



## Psychosoziale Therapien von Psychosen und Bipolaren Störungen **METAKOGNITIVES TRAINING (MKT)**

Metakognition kann sinngemäß als „Denken über das Denken“ übersetzt werden. Im Rahmen von acht Trainingseinheiten (Modulen) werden den teilnehmenden Patienten kognitive Probleme oder einseitige Problemlösestile in unterhaltsamer Form vor Augen geführt, die einzeln oder in der Gesamtheit die Entwicklung von problematischen Überzeugungen bis hin zum Wahn begünstigen. Die Einheiten haben zum Ziel, den Patienten ihre Denkverzerrungen stärker bewusst zu machen und zu erreichen, dass das bisherige Problemlöseverhalten kritisch reflektiert und geändert wird.

### **Zu den problematischen Denkstilen, die in der Literatur als mögliche Entstehungsmechanismen von Wahn diskutiert werden, gehören**

- ein verzerrter Zuschreibungsstil (Modul 1)
- voreiliges Schlussfolgern (Modul 2 und 7)
- mangelnde Korrigierbarkeit bei Konfrontation mit Gegenargumenten (Modul 3)
- Defizite der sozialen Einfühlung (Modul 4 und 6),
- erhöhte Urteilssicherheit für Gedächtnisfehler (Modul 5)
- depressive Denkschemata (Modul 8)

Die Behandlungsmodule werden im Rahmen einer Gruppenintervention zweimal wöchentlich durchgeführt. Teilnehmen können Patienten, die entweder gegenwärtig oder früher an einer Psychose erkrankt sind, die mindestens noch weitere zwei bis drei Wochen stationär oder ambulant im Hause behandelt werden (ein Trainingszyklus dauert vier Wochen) und die (zumindest teilweise) von ihren Wahnideen distanziert sind. Hochgradig psychotische Patienten sind für diese Gruppenintervention ungeeignet.

**Text:** Steffen Moritz

**Quelle:** Qualitätshandbuch des Arbeitsbereichs Psychosen der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätskrankenhauses Hamburg-Eppendorf.



[www.uke.de/mkt](http://www.uke.de/mkt)