3.	Biografische Analyse: Wie wir wurden, was wir sind. Lebenserfahrungen und ihre Verarbeitung aus Sicht der BSVT	41
3.1	Anlage und Umwelt – ein Ergänzungsverhältnis	43
3.2	Die Grundbedürfnisse	46
3.2.1	Frustration von Grundbedürfnissen	51
3.2.2	Verarbeitung von Grundbedürfnisfrustrationen	56
3.3	Die kognitive Perspektive: Erwerb von Grundannahmen, Situationserwartungen und Plänen	63
3.3.1	Grundannahmen, Grundängste und Bewältigungspläne bei Persönlichkeitsstilen	66
3.3.2	Lebenserfahrungen bei der Herausbildung von akzentuierten Persönlichkeitsstilen oder Persönlichkeitsstörungen	70
3.4	Die Verhaltensperspektive: Entstehung von Verhaltensdefiziten und Verhaltensexzessen	73
3.5	Systemische Aspekte in der biografischen Analyse	75
3.6	Überblick über weitere psychologische Erklärungskonstrukte zur Störungsentstehung	77

4. Beziehung	81
4.1 Kooperative und schwierige Therapeut-Patient-Beziehungen	81
4.2 Die therapeutische Beziehung als Bindungserfahrung	83
4.3 Der interaktionelle Zirkel	87
4.4 Beziehungstests	89
4.5 Komplementäre Beziehungsgestaltung	93
4.6 Patientenspezifische Interaktionsziele bei Grundbedürfnisfrustrationen	95
4.7 Reparatur von Beziehungsbrüchen und Erkennen von Beziehungsstörungen ..	97
4.8 Selbstöffnung des Therapeuten	99
4.9 Therapeutenverstöße gegen die Berufsethik	100
4.10 Grenzüberschreitungen von Patienten	102
4.11 Therapeutische Beziehung als Begegnung	103
5. Motivation	105
5.1 Motivationsarten und Widerstand	105
5.2 Motivation durch Information und Rolleninduktion	110
5.3 Dialektik von Status quo und Veränderung	111
5.4 Cheerleading	113
5.5 Validierung	113
5.6 Achtsamkeit	114
5.7 Reaktionspotenziale schaffen	114
5.8 Pacing und Leading	114
5.9 Den allerschlimmsten Fall ausmalen	115
5.10 Therapeutische und Lebensziele verknüpfen	115
5.11 Weg zu gehen versus Weg beim Gehen	116
5.12 Reaktanzvermeidung durch flexible Therapeutenrolle	116
5.13 Motivation durch dialektische Balance therapeutischer Angebote und Botschaften	117
6. Das individuelle Störungsmodell	119
6.1 Die Mikroanalyse	119
6.2 Die Makroanalyse	127
6.2.1 Entstehungsbedingungen	128
6.2.1.1 Perspektive Grundbedürfnisfrustrationen und deren Bewältigung	128
6.2.1.2 Perspektive Temperamentsfaktoren	130
6.2.1.3 Perspektive der Emotionsentwicklung	130
6.2.1.4 Perspektive Grundannahmen, Situationserwartungen und Pläne	131
6.2.1.5 Perspektive Verhaltensdefizite	132
6.2.1.6 Perspektive der Systeme	132
6.2.2 Erstauftrittsbedingungen als Vulnerabilitäts-Belastungs-Interaktionen	133
6.2.3 Aufrechterhaltende Bedingungen	135
6.2.3.1 Fortwirkende Entstehungs- und Erstauftrittsbedingungen	135

6.2.3.2	Störungsspezifische Teufelskreise	135
6.2.3.3	Interaktionelle Teufelskreise (Dysfunktionale Interaktionszirkel)	141
6.2.3.4	Funktionalität	143
6.2.3.5	Aktuelle Belastungen, Traumata oder Konflikte	146
6.2.3.6	Entwicklungsblockade oder Krankheitsverlust	147
6.3	Ressourcen und Aktiva	147
7.	Therapieziele	149
7.1	Zieltypen	149
7.2	Zielkonsens zwischen Patient und Therapeut	152
7.3	Aus dem Störungsmodell abgeleitete Ziele	154
7.4	Risikoanalyse von Zielen und Methoden (Schädigung und Nebenwirkung)	160
7.5	Prognose der zu erwartenden Zielerreichung	161
8.	Therapieplanung: Der Weg zu den Zielen	165
8.1	Begründungen zur Reihenfolge von Zielen	165
8.2	Direkte versus indirekte Zielerreichung	167
8.3	Adaptive Indikation: Patientenspezifische Vorgehensweisen, Therapiemethoden, Beziehungs- und Motivationsarbeit	168
8.4	Therapiephasen	172
8.5	Therapiedauer	175
8.6	Einsatz von Testverfahren zur Diagnostik, Verlaufs- und Erfolgskontrolle	177
8.7	Psychopharmaka und Therapieprozess (von Eckhard Roediger)	180
9.	Erstkontakt, probatorische Sitzungen und Antragsfahrplan	199
9.1	Die erste Stunde: Das Setting und der Erstkontakt mit dem Patienten	203
9.1.1	Telefonische Anmeldung und mögliche Eindrücke des Patienten	203
9.1.2	Praxisgestaltung und Berufskleidung	204
9.1.3	Gesprächseröffnungen (Aufwärmen)	206
9.1.4	Informative und explorative Gesprächsphase	208
9.1.5	Antragsfahrplan: Symptomatik	213
9.2	Die zweite Stunde	215
9.2.1	Ablauf der zweiten Stunde	215
9.2.2	Antragsfahrplan: Lebensgeschichtliche Entwicklung und Krankheitsanamnese	219
9.2.3	Antragsfahrplan: Psychischer und psychopathologischer Befund	222
9.2.4	Antragsfahrplan: Somatischer Befund	229
9.3	Die dritte Stunde	230

