

Unitäres versus binäres Emotionsmodell in der Kognitiven Verhaltenstherapie: ein grundlegender Unterschied zwischen Kognitiver Therapie und Rational-Emotiver Verhaltenstherapie

Dieter Schwartz

Zusammenfassung: Rational-Emotive Verhaltenstherapie (REVT) nach Albert Ellis und Kognitive Therapie (KT) nach A. T. Beck gelten als die beiden wichtigsten und grundlegenden Ansätze der Kognitiven Verhaltenstherapie. Während die KT ein quantitatives Emotionsmodell (unitäres Modell) vertritt, favorisiert die REVT ein qualitatives Modell (binäres Modell). Die Unterschiede der beiden Modelle werden unter Bezug zu allgemeinen kognitiven Emotionstheorien (Zweifaktorentheorie und Appraisaltheorie) erläutert. Auf die erhebliche Bedeutung dieser Unterschiede für die klinische Theorie und Praxis in der Psychotherapie, speziell der kognitiven Verhaltenstherapien wird hingewiesen. Es folgt ein knapper Überblick über die empirische Forschung und deren Ergebnisse.

Abstract: Albert Ellis' Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) and Aaron T. Beck's Cognitive Therapy (CT) are generally viewed as the primary and founding approaches to Cognitive Behavior Therapy (CBT). While CT endorses a quantitative model of emotion (unitary model), REBT promotes a qualitative model (binary model). The differences between the two models are elucidated in the context of general cognitive theories of emotion (i.e. "Two-factor theory of emotions" and "Appraisal theory of emotions"). The substantial difference between the two with regard to clinical theory and application within psychotherapy – Cognitive Behavior Therapy in particular – is explored in depth. This is complemented by a brief review of the results of various empirical studies.

Unter den verschiedenen Formen von Psychotherapie wird die Kognitive Verhaltenstherapie (KVT) aktuell als die am besten wissenschaftlich untersuchte und bestätigte Behandlungsmethode für psychische und emotionale Störungen angesehen (BARLOW, 2008; BUTLER, FORMAN, CHAPMAN, & A. T. BECK, 2006; CHAMBLESS & HOLLON, 1998; CHAMBLESS & OLLINDICK, 2001; ENGELS, GARNEFSKY, & DIEKSTRA, 1993; EPP & DOBSON, 2010; LYONS & WOODS, 1991). KVT ist der Goldstandard, an dem sich alle anderen und neue Verfahren in der Psychotherapie messen lassen müssen (DOBSON & DOZOIS, 2010). Obwohl