
Inhaltsverzeichnis

1. Teil

Grundlagen und Denkmodelle der Verhaltenstherapie

1 Grundlagen *V. Köllner*

1.1 Krankheitsmodell der
Verhaltensmedizin 3

1.2 Psychologische Grundlagen der
Verhaltensmedizin 4

1.3 Subjektive Krankheitstheorie und
Krankheitsverarbeitung 9

2 Das diagnostische Vorgehen *M. Broda*

2.1 Diagnostische Methoden 17

3 Salutogenese und Prävention *M. Broda*

3.1 Einleitung 24

3.2 Gesundheitspolitische Hintergründe .. 24

4 Gesprächsführung in der Verhaltenstherapie *J. Hoyer und V. Köllner*

4.1 Einleitung 31

4.2 Gesprächsvoraussetzungen 31

4.3 Grundprinzipien verhaltensthera-
peutischer Gesprächsführung 33

Verhaltensmedizin	1
.....	3
1.4 Theorien zur Veränderung menschlichen Verhaltens	10
1.5 Grundprinzipien der kognitiven Verhaltenstherapie	12
1.6 Methoden der Verhaltenstherapie	13
.....	17
2.2 Die Verhaltensanalyse	18
.....	24
3.3 Theorien über gesundheitliche Schutzfaktoren	25
Medizin	31
4.4 Informations- und Modell- vermittlung	36
4.5 Förderung von Compliance und Eigenverantwortlichkeit	38

4.6	Die kommunikative Funktion von Rezepten, Überweisungen und Bescheinigungen ..	39
5	Arzt-Patient-Kommunikation und die V der Patienten	
	<i>W. Langewitz</i>	
5.1	Einleitung	44
5.2	Selbst-Effizienz und Steuerungsmöglichkeiten im Gespräch	44
5.3	Selbst-Effizienz und Übergabe der Verantwortung	46
2. Teil		
Aufbau von gesundheitsförderndem Ver		
6	Entspannungsverfahren	
	<i>K. Gierra und N. Klinkenberg</i>	
6.1	Grundlagen und Indikationen	55
6.2	Progressive Muskelrelaxation	56
6.3	Autogenes Training	57
6.4	Körperverhaltenstherapeutische Entspannung	58
7	Körperorientierte Verfahren	
	<i>N. Klinkenberg</i>	
7.1	Körperverfahren in der Verhaltensmedizin	63
7.2	Vielfalt körperorientierter Methoden ...	64
8	Biofeedback	
	<i>M. Mück-Weymann und F. Einsle</i>	
8.1	Was ist Biofeedback?	69
8.2	Psychophysiologische Grundlagen des Biofeedbacks	70

4.7	Problemanalyse	42
Verbesserung der Selbst-Effizienz		44
5.4	Wenn aus mehreren Optionen gewählt werden muss	46
5.5	Interventionsmöglichkeiten des Arztes oder der Pflegenden	49
5.6	Hindernisse auf dem Weg zu verbesserter Selbst-Effizienz	50
Verhalten		53
.....		55
6.5	Atementspannung	59
6.6	Imagination	59
6.7	Hinweise zur Umsetzung	60
.....		63
7.3	Körperverhaltenstherapie	64
7.4	Körperverhaltenstherapeutische Praxis	65
.....		69
8.3	Psychotherapeutischer Nutzen des Biofeedbacks	71
8.4	Eine „neue“ Biofeedbackmethode: HRV-Feedback	72

9	Kleine Schule des Genießens	
	<i>E. Koppenhöfer</i>	
9.1	Einleitung und theoretischer Kontext	76
9.2	Fragen zur Indikation	76
10	Training sozialer Kompetenzen	
	<i>K. Vogt</i>	
10.1	Einleitung: Konzepte und Krankheitsbilder	81
10.2	Störungsbilder	82
10.3	Verhaltensanalyse und Diagnostik anhand eines Fallbeispiels	83
 3. Teil Abbau von gesundheitsschädigendem V		
11	Raucherentwöhnung	
	<i>K. Weiers-Croissant und V. Köllner</i>	
11.1	Krankheitsbild	89
11.2	Phantasien des Tabakkonsumenten über sein Verhalten	90
11.3	Stadieneinteilung	90
11.4	Aufbau von Änderungsmotivation	91
12	Adipositas	
	<i>H. Rüdgel und H. Sachse</i>	
12.1	Einleitung	97
12.2	Verhaltensmedizinische Intervention	99
12.3	Ernährungsumstellung	100
12.4	Bewegung	102
12.5	Rückfallprophylaxe	102

.....	76
9.3 Überlegungen zur Verhaltens- analyse	76
9.4 Therapieprogramm	76
9.5 Evaluation	79
.....	81
10.4 Interventionsmöglichkeiten	83
10.5 Empirische Absicherung der Interventionsmöglichkeiten	85
10.6 Literaturempfehlungen	85
Verhalten	87
.....	89
11.5 Strategien zur Raucherentwöhnung	93
11.6 Empirische Absicherung	94
11.7 Literaturempfehlungen für Patienten	95
.....	97
12.6 Vernetzte Interventionen	102
12.7 Medikamentöse Therapie	103
12.8 Adipositaschirurgie	103
12.9 Literaturempfehlungen und Internetadressen	103

