

Kapitel 17 – Klinische Psychologie: Therapie

In der Psychoanalyse nennt man es , wenn Patient:innen starke Gefühle gegenüber ihrem Therapeuten oder Ihrer Therapeutin empfinden. Man sagt, dass es auf Ängste des/der Patienten/Patientin hinweist, wenn wegen heikler Erinnerungen Unterbrechungen in ihrer freien Assoziation auftreten – sie zeigen . Der/Die Therapeut:in wird versuchen, dem Patienten bzw. der Patientin Einblick in die eigentlichen Ängste zu geben, indem er/sie eine der mentalen Blockaden vorschlägt.

Antwort:

Übertragung; Widerstand; Deutung

Was könnte ein:e psychodynamische:r Therapeut:in über Mowrers Therapie für das Bettnässen sagen? Was würde ein:e Verhaltenstherapeut:in antworten?

Antwort:

Ein:e psychodynamische:r Therapeut:in würde sich mehr dafür interessieren, dem Kind zu helfen, Einsicht in die grundlegenden Probleme zu entwickeln, die das Bettnässen verursacht haben. Ein:e Verhaltenstherapeut:in würde Mowrer wahrscheinlich darin zustimmen, dass das Bettnässen das Problem *ist* und dass die Gegenkonditionierung des ungewollten Verhaltens gewiss Erleichterung bringen würde.

Was sind *Einsichtstherapien* und wie unterscheiden sie sich von Verhaltenstherapien?

Antwort:

Die Einsichtstherapien – psychodynamische und humanistische Therapien – versuchen Probleme zu lösen, indem ein Verstehen des Problemursprungs ermöglicht wird. Verhaltenstherapien gehen davon aus, dass das Problemverhalten selbst das Problem *darstellt*, und sie behandeln es direkt, sie schenken dem Ursprung weniger Beachtung.

Manche ungünstigen Verhaltensweisen sind erlernt. Was kann man sich dadurch erhoffen?

Antwort:

Wenn ein Verhalten erlernt werden kann, kann es auch wieder *verlernt* und durch günstigere Verhaltensweisen ersetzt werden.

Expositionstherapien und Aversionskonditionierung sind Anwendungsmöglichkeiten der ___ Konditionierung. Tokensysteme sind eine Anwendungsmöglichkeit der ___ Konditionierung.

Antwort:

klassischen; operanten

Wie unterscheiden sich die *humanistischen* und die *kognitiven* Therapien?

Antwort:

Indem die Gefühle der Klient*innen in einem nichtdirektiven Setting reflektiert werden, haben die *humanistischen Therapien* das Ziel, das persönliche Wachstum zu fördern, indem den Klient*innen dabei geholfen wird, sich selbst wahrzunehmen und zu akzeptieren. Indem man Klient*innen auf selbstzerstörerische Denkmuster aufmerksam macht, führen *kognitive Therapien* Personen zu besser an die Realität angepassten Arten, über sich selbst und die Welt zu denken.

Ein entscheidendes Merkmal der von Aaron Beck entwickelten ___ ist die Überzeugung, dass es Menschen besser gehen kann, wenn sie ihr Denken verändern.

Antwort:

Kognitiven Therapie

Was macht die kognitive Verhaltenstherapie aus, und für welche Art von Problemen ist diese Therapie am besten geeignet?

Antwort:

Diese integrative Therapie hilft Menschen dabei, selbstzerstörerische Denk- und Verhaltensweisen zu verändern. Es konnte gezeigt werden, dass sie für Angststörungen, Zwangsstörungen, Depressionen, der bipolaren Störungen und Anorexia nervosa geeignet ist.

Wie beeinflusst der *Placeboeffekt* die Bewertung der Wirksamkeit von Psychotherapien durch Klient:innen und Kliniker:innen?

Antwort:

Der *Placeboeffekt* ist die heilende Kraft des *Glaubens* an eine Behandlung. Patient:innen und Therapeut:innen, die erwarten, dass eine Behandlung wirksam sein wird, werden vielleicht glauben, dass sie es tatsächlich war.

Eine Therapie hilft wahrscheinlicher bei den Patient:innen mit (klar/weniger klar) umrissenen Problemen.

Antwort:

klar

Was sind evidenzbasierte Entscheidungen im klinischen Kontext?

Antwort:

Wenn sie diesen Ansatz nutzen, treffen Therapeut:innen Entscheidungen über die Behandlung gestützt auf Forschungsbefunde, ihrer klinische Erfahrung und Wissen über den Patienten bzw. die Patientin.

Welche alternative Psychotherapie hat sich eher als authentische Behandlung erwiesen – EMDR oder Lichttherapie?

Antwort:

Lichttherapie

Diejenigen, die eine Psychotherapie machen, erleben (wahrscheinlicher/ unwahrscheinlicher) eine Besserung ihres Zustands als diejenigen, die sich keiner Psychotherapie unterziehen.

Antwort:

wahrscheinlicher

Welches sind Beispiele für die Änderung unseres Lebensstils, die wir beachten können, um unsere Resilienz zu erhöhen und unsere seelische Gesundheit zu verbessern?

Antwort:

Regelmäßig Sport treiben, ausreichend viel schlafen, sich mehr dem Licht aussetzen (ins Freie gehen und/oder eine Lichtbox benutzen), wichtige Beziehungen pflegen, negatives Denken verändern und eine Ernährungsweise mit viel Omega-3-Fettsäuren.

Wie bewerten Forschende die Wirksamkeit von bestimmten medikamentösen Therapien?

Antwort:

Studien weisen Personen einer Behandlungs- und einer Kontrollgruppe zu, um zu sehen, ob sich der Zustand derjenigen, die das Medikament erhalten, stärker verbessert als derjenigen, die es nicht bekommen. Kontrollierte Doppelblindstudien sind am leistungsfähigsten. Wenn weder Therapeut*innen noch Klient*innen wissen, welche Teilnehmenden die medikamentöse Behandlung erhalten haben, spiegelt jeder Unterschied zwischen der behandelten und der nichtbehandelten Gruppe den tatsächlichen Effekt des Medikaments wider.

Die Medikamente, die am häufigsten genutzt werden, um Depressionen zu behandeln, heißen _____. Die Schizophrenie wird oft mit _____ behandelt.

Antwort:

Antidepressiva; Neuroleptika

Schwere Depressionen, die nicht auf andere Therapien ansprechen, können mit der _____ behandelt werden, die Anfälle und Gedächtnisverlust hervorrufen kann. Eher milde neuronale Stimulationstechniken, die entwickelt wurden, um Depressionen zu vermindern, umfassen _____ Gleichstromstimulation, _____ Magnetstimulation und _____stimulation.

Antwort:

Elektrokrampftherapie (EKT); transkranielle; wiederholte transkranielle; tiefe Gehirn-

Was ist der Unterschied zwischen präventiver Therapie für die seelische Gesundheit und psychologischen oder biomedizinischen Therapien?

Antwort:

Psychologische und biomedizinische Therapien haben das Ziel, das Leiden der Personen zu lindern, das sie durch psychische Krankheiten erfahren. Vorbeugende Therapien für die seelische Gesundheit haben das Ziel, Leiden zu verhindern, indem sie Bedingungen, die Störungen verursachen, erkennen und beseitigen.