

Zur Zielperspektive in den Kognitiven Verhaltenstherapien: KT – KVT - REVT

Dieter Schwartz

*Deutsches Institut für
Rational-Emotive & Kognitive
Verhaltenstherapie (DIREKT) e.V.
Würzburg*

Zusammenfassung: Mit der Revision des ABC-Modells stellte Albert Ellis dem ABC ein Z (G) für Basic Human Goals oder Lebensziele voran. Es wird dargestellt, dass in der Literatur der Begriff der „Ziele in der Psychotherapie“ in unterschiedlichen Bedeutungen vorkommt und sodann vorgeschlagen, konkrete Therapieziele von allgemeinen Lebenszielen zu unterscheiden. Es wird untersucht, welche Bedeutung die allgemeinen Lebensziele von Patienten neben dem konkreten Therapieziel in Theorie und Praxis des Behandlungsverlaufes (treatment sequence) bei folgenden Kognitiven Verhaltenstherapien haben: der Kognitiven Therapie nach Beck, der im Mainstream in Deutschland praktizierten (Kognitiven) Verhaltenstherapie, und insbesondere der (spezifischen) Rational-Emotiven Verhaltenstherapie. Da alle drei kognitiven Ansätze sich dabei explizit wie implizit im ABC-Modell von Ellis bewegen, wird untersucht, ob und inwieweit Lebensziele innerhalb des ABC-Explorationsprozesses systematisch eingebunden sind. Im Ergebnis scheint dies mehr für die REVT der Fall zu sein, da die anderen Ansätze in ihrem Verständnis des ABC-Modells die Revision des ABC-Modells nicht nachvollzogen haben und nicht über die philosophische Basis der REVT verfügen. Es wird argumentiert, dass in der REVT die allgemeinen Lebensziele von Patienten systematisch und zwingend in den ABC-Explorationsprozess eingebunden sind. In dieser Hinsicht kann die REVT ein (weiteres) Alleinstellungsmerkmal unter den Kognitiven Verhaltenstherapien beanspruchen.

Korrespondenzadresse des Autors: D.Schwartz, Müllersweg 14, D-97249 Eisingen
e-mail: revt.direkt@t-online.de

© 2010 Dieter Schwartz