Klärungsorientierte Psychotherapie

Klärungsorientierte Psychotherapie (KOP) ist eine Psychotherapieform,

- die sehr anwendungs- und praxisorientiert ist,
- die hoch effektiv ist,
- die sehr gut in der Psychologie fundiert ist,
- die Therapeuten eine sehr gute Beziehungsgestaltung ermöglicht,
- die hoch störungsspezifisch ist,
- die den Therapeuten ein hoch flexibles System anbietet, mit dessen Hilfe Therapeuten Schemata
  - gut und tief klären,
  - umfassend bearbeiten können,
- die Therapeuten einen konstruktiven Umgang mit „schwierigen Klienten“ ermöglicht, wie z.B. psychosomatischen Klienten und Klienten mit Persönlichkeitsstörungen.

Das Institut für Psychologische Psychotherapie (IPP) in Bochum bietet Therapeutinnen und Therapeuten Fortbildungskurse in verschiedenen relevanten Bereichen der KOP an.

Bitte informieren Sie sich unter

www.ipp-bochum.de

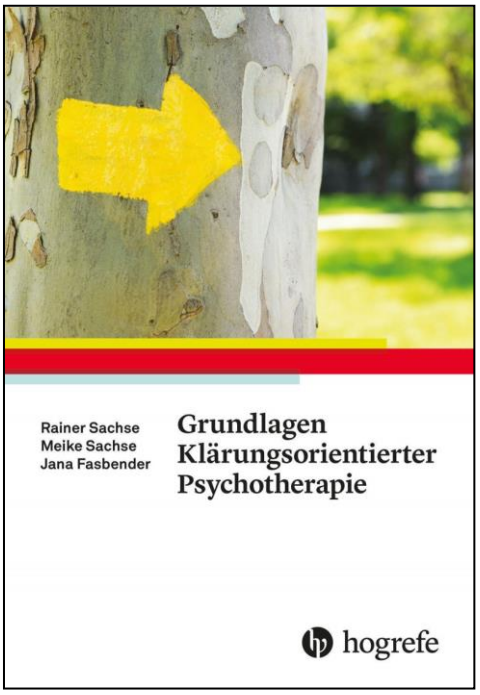
Sie erreichen uns:

IPP
Prümer Straße 4
44787 Bochum
meike.sachse@ipp-bochum.de
0234 – 640 5775

Hier möchten wir Sie auf zentrale Publikationen zur KOP aufmerksam machen.

1 Grundlagen Klärungsorientierter Psychotherapie

Das Buch stellt die psychologischen Grundlagen der KOP dar und führt in die Aspekte Beziehungsgestaltung, Klärung, Bearbeitung, Motivierung von Klienten u.ä. ein.
Es werden die Bedeutung von Verarbeitungsprozessen, von therapeutischen Regeln, der Therapie-Mikro-Perspektive u.a. erläutert.
Anwendungsgebiete, Strategien und Interventionen von KOP werden beschrieben.
Das Buch stellt die grundlegenden Überlegungen zum Verständnis der KOP dar.



Klärungsorientierte Psychotherapie (KOP) ist eine elaborierte, psychologisch fundierte und empirisch validierte Psychotherapieform, die sich sehr gut auch bei komplexen psychischen Störungen wie Persönlichkeitsstörungen und psychosomatischen Störungen bewährt.
Das vorliegende Buch stellt die Rahmenkonzeption von KOP dar: Die grundlegenden Prinzipien, Vorgehensweisen und Strategien, die zum Verständnis des Ansatzes erforderlich sind. Es gibt eine Einführung in die psychologischen Grundlagen der KOP, in die Ziele und das Menschenbild. Es stellt die Grundregeln der KOP dar, nach denen Therapeuten vorgehen, die Strategien der allgemeinen und komplementären Beziehungsgestaltung und der Motivierung von Klienten. Es führt in die Klärungs- und Explizierungsprozesse von Klienten ein sowie in die therapeutischen Strategien, mit deren Hilfe Therapeuten Prozesse von Klienten konstruktiv steuern können. Es stellt weiterhin Methoden der kognitiven und affektiven Umstrukturierung vor. Das Buch stellt Anwendungsgebiete von KOP dar sowie die störungsspezifischen Varianten.
Es macht deutlich, was KOP sowohl Therapeuten, als auch Klienten zu bieten hat, und schließlich wird ein Überblick über den Stand der Prozess- und Erfolgsforschung der KOP gegeben und gezeigt, dass KOP ein hochgradig empirisch validiertes Therapieverfahren ist.

2 Therapeutische Beziehungsgestaltung

Das Buch stellt die Bedeutung einer therapeutischen Beziehungsgestaltung für die Psychotherapie im Allgemeinen und für die KOP im Besonderen dar.
Ausführlich beschrieben werden die Vorgehen der allgemeinen und der komplementären Beziehungsgestaltung.
Allgemeine Beziehungsgestaltung bedeutet, dass sich ein Therapeut empathisch, akzeptierend, respektvoll etc. dem Klienten gegenüber verhält.
Komplementäre Beziehungsgestaltung bedeutet, dass ein Therapeut erkennt, welches die zentralen Beziehungsmotive eines Klienten sind und versucht diese, im Rahmen der therapeutischen Regeln zu befriedigen.

Eine tragfähige Therapeut-Klient-Beziehung ist für alle Psychotherapeuten, Psychologen, Ärzte, Sozialarbeiter und Sozialpädagogen das zentrale Element einer erfolgreichen Therapie. Diese Arbeitsbeziehung muss stets aktiv hergestellt und gestaltet werden.
In diesem Band wird zunächst die Wichtigkeit der therapeutischen Beziehung begründet, und es werden verschiedene Beziehungskonzepte diskutiert. Erörtert werden auch der Sinn und die Ziele der Beziehungsgestaltung und ihre therapeutische Funktion. Das Konzept der motivbezogenen komplementären Beziehungsgestaltung wird ebenfalls eingehend erläutert: Ein Therapeut sollte die zentralen Beziehungsmotive eines Klienten verstehen und sich zu diesen im Rahmen der therapeutischen Regeln komplementär verhalten.
Die einzelnen Beziehungsmotive und die Arten von Komplementarität werden im Detail dargestellt. Therapeutische Strategien werden erklärt und an Beispielen und einem Transkript veranschaulicht. Schließlich wird auch auf andere Konzepte der Komplementarität eingegangen, und es werden Zusammenhänge und Unterschiede erläutert.

Rezension aus der Zeitschrift "Systhema: Zeitschrift des Instituts für Familientherapie e.V. Weinheim" (3/06)

Rainer Sachse ist bekannt geworden für seine Arbeiten zu Zielorientierter Gesprächspsychotherapie und - später - zu einer Klärungsorientierten Psychotherapie. In dem nun vorliegenden schmalen, jedoch inhaltsreichen Buch diskutiert er Besonderheiten und Möglichkeiten therapeutischer Beziehungsgestaltung. Er tut dies mit einer klaren Betonung des besonderen Anteils der professionellen HelferInnen an diesem Geschehen, das auch ihm als zentral und während des gesamten Therapieprozesses im Auge zu behalten gilt. Was auf den ersten Blick wie ein allgemeiner therapeutenzentrierter Ansatz wirkt, erweist sich bei genauerem Hinsehen als ein sauber begründeter und konsequent durchgehaltener Ansatz, in dem das Partnerschaftliche in der TherapeutIn-KlientIn-Beziehung unterstrichen wird, jedoch hinsichtlich der spezifischen Verantwortlichkeiten differenziert. Sachse unterscheidet seine Herangehensweise von solchen, die die therapeutische "Allianz" in den Vordergrund rücken. Er entscheidet sich - wie ich das verstehe - deswegen dagegen, weil das Allianzkonzept aus seiner Sicht zu unscharf hinsichtlich der Verantwortlichkeiten argumentiert. Ihn interessiert stattdessen mehr die Frage, was genau TherapeutInnen tun können und sollen, um die Therapiekonstellation so auf die KlientInnen zuzuschneiden, dass diese ihre eigenen Besonderheiten und Expertise zu Gunsten der angestrebten Ziele einsetzen. Aus diesem Blickwinkel entscheidet sich Sachse für den Begriff und das Konzept der therapeutischen Beziehungsgestaltung und reklamiert das Gestalten als Aufgabe der TherapeutInnen. Eine TherapeutIn müsse "durch gezielte Strategien versuchen, eine gute Therapeut-Klient-Beziehung auch trotz dysfunktionaler Interaktionsstile des Klienten zu erreichen. Damit hängt die Qualität der therapeutischen Beziehung entscheidend vom Therapeuten ab" (S.15 f., Herv. i. O.). Das ist sauber begründet und durchdacht. Und man kann dies auch anders gewichten. Dass Sachse sich zu seinem Ausgangspunkt bekennt und andere, etwa systemische Positionen zum Thema nicht berücksichtigt, ändert jedoch nichts daran, anzuerkennen, dass er seinen Ansatz kenntnisreich und plausibel darstellt. Ich verstehe ihn so, dass es ihm nicht um eine Art Definitionshoheit geht, sondern um eine belastbare Weise, für Bedingungen verantwortlichen Handelns zu sorgen. Dies gelingt dem Autor m. E. sehr gut.

