



Noack • Beiling

Motivationale Methoden

Techniken der Verhaltenstherapie



ARBEITSMATERIAL

BELTZ

Noack • Beiling

Motivationale Methoden

René Noack • Peter Beiling

Motivationale Methoden

Techniken der Verhaltenstherapie

Mit E-Book inside und Arbeitsmaterial

BELTZ

Autoren

Dr. rer. medic. Dipl.-Psych. René Noack
Klinik und Poliklinik für Psychotherapie und Psychosomatik
Fetscherstraße 74
01307 Dresden
E-Mail: Rene.Noack@uniklinikum-dresden.de

Peter Beiling
Klinik und Poliklinik für Psychotherapie und Psychosomatik
Fetscherstraße 74
01307 Dresden
E-Mail: Peter.Beiling@uniklinikum-dresden.de

Herausgeber

Dr. Peter Neudeck
Salzgasse 7
50667 Köln

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.



Dieses Buch ist erhältlich als:
ISBN 978-3-621-28562-9 Print
ISBN 978-3-621-28563-6 E-Book (PDF)

1. Auflage 2019

© 2019 Programm PVU Psychologie Verlags Union
in der Verlagsgruppe Beltz • Weinheim Basel
Werderstraße 10, 69469 Weinheim
Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Natalie Brecht
Bildnachweis: Laura Flugga/Getty Images
Herstellung: Lelia Rehm
Satz: Reemers Publishing Services GmbH, Krefeld
Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza
Gesamtherstellung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza
Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor_innen und Titeln finden Sie unter: www.beltz.de

Inhaltsübersicht

Vorwort	9
I Grundlagen	13
1 Motivationspsychologie für die Psychotherapie	14
2 Der motivierende Psychotherapeut – Kernelemente einer motivierenden Beziehungsgestaltung	24
II Praktische Therapietechniken	35
3 Einführung in die Fallbeispiele	36
4 Motivationsanalyse – Wo steht der Patient?	39
5 Grundlegende Gesprächsführungsstrategien und -techniken	46
6 Bewusstmachung eigener Werte und Motive	62
7 Ambivalenz bearbeiten – der Weg zur Entscheidung	78
8 Finden und Formulieren von Therapiezielen	117
9 Die laufende Motivierung und Motivationsprüfung	127
Anhang	137
Arbeitsblätter	138
Prüfungsfragen	159
Hinweise zum Arbeitsmaterial	162
Literaturverzeichnis	163
Sachwortverzeichnis	168

Inhalt

Vorwort	9
I Grundlagen	13
1 Motivationspsychologie für die Psychotherapie	14
1.1 Hintergrund	14
1.2 Die Ebenen der Verhaltenssteuerung	14
1.3 Anreiztheorien	16
1.4 Das Erwartung-mal-Wert-Modell	19
1.5 Phasenmodelle der Motivation und des Handelns	20
1.6 Ziele und Zielkonflikte	22
2 Der motivierende Psychotherapeut – Kernelemente einer motivierenden Beziehungsgestaltung	24
2.1 Hintergrund	24
2.2 Der Spirit des Motivational Interviewing	26
2.3 Fallstricke im Aufbau einer motivierenden therapeutischen Beziehung	30
2.4 Motivorientierte Beziehungsgestaltung	32
II Praktische Therapietechniken	35
3 Einführung in die Fallbeispiele	36
4 Motivationsanalyse – Wo steht der Patient?	39
4.1 Der motivationsdiagnostische Entscheidungsbaum	39
4.2 Die motivationsdiagnostische Checkliste	42
5 Grundlegende Gesprächsführungsstrategien und -techniken	46
5.1 Offene Fragen	46
5.2 Reflektierendes Zuhören	47
5.3 Affirmation	52
5.4 Zusammenfassen	53
5.5 Die motivierte Informationsverarbeitung	55

