

Inhalt

Vorwort.....	11
1 Die kognitive Verhaltenstherapie im Überblick	15
1.1 Komponenten der KVT	16
1.1.1 Verhaltensanalyse	16
1.1.2 Fertigkeitstraining	16
1.1.3 Entscheidende Schritte.....	17
1.2 Parameter der KVT	17
1.2.1 Form	17
1.2.2 Dauer	18
1.2.3 Setting	18
1.2.4 Patienten	19
1.2.5 Kompatibilität mit anderen Behandlungen	19
1.3 Wirkmechanismen der KVT	19
1.3.1 Grundlegende, spezifische Interventionen	20
1.3.2 Empfohlene, unspezifische Interventionen	20
1.3.3 Annehmbare Interventionen	21
1.3.4 Interventionen, die nicht einen Bestandteil der KVT bilden	21
1.4 Die KVT im Vergleich zu anderen Behandlungen	21
1.4.1 Ähnliche Ansätze	21
1.4.1.1 Kognitive Therapie	22
1.4.1.2 Community Reinforcement Approach.....	22
1.4.1.3 Motivational Enhancement Therapy	23
1.4.2 Andere Ansätze	23
1.4.2.1 Twelve-Step Facilitation.....	23
1.4.2.2 Interpersonale Psychotherapie	24
2 Klinische Forschung zur KVT	25
2.1 KVT und Interpersonale Psychotherapie	25
2.2 KVT und Clinical Management	26
2.2.1 KVT und Depressionssymptome	27
2.2.2 KVT und Alexithymie	28
2.2.3 Nachkontrolle nach einem Jahr.....	29
2.3 KVT bei alkoholabhängigen Kokainkonsumenten	30
2.4 KVT bei opioidabhängigen Kokainkonsumenten	32

3	Grundsätze der KVT	34
3.1	Erlerntes Verhalten	34
3.1.1	Klassische Konditionierung	34
3.1.2	Operante Konditionierung	34
3.1.3	Lernen am Modell	35
3.2	Verhaltensanalyse	35
3.2.1	Bestandsaufnahme	35
3.2.2	Relevante Bereiche	36
3.2.3	Untersuchungsinstrumente	37
3.3	Fertigkeitstraining	38
3.3.1	Auf Abstinenz ausgerichtete Lernstrategien	39
3.3.2	Allgemein einsetzbare Fertigkeiten	40
3.3.3	Grundlegende Fertigkeiten	40
3.3.4	Abstimmung des Materials auf die Bedürfnisse des Patienten	41
3.3.5	Einsatz von Wiederholungen	42
3.3.6	Üben von Fertigkeiten	43
3.3.7	Eine genaue Begründung abgeben	43
4	Struktur und Form der Sitzungen	46
4.1	Die 20/20/20-Regel	46
4.2	Erstes Drittel der Sitzung	47
4.2.1	Abklären des Zustands des Patienten	47
4.2.2	Anhören der derzeitigen Anliegen	48
4.2.3	Nachbesprechen der praktischen Übung	49
4.3	Zweites Drittel der Sitzung	50
4.3.1	Einführen des Themas	50
4.3.2	Verbindungen herstellen zwischen dem Thema und den derzeitigen Anliegen	50
4.3.3	Überprüfen der Reaktionen	50
4.4	Letztes Drittel der Sitzung	51
4.4.1	Zuweisen einer praktischen Übung	51
4.4.2	Vorbesprechen von Risikosituationen	52
4.5	Themen	52
5	Der therapeutische Umgang mit Widerstand und dessen Bedeutung in der KVT	54
6	Kombination der KVT mit Medikamenten	56
7	Erste Sitzung: Einführung in die Behandlung und in die KVT	59
7.1	Ziele der Sitzung	59
7.2	Wichtige Interventionen	59
7.2.1	Aufnehmen der Krankengeschichte und Herstellen einer Beziehung	59
7.2.2	Fördern der Motivation	60
7.2.3	Aushandeln der Therapieziele	61

