

# Die »dritte Welle« der Verhaltenstherapie

Grundlagen und Praxis

Bearbeitet von  
Thomas Heidenreich, Johannes Michalak

Originalausgabe 2013. Buch. 292 S. Hardcover  
ISBN 978 3 621 28037 2  
Format (B x L): 16,8 x 24,5 cm  
Gewicht: 639 g

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

Zu [Leseprobe](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

  
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung [beck-shop.de](http://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.

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	11
<b>1 Einführung</b>	
<i>Thomas Heidenreich • Johannes Michalak</i>	13
1.1 Geschichtliche Entwicklung der Verhaltenstherapie	13
1.2 Überblick zur Konzeption des Herausgeberwerks	16
<b>2 Akzeptanz- und Commitmenttherapie (ACT)</b>	
<i>Rainer F. Sonntag</i>	20
2.1 Einführung	20
2.2 Entwicklung des Verfahrens	21
2.3 Veränderungstheorie	22
2.4 Darstellung des Verfahrens	27
2.5 Empirischer Stand	36
2.6 Perspektiven	37
<b>3 Behavioral Activation</b>	
<i>Valerija Sipos • Ulrich Schweiger</i>	41
3.1 Einführung	41
3.2 Entwicklung der Methode	41
3.3 Störungs- und Veränderungstheorie	42
3.4 Darstellung der Therapieform	44
3.5 Empirischer Stand	54
3.6 Zusammenfassung	55
<b>4 Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP)</b>	
<i>Eva-Lotta Brakemeier</i>	57
4.1 Einführung	57
4.2 Entwicklung und Veränderungstheorie von CBASP	59
4.3 Darstellung des Verfahrens	62
4.4 Empirischer Stand	73
4.5 Perspektiven	75

<b>5</b>	<b>Compassion Focused Therapy</b>	
	<i>Heike Winter • Christine Brähler • Paul Gilbert</i>	79
5.1	Einführung	79
5.2	Das Modell der CFT	80
5.3	Klinische Anwendung	85
5.4	Behandlungsansatz	87
5.5	Behandlungsstrategien	91
5.6	Empirischer Stand	98
5.7	Perspektiven	99
<b>6</b>	<b>Dialektisch-Behaviorale Therapie (DBT)</b>	
	<i>Martin Bohus • Regina Steil • Christian Stiglmayr</i>	102
6.1	Entwicklung des Verfahrens	102
6.2	Veränderungstheorie	103
6.3	Darstellung des Verfahrens	106
6.4	Empirischer Stand	117
6.5	Perspektiven	118
<b>7</b>	<b>Achtsamkeitsbasierte Kognitive Therapie (MBCT)</b>	
	<i>Johannes Michalak • Thomas Heidenreich</i>	121
7.1	Einführung	121
7.2	Entwicklung des Verfahrens	122
7.3	Veränderungstheorie	123
7.4	Darstellung des Verfahrens	125
7.4	Empirischer Stand	135
7.5	Perspektiven	136
	<b>Exkurs: MBCT – aktuelle Befunde und Ausblick</b>	
	<i>Thorsten Barnhofer • J. Mark G. Williams</i>	139
<b>8</b>	<b>Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention im Suchtbereich</b>	
	<i>Thomas Heidenreich • Götz Mundle • Johannes Michalak</i>	150
8.1	Einführung	150
8.2	Entwicklung des Verfahrens	151
8.3	Veränderungstheorie	152
8.4	Darstellung des Verfahrens	154
8.5	Empirischer Stand	161
8.6	Perspektiven	163

<b>9</b>	<b>Stressbewältigung durch Achtsamkeit: MBSR</b>	
	<i>Petra Meibert • Johannes Michalak • Thomas Heidenreich</i>	165
9.1	Einführung	165
9.2	Entwicklung des Verfahrens	167
9.3	Veränderungstheorie	168
9.4	Darstellung des Verfahrens	171
9.5	Empirischer Stand	175
9.6	Perspektiven	176
<b>10</b>	<b>Metakognitive Therapie</b>	
	<i>Tobias Teismann • Sven Hanning</i>	180
10.1	Entwicklung des Verfahrens	181
10.2	Veränderungstheorie	181
10.3	Praktisches Vorgehen	184
10.4	Empirischer Stand	196
10.6	Perspektiven	197
<b>11</b>	<b>Schematherapie</b>	
	<i>Eckhard Roediger • Gerhard Zarbock</i>	199
11.1	Einführung und Entwicklung des Verfahrens	199
11.2	Veränderungstheorie: Die »heilende« Beziehungserfahrung in der Schematherapie	202
11.3	Darstellung des Verfahrens: Der schematherapeutische Veränderungsprozess	206
11.4	Empirischer Stand	213
11.5	Fazit und Perspektiven	214
<b>12</b>	<b>Training emotionaler Kompetenzen (TEK)</b>	
	<i>Jeanine Schwarz • Matthias Berking</i>	219
12.1	Einführung	219
12.2	Veränderungstheorie: Emotionsregulation und Psychopathologie	222
12.3	Das TEK-Modell der Entstehung psychischer Störungen	223
12.4	Training emotionaler Kompetenzen: Darstellung des Verfahrens	228
12.5	Empirischer Stand	239
12.6	Ausblick und aktuelle Forschung	239

## **13 Well-being Therapy**

*Anne Katrin Risch* 242

- 13.1 Einführung** 242
- 13.2 Entwicklung des Verfahrens** 243
- 13.3 Veränderungstheorie** 243
- 13.4 Darstellung des Verfahrens** 244
- 13.5 Empirischer Stand** 252
- 13.6 Perspektiven** 253

## **14 Die »dritte Welle«: eine kritische Betrachtung**

*Stefan G. Hofmann • Hannah M. Münch* 256

- 14.1 Der empirische Status der »dritten Welle« der KVT** 256
- 14.2 KVT: eine Familie von Therapien** 257
- 14.3 Achtsamkeitsbasierte Behandlungen** 259
- 14.4 Akzeptanz- und Commitmenttherapie** 262
- 14.5 Zusammenfassung und Ausblick** 265

## **15 Transdiagnostische Aspekte der »dritten Welle«**

*Warren Mansell • Thomas Heidenreich • Johannes Michalak* 269

- 15.1 Einführung** 269
- 15.2 Diagnostik in der frühen Verhaltenstherapie** 270
- 15.3 Störungsspezifische Kognitive Verhaltenstherapie** 270
- 15.4 Transdiagnostische Ansätze** 272
- 15.5 Kontrolltheoretische Ansätze und transdiagnostische Perspektive** 275
- 15.6 Fazit und Perspektiven** 276

## **16 Abschließende Betrachtungen**

**Die dritte Welle der Verhaltenstherapie – das Für und Wider eines Begriffs**

*Johannes Michalak • Thomas Heidenreich* 279

**Autorenverzeichnis** 289

**Sachwortverzeichnis** 291