

Vorlesung VI.

Die Zielsetzung der Psychotherapie

Gesteckte Ziele des Klienten

- Liebe – geliebt zu sein
 - Heil, Heilung
 - Sinn

Brian Thorne (2002):
Der „sekularisierte
Seelsorger“

Das Ziel der Psychotherapie

- Dauerhafte Veränderung :
 - Kognitive Funktionen
 - Emotionale Reaktionen
 - Verhalten

Ziel der Psychotherapie in neurobiologischer Fassung

- Neustrukturierung der neuralen Netzwerke im subkortikalen-limbischen System, die für die (unbewussten) emotionellen und motivationellen Dispositionen verantwortlich sind.

Bedingungen der Psychotherapie von der Seite des Patienten

- Annahme der psychotherapeutischen Situation (psychotherapeutischer „Vertrag“)
- Motivation
- Streben nach Änderung
- Selbstexploration, Aufrichtigkeit, persönlich zu sein.

Faktoren der Selbstexploration

- Formulierung von Gefühlen und emotionellen Zuständen
- Beschäftigung mit dem Selbstbild
- Entfaltung von eigenen Zielen und Wünschen

Jülisch, 1974

Die Selbstexplorationsskala von Tringer-Pintér

1. Der Klient spricht nicht von sich selbst, sondern von Ereignissen, von Personen.
4. Die inneren emotionellen Erlebnisse des Klienten erscheinen in Form von Anweisungen, oder sind sie mutmaßlich.
5. Der Klient arbeitet meistens an seinen inneren Erlebnissen, spricht über sein Verhältnis zu sich selbst, bewertet sich selbst.
7. Der Klient strebt nach Verhaltensänderung auf Grund der neuen Kenntnisse von sich selbst, oder versucht mit neuen Verhaltensweisen.

Drei große Fragen der psychotherapeutischen Forschung

1. Was nützt?

Effizienz (efficacy)

2. Wem nützt?

Effektivität (effectiveness)

3. Wie nützt?

Ablauf (process)

Drei Dimensionen der psychotherapeutischen Wirkung

- Remoralisation (subjektives Wohlbefinden)
- Remediation (symptomatische Remission)
- Rehabilitation (Besserung der Funktionen)

Frank)

Der Wirkungsmechanismus der Psychotherapie

- Verbale, operante Konditionierung
- Reziproke Affekte
- Diskriminantes Lernen
- Modell-Lernen
- Kognitive Strukturierung

Die Teilnahme der gemeinsamen Faktoren in der Änderung (% der Varianz)

- Patienten-Faktoren 40%
- Faktoren der Beziehung 30%
- Placebo etc. 15%
- Technische Faktoren („Methode“) 15%

Placebo und Psychotherapie I.

Gemeinsame kurative Faktoren (Frank):

Hoffnung

Abnahme der Demoralisation

Gefühl der Selbst-Effektivität

Glaube an Handhabbarkeit des Problems

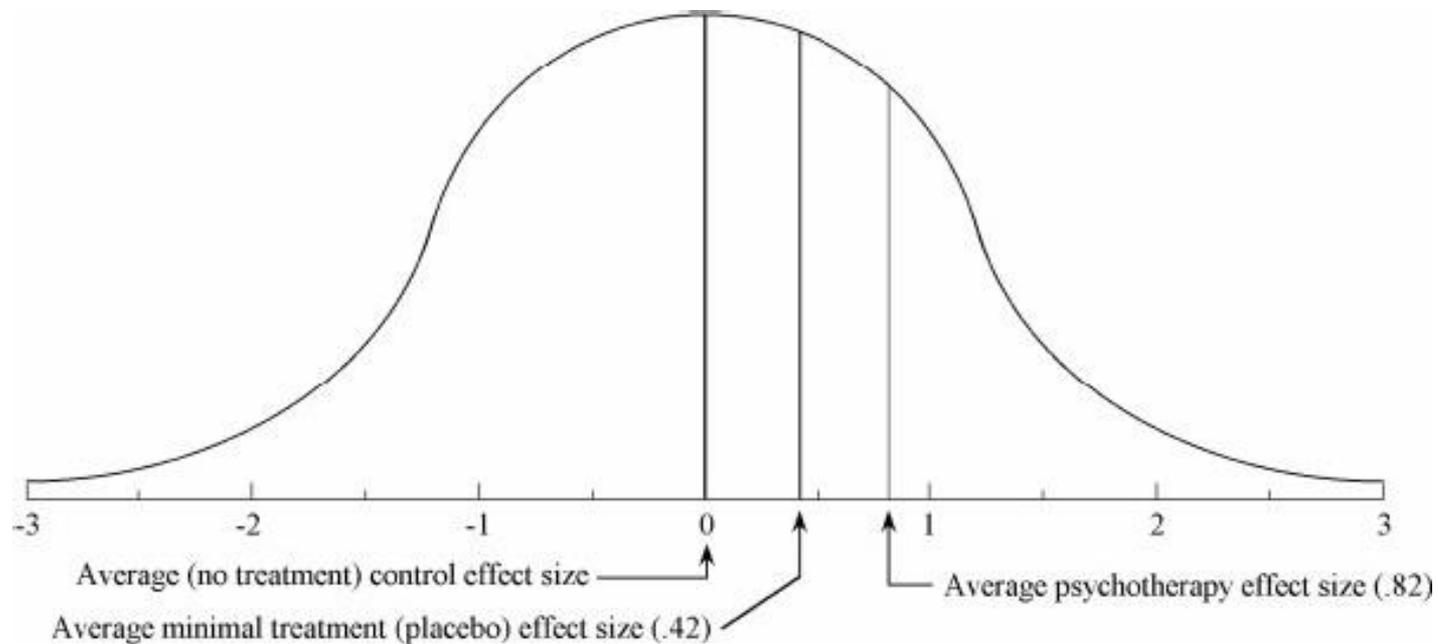
Grissom 1996

Placebo und Psychotherapie II.

Ergebnis der Vergleichsstudien:

Therapie > Placebo > Kontroll

Die Wirkung des Placebos und der Therapie



Lambert, Weber, Sykes (1993)