6	Bewusstmachung eigener Werte und Motive	62
6.1	Die Bedeutung von Werten und Motiven in der Psychotherapie	62
6.2	Was ist Alienation?	63
6.3	Die Bearbeitung von Alienation	64
7	Ambivalenz bearbeiten – der Weg zur Entscheidung	78
7.1	Was ist Ambivalenz?	78
7.2	Gesprächsstrategien zur Bearbeitung von Ambivalenz	81
7.3	Spezifische Techniken zur Bearbeitung von Ambivalenz	101
8	Finden und Formulieren von Therapiezielen	117
8.1	Warum spezifische Ziele?	117
8.2	Sammeln und Sortieren von Therapiezielen	118
8.3	Die Formulierung von Therapiezielen	119
8.4	Die Förderung metastrategischer Zielregulation	120
8.5	Selbstverträge	120
8.6	Die Klärung von Zielkonflikten	120
9	Die laufende Motivierung und Motivationsprüfung	127
9.1	Die Dokumentation von Mikro- und Makrozielen	127
9.2	Die laufende Motivationsprüfung	128
9.3	Positive Zielimagination	129
9.4	Die fortlaufende Selbstmotivierung	131
9.5	Umgang mit Rückfällen in alte Verhaltensmuster	132
	Anhang	137
	Arbeitsblätter	138
	Prüfungsfragen	159
	Hinweise zum Arbeitsmaterial	162
	Literaturverzeichnis	163
	Sachwortverzeichnis	168

Vorwort

»Es gibt nichts Gutes, außer: Man tut es.«

... schrieb Erich Kästner. Doch welche inneren Kräfte sind es, die das Verhalten des Menschen in die eine oder andere Richtung antreiben? Und wie können Psychotherapeuten Menschen dabei unterstützen, verhaltensbezogene Grundlagen psychischer Leiden und Beeinträchtigungen zu verändern? Bereits der Urvater der Psychotherapie, Sigmund Freud (2015), verwies auf die Notwendigkeit, zum Beispiel einen Phobiker in das Handeln, also die Konfrontation mit seinen Ängsten, zu bringen. In der Psychotherapie sind Verhaltensveränderungen also seit jeher und Schulen übergreifend ein zentrales Ziel und für die Verhaltenstherapie sogar Namensgeber. Die Entwicklung und die Förderung von Veränderungsmotivation der Patienten muss von praktizierenden Psychotherapeuten als eine wesentliche Aufgabe wahrgenommen werden. Veränderungsmotivation darf keine Voraussetzung für eine Psychotherapie sein. Der vorliegende Band soll einen Beitrag dazu leisten, Psychotherapeuten in Ausbildung, ebenso wie erfahreneren Psychotherapeuten, die motivationalen Prozesse bei Patienten näher zu bringen. Darüber hinaus soll diese Arbeit praktische Strategien, Techniken und Methoden zur Motivationsförderung vermitteln sowie nützliche Arbeitsmaterialien zur Verfügung stellen.

Dieses Buch gliedert sich in einen theoretischen und einen praktischen Teil. Im Kapitel 1 des theoretischen Teils werden Grundlagen aus dem riesigen Feld der Motivationspsychologie zusammengefasst und daraus Schlüsse für die praktische psychotherapeutische Arbeit gezogen. Diese werden dann im zweiten Teil dieses Bandes, dem praktischen Teil, aufgegriffen. Im theoretischen Teil thematisieren wir im Kapitel 2 den »motivierenden Therapeuten«, aus folgendem Grund: Zwar stellen die vorgestellten motivationalen Techniken und Methoden wichtige Arbeitsmaterialien und Handhabungen dar. Jedoch gilt der vielfach replizierte Befund, dass die Qualität der therapeutischen Beziehung ganz maßgeblich dazu beiträgt, ob Patienten kraftvoll Veränderungen in ihrem Leben umsetzen und somit Leiden und Beeinträchtigungen verringern können. Daher wird hier ausführlich die therapeutische Haltung eines motivierenden Psychotherapeuten zur Sprache kommen. Wir, die Autoren, sind uns sicher, dass Techniken der Psychotherapie grundsätzlich gut trainierbar sind. Eine authentische, empathische und motivierende therapeutische Haltung jedoch ist ein Produkt der persönlichen Entwicklung. Gerade für junge, werdende Psychotherapeuten soll dieser Beitrag eine Einladung zur Reflexion darüber darstellen, mit welcher Grundhaltung sie als Psychotherapeuten arbeiten möchten.