Insgesamt scheint mir das Buch in erster Linie als Ausbildungs- und Lehrbuch gedacht zu sein. Es leistet viele (und anregende) Definitions- und Differenzierungsarbeit, etwa zum Umgang mit Solidarität und Loyalität; insbesondere zu den unterschiedlichen Arten des Vertrauens und den unterschiedlichen Aufmerksamkeitsfoki von TherapeutInnen, wenn es darum geht, diesen unterschiedlichen Arten des Vertrauens behilflich zu sein. Aus einem störungsspezifischen Blickwinkel dürfte sicher das Konzept der komplementären Beziehungsgestaltung interessant sein sowie das Durchdeklinieren dieses Konzeptes hinsichtlich der zentralen Beziehungsmotive Anerkennung, Wichtigkeit, Verlässlichkeit, Solidarität, Autonomie und Grenzen. Das Buch bietet auf diese Weise umfangreiches, quasi-curriculares Material zum Thema und erweist sich als ergiebig. Aus systemischer Sicht gibt es sicher Fragen und sicher auch eine Reihe anderer Ideen als die von Sachse vorgestellten. Was Blicke über den Tellerrand und die verwendete Literatur betrifft, liefern Sachses eigene Arbeiten einen deutlichen Schwerpunkt. Der programmatische Reader von Norcross (2002) ist zwar mit einigen Verweisen vertreten, jedoch nicht das Themenheft der "Psychotherapie im Dialog". Keinen Hehl macht Sachse aus seinem deutlichen Bekenntnis zu einem psychosozialen Verständnis menschlicher Probleme und er grenzt sich deutlich ab von einem medizinischen Modell. Insgesamt: lohnende Lektüre, vielleicht gerade wegen der Notwendigkeit, eigene systemische Positionen als Pendant noch einmal genauer unter die Lupe zu nehmen.

Wolfgang Loth (Bergisch Gladbach)

3 Klärungsprozesse in der Klärungsorientierten Psychotherapie

Die Klärung relevanter Schemata und Motive ist ein zentraler Kernaspekt der KOP. Ergebnisse der Prozessforschung zeigen, dass Klienten Schemata und Motive nur sehr schwer klären können und das sie hochgradig konstruktive Unterstützung von Therapeuten benötigen.

Das Buch beschreibt Klärungsprozesse (oder sog. „Explizierungsprozesse“) von Klienten und beschreibt therapeutische Strategien und Interventionen auf Seiten der Therapeuten.

Das Buch macht auch deutlich, <u>was</u> genau geklärt werden sollte: Welche Arten von Schemata auf welchen Beziehungsmotiven eine Rolle spielen und wie Therapeuten diese identifizieren können.

Das Buch enthält damit wertvolle Heuristiken, an denen Therapeuten sich orientieren können.

Das Anregen und Steuern von Klärungsprozessen bei Klienten ist der zentrale Kern der Klärungsorientierten Psychotherapie. Die Klärung von Schemata und Motiven ist für Klienten sehr schwierig: Therapeuten benötigen daher ein hohes Maß an Expertise, insbesondere in Form von Klärungsstrategien.

Therapeuten benötigen aber auch Wissen über Klärungsprozesse, Prozessziele und darüber, welche Rahmenbedingungen sie zur Klärung schaffen sollten, damit sie erkennen können, auf welcher Prozessstufe sich ein Klient befindet und was der Klient jeweils an gezielter Unterstützung durch den Therapeuten benötigt.

Dieses Buch vermittelt Therapeuten eine solche Expertise: Es legt dar, worauf Therapeuten achten sollen und unter welchen Bedingungen sie die Klienten-Prozesse durch welche Strategien konstruktiv steuern können. Alle angeführten Strategien sind empirisch getestet und haben sich in der praktischen Anwendung der Klärungsorientierten Psychotherapie vielfach bewährt.

Rezension aus der Zeitschrift "Deutsches Ärzteblatt" (Heft 8, August 2016)

KLÄRUNGSORIENTIERTE PSYCHOTHERAPIE

Forschungsarbeiten praxisorientiert aufbereitet

Zuerst gibt der Autor einen Überblick über Klärungsprozesse in der Psychotherapie und zeigt, welche Bedeutung sie therapeutisch haben. Dann wird erläutert, welche psychologische Funktion Schemata haben und warum sie für die Probleme der Klienten so wichtig sind. Die Schemamatrix wird vorgestellt, bei der die vier Schemaarten zu den sechs Beziehungsmotiven in Relation gesetzt werden. Bei jeder Analyse eines Klienten soll versucht werden, das jeweilige Schema in die Matrix einzuordnen.

Die fünf Teilprozesse des Klärungsprozesses (keine Probleme im Focus; Intellektualisierung; abgehobener Bericht; konkreter Bericht; Explizierung) werden beschrieben, und es wird gezeigt, wie der Therapeut auf der Stufe fünf den Explizierungsprozess steuern muss, bei dem die Schemata geklärt werden. Der Klient hat die Aufgabe von einer externalen auf eine internale Perspektive umzuschalten, was nicht automatisch passiert, sondern wohl einer bewussten Intention folgt. Vielen Personen, beispielsweise Klienten mit psychosomatischer Verarbeitungsstruktur, fällt es sehr schwer, eine internale Perspektive einzunehmen.

Im zweiten Teil des Buches wird die weitere therapeutische Arbeit in den Fokus genommen. Verschiedene Möglichkeiten der Intervention werden vorgestellt und bezüglich ihrer Bedeutung für den Klärungsprozess bewertet. Es wird klargestellt, dass Fragen nur unter bestimmten Voraussetzungen sinnvoll sind, so sollen Informationsfragen nur gestellt werden, wenn der Therapeut bestimmte Inhalte noch nicht verstanden hat. Grundsätzlich soll der Therapeut die Perspektive des Klienten möglichst wenig externalisieren. Bei explizierenden Interventionen teilt der Therapeut mit, was der Klient noch nicht in Worte fassen kann oder „zwischen den Zeilen" sagt. Es wird verdeutlicht, dass Verstehen ein hochkomplexer und kreativer Akt ist, der nicht manualisierbar ist und geübt werden muss.

Im nächsten Kapitel geht der Autor auf das Thema der Vermeidung in einem Prozess der Klärung von Schemainhalten ein. Der Therapeut sollte den Klienten weder unter- noch überfordern und immer erst dann den Prozess bremsen, wenn er beim Klienten entsprechende Signale entdeckt. Konkrete Möglichkeiten, wie bei Vermeidungen gegengesteuert werden kann, werden gezeigt.

In dieses Buch mit seinen Inhalten „hart an der Kante des Mainstream" hat der Autor wesentliche Forschungsarbeiten eingeflochten und alles sehr praxisorientiert aufbereitet. Den Abschluss bilden zwei ausführlichere Beispiele von Klärungsprozessen mit Transkript, Kommentar und Schlussfolgerung. *Joachim Koch*

Rainer Sachse: Klärungsprozesse in der Klärungsorientierten Psychotherapie. Hogrefe, Göttingen 2016, 125 Seiten, kartoniert, 24,95 Euro

4 Therapeutische Informationsverarbeitung

Ein Therapeut muss im Therapieprozess die vom Klienten einlaufenden Informationen verstehen und nach psychologischen Gesichtspunkten verarbeiten.
Dieser Prozess ist hoch komplex und erfordert vom Therapeuten eine hohe Expertise.
Das Buch beschreibt aus sprachpsychologischer Sicht, was Verstehensprozesse sind und wie ein Therapeut vorgehen kann, um den Klienten zu verstehen.
Es beschreibt auch, wie ein Therapeut ein elaboriertes Klienten-Modell bildet, welche Wissensbestände er dazu nutzen kann und wie er im Detail vorgehen kann, um die hoch komplexe Aufgabe zu bewältigen.

