

Inhalt

1

Einführung 9

2

Geschichte 14

Ursprünge 14

Aktueller Ansatz und Entwicklung bis heute 21

Ausblick 24

3

Theorie 26

Ziele 26

Kernkonzepte 28

Lerntheorie: Klassische Konditionierung 28 □ Lerntheorie: Instrumen-
telle Konditionierung 37 □ Soziale Lerntheorie: Selbstwirksamkeitstheo-
rie 45 □ Die kognitive Bewertungstheorie 47 □ Die kognitive Bewer-
tungstheorie und die Theorie des Erwartungslernens 56 □ Die kognitiv-
behaviorale Theorie 59

4

Der therapeutische Prozess 62

Die Rolle der therapeutischen Beziehung 63

Die Rolle des Therapeuten/der Therapeutin	65
Minimaler Therapeutenkontakt 67	
Die Rolle des Klienten/der Klientin	68
Strategien und Techniken	70
Fertigkeiten- und verstärkungsbasierte Strategien 71 □ Expositions- basierte Strategien 86 □ Kognitionsbasierte Strategien 96	
„ Anwendungsbereiche	102
Angsterkrankungen 103 □ Depression 104 □ Alkoholmissbrauch 106 □ Bulimia nervosa 108	
Der Fall Maria – Beschreibung einer kultursensiblen Therapie . . .	110
Erschwernisse und Probleme bei der Arbeit mit diesem Ansatz . . .	120

5

Evaluation	125
-----------------------------	-----

Wirkmechanismen: Die Rolle veränderter Kognitionen	129
Wie funktioniert die KVT bei verschiedenen kulturellen Gruppen?	134

6

Ausblick auf künftige Entwicklungen	138
--	-----

Kognitionen: Funktion versus Inhalt	138
Achtsamkeit 140 □ Akzeptanz- und Commitmenttherapie 141 □ Dia- lektisch-Behaviorale Therapie 142 □ Funktion über Inhalt 143	
Lerntheorie: fächerübergreifende Fortschritte	143
Effektivitäts- und Effizienzforschung	146

7

Zusammenfassung	148
----------------------------------	-----

Glossar	152
Literaturempfehlungen	156
Zitierte Literatur	157
Register	172
Über die Autorin	176