

Wolfgang Lutz
Herausgeber



Lehrbuch **Psychotherapie**

HUBER



Wolfgang Lutz (Hrsg.)
Lehrbuch Psychotherapie

Aus dem Programm Verlag Hans Huber:
Psychologie Lehrbuch

Wissenschaftlicher Beirat:

Prof. Dr. Dieter Frey, München

Prof. Dr. Lutz Jäncke, Zürich (CH)

Prof. Dr. Meinrad Perrez, Freiburg (CH)

Prof. Dr. Franz Petermann, Bremen

Prof. Dr. Hans Spada, Freiburg i. Br.

HUBER



Weitere Lehrbücher beim Verlag Hans Huber – eine Auswahl:

Sven Bölte (Hrsg.)

Autismus

584 Seiten (ISBN 978-3-456-84738-2)

Winfried Hacker

Allgemeine Arbeitspsychologie

Psychische Regulation von Arbeitstätigkeiten

875 Seiten (ISBN 978-3-456-84249-3)

Werner Herkner

Lehrbuch Sozialpsychologie

560 Seiten (ISBN 978-3-456-83571-6)

Meinrad Perrez/Urs Baumann (Hrsg.)

Lehrbuch Klinische Psychologie – Psychotherapie

1220 Seiten (ISBN 978-3-456-84241-7)

Hans Spada (Hrsg.)

Lehrbuch Allgemeine Psychologie

654 Seiten (ISBN 978-3-456-84084-0)

Rolf-Dieter Stieglitz/Urs Baumann/Meinrad Perrez (Hrsg.)

Fallbuch zur Klinischen Psychologie und Psychotherapie

334 Seiten (ISBN 978-3-456-84373-5)

Oliver Stoll/Ines Pfeffer/Dorothee Alfermann

Lehrbuch Sportpsychologie

376 Seiten (ISBN 978-3-456-84736-8)

Informationen über unsere Neuerscheinungen finden Sie im Internet unter
www.verlag-hanshuber.com

Wolfgang Lutz
(Herausgeber)

Lehrbuch Psychotherapie

Verlag Hans Huber

Das Umschlagfoto ist von M. C. Escher's «Symmetry Drawing E58» © 2010
The M. C. Escher Company-Holland. All rights reserved. www.mcescher.com

Adresse des Herausgebers:

Prof. Dr. Wolfgang Lutz
Klinische Psychologie und Psychotherapie
Fachbereich I – Psychologie
Universität Trier
D-54286 Trier
E-Mail: wolfgang.lutz@uni-trier.de

Lektorat: Monika Eginger
Herstellung: Daniel Berger
Umschlag: Claude Borer, Basel
Druckvorstufe: Kösel, Krugzell
Druck und buchbinderische Verarbeitung: AZ Druck und Datentechnik GmbH, Kempten
Printed in Germany

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Verlag Hans Huber
Hogrefe AG
Länggass-Strasse 76
CH-3000 Bern 9
Tel.: 0041 (0)31 300 4500
Fax: 0041 (0)31 300 4593
Internet: www.verlag-hanshuber.com

1. Auflage 2010

© 2010 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
ISBN 978-3-456-84839-6

Vorwort des Herausgebers

Wolfgang Lutz

Das vorliegende Lehrbuch der Psychotherapie kann als ein Querschnitt durch neue Trends in der Psychotherapie und Psychotherapieforschung verstanden werden und fasst die neuesten Entwicklungen psychotherapeutischer Interventionen zusammen. Zentrales Ziel war es, verbreitete Konzepte der Praxis, welche sich klinisch wie empirisch bewährt haben, sowie solche, welche innovativ in den letzten Jahren in das psychotherapeutische Repertoire Eingang gefunden haben, zusammenzutragen und aus der Perspektive eines allgemeinen und nicht schulengebundenen psychologischen Psychotherapieverständnisses heraus darzustellen.

