

# Inhalt

<b>Geleitwort .....</b>	<b>5</b>
<i>von Steven C. Hayes</i>	
<b>Geleitwort .....</b>	<b>7</b>
<i>von David P. Bernstein</i>	
<b>Bevor wir beginnen .....</b>	<b>13</b>
Mein persönlicher Weg zum prozessbasierten Therapieansatz .....	13
Wie integrativ darf Psychotherapie sein? .....	14
Ist PBT eine neue Methode? .....	16
Über dieses Buch .....	16
<b>I      Der Weg zu einem prozessbasierten Ansatz</b>	
<b>1      Wir müssen unser diagnostisches Verständnis erweitern .....</b>	<b>21</b>
1.1    Kategorial-klassifikatorische Diagnostik in der Kritik .....	21
1.2    Dynamische Netzwerkmodelle als mögliche Alternative zu den Symptom-Checklisten .....	25
1.3    Eine prozessorientierte Sichtweise: Komplexe Störungsdynamiken .....	27
1.4    Sollten wir auf ICD verzichten? .....	32
1.5    »Die funktionale Analyse ist tot ... lang lebe die funktionale Analyse!« .....	33
<b>2      Wir müssen unser Psychotherapieverständnis erweitern .....</b>	<b>35</b>
2.1    Grenzen störungsspezifischer Therapiemanuale .....	35
2.2    Die Grenzen nomothetischer Forschungsmethoden .....	37
2.3    Ideografisches Denken und die Neugeburt der funktionalen Analyse .....	40
2.4    Der ideonomische Forschungsansatz .....	41
2.5    Sollten wir auf Therapiemanuale verzichten? .....	43
2.6    Zusammenfassung .....	44

## **II Theoretische Grundlagen**

<b>3 Prozesse</b> .....	<b>49</b>
3.1 Ein häufig verwendet Begriff .....	49
3.2 Verschiedene Prozessebenen und das biopsychosoziale Modell .....	50
3.2 Wesentliche Eigenschaften relevanter Prozesse in der Psychotherapie .....	54
3.3 Störungsprozesse .....	59
3.4 Veränderungsprozesse .....	62
3.5 Therapeutische Interaktionsprozesse .....	65
<b>4 Das Erweiterte Evolutionäre Metamodell (EEMM)</b> .....	<b>67</b>
4.1 Evolutionstheoretische Konzepte .....	68
4.2 Das EEMM als Metamodell .....	69
4.3 Störungsprozesse im EEMM .....	71
4.4 Veränderungsprozesse im EEMM .....	74
4.5 Kontextsensitivität und psychologische Flexibilität .....	78
<b>5 Mikro und Makroebene der funktionalen Analyse: SORC und EEMM im Dialog</b> .....	<b>79</b>
5.1 Funktionaler Kontextualismus .....	79
5.2 Funktionale Analyse im psychologischen Flexibilitätsmodell .....	81
5.3 Mikro- und Makroebene als Zeit- und Komplexitätsdimension .....	83
5.4 Das SORC-Modell .....	85
5.5 Erweitertes SORC-Modell .....	88
<b>6 Die Neurobiologie psychologischer Prozesse</b> .....	<b>90</b>
6.1 Die Biologie einer Mikroanalyse .....	90
6.2 Das Netzwerkparadigma .....	96
6.3 Die Biologie der Aufmerksamkeitsprozesse .....	100
6.4 Die Biologie emotionaler Reaktionen .....	102
6.5 Die Biologie motivationaler Prozesse .....	107
6.6 Impulskontrolle, emotionale Regulation und freie Entscheidungen .....	110
<b>7 Die biophysiologische Ebene</b> .....	<b>112</b>
7.1 Der Körper in der funktionalen Analyse .....	113
7.2 Beispiele für therapierelevante körperliche Prozesse .....	116
<b>8 Die soziokulturelle Ebene als Kontext</b> .....	<b>122</b>
8.1 Makroanalytischer Kontext .....	123
8.2 Mikroanalytischer Kontext .....	125

