



Die therapeutische Beziehung in der Verhaltenstherapie

C.-H. Lammers
Asklepios Klinik Nord – Ochsenzoll



Bad Wildungen



Barmbek



Falkenstein



Irit Hannover



Pasewalk

Bekenntnis



- Alle großen Therapien sind wirksam (und einige kleinere Therapiemethoden auch). Deren Anwendung hängt von der Erkrankung und Persönlichkeit des Patienten ab.
- Die therapeutische Beziehung hat einen Einfluss auf den Therapieoutcome in jeder Therapierichtung
- Verschiedene Patienten brauchen verschiedene therapeutische Interventionen, Strategien und Beziehungsgestaltungen
- Im Rahmen der Möglichkeiten sollte der Therapeut sein Beziehungsangebot dem Bedürfnis des Patienten anpassen.

Zitate



Auch wenn sich mein Herangehen an Übertragungsprobleme in bedeutsamer Weise von der Freudschen Psychoanalyse unterscheidet, gibt es dennoch Gemeinsamkeiten – zumindest was die Betonung der Beziehung zwischen Patient und Therapeut als Medium der Veränderung angeht.

(James McCullough Jr., 2000)

Die Beziehung zwischen Therapeut und Patient fungiert als partiell wirksames Mittel gegen die Schemata des Patienten.

(Jeffrey Young, 2003)

Die therapeutische Beziehung in der VT



Effektive Therapeuten zeichnen sich dadurch aus, dass sie spezifische Methoden anwenden, tragfähige Beziehungen anbieten und sowohl unterschiedliche Methoden als auch Beziehungsangebote differenziert an der individuellen Person und am jeweiligen Rahmen ausrichten.

(Norcross, 2002)

Die therapeutische Beziehung in der VT



Insgesamt spielen jedoch „Konzepte zur gezielten Diagnostik und Gestaltung des Beziehungsverhaltens bis heute eine beklagenswert geringe Rolle“ Klaus Grawe, 1992

Dennoch: Verhaltenstherapeuten beachten die Gestaltung der therapeutischen Beziehung und arbeiten mit beziehungsbezogenen Techniken

Vergleichende Studien zeigen bei Verhaltenstherapeuten

- hohe interpersonelle Kompetenzen
- große Flexibilität im Beziehungsangebot
- große Empathie und Warmherzigkeit
- ein hohes Ausmaß an Offenheit auch in der Mitteilung eigener Erfahrungen

(Zimmer, 1983)

Die therapeutische Beziehung in der VT



Was wird explizit konzeptualisiert und implizit praktiziert?

ODER

Ist der Verhaltenstherapeut in seiner täglichen Arbeit ausschließlich symptomorientiert, wie es die (älteren) VT-Konzepte vorgeben?

Ist z.B. der Tiefenpsychologe nicht auch symptom- und veränderungsorientiert und in der therapeutischen Beziehung häufig direktiv?



Passung zwischen

- Patient und Therapeut
 - Patient und Behandlungsmodell des Therapeuten
- Störung und Therapeut
 - Störung und Behandlungsmodell



Empirische Evidenzen, dass eine direkte, strukturierte und symp Tom- und fertigkeitenorientierte Therapie bei sog. externalisierenden Patienten erfolgreicher ist.

Bspl. für Externalisierung sind Impulsivität, Handlungsorientierung, Aggressivität, Stimulusorientierung, geringe Introspektionsfähigkeit.

Empirische Evidenzen, dass eine interaktions- und einsichtsorientierte Therapie bei sog. internalisierenden Patienten erfolgreicher ist.

Bspl. für Internalisierung sind Schüchternheit, Inhibition, Überregulation, Selbstkritik

Therapeutische Basisverhalten des Patienten



- Mitarbeit
- Selbstöffnung
- Erproben neuer Verhaltensweisen
- Therapienachfrage (Motivation)

Schulte, 1996

Was braucht der einzelne Patient, um dieses Basisverhalten zu aktivieren?

Die therapeutische Beziehung in der VT



Grundsätzliche Frage bei der therapeutischen Beziehung:

Ist sie eine Basiskompetenz bzw. der Rahmen für die Anwendung
Und Akzeptanz von therapeutischen Techniken?

ODER

Ist sie eine theoretisch fundierte therapeutische Grundhaltung i.S.
eines psychotherapeutischen Wirkfaktors?

ODER

Ist sie eine therapeutische Technik sui generis?

Grundsätzliche Frage bei der therapeutischen Beziehung

Ist sie eine Basiskompetenz i.S. des Rahmens für die Anwendung und Akzeptanz von therapeutischen Techniken?