Die Autoren und Autorinnen der einzelnen Kapitel sind in Praxis wie Wissenschaft speziell ausgewiesene Experten und Expertinnen zu den jeweiligen Themen. Sie haben sich unter Berücksichtigung internationaler Entwicklungen im Bereich der Psychotherapie und Psychotherapieforschung mit den Themenbereichen sowohl im Rahmen der universitären Lehre und Forschung als auch im Rahmen der postgradualen Ausbildung Psychologischer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten intensiv befasst und die entsprechenden Interventionen vielfältig in der klinischen Praxis eingesetzt.

Die Autoren und Autorinnen hatten, sieht man von den Rahmenbedingungen (z. B. Seitenzahl) einmal ab, große Freiheiten in der Gestaltung der Beiträge. Um einen klaren Überblick durch eine möglichst einheitliche Strukturierung zu gewährleisten, haben wir versucht die Marginalien zu vereinheitlichen, jedem Kapitel eine Zusammenfassung vorangestellt und an das Ende jedes Kapitels Verständnisfragen gestellt. Diese Verständnisfragen können auch als Wiederholungs- und gegebenenfalls als Übungsfragen für Prüfungen zum Thema herangezogen werden.

Die wichtigste Zielgruppe dieses Lehrbuches stellen Studierende der Psychologie im Masterstudiengang dar. Der Band ist allerdings auch geeignet für die Aus-, Weiter- und Fortbildung Psychologischer sowie Ärztlicher Psychotherapeuten sowie als Nachschlagewerk für praktisch tätige Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten hinsichtlich spezifischer – auch neuerer – Interventionsmöglichkeiten, welche in dieser Form gegebenenfalls in der eigenen Weiterbildung noch keine Rolle spielten.

Im ersten Teil des Buches werden zunächst das Basiswissen der Psychotherapie und der Psychotherapieforschung komprimiert dargestellt. Neben den Rahmenbedingungen und Metamodellen zum Verständnis von Psychotherapie wird dabei beson-

ders auf die Prozess- und Wirkfaktorenforschung sowie die Ergebnisforschung und Qualitätssicherung eingegangen. Ferner werden die Bereiche der differenziellen Indikation und Diagnostik konkret an Praxisbeispielen dargestellt. Die psychobiologischen Grundlagen der Psychotherapie werden ebenso besprochen wie die bedeutendsten Therapierichtungen und Therapieverfahren sowie neue Trends der Psychotherapie und Psychotherapieforschung. Bei der Darstellung der unterschiedlichen theoretischen Orientierungen der Psychotherapie (Kap. 6) wurden Autorinnen und Autoren unterschiedlicher therapeutischer Identifikation und Ausbildung einbezogen.

Im Anschluss daran erfolgt eine Darstellung unterschiedlicher psychotherapeutischer Modalitäten und Personengruppen (z. B. die Therapie bei Kindern und Jugendlichen sowie bei älteren Menschen).

Der Hauptteil des Buches versucht dann, die wichtigsten Interventionen der Psychotherapie und deren Anwendung unter einer allgemeinen, über Störungsgruppen hinweg einsetzbaren, und nicht unter einer störungsspezifischen Perspektive, darzustellen. Auf die genuin störungsspezifische Darstellung der Behandlung einzelner psychischer Störungen wurde in diesem Band bewusst verzichtet. Hierauf soll gegebenenfalls in einem weiteren Band eingegangen werden. Der Fokus des vorliegenden Bandes liegt vielmehr auf der Darstellung bewährter und innovativer psychotherapeutischer Grundlagen und Interventionen. Ziel war es, diese sowohl wissenschaftlich fundiert als auch praxisnah an Patientenbeispielen darzustellen, um den Leserinnen und Lesern einen klareren Eindruck vom konkreten therapeutischen Vorgehen zu vermitteln, wobei bezüglich einiger Bereiche eine Auswahl getroffen werden musste, um die Vorgaben des Verlags bzgl. der Länge nicht allzu sehr zu strapazieren. Dies betrifft insbesondere den Abschnitt B zu den therapeutischen Modalitäten, der durchaus umfangreicher hätte gestaltet werden können, z. B. durch zusätzliche Kapitel zur stationären Therapie und Gruppentherapie.