---

<b>9</b>	<b>Die O-Variable und die Verarbeitungsprozesse .....</b>	<b>129</b>
9.1	Das Persönlichkeitskonstrukt als »O-Variable« .....	130
9.2	Verarbeitungsprozesse: Predictive Coding .....	133
9.3	Das Schema-Konstrukt .....	136
9.4	Die Bezugsrahmentheorie (Relational Frame Theory, RFT) .....	143
9.5	Neurobiologie, Predictive Coding, Schematheorie und RFT: Vier Seiten der gleichen Medaille? .....	149
9.6	Verarbeitungsprozesse in einer Störungsdynamik .....	150
<b>10</b>	<b>Aufmerksamkeitsprozesse .....</b>	<b>151</b>
10.1	Dimensionen innerhalb einer Dimension .....	152
10.2	Aufmerksamkeitsprozesse in einer Störungsdynamik .....	154
<b>11</b>	<b>Emotionale Prozesse .....</b>	<b>156</b>
11.1	Emotionale Prozesse unter der Lupe .....	156
11.2	Emotionale Prozesse in einer Störungsdynamik .....	160
<b>12</b>	<b>Kognitive Prozesse .....</b>	<b>163</b>
12.1	Kognitives Bewerten als Prozess .....	163
12.1	Kognitive Prozesse in der Störungsdynamik .....	165
<b>13</b>	<b>Selbstprozesse .....</b>	<b>168</b>
13.1	Selbst-Dimensionen in der Psychotherapie .....	169
13.2	Selbstprozesse in einer Störungsdynamik .....	171
<b>14</b>	<b>Die motivationalen Prozesse .....</b>	<b>175</b>
14.1	Annäherungsmotivation: Ziele und Werte .....	175
14.2	Vermeidungsmotivation .....	177
14.3	Emotionale Bedürfnisse als Motivation .....	177
14.4	Motivation aus evolutionärer und lerntheoretischer Sicht ...	180
14.5	Motivationsprozesse in der Störungsdynamik .....	181
<b>15</b>	<b>Sichtbare Handlungsprozesse .....</b>	<b>183</b>
15.1	Nicht (primär) interaktionelle Handlungen .....	184
15.2	Interaktionsprozesse .....	185
15.3	Handlungsprozesse in einer Störungsdynamik .....	189
<b>III</b>	<b>Praxis</b>	
<b>16</b>	<b>Prozessbasierte Diagnostik .....</b>	<b>195</b>
16.1	Die Diagnostik im Überblick .....	195
16.2	Anamnestische Datensammlung mittels Fragebögen .....	197
16.3	Die Makroperspektive der funktionalen Analyse .....	201
16.4	Die Mikroebene der funktionalen Analyse .....	205
16.5	Erstellung eines dynamischen Netzwerkmodells .....	209

16.6	EMA-Daten und empirisch gewonnene Netzwerke .....	210
16.7	Lösungsanalyse und Formulierung einer hypothetischen Veränderungsdynamik .....	215
16.8	Beurteilung der Netzwerkstabilität .....	217
<b>17</b>	<b>Prozessbasierte Behandlung .....</b>	<b>220</b>
17.1	Netzwerktheorie der Veränderung .....	220
17.2	Behandlungsplanung und Suche nach geeigneten Veränderungsprozessen .....	222
17.3	Allgemeine Empfehlungen .....	224
17.4	Behandlungsstruktur .....	230
17.5	Veränderungsprozesse und VSRK-Prinzipien .....	231
17.6	Wie kann Variation eingeleitet werden? .....	233
17.7	Veränderungsprozesse und Interventionen im Überblick....	240
17.8	Selektion und Retention .....	246
17.9	Kontextsensitivität .....	248
17.10	Verlaufskontrolle und Therapieende .....	248
<b>18</b>	<b>Therapeutische Interaktionsprozesse .....</b>	<b>250</b>
18.1	Proaktive Prozesse in der Beziehungsgestaltung .....	250
18.2	Reaktive Prozesse in der therapeutischen Beziehung .....	253
18.3	Konfliktlösung in der therapeutischen Beziehung .....	254
<b>19</b>	<b>Wie können Sie praktisch beginnen? .....</b>	<b>257</b>
<b>IV</b>	<b>Anhang</b>	
<b>Literatur</b>	.....	<b>261</b>
<b>Sachwortregister</b>	.....	<b>267</b>