

Grundlagenwissen

Grundlagenwissen

Veränderungen durch Lernvorgänge

Verhaltenstherapie

Buch 1

Sybille Disse





Grundlagenwissen

Veränderungen durch Lernvorgänge

- **Softcover:** 978-9403691374
- **Hardcover:** 978-9403690674
- **E-Book:** 978-9403690681

Das Werk (einschließlich seiner Teile) ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Verantwortlich für den Inhalt: © Sybille Disse | Dierhagen

<https://www.sybille-disse.de/>

- Medizinwissen mit Konzept | Sybille Disse
- Am Gewerbehof 12 | 18347 Dierhagen (Ostseebad)
- Telefon: +49 800 0004650 (AB)
- E-Mail: info@sybille-disse.de

Grafikdesigntool: © Canva | Sydney <https://www.canva.com/>

Jacob-Zeichnungen: © Sven Hartmann | Zürich

<https://www.kater-jacob.de/>

bookmundo

Verlag: Bookmundo Direkt - Mijnbestseller
Nederland B.V. | Delftstraat 33 | 3013AE
Rotterdam

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar. Der vorliegende Text darf nicht gescannt, kopiert, übersetzt, vervielfältigt, verbreitet oder in anderer Weise ohne Zustimmung des Autors verwendet werden, auch nicht auszugsweise: weder in gedruckter noch elektronischer Form. Jeder Verstoß verletzt das Urheberrecht und kann strafrechtlich verfolgt werden.

Benutzerhinweis

Medizinische Erkenntnisse unterliegen einem steten Wandel. Herausgeberin und Autorin dieses Werkes bemühen sich intensiv, dem aktuellen Wissensstand zu entsprechen. Dies entbindet den Benutzer nicht von seiner Sorgfaltspflicht. Bei der Erstellung wurden auch automatisierte Übersetzungsverfahren, Rechtschreibprogramme und Textgeneratoren eingesetzt. Die Personenbezeichnungen schließen ausdrücklich alle Geschlechtsidentitäten ein. Wir distanzieren uns ausdrücklich von jeglicher Diskriminierung hinsichtlich der geschlechtlichen Identität. Falls im Buch auf Seiten im Internet verwiesen wird, wurden diese nach sorgfältigen Erwägungen ausgewählt. Auf die zukünftige Gestaltung und den Inhalt der Seiten besteht jedoch kein Einfluss. Autorin und Verlag distanzieren sich daher ausdrücklich von diesen Seiten, soweit darin rechtswidrige, insbesondere jugendgefährdende oder verfassungsfeindliche Inhalte zutage treten sollten.

ICD-11-Inhalte

Die Übersetzung der ICD-11 wurde nicht von der Weltgesundheitsorganisation erstellt (WHO). Die WHO ist nicht verantwortlich für den Inhalt oder die Genauigkeit dieser Übersetzung. Die englische bzw. deutsche Fassung der WHO ist die verbindliche und originale Ausgabe.

Inhalt

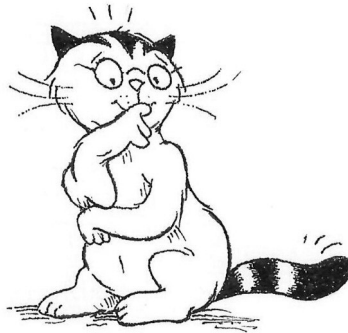
ANLEITUNG	1
<i>Optimales Lernvergnügen</i>	
Prolog	3
EINFÜHRUNG	7
KAPITEL 1	10
<i>Überblick</i>	
Die grundlegenden Kenntnisse der VT	10
Die historische Entwicklung der VT	12
Die Strategien der VT	13
KAPITEL 2	15
<i>Wirksamkeit von Psychotherapieverfahren</i>	
KAPITEL 3	20
<i>Geschichte</i>	
Klassische VT	20
Kognitive VT	22
Integrative VT	23
Methoden- und Störungsspezifität	24
KAPITEL 4	26
<i>Merkmale</i>	
Aspekte	26
Prinzipien	27
Methoden	27
Anwendungsbereiche	28
Indikationen	29
KAPITEL 5	30
<i>Modelle</i>	
KAPITEL 6	33
<i>Lerntheorie</i>	
SORKC-Schema	33

