

Angst und Angststörungen:

"Die Perspektive bestimmt das Bild - Ansichten eines alltäglichen Gefühls"

Informationen zu den Referenten

am 26. & 27.01.2006

Dr. Hinrich Bents

Vortrag

Angststörungen - die verhaltenstherapeutische Perspektive

Zusammenfassung: In der Psychotherapie gilt die lerntheoretische Perspektive gemeinhin als das "klassische" Paradigma für störungsspezifisches Verstehen und Behandeln von Angststörungen, die Effektivität von Verhaltenstherapie bei Ängsten ist vielfach validiert. Die Grundlagen dieses Vorgehens sollen anhand eines Fallbeispiels agoraphobischer Angst illustriert werden, wobei auch weiterführende, integrativen Ansätze vorgestellt werden. Denn neben den störungsspezifischen Wirkfaktoren einer verhaltenstherapeutischen Angstbehandlung (z.B. Problemaktualisierung und -bewältigung durch Konfrontationstherapie) haben auch allgemeinere psychotherapeutische Wirkfaktoren wie Beziehungsgestaltung, Ressourcenaktivierung und motivationale Klärung evidenten Einfluss auf den Therapieprozess einer verhaltenstherapeutischen Angstbehandlung. Vor dem Hintergrund lerntheoretischer, schematheoretischer und neurobiologischer Modelle werden Behandlungsmöglichkeiten vorgestellt, die durch die Integration motivationaler Strategien, kognitiver Techniken und gestufter Gestaltung von Expositionsverfahren eine individuelle Anpassung von verhaltenstherapeutischen Verfahren bei Ängsten ermöglichen und damit die Effizienz der "klassischen" Verhaltenstherapie weiter verbessern können.

Workshop

Annäherung statt Vermeidung - motivationale Strategien in der verhaltenstherapeutischen Angstbehandlung

Zusammenfassung: Veränderungen im Verhalten und Erleben lassen sich nicht einfach verordnen. Gerade hochwirksame Verfahren der modernen Psychotherapie wie z.B. die Konfrontation mit angstauslösenden Situationen bewirken nicht immer nur erwünschte Veränderungen, sondern können auch Verunsicherung, Ärger und Ablehnung hervorrufen. In der Vorbereitung auf solche problemaktualisierenden Therapieverfahren ist in besonderer Weise die interaktionelle Kompetenz von Therapeuten gefordert, um dem Patienten zu helfen, sich einer Auseinandersetzung mit seiner Problematik auf aktive und erfolgversprechende Weise zu nähern. Es werden verschiedene motivationale Strategien vorgestellt, die durch spezifische kognitive Vorbereitungen, aktive Beziehungsgestaltung und strukturierende Interventionen die Akzeptanz "furchterregender" Therapien beim Patienten (und manchmal auch beim Therapeuten) erhöhen können. Diese Strategien werden anhand von praktischen Demonstrationen anschaulich gemacht und für unterschiedliche Phasen und Rahmenbedingungen des Therapieprozesses diskutiert.

Lebenslauf

Studium der Psychologie und Philosophie in Münster, 1988 Promotion. Approbation als Psychologischer Psychotherapeut mit Fachkunde für Verhaltenstherapie, Supervisor und Lehrtherapeut für Verhaltenstherapie an Ausbildungsinstituten in Deutschland und in der Schweiz. Leitender Psychologe der Fachklinik Bad Pyrmont (1987-1992), der Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie in Münster (1993-2002) und der Nexus-Klinik Baden-Baden (2002-2004). Seit 2005 Leiter des Zentrums für Psychologische Psychotherapie (ZPP) an der Universität Heidelberg. Aktuelle Arbeitsschwerpunkte: Motivation in der Psychotherapie, Behandlung von Essstörungen, Evaluation psychotherapeutischer Versorgung.