♦ In Vorbereitung beim Hogrefe-Verlag ♦

5 Klärungsorientierte Schemabearbeitung

Hat ein Therapeut relevante Schemata einmal geklärt, muss er diese therapeutisch bearbeiten.

Das Buch beschreibt dazu ein besonderes therapeutisches Rahmenkonzept zur Schemabearbeitung: Das Ein-Personen-Rollenspiel (EPR).

Es werden kognitive, motivationale und emotionale Techniken beschrieben, die ein Therapeut im Rahmen des EPR verwenden und kombinieren kann.

Die therapeutischen Vorgehensweisen werden anhand von kommentierten Transkripten erläutert.

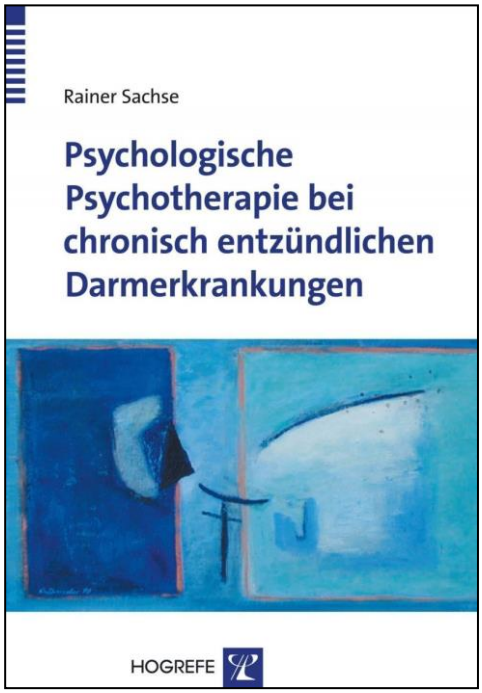
Das Buch beschäftigt sich mit der systematischen therapeutischen Veränderung dysfunktionaler Schemata bei Klienten. Vorgestellt wird das „Ein-Personen-Rollenspiel“ als eine therapeutische Rahmentechnik, mit dessen Hilfe bei Klienten sowohl kognitive als auch affektive Umstrukturierungen geleistet werden können und anhand dessen Klienten in hohem Maße zu einer Schema-Bearbeitung motiviert werden können.

Klienten lernen dabei „ihr eigener Therapeut“ zu sein, ihre dysfunktionalen Schemata sehr aktiv zu prüfen, zu bearbeiten und zu verändern und auf diese Weise tiefgreifende und lang anhaltende Veränderungen in ihrem Erleben und Verhalten zu bewirken. Die Konzepte des Buches sind sehr gut wissenschaftlich fundiert, in der Psychologie verankert und hochgradig praxisorientiert: Der Leser wird in die Methode eingeführt, erhält Hinweise zur Durchführung kognitiver, affektiver und motivationaler Techniken sowie Informationen über den Umgang mit schwierigen Situationen und Illustrationen von Therapien anhand von Transkripten.

Therapeuten erhalten damit ein sehr breites Interventionsspektrum, mit dessen Hilfe sie Klienten zu einer aktiven Schemabearbeitung anleiten können, werden auf mögliche Fehler und Schwierigkeiten im Prozess vorbereitet und finden viele praktische Hinweise für eine effektive Durchführung der Therapie-Techniken.

6 Psychologische Psychotherapie bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen

Klientinnen und Klienten mit einer sogenannten „psychosomatischen Verarbeitungsstruktur“ (hohe Alienation, niedrige Autonomie, schlechte Abgrenzung, hohe Konfliktscheu, hohe Erwartungsorientierung, Ignorierung eigener Belastungsgrenzen) stellen für Therapeuten in der Psychotherapie eine besondere Herausforderung dar.
Das Buch beschreibt die psychologischen Komponenten der Störung, es geht auf besondere interaktionelle und motivationale Probleme der Klienten zu Therapiebeginn ein und erarbeitet Lösungen für diese Probleme.
Das Buch behandelt aber auch therapeutische Strategien, mit deren Hilfe die starke Vermeidung der Klienten bearbeitet werden kann: Die Klienten können dadurch veranlasst werden, sich auf Schema-Klärung, Schema-Bearbeitung und Training einzulassen, sodass die KOP bei diesen Klienten hohe Effektstärken erreicht.



Patienten mit chronisch entzündlichen Magen-Darm-Erkrankungen (Morbus Crohn und Colitis Ulcerosa) zeigen charakteristische dysfunktionale Verarbeitungsmuster und Handlungsregulationen.

Sie weisen in der Regel zu Therapiebeginn aber nur eine geringe Therapiemotivation und unzureichende Problemdefinitionen auf.

In diesem Buch wird ein spezifisches psychotherapeutisches Vorgehen vorgestellt, das Patienten hilft, Problemdefinitionen und Änderungsmotivationen zu entwickeln, und das zu großen Veränderungen in relevanten Verarbeitungs- und Handlungsregulationsprozessen führt. Daraus resultiert eine starke Reduktion der körperlichen Symptomatik.

Dieses Therapieverfahren hilft Therapeuten, konstruktiv mit den Patienten umzugehen und ihnen Veränderungen zu ermöglichen.

Rezension aus der Zeitschrift "Deutsches Ärzteblatt" (Jg. 103/Heft 50)

Der Schwerpunkt des vorgestellten Behandlungsmodells liegt auf einer interventionsorientierten Störungstheorie, in der insbesondere die vier Komponenten Entfremdung, mangelhafte Reflexion, Außenorientierung und defizitäres Selbstkonzept der von chronisch entzündlichen Darmerkrankungen (CEDE) betroffenen Patienten beeinflusst werden sollen (Bearbeitung dysfunktionaler Schemata). Der Autor stellt dieses Modell als störungsspezifisches therapeutisches Vorgehen bei CEDE vor und konstatiert sehr gute Behandlungsergebnisse. Demgegenüber bleiben nach Auffassung des Autors die CEDE-Patienten zu lange im rein internistischen Sektor der Gesundheitsversorgung, der in der Reduktion oder Heilung der Erkrankung wenig effektiv sei.

Die Ergebnisse der Studie zeigen, dass das Behandlungskonzept - bezogen auf Veränderungen psychologische Parameter - durchaus wirksam sein dürfte. Im Hinblick auf die Beeinflussung der CEDE vermisst man aber Angaben über einschlägige gastroenterologische Parameter und spezifische Outcome-Variablen für eine Verbesserung der chronisch entzündlichen Darmerkrankung selbst. Hier hat offensichtlich eine Zusammenarbeit mit einer entsprechenden medizinischen Einrichtung gefehlt (die behandelten Patienten wurden über Zeitungsanzeigen und Radiomitteilungen für die Studie rekrutiert).

Fazit: Ein durchaus interessanter und im Hinblick auf bestimmte psychologische Parameter gegebenenfalls auch erfolgreicher Behandlungsansatz. Seine spezifische Wirksamkeit bei CEDE müsste aber noch in einem dafür geeigneten Studiendesign nachgewiesen werden.

Ulrich Rüger

7 Klärungsorientierte Paartherapie

Die KOP hat spezifische Vorgehensweisen entwickelt, mit deren Hilfe Paarprobleme effektiv bearbeitet werden können.
Dabei geht es vor allem darum, Konflikte effektiv zu klären und die Bildung tragfähiger Kompromisse anzuregen.
Und es geht darum, im Prozess ein erhöhtes gegenseitiges Verstehen und Verständnis herauszuarbeiten.