Der zweite Teil des Buches gehört den praktischen Strategien, Techniken und Methoden. Da Motivation und Motivierung in der praktischen Arbeit häufig ein prozessuales Geschehen mit verschiedenen Entwicklungen bei den Patienten darstellen, widmen wir uns am Anfang ausführlich dem Thema Motivationsanalyse und stellen einen motivationsdiagnostischen Entscheidungsbaum vor, der dem Psychotherapeuten die Ableitung entsprechender Interventionen erleichtern soll. Dem ent-

sprechend folgen die psychotherapeutischen Techniken und Methoden. Dabei begleiten zwei praktische Patientenfälle alle Praxiskapitel.

Bei den wichtigen Gesprächsführungstechniken nimmt die besonders bedeutsame Arbeit der amerikanischen Autoren William R. Miller und Stephen Rollnick (2012) eine große Rolle ein. Unsere Arbeit soll jedoch ein Zugewinn für die psychotherapeutische Motivierung von Patienten über deren »Motivational Interviewing« hinaus bieten. Dafür zeigt dieser Band zum Beispiel eine praktische Handreichung zur Analyse des aktuellen motivationalen Zustandes des Patienten und weiterhin eine umfassende Betrachtung des Themas der motivierenden Therapieziele und Therapiezielkonflikte. Darüber hinaus gibt es einen großen Abschnitt mit Methoden der Wertearbeit als eine Grundlage für motivierende Therapieziele und weiterhin eine Reihe von Methoden und Techniken für die fortlaufende Motivierung von Patienten während einer Psychotherapie.

Die Motivation des Patienten für sinnvolle Verhaltensveränderungen ist in einer Psychotherapie nicht allein hinreichende Voraussetzung für deren Gelingen. Wir sind jedoch der Ansicht, dass kaum ein Aspekt von vergleichbarer Bedeutung ist. Der Titel dieses Buches suggeriert eine Aneinanderreihung von motivationalen Techniken. Während der Arbeit daran entwickelte sich jedoch der Ansatz einer Motivation fokussierenden Psychotherapie, den wir hier aufzeigen. Dieses weiterzuentwickelnde Konzept beinhaltet letztendlich die Fokussierung auf hierarchische motivationale Fragestellungen während einer Psychotherapie mit dem Ziel, die eigenen konstruktiven Kräfte beim Patienten zu wecken, um gemeinsam mit ihm, zielgerichtet an wertekompatiblen Langzeitvorhaben arbeiten zu können.

Bei der Auswahl der Techniken und Methoden erweiterten wir unseren Blickwinkel ganz bewusst über klassische verhaltenstherapeutische Methoden hinaus. So haben hier Methoden Platz, die historisch in nicht-verhaltenstherapeutischen Therapierichtungen gewachsen sind, wie Stühlechniken oder imaginative Methoden. Als Autorenduo unterscheidet uns unsere psychotherapeutische »Schulenkonfession«. Uns verbindet jedoch die Vorstellung einer integrativen Psychotherapie, in der sich zum Beispiel der Verhaltenstherapeut sicher in psychodynamischen Konflikttheorien bewegt oder in der ein psychodynamisch arbeitender Kollege sinnvolle verhaltenstherapeutische Methoden anwendet. Wir folgen damit unserem gemeinsamen Förderer und psychotherapeutischen Mentor Prof. Dr. med. Peter Joraschky, dem langjährigen, inzwischen emeritierten Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychotherapie und Psychosomatik am Universitätsklinikum Carl Gustav Carus in Dresden. Ihm möchten wir diese Arbeit widmen.

Bei der Erarbeitung des vorliegenden Bandes verfolgten wir zwar stets die Aufgabe, eine das Thema ordnende und umfassend beleuchtende, konzeptionelle Zusammenfassung zum Thema Motivation in der Psychotherapie zu liefern. Letztendlich war unsere Arbeit jedoch auch immer davon geprägt, eine Form zu finden, welche die Neugier des Lesers bis zum Ende des Bandes aufrechterhält. Für eine bessere Lesbarkeit verwendeten wir männliche Sprachformen. Wir wünschen Ihnen Freude und viele Anregungen beim Lesen oder Durchstöbern.

