

# 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

## 5 Compassion Focused Therapy

<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

## 6 Dialektisch-Behaviorale Therapie (DBT)

<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

## 7 Achtsamkeitsbasierte Kognitive Therapie (MBCT)

<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

### Exkurs: MBCT – aktuelle Befunde und Ausblick

<i>Thorsten Barnhofer • J. Mark G. Williams</i>	139
---	-----

## 8 Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention im Suchtbereich

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

## 13 Well-being Therapy

<i>Anne Katrin Risch</i>	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

<i>Stefan G. Hofmann • Hannah M. Münch</i>	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«

<i>Warren Mansell • Thomas Heidenreich • Johannes Michalak</i>	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

<i>Johannes Michalak • Thomas Heidenreich</i>	279
---	-----

## Autorenverzeichnis

289

## Sachwortverzeichnis

291