Das Buch behandelt die »Klärungsorientierte Paartherapie«: Konzept dieser Therapieform ist die Entwicklung des gegenseitigen Verstehens, des Verstehens von spezifischen »Paarschemata« und von relevanten biografischen Schemata, um so eine tiefere gegenseitige Empathie zu ermöglichen. Auf dieser Grundlage kann das Paar Bedürfnisse und Probleme besser kommunizieren und Kompromisse verhandeln. In der ersten Phase der Therapie geht es darum, aktuelle Konflikte zu klären und durch das Aktivieren von Ressourcen und das Anregen konstruktiven Verhandelns Einigung herbeizuführen, die die Beziehungsqualität aktuell verbessert. Auf der Basis dieser Verbesserung sollen dann systematische Übungen zu gegenseitigem Verstehen angeleitet werden, die die gegenseitige Empathie, das Entgegenkommen, die Bereitschaft zu vergeben und die Fähigkeit, konstruktiv an Kompromissen zu arbeiten, signifikant steigern. Auf besondere Probleme in der Paartherapie wird eingegangen. Das therapeutische Vorgehen wird beispielhaft anhand von Transkripten illustriert. Die Konzepte der Klärungsorientierten Paartherapie ermöglichen, dass Paare sich mit mehr Empathie gegenübertreten, besser auf zentrale Bedürfnisse des jeweils anderen eingehen, Verständnis füreinander entwickeln und wieder in der Lage sind, gemeinsame Vorgehensweisen auszuhandeln.

Rezension in „Psychotherapie im Dialog“ (Ausgabe 4, 2014)

Sachse, Breil und Fasbender, verbunden durch ihre Tätigkeit am Institut für Psychologische Psychotherapie in Bochum, stellen in diesem Buch eine Paartherapie vor, die aus der Klärungsorientierten Psychotherapie (KOP) abgeleitet ist und derzeit empirisch evaluiert wird.

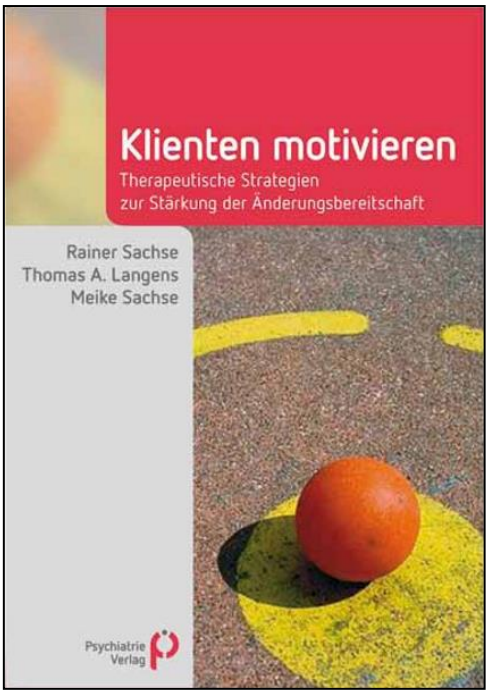
Im Zentrum der KOP-Paartherapie steht die Bearbeitung von Schemata und den daraus resultierenden Affekten. Schemata sind komprimierte Wissensstrukturen,
z.B. über sich selbst oder über das Funktionieren von Beziehungen, die sich in der Biografie einer Person bilden. Sobald Schemata aktiviert sind, steuern sie
die weitere Interpretation einer Situation, die emotionalen Zustände und die Handlungsregulation eines Menschen. Da diese Verarbeitungsprozesse hoch automatisiert und zunächst nicht kontrollierbar erfolgen, führen dysfunktionale aktivierte Schemata zu voreingenommenen Interpretationen und oft auch unangemessenen Reaktionen.

In der KOP-Paartherapie soll die Partnerschaft dadurch nachhaltig verbessert
werden, dass beide Partner ihre relevanten Schemata verstehen und therapeutisch bearbeiten. Die konkrete Umsetzung des Ansatzes erfolgt in 5 aufeinanderfolgenden Phasen: Einzelsitzungen, Erarbeiten einer Problemliste, Bearbeitung aktueller Konflikte, Verstehenstraining und Klären biografischer Schemata. Jede dieser Phasen wird in einem eigenen Kapitel detailliert erläutert.

Darüber hinaus wird über grundlegendes Wissen zu Partnerschaften, Paartherapie und Besonderheiten der KOP-Paartherapie bei homosexuellen Paaren informiert. Eine gelungene, durch viele Fallbeispiele gut nachvollziehbare Darstellung der Klärungsorientierten Paartherapie, die jedem nteressierten klinisch Tätigen zu empfehlen ist.

8 Klienten motivieren

Das Motivationsniveau, das Klienten im Psychotherapieprozess aufweisen, ist oft nicht hoch genug, um eine konstruktive Mitarbeit des Klienten zu gewährleisten.
Eine Motivierung von Klienten erweist sich jedoch oft recht schwierig.
Das Buch beschreibt Strategien, mit deren Hilfe Therapeuten die Änderungsmotivation von Klienten und deren Motivation zu einer konstruktiven Mitarbeit erhöhen können.
Dabei geht das Buch weit über Techniken eines „motivational interviewing“ hinaus.



Wer schon länger als Therapeut praktiziert, weiß: Bei jedem Klienten, in jeder Therapie stehen sich der Wunsch nach Veränderung und die Tendenz alte Gewohnheiten beizubehalten gegenüber.

Das führt in vielen Fällen zum Stillstand, zu Motivationsproblemen und fehlender Handlungsbereitschaft. Hier setzen die Autoren an: Aus ihrer Analyse der Motivationsproblematik in der Psychotherapie leiten sie innovative und wirksame Strategien ab zur Steigerung der Motivation. Ausführlich stellen sie zwei Motivierungstechniken vor, das Ein-Personen-Rollenspiel und die Pro- und Kontra-Diskussion, die Klienten zu Entscheidungen führen und »energetisieren«. Beide leiten den Klienten dazu an, die eigenen Zweifel und Widerstände gegen die guten Gründe für eine Veränderung abzuwägen, eine Entscheidung zu treffen und umzusetzen.

Kommentierte Transkripte von zwei Therapiesitzungen vermitteln das therapeutische Vorgehen konkret und ermutigen zur Anwendung.

Empfehlenswert für Psychotherapeuten und -therapeutinnen sowie für Mitarbeitende in der psychosozialen Beratung und Betreuung.

Rezension von socialnet (2012)

Rezensent
Patrick Zobrist
M.A./Sozialarbeiter, Dozent/Projektleiter, Hochschule Luzern – Soziale Arbeit, Luzern (Schweiz)

Thema
„Vom Willen zur Tat! Änderungsbereitschaft und Stabilisierungstendenzen stehen sich in jeder Therapie gegenüber. Aufgabe von Therapeuten ist es, Motivationsprobleme zu identifizieren und den Willen zur Veränderung zu fördern. (…) Die Entschlossenheit, Entscheidungen auch umzusetzen nimmt zu, wenn die zentralen Ziele des Klienten angesprochen und die «Kosten» und «Gewinne» einer Veränderung genau analysiert werden. Zur «Energetisierung» von Klienten eignen sich insbesondere zwei Motivierungstechniken (…): das Ein-Personen-Rollenspiel sowie die Pro-Kontra-Diskussion.“ (Auszug aus dem Klappentext)

Autoren
Der Erstautor, Rainer Sachse, ist Psychologe, Psychotherapeut und Professor für Psychotherapie. Er leitet das Institut für Psychologische Psychotherapie in Bochum. Der Zweitautor, Thomas Langens, ist Motivationspsychologe und als Privatdozent an der Bergischen Universität Wuppertal tätig. Die dritte Autorin, Meike Sachse, ist Psychologin und arbeitet am Institut für Psychologische Psychotherapie in Bochum.
Entstehungshintergrund
Die Autoren gehen davon aus, dass sich in Veränderungsprozessen im Rahmen von Psychotherapie oder Beratung die Änderungstendenz und die Stabilisierungstendenz eines Klienten ambivalent gegenüberstehen. Die Motivation und Motivierungsarbeit für Therapeuten und Berater hat demnach eine wichtige Bedeutung. Das Buch reiht sich konzeptionell in die psychotherapeutischen Lehrschriften von Rainer Sachse ein, der mit seiner „Klärungsorientierten Psychotherapie“ einen spezifischen Ansatz entwickelt hat.