Die Realisierung dieses Lehrbuches hat einige Zeit in Anspruch genommen. Ich möchte mich hier bei allen Autorinnen und Autoren ganz herzlich für ihre Mühe, Geduld und Mitarbeit an dem Buch bedanken.

Ein Buch entsteht nicht in einem Vakuum, sondern im Kontext auch von gesellschaftlichen Diskursen. So wird auch der Umgang mit männlichen und weiblichen Sprachformen in den Kapiteln dieses Buches nicht einheitlich gehandhabt. Ich hoffe, dass dies als Ausdruck einer pluralistischen Welt für die Leserinnen und Leser akzeptabel ist.

Von jeder Supervisandin/jedem Supervisanden und jeder Patientin/jedem Patienten, mit dem ich in den letzten Jahren gearbeitet habe, habe ich eine Menge gelernt. Ich bin ihnen allen zu Dank verpflichtet. Besonders möchte ich auch meinen Mentoren Kenneth I. Howard (*1932, †2000) und Klaus Grawe (*1943, †2005) für die Möglichkeit, an ihren Institutionen wissenschaftlich und therapeutisch zu arbeiten, danken. Ich habe viel von ihnen gelernt und ohne ihren Einfluss wäre mein Interesse für Psychotherapieforschung sicher nicht in der gleichen Weise ausgebildet worden. Auch wäre dieses Lehrbuch sicher nicht entstanden.

An dieser Stelle möchte ich auch cand. phil. Antje Welscher für das Korrekturlesen der Beiträge, die Zusammenstellung des Sachverzeichnisses und zahlreiche Hilfestellungen bei der Erstellung der endgültigen Fassung des Buches ausdrücklich danken. Ein besonderer Dank gilt auch cand. phil. Vibeke Nordstrand für die Basisübersetzung des Kapitels 11. Ohne beider tatkräftige Hilfe wäre das Buch sehr viel später erschienen.

Ebenfalls möchte ich Frau Eginger vom Huber Verlag für ihr Interesse, die Geduld und die Unterstützung des Verlags bei der Fertigstellung des Buches danken. Hier sei auch der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) und dem Schweizerischen Nationalfonds zur Förderung der wissenschaftlichen Forschung (SNF) gedankt, welche meine wissenschaftlichen Arbeiten in den letzten Jahren finanziell unterstützt haben. Ebenso möchte ich meiner Familie (Birgit, Teresa und Kathrin) für die Geduld und Zugewandtheit danken, welche mich die letzten Jahre begleitet haben und begleiten.

Trier, im August 2010
Wolfgang Lutz

Inhaltsverzeichnis

A. Basiswissen der Psychotherapie und Psychotherapieforschung

W. Lutz

1. Was ist Psychotherapie? – Grundlagen und Modelle	25
1.1 Einleitung und Übersicht: Practice-based evidence und evidence-based practice	25
1.2 Psychotherapie – was ist das?	27
1.3 Abstraktionsgrade und Meta-Modelle der Psychotherapie – spezifisches und/oder kontextuelles Verständnis von Psychotherapie	29
1.4 Das Generic Model oder allgemeine Modell der Psychotherapie	33
1.5 Allgemeine Prozess- und Veränderungsmodelle der Psychotherapie	37
1.5.1 Das Aufwand-Wirkungs-Modell und das Phasenmodell der Verbesserung in der Psychotherapie	37
1.5.2 Der diagnostisch-therapeutische Prozess als Problemlösen	42
1.5.3 Der therapeutische Prozess als Stufen der Assimilation problematischer Erfahrungen	43
1.5.4 Der therapeutische Prozess als Stadien der Veränderung im Rahmen eines transtheoretischen Modells	44
1.5.5 Der therapeutische Prozess aus Sicht der Motivations- und Volitionstheorie: Das Rubikonmodell	45
1.6 Abschließende Bemerkungen	47
▪ Verständnisfragen	47

