

Was ist CBASP?

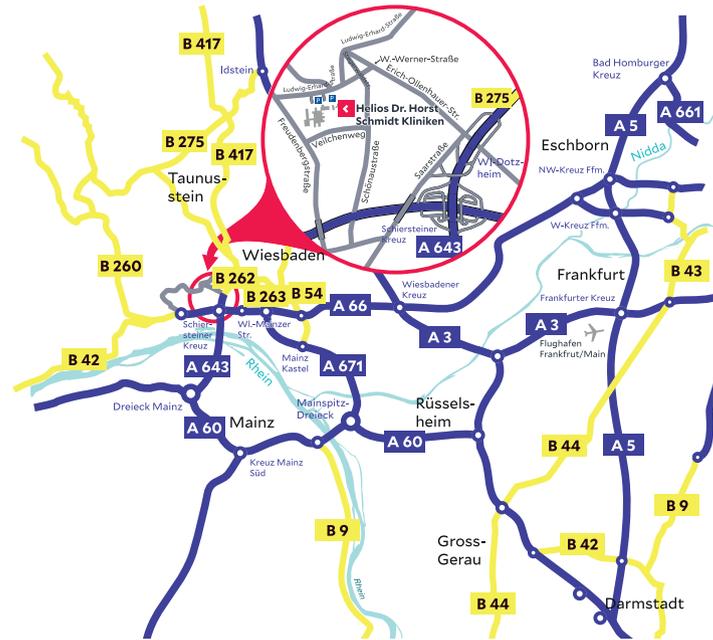
Hinter dem etwas sperrigen Begriff „Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy“ (CBASP; McCullough, 2000) verbirgt sich eine Weiterentwicklung der kognitiven Verhaltenstherapie. Das Behandlungsverfahren wurde in den USA von Prof. James P. McCullough als erstes Verfahren speziell für Menschen mit chronischer Depression entwickelt.

Im CBASP wird davon ausgegangen, dass chronisch depressive Patienten durch ungünstige Erfahrungen in der Kindheit nicht oder unzulänglich gelernt haben, wie sie in sozialen Situationen ihre Ziele und Wünsche erreichen können.

Das zentrale Ziel der CBASP-Behandlung ist, zu erkennen, welche Auswirkungen das gegenwärtige Verhalten auf andere Menschen hat. So kann man sein Verhalten dahingehend verändern, dass es besser zu den eigenen Zielen in einer bestimmten Situation passt.

Wie wird CBASP durchgeführt?

CBASP vereint auf neuartiger Weise behaviorale, kognitive, psychodynamische sowie interpersonelle Therapiestrategien. Ein wichtiger Schwerpunkt liegt zum einen in einer spezifischen Strategie der Situationsanalyse und einem sich daran anschließenden Verhaltenstraining. Zum anderen werden interpersonelle Strategien zur Gestaltung der therapeutischen Beziehung angewandt. Anhand der Situationsanalyse lernt der Patient eine kausale Beziehung zwischen seinen Verhaltens- und



Helios Dr. Horst Schmidt Kliniken Wiesbaden Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Ludwig-Erhard-Straße 100
65199 Wiesbaden

Telefon (0611) 43-3713
Fax (0611) 43-3782
www.helios-gesundheit.de/wiesbaden-hsk

IMPRESSUM

Herausgeber: Helios Dr. Horst Schmidt Kliniken Wiesbaden
Ludwig-Erhard-Straße 100, 65199 Wiesbaden
Bild: Helios HSK



Patienteninformation

Psychotherapeutische Behandlung bei chronischen Depressionen (CBASP)

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Helios Dr. Horst Schmidt Kliniken Wiesbaden

Denkmustern und den jeweiligen Konsequenzen herzustellen. Die interpersonellen Strategien ermöglichen eine auf die Bedürfnisse chronisch Depressiver adaptierte Rolle des Therapeuten.

Im Rahmen einer CBASP-Behandlung werden durch eine persönliche, offene und vertrauensvolle Therapiebeziehung positive Beziehungserfahrungen geschaffen, sodass Patienten lernen können, anderen Menschen wieder mehr zu vertrauen.

Zudem legt der Therapeut seine eigenen emotionalen Reaktionen auf das Verhalten oder Äußerungen des Patienten offen dar. Der Patient wird so angeleitet, seine Wirkung auf die Umwelt wahrzunehmen. Dazu bringt sich der Therapeut persönlich ein, um die Wirkung des Patienten auf ihn selbst in einer nicht verletzenden Art rückzumelden.

Bereits zu Beginn der Behandlung wird erarbeitet, welche Beziehungserfahrungen das Leben des Patienten geprägt (Erhebung prägender Bezugspersonen) haben und wie sie sich im gegenwärtigen Leben auswirken.

In der Therapie soll also gelernt werden, die zwischenmenschlichen Auswirkungen des eigenen Verhaltens zu erkennen und gezielt Probleme zu lösen. Vermeidendes Verhalten und daraus folgende Hilflosigkeit sollen durch eine aktive Haltung ersetzt werden. Der Betroffene lernt zu erkennen, was er bei anderen auslöst und was andere bei ihm auslösen, um schließlich von anderen das zu bekommen, was er sich wünscht.

Ist CBASP wirksam?

In wissenschaftlichen Untersuchungen hat sich die CBASP-Therapie in der Behandlung von chronisch Depressiven als sehr erfolgreich erwiesen, insbesondere in Kombination mit Medikamenten.

Wie sieht unser stationäres Behandlungskonzept aus?

Die stationäre CBASP-Behandlung wird auf unserer Schwerpunktstation P3 für affektive Erkrankungen, durch ein speziell geschultes, multidisziplinäres Team durchgeführt.

Die Behandlung gliedert sich in drei Phasen:

1. EINFÜHRUNGSPHASE

Erarbeitung der Prägungen und Einführung in die CBASP-Elemente

2. HAUPTPHASE

Intensives Arbeiten in allen CBASP-Therapien

3. ABSCHIEDSPHASE

Vertiefung der CBASP-Konzepte und Vorbereitung auf die Entlassung

Kontaktdaten

Nähere Informationen zum CBASP Konzept erhalten Sie vom CBASP-Behandlungsteam, welches unter der Leitung von Tabea Donsbach (Psychologische Psychotherapeutin und zertifizierte CBASP-Therapeutin) steht.



Tabea Donsbach
Telefon (0611) 43-3933
(0611) 43-1309
tabea.donsbach@
helios-gesundheit.de

Sollten Sie Interesse an einer Behandlung bei uns haben, kontaktieren Sie uns bitte über unsere Belegungsmanagerin Anna Bellia.



Anna Bellia
Telefon (0611) 43-3713
Fax (0611) 43-3782
anna.bellia@helios-
gesundheit.de

Nähere Infos zu CBASP
finden Sie hier:

www.CBASP-network.org