Aufbau und Inhalt
Das Buch gliedert sich in drei Teile.
Im ersten Teil, „Motivationsprobleme in der Therapie“ werden die motivationspsychologischen Grundlagen, das „Rubikon-Modell“, therapeutische Strategien zum „Abbau von Motivationsblockaden“, zur „Steigerung der Motivation“ und zur „Überwindung von Umsetzungsproblemen“ dargestellt.
Im zweiten Teil, „Therapeutische Strategien zur Steigerung der Änderungsmotivation“ werden „grundsätzliche Strategien der Valenz-Steigerung“ und „Gesprächsmethoden“ präsentiert.
Der dritte Teil konzentriert sich auf „spezifische Motivierungstechniken“, das „Ein-Personen-Rollenspiel“ sowie die „Pro-Kontra-Diskussion“ und schliesst mit Gedanken zu den „Grenzen der Motivierung“ ab.

Erster Teil: Motivationsprobleme in der Therapie (S.12-81).
Die Autoren führen zunächst in die motivationspsychologischen Grundlagen ein, nehmen Bezug auf Erwartungs-/ mal-Wert-Theorien, Motivtheorien und die lernpsychologischen Aspekte der Motivation. Zudem stellen sie klar, dass Klienten keinesfalls nur dann eine Psychotherapie aufsuchen, wenn sie sich verändern wollen (und somit grundsätzlich von veränderungsbereiten Klienten ausgegangen werden darf), sondern dass auch externe Faktoren wie Druck von Partnern, Vorgesetzten oder der Rentenversicherung sowie unrealistische Vorstellungen der vollständigen „Heilung“ psychischer Schwierigkeiten durch einen aussenstehenden Experten oder der Wunsch nach Stabilisierung eines Systems, die Klienten in eine Psychotherapie führen. Sachse et al. unterscheiden demnach die Motivation zur Aufnahme der Therapie von der Motivation zu Änderung. Als theoretisches Orientierungsmodell verwenden Sachse et al. das auf Heckhausen zurückgehende Rubikon-Modell und zeigen daran motivationale Faktoren wie Entscheidung, Willen, Zielkonflikte und dysfunktionale Kognitionen auf, die sie als „Motivationsblockaden“ bezeichnen. Anschliessend schlagen sie therapeutische Strategien vor, wie diese „Blockaden“ in der Interaktion bearbeitet und gelöst werden können. Ausgehend von ziel- und entscheidungspsychologischen Grundlagen und der Selbstwirksamkeitstheorie erläutern die Autoren in den darauf folgenden Kapiteln, wie Motivation generell erhöht werden kann.

Zweiter Teil: Therapeutische Strategien zur Steigerung der Änderungsmotivation (S. 82-107).
Sachse et al. vertiefen an dieser Stelle zunächst die Bearbeitung der „Kosten“ und des „Nutzens“ der Probleme resp. ihrer Veränderung und fokussieren anschliessend auf basale Gesprächsmethoden, die sich auf den Ansatz der „motivierenden Gesprächsführung“ nach Miller/Rollnick beziehen, jedoch – so die Autoren – eher in der Klärungsorientierten Psychotherapie (Sachse) anstelle der Gesprächspsychotherapie verankert seien. Sachse et al. plädieren dafür, ihre „Interventionen zur Motivationssteigerung immer in eine allgemeine Beziehungsgestaltung“ einzubetten (S. 96) und verweisen dabei auf den Ansatz der komplementären Beziehungsgestaltung qua Sachse und der Vorstellung, dass in der therapeutischen Beziehung zunächst ein „Beziehungskredit“ geäufnet werden muss, bevor Veränderungsprozesse im beraterischen/therapeutischen Rahmen möglich werden. Als grundsätzliche Gesprächsführungsstrategien zur Motivationsförderung schlagen die Autoren (erneut) vor, die Kosten bewusst zu machen und die Gewinne der Veränderung herauszuarbeiten.

Dritter Teil: Spezifische Motivierungstechniken (S. 108-162).
In diesem Teil stellen die Autoren zwei Techniken vor, die sich in den klärungsorientierten therapeutischen Ansatz von Sachse einfügen: Das Ein-Personen-Rollenspiel und die Pro-Kontra-Diskussion. Beide Techniken zielen darauf ab, dysfunktionale Einstellungen in Situationen von Widerstand gegen die Therapie oder gegen Veränderungen zu klären resp. umzustrukturieren. Beide Techniken sollen die Klienten unterstützen, andere Perspektiven einzunehmen und sich selber zu hinterfragen. Der letzte Teil des Buches schliesst mit Überlegungen zur Grenzen der Motivierbarkeit, die beispielsweise dann vorliegen kann, wenn der Gewinn aus dem dysfunktionalen Verhalten (GdV) zusammen mit den Kosten der Veränderung (KV) grösser ist, als der Gewinn der Veränderung (GV) und die Kosten des gegenwärtigen Zustands (KGZ), was die Autoren mit der Formel (GdV + KV) > (GV + KGV) ausdrücken.

Diskussion
Das Buch überzeugt vor allem im ersten Teil, der es schafft, die wesentlichen therapie- und beratungsrelevanten Erkenntnisse aus der Motivationspsychologie in verständlicher Weise aufzubereiten und daraus Ansätze für Interventionen zur Motivationsförderung abzuleiten. Sachse et al. leisten hierzu einen dringend notwendigen theoretischen Beitrag, den andere Ansätze im Bereich der Motivationsförderung (z.B. Motivierende Gesprächsführung/MI) geradezu sträflich außer Acht lassen. Außerdem räumt das Buch mit den in einigen Psychotherapieansätzen und in der Praxis noch verbreiteten undifferenzierten Vorstellungen über Therapiemotivation auf, wie beispielsweise dem Verweis auf zu wenig „Leidensdruck“. Sachse et al. zeigen zudem auf, welche Relevanz die Einstellungen eines Klienten auf seine Änderungsbereitschaft haben und bieten – basierend auf verhaltenstherapeutischen Vorstellungen – Interventionsansätze, die „Kosten“ und den „Gewinn“ von problematischen Verhaltensweisen und Veränderungen in der therapeutischen/beraterischen Interaktion zu klären. Die Autoren machen implizit deutlich, dass die Förderung der Änderungsmotivation ausreichend Therapie- und Beratungszeit notwendig macht. In den Arbeitsfeldern der Sozialen Arbeit ist diese Zeit oft nur beschränkt vorhanden. Die Erläuterungen zu den Techniken des Ein-Personen-Rollenspiels und der Pro-Kontra-Diskussion mit den beispielhaften Sitzungsprotokollen sind sehr anschaulich. Die präsentierten Strategien zur Motivationsförderung passen gut in individuumszentrierte Therapie- und Beratungsansätze. Der Praktiker aus der Sozialen Arbeit wird kontext-, umfeld- und ressourcenbezogene Strategien zur Motivationsförderung etwas vermissen. Außerdem sorgt die Struktur des Buches mit den verschiedenen Vertiefungsstufen für unnötige Wiederholungen. Zum Kapitel „Grenzen der Motivierung“ wäre einerseits anzufügen, dass die von den Autoren skizzierten beispielhaften Klententypen für die Grenzen der Motivierung häufig zur Zielgruppe der Sozialen Arbeit gehören und anderseits die von Sachse et al. vorgeschlagenen Strategien seitens der Klienten ausgeprägte Introspektionsfähigkeiten und kognitive Ressourcen erfordern. Es ist zu vermuten, dass viele Klienten der Sozialen Arbeit gerade diese Voraussetzungen nicht mitbringen.