W. Lutz und J. R. Böhnke

2. Psychotherapieforschung: Verläufe, Prozesse, Ergebnisse und Qualitätssicherung	49
2.1 Inhaltliche Ebene: Was sind relevante Kriterien des Therapieerfolges?	49
2.2 Methodische Ebene: Wie können Veränderungen abgebildet werden?	51
2.3 Praxisrelevanz der Psychotherapieforschung	52
2.3.1 Abschätzung der Effektivität über Effektstärken	53
2.3.2 Klinische Bedeutsamkeit der Veränderungen	56
2.3.3 Zur Modellierung von Verlaufs- und Prozessinformationen mit Wachstumsanalysen	60

2.4	Verlaufs- und Ergebnisbewertung: Erfolgsstabilität und Misserfolg ..	61
2.5	Prozessforschung in der Psychotherapie	62
2.6	Individuumsorientierte Versorgungsforschung und Qualitätssicherung	65
▪	Verständnisfragen	69
 <i>M. Grosse Holtforth, W. Lutz und Y. Egenolf</i>		
	3. Diagnostik und Therapieplanung in der Psychotherapie	71
3.1	Psychologische Diagnostik als wegweisender Begleiter der Psychotherapie	72
3.2	Indikationsorientierte Diagnostik	72
3.2.1	Fallkonzeption und Therapieplanung	73
3.2.2	Störungsdiagnostik	75
3.2.3	Psychosoziales Funktionieren	82
3.2.4	Lebensgeschichte und Belastungen	82
3.2.5	Interpersonale Diagnostik	83
3.2.6	Motivation, Ziele und Erwartungen	84
3.2.7	Ressourcen und Bewältigung	84
3.2.8	Therapieplanung	85
3.3	Therapiebegleitende Diagnostik: Prozessdiagnostik	85
3.4	Abschließende Bemerkungen	86
▪	Verständnisfragen	87
 <i>W. Lutz, S. Mocanu und B. Weinmann-Lutz</i>		
	4. Differenzielle Indikation: Patienten- und Therapeutenmerkmale	89
4.1	Treatment-Aptitude-Forschung und individualisierte Behandlungsplanung	89
4.2	Empirisch gestützte differenzielle und adaptive Indikation im Rahmen einer Verlaufsdagnostik in der Psychotherapie	91
4.3	Differenzielle Indikation: Vorgehen in der Poliklinischen Psychotherapieambulanz für Ausbildung, Lehre und Forschung (PALF) an der Universität Trier am Fallbeispiel Frau L.	93
4.3.1	Diagnostik vor Behandlungsbeginn	94
4.3.2	Erstgespräch und kategoriale Diagnostik	97
4.3.3	Integration der Information zu einer Indikationsentscheidung ..	100
▪	Therapiebeginn	101
▪	Therapieverlauf	102
▪	Verständnisfragen	104
 <i>G. Meinlschmidt und D. H. Hellhammer</i>		
	5. Biologische Grundlagen der Psychotherapie	105
5.1	Einleitung	105
5.2	Biologische Veränderungen bei Psychotherapie	106

5.2.1	Hirnphysiologische Aktivität	107
5.2.2	Neuroendokrine Aktivität	108
5.2.3	Peripherphysiologische Aktivität	109
5.3	Psychopharmaka und Psychotherapie	110
5.3.1	Klassische Kombinationsbehandlung von Pharmako- und Psychotherapie	111
5.3.2	Pharmakopsychotherapie	111
	▪ D-Cycloserin	112
	▪ Glukokortikoide	113
	▪ Oxytozin	113
5.4	Biologiebasierte therapeutische Verfahren	114
5.4.1	Neuropsychanalyse (Kaplan-Solms, Solms)	114
5.4.2	Neuropsychotherapie	115
5.4.3	Neuropattern	120
5.5	Ausblick	122
	▪ Verständnisfragen	124

