

Joachim Heinzel

# Verhaltenstherapie bei Erwachsenen und Kindern

Eine Anleitung für die Praxis

Ferdinand Schöningh .

Paderborn München Wien Zürich

# Inhaltsverzeichnis

<i>Einleitung</i>	9
<i>1. Diagnose</i>	11
1.1 Die Beobachtung des Verhaltens in der Praxis	11
1.2 Die Codierung des Verhaltens	18
1.3 Zielsetzung und Art der therapeutischen Maßnahmen	21
1.4 Anmerkungen zur Praxis	22
<i>2. Systematische Desensibilisierung</i>	25
2.1 Die klassische Vorgehensweise bei der systematischen Desensibilisierung	26
2.2 Varianten der systematischen Desensibilisierung	37
2.2.1 Therapie mittels mechanischer Hilfen	37
2.2.2 Gruppendesensibilisierung	38
2.2.3 Emotive Vorstellung (emotive imagery)	38
2.2.4 Imitationstherapie	42
2.2.5 In-vivo-Desensibilisierung	44
2.3 Anmerkungen zur Praxis	45
<i>3. Selbstsicherheitstraining</i>	48
3.1 Definition von Zielbereichen und Zielreaktionen	49
3.2 Probeagieren	51
3.3 Outings	52
3.4 Anmerkungen zur Praxis	52
<i>4. Negative Praxis</i>	54
4.1 Voraussetzungen zur Durchführung der negativen Praxis	54
4.2 Praktisches Vorgehen	55
4.3 Anmerkungen zur Praxis	58

5.	<i>Token economy.</i>	60
5.1	Beobachtungsphase.	62
5.2	Festsetzung des Zielverhaltens.	64
5.3	Phase der Bekräftigung.	65
5.4	Anmerkungen zur Praxis.	66
6.	<i>Methoden der Reizüberflutung.</i>	69
6.1	Implosion.	70
" 6.2	Flooding .	71
6.3	In-vivo-Verfahren.	72
6.4	Anmerkungen zur Praxis .	74
7.	<i>Covert Techniques.</i>	76
7.1	Covert Positive Reinforcement.	76
7.2	Cövert Negative Reinforcement .	78
7.3	Covert Sensitization.	80
7.4	Anmerkungen zur Praxis.	82
8.	<i>Aversive Kontrolle I response cost (Privilegienentzug).</i>	84
8.1	Bestimmung der Therapieziele .	85
8.2	Beispiel eines Vertrags.	86
8.3	Durchführung ohne vertragliche Bindung .	87
8.4	Aufbau positiver Verhaltensweisen .	88
8.5	Anmerkungen- zur Praxis ...	90
9.	<i>Gedanken-Stop.</i>	92
9.1	Voraussetzung zur Behandlung .	92
9.2	Zusammenstellung der Auslösereize .	92
9.3	Training des Gedanken-Stop .	93
9.4	Modifikationen .	94
9.5	Anmerkungen zur Praxis .	94

10.	<i>Angsterleichterungsmethode</i>	96
10.1	Angsthierarchie	96
10.2	Konditionieren auf ein bestimmtes Signal	96
10.3	Konfrontation	97
10.4	Outings	98
10.5	Anmerkungen zur Praxis	98
11.	<i>Biofeedback</i>	100
11.1	Art der Messungen	101
11.2	Darstellung der Werte	101
11.3	Feedback-Training	101
11.4	Graphische Darstellung und Instruktionsbeispiel	102
11.5	Anmerkungen zur Praxis	102
12.	<i>Das autogene Training</i>	104
12.1	Die äußeren Bedingungen	105
12.2	Haltungen und Zurücknehmen	105
12.3	Die einzelnen Übungen	106
12.4	Anmerkungen zur Praxis	108
13.	<i>Spezielle Probleme der Verhaltenstherapie bei Kindern</i>	110
13.1	Eltern und Erzieher	110
13.2	Haltungen und Zurücknehmen	114
13.3	Die praktische Anwendung der einzelnen Techniken bei Kindern	114
13.4	Beispiele für Verstärker	126
14.	<i>Die praktische Behandlung eines enuretischen Kindes</i>	127
	Ein Fallbeispiel	127
14.1	Verhaltensanalyse und Entwicklung des Therapieplanes	127
14.2	Funktionale Beschreibung des symptomatischen Verhaltens	127

14.3	Therapieplan . . . . .	.132
14.4	Verlauf der Therapie. . . . .	.133
14.5	Erfolgskontrollen . . . . .	135
15..	<i>Die praktische Behandlung eines stotternden Kindes</i>	
	Ein Fallbeispiel. . . . .	.137
15.1	Verhaltensanalyse und Entwicklung des Therapie- planes . . . . .	137
15.2	Ziele der Therapie und Therapieplan . . . . .	140
15.3	Verlauf der Therapie. . . . .	.141
15.4	Diskussion des Fallbeispiels . . . . .	144
16..	<i>Praktische Behandlung eines Klienten mit verschie- denen Ängsten</i>	
	Ein Fallbeispiel. . . . .	.146
16.1	Verhaltensanalyse und Entwicklung des Therapie- <hr/>	
16.2	Verlauf der Therapie. . . . .	150
16.3	Erfolgskoritrollen . . . . .	156
17.	<i>Praktische • Behandlung von Prüfungsangst, Selbst- unsicherheit und die Erstellung eines Arbeitspro- gramms</i>	
	Ein Fallbeispiel. . . . .	158
17.1	Datenerhebung . . . . .	158
17.2	Therapieplan . . . . .	160
17.3-	Verlauf der Therapie . . . . .	160
17.4	Diskussion. . . . .	166
18.	<i>Nachwort.</i> . . . . .	167
	<i>Literaturverzeichnis</i> . . . . .	169