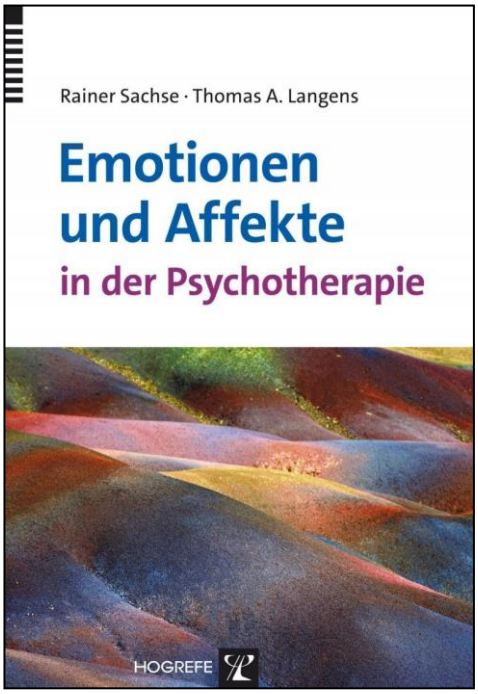
Fazit
Das Buch eignet sich hervorragend für Studierende und Praktiker der Sozialen Arbeit, um sich in die theoretischen Grundlagen der Motivationspsychologie einzuarbeiten und daraus generelle Strategien für die Motivationsförderung in der sozialarbeiterischen/sozialpädagogischen Beratung abzuleiten, wenn auch einige Vorgehensweisen für die spezifischen Bedürfnisse der Sozialen Arbeit modifiziert und erweitert werden müssen.

9 Emotionen und Affekte in der Psychotherapie

Emotionen und Affekte müssen unterschieden werden: Emotionen sind hochgradig kognitiv vermittelte Adaptationsprozesse an Umwelterfordernisse, während Affekte Prozesse sind, mit deren Hilfe Menschen die Befriedigung relevanter Motive erreichen können.

Beide Prozesse spielen in der Psychotherapie eine große, aber stark unterschiedliche Rolle.

Das Buch beschreibt, wie Therapeuten Emotionen und Affekte im Therapieprozess konstruktiv nutzen können.



Ängste, Trauer, chronischer Ärger bei fast allen psychotherapeutischen Prozessen spielen Emotionen eine zentrale Rolle. Klienten formulieren häufig selbst den Wunsch, die eigenen Gefühle besser verstehen und regulieren zu können. Für Therapeuten ist daher das Wissen, wie solche Emotionen psychologisch funktionieren und wie sie effektiv therapeutisch bearbeitet werden können, unentbehrlich.

In diesem Buch wird erstmals zusammengetragen, was die Emotionspsychologie zum Verständnis klinisch relevanter emotionaler Reaktionen beitragen und wie dieses Wissen durch Erfahrungen aus der psychotherapeutischen Praxis ergänzt werden kann. Auch das verwandte Phänomen der felt senses körperliche Reaktionen, die in bestimmten Situationen mehr oder weniger klare Hinweise auf die Motive, Annahmen und Bedürfnisse des Klienten geben können wird mit einer psychologischen Theorie unterfüttert und in den Therapieprozess integriert. Es wird der allgemeine therapeutische Umgang mit Emotionen und auch der Umgang mit spezifischen Emotionen sowie das Erzeugen von Gegenemotionen erörtert. Weiterhin werden Focusing und imaginative Techniken behandelt sowie das Konzept der Achtsamkeit vorgestellt.

Dieser Band gibt Psychotherapeuten das Wissen an die Hand, wie Emotionen psychologisch funktionieren und wie sie effektiv therapeutisch bearbeitet werden können.

Rezension von Katja Maria Weinl (www.Media-Mania.de)

Meist sind es unangenehme Emotionen, die Menschen dazu veranlassen, eine Psychotherapie zu machen: Ängste und Sorgen, Ärger, Scham ... Oft geht es für Patienten darum, zu verstehen, was bestimmte Emotionen bedeuten, wie sie entstehen und vor allem, wie sie reguliert werden können. Immer mehr setzt sich in der Kognitiven Verhaltenstherapie die Ansicht durch, dass die rein kognitive Bearbeitung dysfunktionaler Annahmen, nicht immer zu den gewünschten Veränderungsprozesse führt. Dann weiß der Patient beispielsweise zwar, dass er nicht dumm, hässlich oder verantwortlich ist, aber er fühlt sich (noch) so, als ob er es wäre. Den oft zentralen Inhalten im therapeutischen Prozess, den Emotionen, ist das vorliegende Buch "Emotionen und Affekte in der Psychotherapie" von Rainer Sachse und Thomas A. Langens gewidmet.

Es vereint theoretische Erkenntnisse der Emotionsforschung und praktisch erworbenes (therapeutisches) Wissen zu Emotionen. Das Buch ist in drei Teile gegliedert: Im ersten Teil werden zunächst die theoretischen Grundlagen vermittelt und die für das Buch bedeutsamen Unterschiede zwischen Emotionen und Affekten erklärt. Im zweiten Teil wird sodann auf die therapeutische Bearbeitung von Emotionen eingegangen. Hier geht es um den Umgang mit Emotionen und darum, wie Emotionen im therapeutischen Prozess geklärt, bearbeitet und reguliert werden können und auf welche Art und Weise zur Regulation notwendige Kompetenzen erworben werden können. Der dritte Teil befasst sich schließlich mit der therapeutischen Bearbeitung von Affekten. Hier wird das Konzept der Achtsamkeit vorgestellt, ebenso wie die Methode des Focusing. Außerdem werden Strategien zur Erzeugung von Gegenaffekten und der therapeutische Umgang mit Träumen vermittelt.

Im Rahmen der dritten Welle der Verhaltenstherapie haben sich auch die Emotionen als zentraler Faktor im therapeutischen Prozess etabliert. Verschiedene Therapierichtungen erkennen deren bedeutenden Stellenwert an und geben ihnen einen zentralen Platz in der therapeutischen Arbeit. Es wird im Buch sowohl auf theoretische Grundlagen der Emotionstheorien als auch auf Konzepte und Begriffe in der Praxis eingegangen. Dabei wird wenig an bereits etablierte Therapieschulen angeknüpft, die Emotionen und Affekte als zentral im therapeutischen Prozess betrachten. Hinweise, Kommentare oder Querverweise mit Bezug zur Schema- oder emotionsfokussierten Therapie wären jedoch durchaus angebracht und wünschenswert gewesen. Auch die Notwendigkeit der Unterscheidung von Emotionen und Affekten mag nicht jedem unmittelbar einsichtig sein, doch letztlich ist das Buch für angehende oder praktizierende Therapeuten mit nur wenig Erfahrung oder Wissen im therapeutischen Bearbeiten von Emotionen eine gute Inspirationsquelle. Es bietet einen strukturierten und durchaus unterhaltsamen Überblick über das weite und wichtige Feld der Emotionen und hilft sich einen Überblick über die therapeutische Bearbeitung von Emotionen und Affekten zu verschaffen. Dabei schärft es auch den Blick von Therapeuten auf Emotionen und Affekte im therapeutischen Prozess und gibt zugleich Methoden an die Hand, diese auch zu bearbeiten. Der Leser sollte allerdings kein Manual erwarten.

Fazit: Bietet einen guten Überblick über und einen guten ersten Einstieg in die Bearbeitung von Emotionen im therapeutischen Setting.

Rezension bei www.kulturonline.ch

Die Autoren Rainer Sachse und Thomas A. Langens tragen viel zum Verständnis bei.

Ängste, Trauer, chronischer Ärger bei fast allen psychotherapeutischen Prozessen spielen Emotionen eine zentrale Rolle. Klienten formulieren häufig selbst den Wunsch, die eigenen Gefühle besser verstehen und regulieren zu können.

Für Therapeuten ist daher das Wissen, wie solche Emotionen psychologisch funktionieren und wie sie effektiv therapeutisch bearbeitet werden können, unentbehrlich. In diesem Buch wird erstmals zusammengetragen, was die Emotionspsychologie zum Verständnis klinisch relevanter emotionaler Reaktionen beitragen und wie dieses Wissen durch Erfahrungen aus der psychotherapeutischen Praxis ergänzt werden kann.

Auch das verwandte Phänomen ...
... der felt senses körperliche Reaktionen, die in bestimmten Situationen mehr oder weniger klare Hinweise auf die Motive, Annahmen und Bedürfnisse des Klienten geben können wird mit einer psychologischen Theorie unterfüttert und in den Therapieprozess integriert. Es wird der allgemeine therapeutische Umgang mit Emotionen und auch der Umgang mit spezifischen Emotionen sowie das Erzeugen von Gegenemotionen erörtert. Weiterhin werden Focusing und imaginative Techniken behandelt sowie das Konzept der Achtsamkeit vorgestellt.

