

Inhalt

Vorwort zur schwedischen Ausgabe	15
Vorwort zur US-Ausgabe	19
Danksagung.....	23
Eine persönliche Einleitung	25
TEIL 1: HINTERGRUND	31
1. Der radikale Behaviorismus und grundlegende verhaltensanalytische Prinzipien	33
1.1 Der Behaviorismus und seine Prämissen.....	34
1.2 Was ist radikal am radikalen Behaviorismus?.....	35
1.3 Fundamentale verhaltensanalytische Prinzipien.....	37
1.3.1 Operante Konditionierung: Lernen durch Konsequenzen.....	37
1.3.2 Respondente Konditionierung: Lernen durch Assoziation	45
1.3.3 Operante und respondente Konditionierung interagieren.....	48
1.3.4 Extinktion	49
1.3.5 Generalisierung.....	51
1.3.6 Diskrimination.....	52
1.4 Ausblick.....	53
2. Denken und die menschliche Sprache	55
2.1 Verbales Verhalten	56
2.2 Skinners Beschreibung verbaler Operanten	57
2.2.1 Tact.....	57
2.2.2 Mand.....	58
2.2.3 Echoisches Verhalten.....	59
2.2.4 Intraverbales Verhalten.....	60
2.2.5 Autoklitisches Verhalten.....	61
2.2.6 Die Verwendung von Skinners Analyse in diesem Buch.....	61
2.3 Lernen, private Ereignisse zu tacten	62
2.3.1 Lernen, Gedanken zu tacten	64
2.3.2 Lernen, private Ereignisse durch Generalisierung zu tacten	67

2.4	Warum wird dieses Verhalten verstärkt?	67
2.5	Die interne Welt bleibt weiterhin verborgen.....	69
2.6	Ein Sprecher und ein Zuhörer.....	69
2.7	Regelgeleitetes Verhalten.....	70
2.8	Eine schwierige Frage.....	71
2.9	Die kognitive Antwort und ihre Problematik aus der Sicht der Verhaltensanalyse.....	73
2.10	Verhaltensanalyse und menschliches Denken – eine kurze Zusammenfassung	76
2.11	Eine redundante Frage?.....	77
3.	Ist die Macht des Denkens wirklich klinisch relevant?	79
3.1	Private Ereignisse und ihre Interaktion mit anderem Verhalten	79
3.2	Die dominierende Position von kognitiven Therapiemodellen	81
3.3	Auch kognitive Therapiemodelle sind hinsichtlich der Macht des Denkens problematisch.....	82
3.4	Die Notwendigkeit, der Frage nach der Macht des Denkens nachzugehen	85
3.5	Ein strategischer Schritt zurück	87
TEIL 2: RELATIONALES LERNEN.....		89
4.	Abgeleitete relationale Reaktionen als fundamentales Element der menschlichen Sprache.....	91
4.1	Abgeleitete Reizbeziehungen.....	92
4.1.1	Abgeleitete Reizbeziehungen als grundlegender Prozess in der menschlichen Sprache	98
4.1.2	Abgeleitete relationale Reaktionen als gelerntes Verhalten	100
4.2	Reizfunktionen und ihre Änderung durch respondentes und operantes Lernen	102
4.3	Abgeleitete Reaktionen und die Veränderung von Reizfunktionen	105
4.4	Die Fähigkeit, Ereignisse und Reize willkürlich aufeinander zu beziehen.....	108
4.5	Wie lernen wir, Ereignisse willkürlich in Beziehung zu setzen?	111
4.6	Zahlreiche unterschiedliche Beziehungen zwischen Reizen	116

