

Inhalt

Einführung	7
Teil I: Die theoretischen Grundlagen der MKT.....	9
1. Ein Fokus auf Metakognition	10
2. Ein informationsverarbeitendes Modell psychischer Störungen	13
3. Das Cognitive Attentional Syndrome	17
4. Metakognitive Überzeugungen.....	20
5. Objektmodus und metakognitiver Modus	26
6. Eine neue Art der ABC-Analyse	28
7. Detached Mindfulness.....	31
8. Exekutive Kontrolle und Flexibilität in der Aufmerksamkeit.	34
9. Kontrolle auf unterschiedlichen Ebenen der Verarbeitung ...	36
10. Arten von Wissen	39
11. Prozesse und Strategien jenseits kognitiver Inhalte.....	41
12. Die Rolle der Selbstbewusstheit.....	43
13. Varianten der Veränderung	45
14. Störungsspezifische Modelle.....	47
15. Eine universelle Behandlung?.....	56
Teil II: Die praktischen Grundlagen der MKT	57
16. Die Durchführung der Therapie auf metakognitiver Ebene...	58
17. Die klinische Beurteilung der Metakognition	65
18. Fallkonzepterstellung in der MKT	71
19. Verfahren zur Einführung des Patienten in das metakognitive Modell.....	76
20. Wechsel in einen metakognitiven Verarbeitungsmodus.....	80
21. Modifikation negativer metakognitiver Überzeugungen	81
22. Modifikation positiver metakognitiver Überzeugungen	85
23. Aufschieben von Sich-Sorgen / Grübeln.....	88
24. Attention Training Technique.....	91
25. Implementierung von Detached Mindfulness.....	95

26.	Situational Attentional Refocusing.....	101
27.	Metaemotionen	103
28.	Die Durchführung metakognitiv fokussierter Exposition	105
29.	Die Entwicklung neuer Verarbeitungspläne	108
30.	Die Integration der MKT-Techniken: Eine Fallstudie	111
Schlusswort.....		119
Literatur.....		121
Glossar		125
Index		139

Begriffe mit diesem Zeichen (➡) sind im Glossar am Ende des Buches erläutert (s. S. 125).