

CBASP in der Gruppe

Das Kurzmanual

Bearbeitet von
Elisabeth Schramm

1. Auflage 2012. Taschenbuch. 72 S. Paperback

ISBN 978 3 7945 2886 8

Format (B x L): 16,5 x 24 cm

[Weitere Fachgebiete > Psychologie > Psychotherapie / Klinische Psychologie](#)

schnell und portofrei erhältlich bei


DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

Vorwort

Bereits kurz nach der Einführung des „Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy“ (CBASP) in den deutschsprachigen Raum im Jahre 2004 stellten Teilnehmer der Trainingsseminare wiederholt die Frage nach einer Gruppenversion dieses Ansatzes. McCulloughs spontane Antwort hierauf war sinngemäß: „You really want to be in a group with a bunch of chronically depressed patients? Well, go ahead, develop a group version, and try it out.“

Wir sind diesem Ratschlag gefolgt. Denn vor allem im stationären Behandlungssetting, aber auch im Rahmen von Untersuchungen zur kosteneffizienten ambulanten Versorgung chronisch depressiver Patienten drängte sich die Anwendung des CBASP als Gruppenprogramm auf.

Mit den ersten evaluierten Gruppentherapien konnten wir ermutigende Erfahrungen sammeln. Insbesondere bei der Anwendung der Situationsanalysen, der am häufigsten eingesetzten Technik beim CBASP, ergab das „Gruppenformat“ deutliche Vorteile gegenüber der Einzeltherapie: Die Patienten unterstützten sich nicht nur gegenseitig wirksam beim Finden geeigneter Situationsziele, sondern erkannten im Gruppengeschehen direkt und unmittelbar, welche Konsequenzen das eigene Verhalten auf ihr Gegenüber hat. Indem sie ihre Aufmerksamkeit weg von intrapsychischen Prozessen wie Ängsten und Befürchtungen hin auf die interpersonellen Konsequenzen ihres Verhaltens in der Gruppe richteten, lernten sie, sich besser in andere Menschen hineinzusetzen. Dadurch konnten sie allmählich ihre Abkapselung aufgeben und sich aktiv in zwischenmenschliche Situationen einbringen. Häufig konnten wir in den Gruppen beobachten, dass die Patienten ihre vor dem Hintergrund früher Traumatisierungen entwickelten Ängste vor engen zwischenmenschlichen Beziehungen ablegten und zwischen früheren schädigenden und aktuellen förderlichen Beziehungen zu unterscheiden lernten. Durch diese Erkenntnis- und Verhaltensprozesse wurde es möglich, die im Verlauf chronischer Depressionen entstandene Hilflosigkeit und Ohnmacht zu überwinden.

Die Durchführung des CBASP-Gruppenprogramms ist im Vergleich zur Einzeltherapie jedoch nicht nur mit Vorteilen verbunden. Die von McCullough beschriebenen oftmals feindselig-dominanten oder passiv-aggressiven Beziehungsmuster chronisch depressiver Patienten schon frühzeitig so zu regulieren, dass sie keinen bleibenden Schaden bei den Gruppenteilnehmern verursachen, sei nur als eine der Herausforderungen genannt. Vor allem das „Dizipliniert persönliche Einbringen der Gefühlsreaktionen des Therapeuten“ (Disciplined Personal Involvement) „als Antwort“ auf ein problematisches Verhalten eines Gruppenteilnehmers erfordert nicht nur die volle Präsenz des Therapeuten, sondern auch ein gehöriges Maß an therapeutischer Erfahrung und Fingerspitzengefühl. Im vorliegenden Manual ist der Umgang mit solchen und anderen Schwierigkeiten praxisnah beschrieben.

In der Einleitung werden das Rationale und die klinische sowie empirische Evidenz des CBASP-Gruppenansatzes beschrieben. Es folgt eine detaillierte Anleitung zur

Strukturierung der einzelnen Gruppensitzungen, die durch zahlreiche Verbatims veranschaulicht wird. Abschließend werden die Strategien anhand eines Fallbeispiels illustriert. Verschiedenste Praxismaterialien, Handouts für Patienten und Therapeuten sowie Powerpoint-Folien, unterstützen die praktische Durchführung des Konzepts.

Das Manual richtet sich an psychologische und ärztliche Psychotherapeuten, die die CBASP-Strategien speziell zur Gruppenbehandlung chronischer Patienten in ihren klinischen Alltag integrieren möchten. Zur effektiven Anwendung des Gruppenprogramms wird im Anschluss an die Lektüre die Teilnahme an einem Trainingsprogramm (www.ffap.eu) empfohlen.

Wir bedanken uns bei Prof. Dr. phil. Johannes Michalak und seiner Arbeitsgruppe sowie bei Dipl.-Psych. Katrin Johanna Bude und Dr. phil. Marion Sonnenmoser für ihre wertvollen Anregungen bei der Entwicklung des vorliegenden Manuals. Besonderer Dank gilt auch Prof. Dr. med. Mathias Berger, ohne dessen Unterstützung und Initiative die Entwicklung dieses Vorhabens nicht möglich gewesen wäre.

Boulder, Colorado, im Januar 2012

Elisabeth Schramm