4.7	Bezugsrahmung	120
4.8	Zwei Aspekte des Kontextes, welche die Bezugsrahmung leiten	124
4.9	Eine neue Definition von verbalem Verhalten.....	126
4.10	Zusammenfassung.....	128
5.	Analogien, Metaphern und unsere Erfahrung des Selbst.....	131
5.1	Analogien.....	133
5.2	Metaphern.....	137
5.2.1	Metaphern sind überall.....	141
5.2.2	Metaphern und die zwei Arten kontextueller Hinweisreize	142
5.3	Verhaltensanalyse und das Konzept des Selbst	143
5.4	Die Erfahrung des Selbst: Ein Ergebnis von Perspektivübernahme.....	145
5.5	Perspektivübernahme und Theorie des Geistes	148
5.6	Drei Aspekte unserer Erfahrung des Selbst.....	150
5.6.1	Selbst-als-Perspektive.....	150
5.6.2	Selbst-als-Prozess.....	151
5.6.3	Selbst-als-Erzählung oder das konzeptualisierte Selbst.....	152
5.7	Die Beziehung zwischen den drei Aspekten des Selbst.....	155
5.8	Zusammenfassung.....	156
6.	Bezugsrahmung und regelgeleitetes Verhalten.....	157
6.1	Bezugsrahmung und die Transformation der Reizfunktion von Antezedenten	158
6.2	Regeln können verstanden werden, ohne befolgt zu werden	161
6.3	Unterschiedliche Arten von regelgeleitetem Verhalten.....	162
6.3.1	Pliance.....	162
6.3.2	Tracking	164
6.3.3	Augmenting.....	166
6.3.4	Das Befolgen von Regeln wird funktionell definiert	170
6.4	Selbstregeln.....	172
6.5	Regelgeleitetes Verhalten und Problemlösen	174
6.6	Zusammenfassung.....	177

7.	Die Schattenseite der menschlichen Sprache.....	179
7.1	Regelgeleitetes Verhalten und Insensibilität gegenüber unmittelbaren Konsequenzen.....	179
7.2	Mehr Berührungspunkte mit Leid.....	180
7.3	Psychologische Probleme als Konsequenz regelgeleiteten Verhaltens	184
7.3.1	Probleme in Verbindung mit Pliance.....	184
7.3.2	Probleme im Zusammenhang mit Tracking	187
7.3.3	Probleme im Zusammenhang mit Augmenting	190
7.4	Risiken im Zusammenhang mit der Dominanz indirekter Reizfunktionen.....	194
7.5	Erlebnisvermeidung als zentraler Prozess im Zusammenhang mit Psychopathologie	196
7.6	Das Ringen mit sich selbst.....	199
7.7	Zusammenfassung.....	201
 TEIL 3: KLINISCHE IMPLIKATIONEN		203
8.	Lerntheorie und psychologische Therapien	205
8.1	Verhaltensprinzipien und andere Ansätze in der psychologischen Therapie.....	208
8.1.1	Verhaltensprinzipien und psychodynamische Therapien.....	210
8.1.2	Verhaltensprinzipien und kognitive Therapien.....	214
8.2	Ein neues Verständnis psychologischer Therapien auf der Grundlage der BRT	218
8.3	Klinische Verhaltensanalyse	220
9.	Allgemeine Richtlinien für die klinische Verhaltensanalyse	223
9.1	Der erste Kontakt und die zwei Bereiche der Therapie	224
9.2	Die Durchführung einer Funktionsanalyse	225
9.3	Auf welches Verhalten soll man sich konzentrieren?	228
9.4	Erlebnisvermeidung als Fokus der Funktionsanalyse.....	230
9.5	Funktionsanalyse als erster Schritt der Therapie	231
9.6	Das Erfassen von Verhalten.....	233
9.7	Das Hervorrufen von Verhalten	235
9.8	Die Verwendung von Metaphern als therapeutisches Werkzeug.....	239
9.9	Ziele als Bestandteil der Therapie	241
9.10	Die Grundlage einer klinischen Verhaltensanalyse unter Einbeziehung der BRT	243

10.	Die Veränderung des Kontextes mit einem Fokus auf Konsequenzen	245
10.1	Die Beeinflussung durch Konsequenzen: Die klassische Strategie der Verhaltensanalyse.....	246
10.2	Die Etablierung von Konsequenzen für problematisches Verhalten	247
10.3	Die Etablierung von Konsequenzen für alternatives Verhalten.....	251
10.4	Die Extinktion des Befolgens problematischer Regeln	254
10.5	Konsequenzen und die zwei Bereiche der Therapie.....	259
11.	Die Veränderung des Kontextes mit einem Fokus auf Antezedenten	261
11.1	Verbale Antezedenten für neues Verhalten.....	261
11.2	Die Verwendung von Pliance zum Üben von Tracking.....	265
11.3	Das Unterminieren von verbalen Antezedenten.....	267
11.4	Die Verwendung von Metaphern zur Defusion	275
11.5	Private Ereignisse als Hindernisse für wichtige Dinge im Leben	278
11.6	Nicht wissen, was man will	282
11.7	Das Unterminieren des Beharrungsvermögens der Sprache	286
11.8	Zusammenfassung.....	289
	Nachwort.....	293
	Literatur.....	297
	Sachwortregister.....	307