Dresden, Herbst 2018

René Noack und Peter Beiling

Danksagungen:

- ▶ Prof.Dr. med. habil. Kerstin Weidner und die Klinik und Poliklinik für Psychotherapie und Psychosomatik am Universitätsklinikum Carl Gustav Carus in Dresden
- ▶ cand.-psych. Almut Baronius
- ▶ B. Sc. Katharina Wolf
- ▶ cand.-psych. Marie Kern
- ▶ cand.-psych. Pia Mohring
- ▶ cand.-psych. Julia Kirsten
- ▶ B. Sc. Helena Laudel
- ▶ B. Sc. Anna-Maria Grob
- ▶ B. Sc. Rafaela Knöttner
- ▶ B. Sc. Janine Scharoba
- ▶ M. Sc. Katrin Konold
- ▶ M. Sc. Ruth Schmidt
- ▶ Dipl.-Psych. Carolin Zettler
- ▶ Dipl.-Psych. Jana Mrose

I Grundlagen

- 1 Motivationspsychologie für die Psychotherapie
- 2 Der motivierende Psychotherapeut – Kernelemente einer motivierenden Beziehungsgestaltung

1 Motivationspsychologie für die Psychotherapie

1.1 Hintergrund

Die Motivationspsychologie widmet sich, verkürzt auf den Punkt gebracht, der Frage, warum sich bestimmte Menschen unter gewissen Umständen so oder so verhalten. Als Teilbereich der Allgemeinen Psychologie bietet sie den verschiedenen Anwendungsfeldern der Psychologie die theoretischen Grundlagen für deren Fachbereiche, zum Beispiel der pädagogischen Psychologie, ebenso der Verkehrspsychologie oder der Wirtschaftspsychologie. Für die Klinische Psychologie und Psychotherapie ist die Frage nach der Motivation für oder gegen ein bestimmtes Verhalten ein ebenso zentrales Thema. Bereits in den Anfängen der Psychologie trieben die Fragen nach den Gründen und Kräften, die menschliches Verhalten antreiben und lenken, die Gründerväter des Fachs um. Am Anfang waren es beispielsweise Sigmund Freud (1915/1982) oder Clark Hull (1943), die mit Triebtheorien der Frage nach der Energie und deren Quelle als Grundlage und Motor für ein bestimmtes Verhalten nachgingen. Ihnen folgten im Verlauf der Geschichte der Psychologie eine große Anzahl an Wissenschaftlern und Autoren mit motivationspsychologischen Erkenntnissen und Theorien. In diesem Kapitel sollen die Kernstücke der riesigen Menge an motivationspsychologischen Befunden und theoretischen Modellen, die für die Klinische Psychologie und Psychotherapie von Bedeutung sind, in eine Ordnung gebracht werden. Dabei soll stets ein Bezug zu den im Praxisteil vermittelten Methoden hergestellt werden.

1.2 Die Ebenen der Verhaltenssteuerung

Zunächst einmal bietet eine hierarchische Sortierung der verschiedenen Mechanismen der Verhaltenssteuerung die Möglichkeit für eine Ordnung. Goschke (2016) sortierte mit den »Ebenen der Verhaltenssteuerung« verschiedene Mechanismen nach ihrer Komplexität und Tiefe der psychischen Verarbeitung.

Auf der evolutionär untersten Ebene, den Reflexen und Instinkten, verläuft ein Verhalten stereotyp, unflexibel und ohne Planung, tiefere Einsicht oder kognitive Antizipation der Verhaltenskonsequenzen. Die durch Reize, zum Beispiel ein Nahrungstück, ausgelösten Reaktionsprogramme, hier Speichelfluss und Zubeißen, stellen eine angeborene Anpassung an unveränderliche Umweltbedingungen dar. Die Reaktionsprogramme können jedoch auch im Sinne Pawlows klassisch konditioniert verknüpft sein. Dann wurden zuvor neutrale Reize durch eine Koppelung mit einer unbedingten Reiz-Reaktions-Verbindung zu konditionierten, also bedingten Reizen. Bei den berühmten Pawlowschen Hunden bildete bekanntlich ein Klingelton nach