KAPITEL 7	36
<i>Psychodiagnostik</i>	
KAPITEL 8	40
<i>Entwicklungspsychologische Grundlagen</i>	
KAPITEL 9	44
<i>Problem-/Verhaltensanalyse</i>	
KAPITEL 10	48
<i>Durchführung der Problem-/Verhaltensanalyse</i>	
KAPITEL 11	51
<i>Störungsentstehung</i>	
Die Funktion der Erarbeitung der Störungsgenese	52
Die Bedeutung bisheriger Behandlungsversuche	52
Die verschiedenen Modelle der Störungsgenese	54
KAPITEL 12	57
<i>Therapieplanung</i>	
KAPITEL 13	62
<i>Gesprächsführung/Beziehungsaufbau</i>	
Die komplementäre Beziehungsgestaltung	62
Die Ziele in der Anfangsphase der Therapie	63
Die Prinzipien, die die Motivation für die Behandlung günstig beeinflussen können	64
Wie ein Verhaltenstherapeut mit Problemen der Kooperation von Patient und Therapeut umgehen kann	65
Wie die Ablösung des Patienten vorbereitet werden kann	67
KAPITEL 14	69
<i>Operante Verfahren</i>	
KAPITEL 15	72
<i>Selbstkontrollverfahren</i>	
KAPITEL 16	75
<i>Rollenspiel</i>	
KAPITEL 17	80
<i>Konfrontationsverfahren</i>	

KAPITEL 18	84
<i>Biofeedback</i>	
KAPITEL 19	88
<i>Problemlöseverfahren</i>	
KAPITEL 20	92
<i>Kognitive Verfahren</i>	
KAPITEL 21	97
<i>Soziales Kompetenztraining</i>	
KAPITEL 22	100
<i>Kommunikationstraining</i>	
Die Voraussetzungen beim Patienten bzw. bei Paaren	100
Die Beziehung von Therapeut und Patient bzw. bei Paaren	101
Der kontrollierte Dialog	102
Worauf übende Partner achten sollten	103
Wie sich die Rolle und Aufgabe des Therapeuten von Beginn bis Ende des Kommunikationstrainings verändert	104
Fazit	106
KAPITEL 23	107
<i>Stressmanagement</i>	
KAPITEL 24	111
<i>Anwendungsbereiche</i>	
Epilog	117
Literaturverzeichnis	119
BONUSMATERIAL	120
<i>E-Learning</i>	
Wir haben noch etwas für Sie!	120
So erhalten Sie Zugang zum E-Learning	121
Über die Autorin	123
Bücher von Sybille Disse	125
Empfehlungen	133

«Begehre nicht, dass das, was geschieht, nach
Deinem Gutdünken geschehe, sondern halte es für
gut, wie es geschieht, und Du wirst glücklich leben.»

— Epiktet



Anleitung

Optimales Lernvergnügen



Um alle Bonusfunktionen dieses Buches/E-Books sowie die Medizinwissen-Lernapp nutzen zu können, sind es nur wenige Schritte:

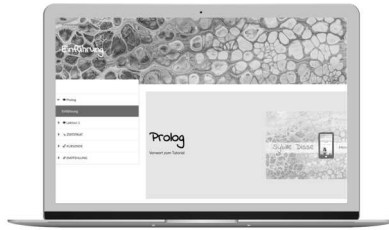
1. Scannen Sie den Code mit Ihrem Smartphone, einem mobilen Gerät oder einer Kamera im QR-Code-Modus auf Ihrem Laptop/Tablet oder PC. Schauen Sie sich in Ruhe das Erklärvideo an.



“ Falls Sie den Code nicht scannen können oder wollen, können Sie uns auch einen Kaufbeleg per E-Mail an: info@sybille-disse.de senden und wir schicken Ihnen den Downloadlink für die Bonusmaterialien sowie das Video.

2. Scannen Sie außerdem den Code für das Bonusmaterial am Ende dieses Buches. Damit gelangen Sie direkt in den Downloadordner!

3. Holen Sie sich den begleitenden Onlinekurs kostenfrei bei Elopape (der Code sowie die Anleitung dafür befindet sich im Downloadordner).



4. Laden Sie sich die Medizinwissen-App bei Apple oder Google Play. Melden Sie sich dort mit den Zugangsdaten an, die Sie bei der Anmeldung zum Onlinekurs eingegeben haben.

“ Mit der Medizinwissen-App haben Sie dann auch in Zukunft alles zum Lernen dabei.

Egal wo Sie lernen möchten!



Prolog

Verhaltenstherapie ist eine Form der Psychotherapie, die auf dem Prinzip basiert, dass ungünstige Verhaltensweisen und Denkmuster erlernt wurden und demnach auch wieder verlernt werden können. Die Verhaltenstherapie wurde vor allem in den USA aus der Lerntheorie entwickelt. Die Lerntheorie beschreibt, wie Menschen auf Reize reagieren und wie sie ihr Verhalten an die Konsequenzen anpassen. Die Verhaltenstherapie orientiert sich an wissenschaftlichen Erkenntnissen und Methoden und zielt darauf ab, das aktuelle Verhalten und die Sichtweisen des Menschen zu untersuchen und bei Bedarf zu korrigieren.

Die Verhaltenstherapie kann bei verschiedenen psychischen Störungen angewendet werden, wie zum Beispiel Angststörungen, Depressionen, Zwangsstörungen oder Essstörungen. Die Verhaltenstherapie umfasst verschiedene