**Wer die Vergangenheit nicht ehrt, verliert die Zukunft.**

**Wer seine Wurzeln vernichtet, kann nicht wachsen.**

(Friedensreich Hundertwasser, 1928-2000)

**Selbstmanagementtherapie Kanfer, Reinecker& Schmelzer**

Die Relevanz des Selbstmanagementansatzes ergibt sich in mehrfacher Hinsicht:

1. Historisch gesehen handelt es sich um die wesentlichen Grundlagen der deutschsprachigen Verhaltenstherapie. Die Wurzeln reichen bis in die 1960er Jahre zurück. Sie sind bis heute auch im Rahmen störungsspezifischer Ansätze, wenn auch teilweise erheblich verkürzt, erkennbar.
2. Es handelt sich um einen bezüglich der konkreten Patient-Therapeut-Beziehung wesentlich relevanten, konstruktivistischen Ansatz.
3. Das Modell eignet sich für die Verhaltenstherapie heute immer noch, da es eine Metaperspektive (7-Phasen- Modell) aufzeigt und somit die Möglichkeit zur Orientierung im Einzelfall ermöglicht. Das Modell ist seit mehr als 50 Jahren ohne Wellen transdiagnostisch!
4. Störungs- bzw. diagnosespezifische Ansätze lassen sich integrieren.

Wesentliche therapiebezogene Ziele sind:

* Basierend auf den konstruktivistischen Annahmen soll eine therapeutische Haltung vermittelt werden. Die daraus resultierenden Implikationen werden insbesondere für die Beziehungsgestaltung und die Entwicklung individualisierter Behandlungskonzepte aufgezeigt.
* Grundlegend erscheint in diesem Zusammenhang auch die Einführung in das 7-Stufen Modell als eine Art „Therapiekompass“
* Spezifische Standardtechniken (z.B. Stimuluskontrolle, kognitive Probe, Zeitregression) werden aus dem o.g. theoretischen Überbau abgeleitet und im Überblick prototypisch dargestellt. Hierbei geht es um eine erste Einführung bzgl. einer sinnvollen Verbindung von Standardtechniken und übergeordnetem Fall-/Behandlungskonzept.

Erste klinisch praktische Erfahrungen mit der Verhaltens- und Plananalyse erleichtern erfahrungsgemäß das inhaltliche Verständnis der Inhalte. Der Kurs ist besonders geeignet für Teilnehmerinnen, die am Anfang Ihrer praktischen ambulanten Tätigkeit stehen.

Statt der sonst üblichen Literaturempfehlung werden die TeilnehmerInnen gebeten, Fragestellungen zu eigenen Behandlungsfällen mitzubringen bzw. sich selbst einzubringen.

**“Essentially, all models are wrong but some are useful.“**

Box&Draper 1987, S424, zit. nach Siegrfried Macho (2016): Wissenschaft und Pseudowissenschaft in der Psychologie