	Ebenen der Verhaltenssteuerung
Reflexe und Instinkte	angeborene Reaktionsprogramme, die in fixer Weise durch spezifische Auslöserreize aktiviert werden und Anpassungen an invariante Umweltbedingungen darstellen
bedingte Reflexe	klassisch konditionierte Reaktionen, die durch Signalreize ausgelöst werden und den Organismus auf biologisch relevante unkonditionierte Reize vorbereiten
Gewohnheiten	Reiz-Reaktions-Assoziationen, die aufgrund belohnender oder bestrafender Verhaltenskonsequenzen durch modellfreies instrumentelles Lernen erworben werden
zielgerichtetes Verhalten	Verhalten, das auf inneren Modellen der Relationen zwischen Reizen, Reaktionen und Konsequenzen beruht, die durch modellbasiertes instrumentelles Lernen erworben werden
intentionale (willentliche) Handlungen	zielgerichtetes Verhalten, das sich durch folgende Merkmale auszeichnet: <ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Zukunftsorientierung</i>: Antizipation zukünftiger Verhaltenskonsequenzen ▶ <i>Reizunabhängigkeit</i>: Handlungsselektion aufgrund mental repräsentierter Ziele ▶ <i>sprachliche Repräsentation</i> von Absichten und Reaktionsregeln ▶ <i>Flexibilität</i>: Schnelle Umkonfigurierung und Anpassung von Reaktionsdispositionen an wechselnde Ziele oder Aufgaben ▶ <i>hierarchische Struktur</i> von Zielen und Unterzielen ▶ <i>Handlungsplanung</i>: Generieren und mentales Durchspielen neuer Handlungsszenen
Volition und Selbstkontrolle	selbstregulatorische Strategien, die die Verwirklichung von Absichten trotz konkurrierender Gewohnheiten und Motivationstendenzen fördern und auf folgenden Fähigkeiten beruhen: <ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Bedürfnisantizipation</i>: Fähigkeit, eigene zukünftige Motivationszustände zu antizipieren ▶ <i>metakognitives Wissen</i> über Strategien, mit denen die eigenen motivationalen und handlungssteuernden Prozesse beeinflusst werden können ▶ <i>präventive Selbstverpflichtung</i>: Einschränkung eigener zukünftiger Handlungsspielräume, um antizipierte Versuchungen zu vermeiden oder die Wahrscheinlichkeit zu reduzieren, dass man einer Versuchung nachgibt

Abbildung 1.1 Ebenen der Verhaltenssteuerung (Goschke, 2016)

einer Zeit der Koppelung mit der Essensausgabe den konditionierten Reiz für die Reaktion, den Speichelfluss.

Die nächste Ebene bilden die erfahrungsabhängigen Verknüpfungen von Reiz und Reaktion, die Gewohnheiten. Dahinter steht die Einsicht Skinners, dass jegliches Verhalten durch zuvor erlebte Konsequenzen vergangenen Verhaltens beeinflusst wird. Gewohnheiten werden durch instrumentelles Lernen, also Prozesse von positiver Verstärkung, negativer Verstärkung, positiver Bestrafung oder negativer Bestrafung, gebildet. Dies ermöglicht im Vergleich zur untersten Ebene bereits eine Anpassung an veränderliche Umweltbedingungen. Gelernte Reiz-Reaktions-Verbindungen können so auch »gelöscht« werden, wenn günstige Konsequenzen beim fortgesetzten Verhalten ausbleiben.

Bei der nächsthöheren Stufe, dem zielgerichteten oder motivierten Verhalten, bestehen beim Individuum bereits Assoziationen in Form innerer Modelle bezüglich der Verbindungen von Verhalten und den Konsequenzen während der Befriedigung von Bedürfnissen. So können auch modellhaft gelernte Handlungs-Effekt-Verbindungen antizipiert und zielgerichtet Handlungsoptionen ausgewählt werden.

In der evolutionär nächsthöheren Stufe, den intentionalen Handlungen, werden bereits höhere kognitive Funktionen umgesetzt. Es können komplexe Handlungseffekte antizipiert werden, auch bereits weit in der Zukunft liegend. Alternative Ziele können abgewogen und bewertet werden, Ziele werden hierarchisch sortiert und komplexe Handlungssequenzen können mental probeweise durchgespielt werden. Auf dieser Ebene existiert bereits eine sprachliche Repräsentation von Zielen.