9.3.1	Ablauf der dritten Stunde	230
9.3.2	Antragsfahrplan: Makroanalyse 1. Teil	231
9.4	Die vierte Stunde	232
9.4.1	Ablauf der vierten Stunde	232
9.4.2	Antragsfahrplan: 2. Teil der Makro- und die Mikroanalyse	233
9.5	Die fünfte Stunde	234
9.5.1	Ablauf der fünften Stunde	234
9.5.2	Antragsfahrplan: Therapieziele und Behandlungsplan	237
10.	Therapiedurchführung, ad hoc-Heuristiken, schwierige Therapiesituationen	239
10.1	Leitlinien für ad hoc Heuristiken	241
10.2	Stundenstrukturierung	247
10.3	Therapieverlaufssstruktur: Die Dialektik von Ziel- versus Prozessorientierung ..	250
10.4	Umgang mit traumatischen Erfahrungen	252
10.4.1	Traumata und diagnostische Klassifikation (ICD-10-Kriterien)	254
10.4.2	Durch Traumata verletzte Grundannahmen	255
10.4.3	Drei Säulen der Arbeit mit traumatischen Erfahrungen	256
10.4.4	Indikation und Kontraindikation von Traumaarbeit	256
10.4.5	Psychoedukation bei Traumata	259
10.4.6	Anwendungshinweise und Beispiele	262
10.5	Suizidalität	265
10.6	Interaktionsprobleme und schwierige Therapiesituationen	269
10.7	Therapeutenprobleme	270
10.8	Therapiemisserfolge und Misserfolgsprophylaxe	274
11.	Basistechniken	279
11.1	Validierungstechniken	282
11.2	Verbale und nonverbale Kommunikationsmuster	291
11.3	Psychoedukation	297
11.4	Mikroanalysen von Problemverhalten als Therapiewerkzeug	303
11.5	Vertikale Verhaltensanalyse (Plananalyse)	310
11.6	(Selbst-)Exposition	314
11.7	Aktivitätsaufbau	321
11.8.1	Soziales Kompetenztraining (SKT)	324
11.8.2	Soziale Interaktionsanalyse (SIA)	326
11.9	Rollenspiele mit interaktionellem, biografischem und internalem Fokus	330
11.10	Problemlösetraining	340
11.11	Kognitive Umstrukturierung: ABC-Modell, automatische Gedanken, Lebensthemenrezählung	342
11.12	Arbeit mit Grundannahmen	353
11.13	Entspannungstraining	359

11.14	Imaginative Verfahren	370
11.15	Emotionsregulation: Exkurs Sexualität, Emotionsedukation, emotionale Neuverarbeitung, Emotionstagebuch	385
11.16	Achtsamkeit	395
11.17	Akzeptanzstrategien	405
12.	Schlusswort	412
13.	Literatur	414
14.	Anhang	427
1.	Leitsymptomscreening nach ICD-10-Forschungskriterien	428
2.	Biografische Landkarte	431
3.	Fragebogen zur Verhaltensanalyse	432
4.	Ziele für Ihre VT	437
5.	Medikamentenliste	438
6.	Fragebogen Therapieverlaufszufriedenheit	439
7.	Fragebogen zur Therapieverlängerung	440
8.	Abschlussdokumentation	441
9.	Protokoll: Vertikale Verhaltensanalyse (Plananalyse)	443
10.	Expositionspfotokoll	444
11.	Aktivitätenprotokoll	445
12.	Protokoll: Soziale Interaktionsanalyse (SIA)	446
13.	ABC-Protokoll	448
14.	Tagesprotokoll negativer Gedanken	449
15.	Vorausschauendes Tagebuch	450
16.	Protokoll: Gefühlswahrnehmung	451
17.	Mikro-Verhaltensanalyse	452
15.	Stichwortverzeichnis	453