

Inhalt

Geleitwort von Marsha M. Linehan	9
Geleitwort von Jaqueline B. Persons	11
Einführung	13
1 Schwierige Bedingungen in den Griff bekommen	15
1.1 Das Kernproblem einer tiefgreifenden Störung der Emotionsregulation	18
1.2 Die Behandlung einer tiefgreifenden Störung der Emotionsregulation in der DBT	27
2 Auf dem Weg zu Fallkonzept und Behandlungsplan	48
2.1 Schritt 1: Diagnostik unter Verwendung von Phasen und Therapiezielen	51
2.2 Schritt 2: Für jeden primären Problembereich die Muster bestimmender Variablen ermitteln: die (Verhaltens-)Kettenanalyse	57
2.3 Schritt 3: Die Aufgabenanalyse nutzen, um Mini-Therapiepläne für häufige zentrale Verbindungsglieder zu erstellen	70
2.4 Ein Gespräch während der Vorbereitungsphase: Manny	76
3 Veränderungsstrategien	91
3.1 Orientierung und Mikro-Orientierung	93
3.2 Didaktische Strategien	95
3.3 Commitment-Strategien	96
3.4 Selbstbeobachtung: Die Diary Card	99
3.5 Kettenanalyse und Einsichtsstrategien	103
3.6 Lösungsanalyse	104
3.7 Fallbeispiel: Michael	106
3.8 Vier Veränderungsstrategien aus der Kognitiven Verhaltenstherapie und ihre Verwendung in der DBT	115

4	Validierungsprinzipien und -strategien	125
4.1	Die Rolle der Invalidierung für die Störung der Emotionsregulation verstehen	125
4.2	Die Auswirkungen zielgenauer und sorgfältiger Validierung	129
4.3	Was validiert wird	131
4.4	Wie validiert wird	135
4.5	Die Anwendung der Validierung zur Verbesserung der Emotionsregulation	139
4.6	Fallbeispiel: Lara	147
5	Dialektische Haltung und dialektische Strategien: ein Gleichgewicht von Akzeptanz und Veränderung erreichen	155
5.1	Die dialektische Haltung	156
5.2	Eine dialektische Balance für die Strategien finden	163
5.3	Fallbeispiel: Yvette	174
6	Orientieren, Motivieren und Bewegen: durch jede Interaktion das Optimum erreichen	181
6.1	Orientierung: Wo stehen wir?	181
6.2	Motivieren	186
6.3	Sich auf die Ziele des Klienten zubewegen	187
6.4	Fallbeispiel: Karrie	190
7	Der Einzeltherapeut und die Supervisionsgruppe	202
7.1	Ziel und Aufbau der DBT-Supervisionsgruppe	202
7.2	Wie die DBT-Supervisionsgruppe den Therapeuten »behandelt«	207
7.3	Wie Therapeuten die DBT auf sich selbst anwenden	219
	Literatur	226
	Danksagung	230
	Sachwortverzeichnis	232