Schließlich sind in der höchsten Stufe der Verhaltenssteuerung hoch entwickelte Formen der Selbstkontrolle umsetzbar. So ist es hier dem Individuum möglich, eigene zukünftige Bedürfnisse zu antizipieren, gegenwärtiges Verhalten danach auszurichten und Selbstkontrolle im Sinne eines Belohnungsaufschubs umzusetzen. Zur höchsten Stufe der Verhaltenssteuerung gehört auch, dass das Individuum in der Lage ist, eigene Spielräume in der Zukunft einzuschränken, um die Wahrscheinlichkeit späteren Abweichens vom gewünschten Verhalten zu verringern, also die Wahrscheinlichkeit der Zielerreichung zu erhöhen. Ein Beispiel wäre hier, wenn ein pathologischer Spieler sich im Zuge einer Entscheidung für eine Spielabstinenz selbst in einem Casino sperrt, um später nicht rückfällig zu werden.

Implikationen für die Psychotherapie: In der Psychotherapie sind vor allem die Vorgänge bei den letztgenannten höheren Funktionen von Interesse. Jedoch bieten die Theorien der Verhaltenssteuerung aller Ebenen die Grundlage, evolutionär ältere Prozesse im Sinne von Selbstregulation und Volition zu steuern. Lerntheoretische Basistheorien wie Pawlows Klassische oder Skinners Instrumentelle Konditionierung bilden sogar die Grundlage für bedeutsame psychotherapeutische Basistechniken, wie Belohnungspläne oder Stimuluskontrolle.

1.3 Anreiztheorien

Eine zentrale Annahme von Motivationstheorien besagt, dass die Verhaltenssteuerung stets ein Zusammenspiel von einerseits der Person mit ihren individuellen Motiven und Bedürfnissen und andererseits der Situation, in der sich diese befindet, darstellt. Es bietet sich hier die Möglichkeit, motivationale Prozesse, neben der eben beschriebenen Ordnung der Ebenen der Verhaltenssteuerung über eine Ordnung der Bedürfnisse und Motive zu sortieren.

Es existieren biogene Motive, die Grundbedürfnisse darstellen, wie Hunger oder Durst. Weiterhin gibt es höhere Motive im Zusammenhang mit sozialen Bedürfnissen. Motive steuern die Richtung, die Intensität und die Dauer eines Verhaltens im

Zusammenspiel mit der Situation, in der man sich befindet. Maslow (1954) brachte die menschlichen Bedürfnisse und Motive in eine hierarchische und sich bedingende Ordnung, in dem Sinne, dass tiefer stehende Bedürfnisse zunächst befriedigt sein müssen, bevor höher stehende Motive zum Tragen kommen können. Dabei unterscheidet er Mangel- oder Defizitbedürfnisse, wie die biogenen physiologischen Bedürfnisse, Sicherheit und soziale Bindungen sowie Wachstumsbedürfnisse, wie Selbstverwirklichung.



Abbildung 1.2 Grundbedürfnisse nach Maslow (1954)

Während die »tiefer stehenden« biogenen Bedürfnisse zwischen verschiedenen Personen kaum variieren, sind die höheren Motive interindividuell sehr heterogen. Diese Motivstrukturen sind erlernt und stellen individuelle Persönlichkeitseigenschaften, also recht stabile Merkmale, dar. Die individuelle Kombination der Wichtigkeit, vor allem der Themen »Leistung«, »Macht« oder »sozialer Anschluss« können also unterschiedlich ausgeprägt sein (McClelland, Atkinson, Clark & Lowell, 1953). Motive können sich jedoch durchaus auch im Verlauf eines Lebens weiterentwickeln und in verschiedenen Phasen eine unterschiedliche Bedeutung erhalten, im Rahmen der durch verschiedene Lebensaufgaben variierenden Bedürfnisse (Erikson, 1959). Da im frühen Erwachsenenalter soziale Motive, wie Intimität, eine besondere Rolle zukommt, stehen im mittleren Erwachsenenalter Motive des individuellen Wachstums und der Generativität im Mittelpunkt. Für den letzten Lebensabschnitt dagegen formuliert Erikson Lebensaufgaben, wie Rückblick und Selbstannahme.

Implikationen für die Psychotherapie: Motiv- und Wertstrukturen sind, wie beschrieben, recht stabil und Teil der Persönlichkeit. Insofern kann eine Kon-