

## Grundbegriffe der REVT

# Demandingness (DEM) / Absolutistisches Fordern



Nils Spitzer

Die berühmte *Demandingness* (DEM), das absolutistische Fordern, bildet den Kern der rational-emotiven Störungstheorie: ein Wunsch *muss* bei ihr unbedingt aktiv erreicht werden oder passiv eintreten – und scheitern nun diese zu Forderungen geronnenen Wünsche an der Realität (oder wird ihr Scheitern in der Phantasie bereits vorweg genommen), dann kommt es zu einem ganzen Strauß von Problemen, von meist heftigen *Ungesunden Negativen Emotionen* (UNE) bis hin zu quälenden psychischen Störungen.

Aber was bedeutet hier eigentlich überhaupt ›Kern‹? Die Intuition, dass nicht alle Kognitionen gleich *relevant* für psychische Probleme sind, hat in vielen kognitiven Psychotherapieformen ihre Spuren hinterlassen: »Die meisten Ansätze innerhalb der KVT-Tradition argumentieren, dass Kognitionen auf verschiedenen Ebenen unseres kognitiven Systems erscheinen« (DRYDEN, 2009, S. 87, Übers. v. Autor). Üblicherweise werden die unterschiedlich relevanten Kognitionen dabei mittels räumlicher Metaphorik voneinander abgegrenzt – in Bildern von *Zentrum und Peripherie* (Kernannahme, zentrale Kognitionen) oder von *oben und unten* (Grundannahmen, fundamentale Kognitionen, oberflächlicher Gedanke): Die Gedanken, die bei einem Menschen ganz unschuldig zur Oberfläche des Bewusstseins aufsteigen, sind danach beeinflusst von einer bedeutsameren kognitiven *Tiefenstruktur*, die den Geist überhaupt erst organisiert. Zusätzlich wird gewöhnlich angenommen, dass diese »verschiedenen Schichten oder Ebenen von Kognition« (WILLS, 2009, S. 27, Übers. v. Autor) verschiedene Eigenschaften aufweisen: je *tiefer* eine Kognition, desto weniger bewusst, stärker Gefühle auslösend, zudem schwerer zu verändern, aber auch gleichzeitig therapeutisch relevanter ist sie.