10 Grundlagen und Konzepte Klärungsorientierter Psychotherapie

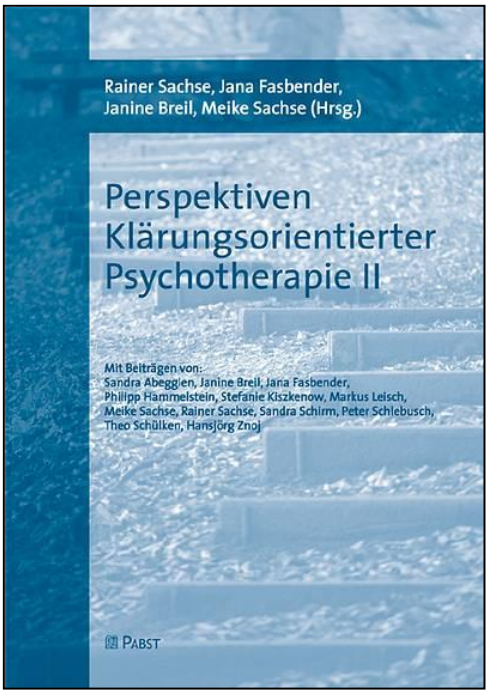
Der Reader geht auf aktuelle Aspekte und Entwicklungen in der KOP ein: Er behandelt z.B. Fragen wie: Was soll in Klärungsprozessen geklärt werden? Wie kann man Beziehungsmotive psychologisch konzipieren? Welche Beziehungen hat KOP zur Motivationstheorie und Bindungstheorie? Sollten Psychotherapeuten Experten sein?

Klärungsorientierte Psychotherapie (KOP) hat sich aus der Zielorientierten Gesprächspsychotherapie, der process-oriented psychotherapy und Kognitiver Therapie entwickelt. Sie ist als sehr gut psychologisch und empirisch fundiertes schematherapeutisches System der dritten Welle der Verhaltenstherapie zuzuordnen. Die KOP hat sich in den letzten zehn Jahren konzeptuell stark weiterentwickelt und umfasst heute psychotherapeutische Techniken der Beziehungsgestaltung, der Klärung, der Bearbeitung von Schemata sowie störungsspezifische Konzepte, insbesondere für Klienten mit Psychosomatischen Störungen und Persönlichkeitsstörungen.
Dieses Buch stellt die neuesten Entwicklungen der theoretischen Konzepte, therapeutischen Strategien und Anwendungen zusammen. Es stellt therapeutische Heuristiken dar und diskutiert Gemeinsamkeiten mit und Unterschiede zu anderen Therapieformen sowie motivationstheoretische Grundlagen und Fragen der therapeutischen Expertise.
Das Buch verdeutlicht, dass KOP ein therapeutischer Ansatz von sehr hohem klinischen Potential ist, der eine hohe Kompatibilität mit anderen verhaltenstherapeutischen und kognitiven Strategien aufweist. Das Buch dokumentiert die gute psychologische Fundierung und starke Anwendungsorientierung der Klärungsorientierte Psychotherapie und verdeutlicht das hohe klinische Potenzial dieses neuen verhaltenstherapeutischen Verfahrens.

11 Perspektiven Klärungsorientierter Psychotherapie II

Der Reader geht auf neue Entwicklungen in der KOP ein.

Es werden Themen behandelt wie Anwendungsbereiche von KOP, Diagnostik in der KOP, Indikation zur KOP, Focusing, Vermeidung, Selbsterfahrung in der KOP, Trauma, Alkoholabhängigkeit und Training.



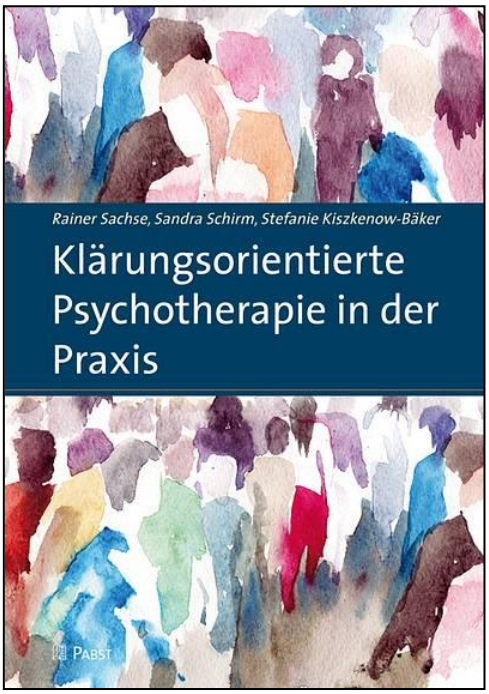
Klärungsorientierte Psychotherapie (KOP) ist eine Weiterentwicklung der Verhaltenstherapie, bei der es zentral um die Klärung und Bearbeitung problemdeterminierender Schemata geht. In diesem Buch werden neueste Entwicklungen der Therapiekonzeption sowie der Anwendung von KOP dargestellt, es werden spezielle Strategien, wie der Umgang mit Vermeidung sowie „Focusing“ als Technik zur Bearbeitung affektiver Schemata erörtert. Des Weiteren werden spezielle Anwendungsgebiete von KOP, wie zum Beispiel die Therapie alkoholabhängiger und traumatisierter Klienten, entwickelt.
Das Buch macht deutlich, dass KOP eine hoch elaborierte, stark praxisorientierte und empirisch gut fundierte Therapieform ist, die Therapeuten eine hohe Expertise zur Verfügung stellt.

12 Klärungsorientierte Psychotherapie in der Praxis

Der Reader geht vor allem auf Praxisaspekte der KOP ein.

Es werden Themen behandelt wie KOP bei Depression, Motivierung von Klienten etc.

Vor allem enthält der Band KOP-Demonstrationen anhand von kommentierten Transkripten, z.B. zu Depression, Narzissmus, psychosomatischer Verarbeitungsstruktur etc.



Klärungsorientierte Psychotherapie (KOP) ist eine etablierte Therapieform, die sich mit verschiedensten Aufgabengebieten befasst: In diesem Buch werden Aspekte der Motivierung von Klienten, von Strategien des Ein-Personen-Rollenspiels, zum Umgang mit Trauma und Depression und der Diagnostik von Persönlichkeitsstörungen behandelt; insbesondere wird aber auf die praktische Umsetzung von KOP eingegangen: An kommentierten Transkripten wollen wir zeigen, was KOP in der Praxis bedeutet, aber auch, wie man nicht vorgehen sollte.

13 Forschung in der Klärungsorientierten Psychotherapie

In der Klärungsorientierten Psychotherapie (KOP) wurde in hohem Ausmaß empirische Forschung betrieben und zwar in den Feldern

- Prozessforschung: Eine Reihe von Untersuchungen erforscht Therapeut-Klient-Interaktionen, Steuerungswirkungen therapeutischer Interventionen, Klärungsprozesse von Klienten etc.
- Erfolgsforschung: Forschungsarbeiten befassen sich mit den Effekten der KOP, vor allem bei Klienten mit Persönlichkeitsstörungen, aber auch bei Klienten mit psychosomatischen Störungen und bei Depressionen.
- Therapie-Dokumentation: Es wurden Rating-Skalen zur Therapie-Dokumentation entwickelt und zwar sowohl für Prozesse des Klienten, als auch für Vorgehensweisen des Therapeuten. Darüber hinaus wurden Therapeuten- und Klienten-Stunden-Nachbefragungsbögen entwickelt.
- Persönlichkeitsstörungs-Rating-System: Es wurde ein Rating-System entwickelt, mit dessen Hilfe Therapeuten Persönlichkeitsstörungen von Klienten im Therapieprozess diagnostizieren können.
- Fragebogen zur Pawn-Struktur: Es wurde ein Fragebogen zur „Pawn-Struktur“ oder zur „psychosomatischen Verarbeitungsstruktur“ entwickelt.

Einige der in Büchern publizierten Forschungsarbeiten sollen im Anschluss vorgestellt werden.