W. Lutz, J. Klein, S. Mocanu, D. Weimer, K. Stadler und A. Welscher

6. Richtungen und Verfahren der Psychotherapie im Überblick 1: Theoretische Orientierungen	125	
6.1 Psychoanalyse und psychodynamisch begründete Therapieverfahren	125	
6.1.1 Einführung und Überblick	125	
6.1.2 Definition	126	
6.1.3 Allgemeine und klinische psychoanalytische Theorie bei Freud	127	
6.1.4 Weiterentwicklungen der psychoanalytischen Theorie	128	
6.1.5 Psychoanalytische Behandlungsmethode und Anwendungsformen	129	
	▪ Übertragung	129
	▪ Gegenübertragung	130
	▪ Widerstand	130
	▪ Anwendungsformen	131
6.2 Verhaltenstherapeutisch und kognitiv-verhaltenstherapeutisch begründete Therapieverfahren	131	
6.2.1 Einleitung, Definition	131	
6.2.2 Geschichtliches, Entwicklung, Ursprünge	132	
6.2.3 Verhaltenstherapeutische, kognitiv-verhaltenstherapeutische und integrativ-verhaltenstherapeutische Ansätze	133	
	▪ Selbstmanagement-Verfahren	134
	▪ Kognitive Verfahren	136
	▪ Konstruktivistische Therapien	136
	▪ Neue Entwicklungen in der Kognitiven Verhaltenstherapie	137
6.3 Humanistisch begründete Therapieverfahren	138	
6.3.1 Klientenzentrierte Psychotherapie	139	
6.3.2 Gestalttherapie	140	

6.3.3	Existenzielle Psychotherapie	141
6.3.4	Prozess-Erlebnisorientierte Psychotherapie	143
6.4	Systemisch begründete Therapieverfahren	144
6.4.1	Therapeutische Haltungen	145
6.4.2	Systemische Ansätze	146
■	Verständnisfragen	150

W. Lutz, T. Ehrlich und L. Zaunmüller

	7. Richtungen und Verfahren der Psychotherapie im Überblick 2: Neuere Positionen und Entwicklungen im Verständnis von Psychotherapie in Forschung und Praxis	151
7.1	Betonung von Methoden und Techniken in der Psychotherapie	151
7.1.1	Empirisch validierte Therapieverfahren in der Psychotherapie ..	151
7.1.2	Wissenschaftlich-berufsrechtliche Anerkennung von Psychotherapieverfahren im deutschen Sprachraum	155
7.1.3	Leitlinien und Manuale in der Psychotherapie	157
7.2	Betonung der therapeutischen Beziehung	160
7.3	Schulenübergreifende, allgemeine und integrativ-verhaltens- therapeutische Perspektiven	162
7.3.1	Prinzipien therapeutischer Veränderung	162
7.3.2	Anwendung der Veränderungsprinzipien – integrativ- assimilativer Ansatz	163
7.3.4	Das Duale Modell der Psychotherapie	165
7.3.5	Von der Allgemeine Psychotherapie über die Konsistenztheorie zur Neuropsychotherapie	166
■	Allgemeine Psychotherapie und allgemeine Wirkfaktoren	167
■	Konsistenztheorie	168
■	Neuropsychotherapie	170
■	Verständnisfragen	171

B. Modalitäten

S. Schneider

	8. Psychotherapie bei Kindern und Jugendlichen	175
8.1	Bestandsaufnahme Psychotherapieforschung	175
8.1.1	Marie Cover Jones, Anna Freud, Virginia Axline – Wegbereiterinnen der Psychotherapie mit Kindern	175
8.1.2	Psychotherapieforschung mit Kindern und Jugendlichen: Wo stehen wir heute?	176
8.1.3	Wirksamkeit von Psychotherapie in der Routinepraxis	180
8.2	Allgemeine Struktur und Interventionsstrategien von Psychotherapien	182
8.2.1	Allgemeine Struktur	182