- Empathie, Echtheit, Transparenz, Zielkonsens, Kooperation
- Der Therapeut als Experte: Förderung von Vertrauen und Motivation des Patienten durch klare, strukturierte und richtungsweisende Erklärungsmodelle
- Positive Verstärkung und Unterstützung

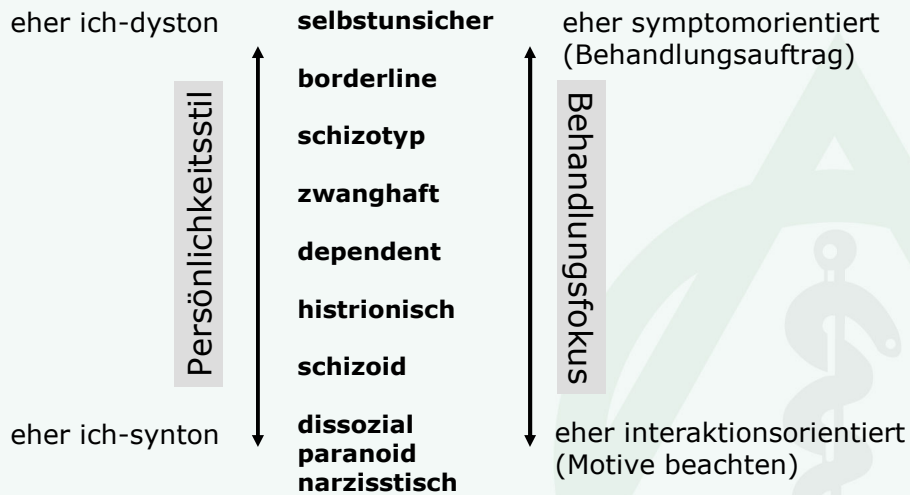
Grundsätzliche Frage bei der therapeutischen Beziehung

- Ist sie eine therapeutische Grundhaltung i.S. eines psychotherapeutischen Wirkfaktors (Grundannahme der Gesprächspsychotherapie)?

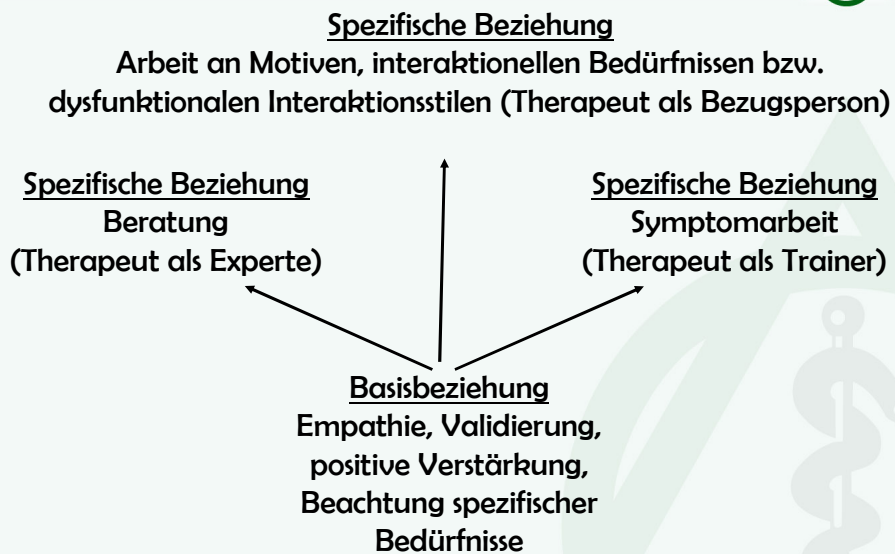
Ist sie eine therapeutische Technik, welche je nach Problemlage des Patienten angewendet wird (Beachtung der spezifischen Beziehungsbedürfnisse des Patienten im Gegensatz zu einem „Verhaltenstraining“? Z.B.

- Empathische Konfrontation
- Reparenting
- Komplementäre Beziehungsgestaltung

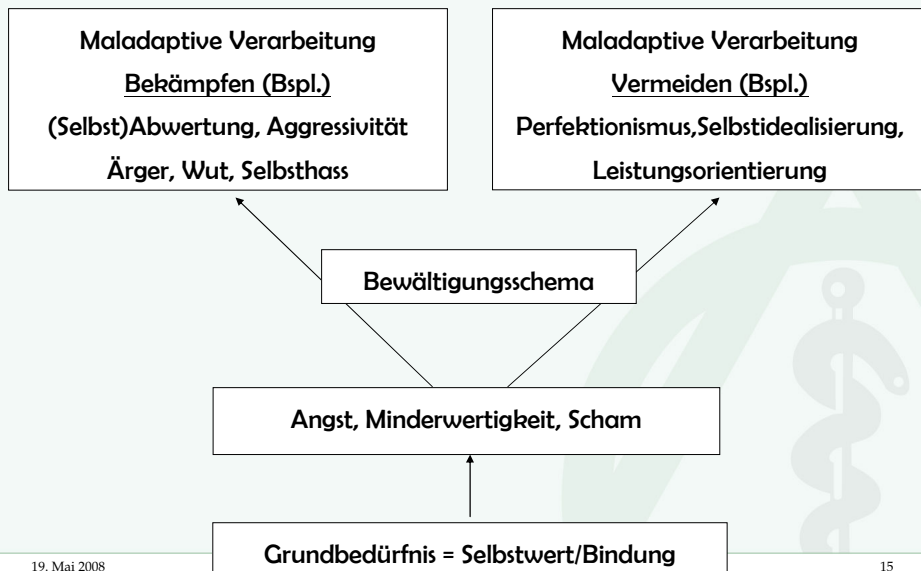
Symptom- versus interaktionsorientierte Therapie



