

Inhaltsverzeichnis

Danksagungen	1
1 Beschreibung des Störungsbildes	2
1.1 Bezeichnung	2
1.2 Definition	3
1.2.1 Symptome der PTB	3
1.2.2 Was macht einen Stressor traumatisch?	4
1.2.3 Diagnostische Kriterien nach ICD-10	5
1.3 Epidemiologie	6
1.3.1 Häufigkeit traumatischer Ereignisse	7
1.3.2 Art des Traumas	7
1.3.3 Prävalenz der PTB nach einem traumatischen Erlebnis	7
1.3.4 Prävalenz der PTB in der Bevölkerung	8
1.4 Differentialdiagnosen	9
1.5 Verlauf und Prognose	10
1.6 Komorbidität	10
1.7 Diagnostische Verfahren	11
2 Störungstheorien und Modelle	12
2.1 Überblick	12
2.2 Interpretationen des Traumas und/oder seiner Konsequenzen	14
2.3 Art des Trauma-Gedächtnisses	15
2.4 Dysfunktionale Verhaltensweisen und kognitive Verarbeitungsstile	18
2.5 Kognitive Verarbeitung während des Traumas	21
2.6 Weitere Variablen, die die Entwicklung der PTB beeinflussen	22
3 Diagnostik und Indikation	22
3.1 Diagnostik der Symptomatik und Indikationshinweise	23
3.2 Diagnostik der aufrechterhaltenden Mechanismen	25

4	Behandlung	28
4.1	Allgemeine Aspekte der Behandlung	28
4.1.1	Ziele der Behandlung	28
4.1.2	Planung der Behandlungssitzungen	28
4.1.3	Therapeutisches Setting und Therapeutenverhalten	29
4.1.4	Effekte des traumatischen Ereignisses auf Therapeuten	30
4.1.5	Tonbandaufnahme/schriftliche Unterlagen	30
4.1.6	Generelles Therapiekonzept	31
4.2	Behandlungsrational und Erarbeiten eines Modells der Störung	31
4.2.1	Übersicht zur ersten Behandlungssitzung	31
4.2.2	Symptome normalisieren	32
4.2.3	Experiment zur Gedankenunterdrückung	34
4.2.4	Interpretationen des Traumas/ seiner Konsequenzen	35
4.2.5	Das Leben zurückerobern	36
4.2.6	Modell der Störung	37
4.3	Übersicht über die weiteren Sitzungen	38
4.4	Information und Problemlösen	41
4.5	Imaginatives Nacherleben des Traumas (Imaginal exposure)	42
4.5.1	Übersicht und Rational	42
4.5.2	Vorbereitung auf das Nacherleben	43
4.5.3	Grundregeln des imaginativen Nacherlebens des Traumas	44
4.5.4	Nachbesprechung des Nacherlebens	45
4.5.5	Hausaufgabe zum Nacherleben	46
4.5.6	Nacherleben mit neuer Sichtweise	48
4.5.7	Andere Varianten des Nacherlebens	48
4.6	Identifikation und Diskrimination von Auslösern des intrusiven Wiedererlebens	49
4.7	<i>In-vivo</i> -Exposition	50
4.8	Kognitive Umstrukturierung	51
4.8.1	Generelles Vorgehen	51
4.8.2	Übergeneralisierung von Gefahr	53
4.8.3	Befürchtungen zum zerbrechlichen Selbst: Verrücktwerden, Kontrolle verlieren, Zusammenbrechen	55
4.8.4	Verantwortlichkeit für das Trauma/Schuld- und Schamgefühle	57



4.8.5	Übermäßige Beschäftigung mit Ungerechtigkeit/Ärger	62
4.8.6	Imaginationstechniken	66 ✗
4.8.7	Umstrukturieren von grundlegenden Überzeugungen über das Selbst und die Welt	68
4.9	Modifikation aufrechterhaltender Verhaltensweisen und kognitiver Strategien	69
4.10	Rückfallprophylaxe	71
4.11	Probleme bei der Durchführung	72
5	Effektivität	73
5.1	Effektivität des dargestellten Behandlungsansatzes	73
5.2	Effektivität anderer psychologischer Behandlungsverfahren	74
5.2.1	Trainings zur Stressbewältigung	74
5.2.2	Augenbewegungs-Desensibilisierung (EMDR)	75
5.2.3	Psychodynamische Therapie	75 ✗
5.2.4	Hypnotherapie	75 ✓
5.3	Pharmakologische Behandlung	76
5.3.1	Selektive Serotonin-Wiederaufnahme-Hemmer (SSRIs)	76
5.3.2	Monoamino-Oxidase-Hemmer (MAO-Hemmer)	76
5.3.3	Trizyklische Antidepressiva	76
5.3.4	Antiepileptika	77
5.3.5	Benzodiazepine	77
5.4	Kombinationsbehandlung?	77
6	Literatur	78
7	Anhang	82
	Information für Patienten	82
	Fragebogen zu Gedanken nach traumatischen Erlebnissen	92
	Auswertung des Fragebogens zu Gedanken nach traumatischen Erlebnissen	94
	Fragebogen zum Umgang mit traumatischen Erlebnissen	95
	Auswertung des Fragebogens zum Umgang mit traumatischen Erlebnissen	98
	Ratingskala zur Erfassung des Therapieverlaufs	99
	Karten:	
	Kurzanleitung für die Exploration	
	Allgemeines Modell der PTB	