7.2.4	Vorstellen des KVT-Modells	62
7.2.5	Festlegen von Grundregeln für die Behandlung	64
7.2.6	Einführen der Verhaltensanalyse	64
7.3	Praktische Übung	64
8	Thema 1: Umgang mit dem Verlangen nach Kokain.	66
8.1	Ziele der Sitzung	66
8.2	Wichtige Interventionen	66
8.2.1	Verstehen des Verlangens nach Kokain	66
8.2.2	Beschreiben des Verlangens nach Kokain.	67
8.2.3	Ermitteln von Auslösern	68
8.2.4	Meiden von Reizen	68
8.2.5	Umgang mit dem Verlangen nach Kokain	68
8.3	Praktische Übungen	71
9	Thema 2: Förderung der Motivation und der Bereitschaft zur Verhaltensänderung.	73
9.1	Ziele der Sitzung	73
9.2	Wichtige Interventionen	74
9.2.1	Klären der Ziele.	74
9.2.2	Angehen von ambivalenten Gefühlen gegenüber der Veränderung	75
9.2.3	Erkennen und Bewältigen von Gedanken über Kokain	76
9.3	Praktische Übungen	78
10	Thema 3: Ablehnungsfertigkeiten/bestimmtes Auftreten	82
10.1	Ziele der Sitzung	82
10.2	Wichtige Interventionen	83
10.2.1	Abklären der Verfügbarkeit von Kokain	83
10.2.2	Umgang mit Lieferanten	83
10.2.3	Fertigkeiten zur Ablehnung von Kokain	84
10.3	Hinweis auf das Ende der Therapie	85
10.4	Praktische Übungen	85
11	Thema 4: Scheinbar belanglose Entscheidungen	88
11.1	Ziele der Sitzung	88
11.2	Wichtige Interventionen	89
11.2.1	Verstehen von scheinbar belanglosen Entscheidungen	89
11.2.2	Ermitteln von persönlichen Beispielen	90
11.2.3	Üben, sichere Entscheidungen zu fällen	90
11.3	Praktische Übung	91
12	Thema 5: Allzweck-Krisenplan	93
12.1	Ziele der Sitzung	93
12.2	Wichtige Interventionen	93
12.2.1	Vorbesprechen von Risikosituationen	93

12.2.2	Entwickeln eines Krisenplans.	94
12.3	Praktische Übung	94
13	Thema 6: Lösen von Problemen	96
13.1	Ziele der Sitzung	96
13.2	Wichtige Interventionen	96
13.2.1	Einführen der grundlegenden Schritte	96
13.2.2	Üben von Problemlösungsfertigkeiten	97
13.3	Praktische Übung	98
14	Thema 7: Case Management	100
14.1	Ziele der Sitzung	100
14.2	Wichtige Interventionen	101
14.2.1	Erfassen von Problemen	101
14.2.2	Aufstellen von Zielen.	101
14.2.3	Erfassen von Ressourcen	101
14.2.4	Festlegen eines Plans	101
14.2.5	Überprüfen der Fortschritte	101
14.3	Praktische Übung	102
15	Thema 8: Verringerung des HIV-Risikos	104
15.1	Ziele der Sitzung	104
15.2	Wichtige Interventionen	104
15.2.1	Abschätzen des Risikos	104
15.2.2	Fördern der Motivation für Veränderungen.	105
15.2.3	Festlegen von Zielen	105
15.2.4	Anwenden von Problemlösungsstrategien auf Hindernisse	105
15.2.5	Abgeben von spezifischem Informationsmaterial	105
15.3	Praktische Übung	106
16	Sitzung mit einer Bezugsperson	108
16.1	Ziele der Sitzung	108
16.2	Wichtige Interventionen	108
16.2.1	Vorausplanen.	108
16.2.2	Informieren/Festlegen von Zielen.	109
16.2.3	Ermitteln von Strategien	109
16.3	Praktische Übung	110
17	Letzte Sitzung: Abschluss der Therapie.	111
17.1	Ziele der Sitzung	111
18	Handhabung des Manuals und Modifikationen im Einzel- und Gruppensetting.	112
18.1	KVT im Gruppensetting.	113
18.2	KVT bei kokainkonsumierenden Opioidabhängigen	114

18.3	Mögliche Anpassungen und Ergänzungen des KVT-Manuals	115
18.3.1	Das Smarties-Experiment	116
18.3.2	Zielsetzungen	116
18.3.3	Die Entscheidungsmatrix.	117
18.3.4	Die Rolle des Therapeuten.	117
19	Motivierende Gesprächsführung zur Förderung der Therapiebereitschaft	120
19.1	Was ist motivierende Gesprächsführung?	121
19.2	Prinzipien motivierender Gesprächsführung.	122
19.2.1	Empathie ausdrücken	123
19.2.2	Diskrepanz entwickeln	123
19.2.3	Nachgiebig auf Widerstand reagieren	123
19.2.4	Selbstwirksamkeit fördern.	123
19.3	Spezifische Techniken motivierender Gesprächsführung.	124
19.3.1	Offene Fragen stellen.	124
19.3.2	Aktives Zuhören	124
19.3.3	Bestätigen	124
19.3.4	Zusammenfassen.	125
19.3.5	Change-Talk hervorrufen.	125
19.4	Prozessphasen motivierender Gesprächsführung	125
19.5	Umgang mit Widerstand	126
19.6	Motivierende Gesprächsführung in Gruppen	127
20	Auswahl, Ausbildung und Supervision der Therapeuten und Probleme	128
20.1	Ausbildung der Therapeuten	128
20.1.1	Seminar	128
20.1.2	Übungsfälle unter Supervision	128
20.1.3	Beurteilung der Therapeuten	129
20.1.4	Zulassung der Therapeuten	130
20.2	Fortlaufende Supervision	130
20.2.1	Voraussetzungen	130
20.2.2	Häufig auftretende Probleme.	131
	Anhang Checklisten	134
	Literatur	146
	Stichwortverzeichnis	153