Modell



Schema des narzisstischen Konfliktes



19. Mai 2008

15

Gestaltung der therapeutischen Beziehung



- Übereinstimmung in Zielen (Arbeitsbündnis)
- Übereinstimmung in Aufgaben (Arbeitsbündnis)
- Affektive Beziehung (Bindung)

(Bordin, 1975; Safran et al., 2002)

Es besteht eine wechselseitige Abhängigkeit zwischen den einzelnen
Komponenten!

19. Mai 2008

PowerPoint® Guideline

16

Beziehungsgestaltung als spezifische Technik



Wirkfaktoren der Psychotherapie (nach Grawe, 1995)

- Problemaktualisierung
- Klärung
- Problembewältigung
- Ressourcenaktivierung

Die Wirkfaktoren und Beziehungsgestaltung



Problemaktualisierung

In der therapeutischen Beziehung werden die Probleme des Patienten aktualisiert (z.B. Scham und Wut bei Patienten mit BPS oder NPS)

Klärung

In der therapeutischen Beziehung werden die interaktionellen Probleme des Patienten analysiert bzw.

Problembewältigung

Der Patient lernt neue Verhaltensweisen in seiner Beziehung zum Therapeuten

Ressourcenaktivierung

Durch die therapeutische Beziehung werden Ressourcen aktiviert

Spezifische Techniken in der Beziehungsgestaltung



- Komplementäre Beziehungsgestaltung (auch Reparenting)
- Schemaaktivierung insb. durch emotionsfokussierende Techniken
- Soziales Lernen (Verhaltensmodifikation in der therapeutischen Beziehung u.a. durch Explikation von impliziten Interaktionen)
- Lernen am Modell des Therapeuten (z.B. therapeutische Selbstenthüllung)
- Empathische Konfrontation

Beziehungsgestaltung in der VT



Dialektisch Behaviorale Therapie nach Marsha Linehan
Für Patientinnen mit einer Borderline-Persönlichkeitsstörung

Beziehungsorientierung i.S. von Akzeptanz, Validierung und
Empathie



Schematherapie nach Jeffrey Young

Vornehmlich für Patienten mit einer Persönlichkeitsstörung (insb. BPS und NPS)

- Aktivierung von spezifischen Schemata in und durch die therapeutische Beziehung (d.h. Problemaktivierung durch die therapeutische Beziehung)
- Reparenting



Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP) nach James McCullough Jr.)

Verhaltenstherapie für chronisch depressive Patienten

Fokus liegt u.a. auf der Neugestaltung von Beziehungen

Thematisieren der Patienten-Therapeuten-Beziehung

Therapiephasen (ins. bei Patienten mit PS)



1. Phase => individuelles Beziehungsangebot zur Motivation des Patienten
2. Phase => Einsatz der therapeutischen Beziehung zur Aktivierung und Klärung motivationaler Schemata sowie Bearbeitung insb. selbstabwertender und ängstlich-furchtsamer Schema in und durch die therapeutische Beziehung
3. Phase => gezielte Verhaltensänderung (auch Kognitionen) und Training

Gefahren



Überbetonung der therapeutischen Beziehung und Vernachlässigung zentraler und nachweislich wirksamer Techniken der VT wie z.B.
Exposition, Verhaltensmodifikation und kognitive Umstrukturierung

Zusammenfassung



In der modernen Verhaltenstherapie spielt die therapeutische Beziehung als Spezifikum eine wichtige Rolle i.S.

- einer Problemaktualisierung (zentrale Beziehungsmotive, Schemata bzw. „Übertragung“)
 - der Befriedigung zentraler Bedürfnisse durch den Therapeuten
- des Therapeuten als Modell
- einer therapeutische Arbeit an dysfunktionalen Interaktionsstilen

Beziehung als conditio sine qua non?



Patienten mit einer Panikstörung profitierten gleichermaßen von einer kognitiven Verhaltenstherapie mit einem Therapeuten wie mittels eines internetbasiertes Trainingsprogramm

(Kiropoulos et al., 2008)