13.1 Arbeiten zur Prozessforschung

Das Buch „Zielorientierte Gesprächspsychotherapie“ enthält einige grundlegende Forschungsarbeiten zur Prozessforschung: Zur Wirkung therapeutischer Interventionen auf den Klärungsprozess von Klienten, zum Verlauf und zur Schwierigkeit von Klärungsprozessen auf Klientenseite, zur Bedeutung sprachlicher Gestaltung von Interventionen, zur Relevanz zentraler Verstehensprozesse bei Therapeuten für die Steuerungswirkung von Interventionen u.a.

In diesem Buch wird eine grundlegende Neukonzeption der klientenzentrierten Psychotherapie vorgestellt. Bisherige Theorie- und Praxiskonzepte dieser Therapieform werden diskutiert und auf ihre psychologische Fundierung und praktische Relevanz hin untersucht; die zentralen Ziele der Therapie werden herausgearbeitet. Aus diesen sowie aus allgemein- und sozialpsychologischen Theorien und Ergebnissen wird eine neue Therapietheorie entwickelt, aus der stark erweiterte und differenzierte Handlungsmöglichkeiten abgeleitet werden. Insbesondere der Aspekt der gezielten Förderung von Klientenprozessen durch den Therapeuten mit Hilfe von sogenannten Bearbeitungsangeboten wird betont. Konsequenzen der Befunde für die Therapiekonzeption und insbesondere für die therapeutische Praxis werden diskutiert und dargestellt. Damit werden Lesern grundlegend neue Interventionsstrategien und differenzielle Vorgehensweisen aufgezeigt, die weit über bisherige Ansätze hinausgehen.

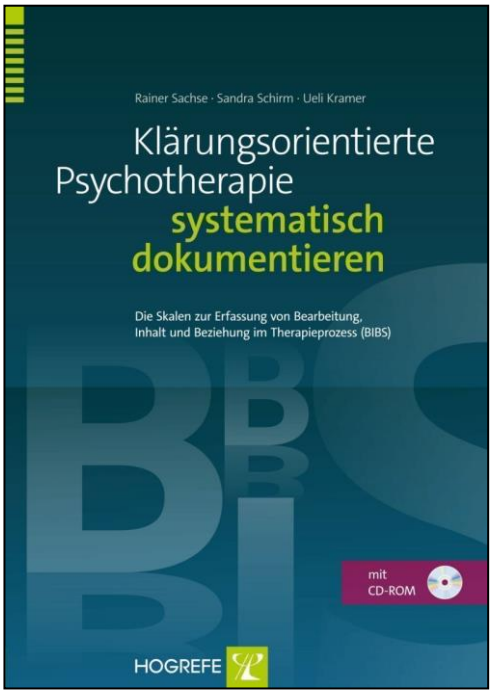
13.2 Klärungsprozesse in der Psychotherapie

Das Buch behandelt Forschungsergebnisse zur Prozessforschung in der KOP: Insbesondere zu den steuernden Wirkungen therapeutischer Interventionen auf die Klärungsprozesse von Klienten.

Therapeutische Prozesse der Klärung oder Explizierung von Klienten-Schemata spielen in verschiedenen Therapieformen eine zentrale Rolle. Dieses Buch analysiert, wie derartige Klärungsprozesse genau ablaufen: wie Therapeuten solche Prozesse bei Klienten optimal fördern können, aber auch, welche therapeutischen Strategien sich ungünstig auswirken und daher von Therapeuten vermieden werden sollten. Analysiert wird außerdem, wie Klienten mit unterschiedlichen Problemen und damit unterschiedlichen Eingangsvoraussetzungen auf klärungsfördernde Interventionen von Therapeuten reagieren und wie Therapeuten sich speziell auf diese Klienten einstellen können. Darüber hinaus wird gezeigt, dass Klärungsprozesse in unterschiedlichen Therapieformen bei der Erreichung therapeutischer Effekte eine unterschiedlich große Rolle spielen. Aus den empirischen Ergebnissen werden Konsequenzen für die praktisch-therapeutische Arbeit abgeleitet, insbesondere im Hinblick darauf, wie Therapeuten Klärungsprozesse bei Klienten optimal fördern können. Das Buch analysiert, wie therapeutische Prozesse der Klärung oder Explizierung von Klienten-Schemata genau ablaufen, wie diese optimal gefördert werden können und welche therapeutischen Strategien sich ungünstig auswirken und daher vermieden werden sollten.

13.3 Klärungsorientierte Psychotherapie systematisch dokumentieren

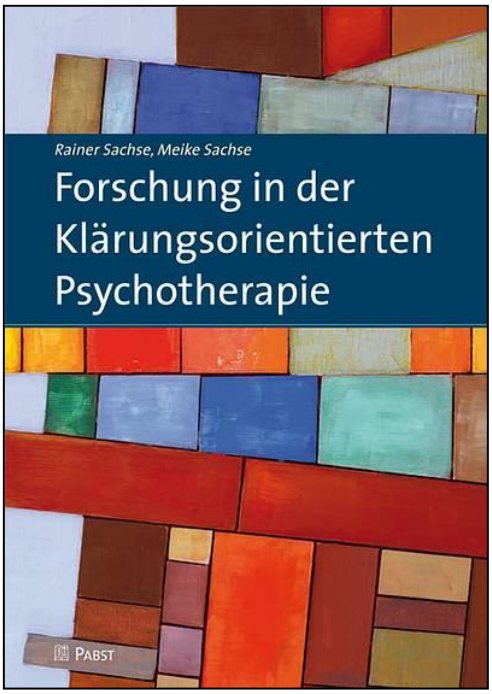
Das Buch stellt die Skalen zur Erfassung von Inhalt, Bearbeitung und Beziehung im Therapieprozess (BIBS) dar: Mit Hilfe dieser Skalen kann die Qualität der therapeutischen Interventionen eingeschätzt werden und damit, in welchem Ausmaß Therapeuten die Prinzipien der KOP realisieren.
Es kann aber auch eingeschätzt werden, wie konstruktiv Klienten im Prozess arbeiten.
Durch die Skalen kann das Ergebnis der Psychotherapie gut prognostiziert werden.



Das Buch stellt die BIBS dar, die Skalen zur Erfassung von Bearbeitung, Inhalt und Beziehung im Therapieprozess. Mit diesem Rating-System können relevante Klientenprozesse und therapeutische Handlungen im Therapieprozess eingeschätzt werden. Das System ermöglicht Therapeuten und Supervisoren in der Klärungsorientierten Psychotherapie, schon früh in der Therapie die Qualität der Therapieprozesse einzuschätzen. Konsequent kann so das therapeutische Handeln korrigiert und verbessert werden, Klientenprozesse können konstruktiver gesteuert werden. Therapeuten können zudem mit Hilfe des Systems ihre Wahrnehmung relevanter Prozessaspekte schulen und so ein tieferes Verständnis von Psychotherapie erarbeiten.Im vorliegenden Manual wird die Entwicklung des Rating-Systems, sein konzeptueller Hintergrund sowie das System selbst beschrieben; es werden Studien zur Reliabilität und Validität vorgestellt und anhand des Anleitungskapitels können die Leser die Skalen konkret im Rahmen der von ihnen durchgeführten Therapien anwenden. Das Vorgehen beim Rating wird schließlich exemplarisch auf Fallmaterial angewandt: auf der beiliegenden CD-ROM finden sich mp3-Dateien mit verschiedenen Gesprächs-Mitschnitten. An diesen Beispielen kann der Leser die Anwendung der Skalen konkret üben und seine eigenen Ratings mit den Ratings der Autoren vergleichen.

13.4 Forschung in der Klärungsorientierten Psychotherapie

Das Buch stellt die ersten Ergebnisse zur Erfolgsforschung von KOP bei Persönlichkeitsstörungen dar: Es zeigt sich, dass KOP bei Persönlichkeitsstörungen und bei Klienten mit psychosomatischer Verarbeitungsstruktur sehr gute und sehr konstruktive Veränderungen erzeugt und hohe Effektstärken aufweist.



Das Buch stellt den aktuellen Stand der Forschung in der Klärungsorientierten Psychotherapie (KOP) dar: Behandelt werden aktuelle Ergebnisse der Prozessforschung, der Forschung mit neuen Erfassungsinstrumenten für wesentliches Klienten- und Therapeutenverhalten, die Entwicklung eines Rating-Systems zur Diagnose von Persönlichkeitsstrukturen und Studien zur Effektivität von KOP bei Persönlichkeitsstörungen.