13	Stressbewältigung	
	<i>E.-M. Meiser</i>	
13.1	Einleitung	105
13.2	Entstehung von Stress	105
13.3	Diagnostik und Differenzial- diagnostik	107
13.4	Interventionsmöglichkeiten	108
14	Modifikation von Ärgererleben und Ärger	
	<i>D. Dusi</i>	
14.1	Theoriemodell Ärger	113
14.2	Diagnostik	114
15	Chronisches Krankheitsverhalten	
	<i>M. Broda</i>	
15.1	Was versteht man unter chroni- schem Krankheitsverhalten?	118
15.2	Wie entsteht chronisches Krankheitsverhalten?	118
4. Teil		
	Psychische Störungen in der ärztlichen	
16	Ängste	
	<i>V. Köllner</i>	
16.1	Gesunde und pathologische Angst	125
16.2	Krankheitsbilder	126
16.3	Symptombeschreibung und Verhaltensanalyse anhand eines Fallbeispiels	129

.....	105
13.5 Psychotherapie	111
13.6 Empirische Absicherung der Interventionsmöglichkeiten	111
13.7 Literaturempfehlungen	112
erverhalten	113
14.3 Interventionsmöglichkeiten	115
14.4 Empirische Absicherung der Interventionsmöglichkeiten	116
.....	118
15.3 Möglichkeiten des Umgangs mit chronischem Krankheitsverhalten	120
Praxis	123
.....	125
16.4 Diagnostik	132
16.5 Interventionen	133
16.6 Empirische Absicherung	141
16.7 Literaturempfehlungen und Internetadressen	142

17	Symptome ohne Befund	
	<i>B. Timmer und W. Rief</i>	
17.1	Einleitung	144
17.2	Diagnostik	147
17.3	Interventionsmöglichkeiten	149
18	Depression	
	<i>B. Weigel, H. Scherk, F.-G. Pajonk und J. Hoyer</i>	
18.1	Krankheitsbild	157
18.2	Diagnostik	160
18.3	Interventionsmöglichkeiten	162
19	Chronische Schmerzen	
	<i>S. Michel und K. Bernardy</i>	
19.1	Einleitung	175
19.2	Diagnostik	177
19.3	Interventionsmöglichkeiten	178
20	Schlafstörungen	
	<i>V. Köllner</i>	
20.1	Krankheitsbild	189
20.2	Diagnostik	190
21	Alkohol- und Medikamentenabusus	
	<i>P. Schuhler</i>	
21.1	Krankheitsbild: Besonderheiten des Alkohol- und Medikamentenmiss- brauchs in Abgrenzung zur Abhängigkeit	197
21.2	Verhaltensanalyse	198

.....	144
17.4 Hinweise für die Praxis	155
17.5 Empirische Absicherung der Interventionsmöglichkeiten	155
17.6 Literaturempfehlungen	156
.....	157
18.4 Empirische Absicherung	172
18.5 Literaturempfehlungen	174
.....	175
19.4 Häufige Probleme in der Therapie chronischer Schmerzpatienten	186
19.5 Literaturempfehlungen	187
.....	189
20.3 Interventionsmöglichkeiten	192
20.4 Literaturempfehlungen	196
.....	197
21.3 Interventionsmöglichkeiten: Ein kognitiv-verhaltensthera- peutischer Ansatz	201
21.4 Literatur	203

22	Sexualstörungen	
	<i>S. Fliegel</i>	
22.1	Hinführung zum Thema, Problem- beschreibung	204
22.2	Verhaltens- und Problemanalyse	205
 5. Teil Bewältigung besonderer Belastungen ..		
23	Die posttraumatische Belastungsstörung <i>A. Maercker und V. Köllner</i>	
23.1	Störungsbilder	217
23.2	Diagnostik	219
23.3	Interventionsmöglichkeiten	220
24	Chirurgie, Intensiv- und Transplantation <i>V. Köllner</i>	
24.1	Chirurgie	226
24.2	Intensivmedizin	229
25	Tumoren und andere lebensbedrohliche <i>A. Dinger-Broda</i>	
25.1	Psychosoziale Belastungen und Folgen	233
25.2	Diagnostik	234
26	Psychotherapie bei älteren Menschen <i>A. Maercker und E.-M. Meiser</i>	
26.1	Einleitung	239
26.2	Theoriemodelle und Konzepte	239
26.3	Hinweise für die Praxis	240
26.4	Diagnostik und Behandlung der häufigsten Störungsbilder und typischer Problemkonstellationen	241

Sachregister	
---------------------------	--

.....	204
22.3 Diagnostik	208
22.4 Interventionen	210
22.5 Was noch wichtig ist	212
.....	215
ng in der ärztlichen Praxis	217
23.4 Empirische Absicherung	224
23.5 Literaturempfehlungen	225
onsmedizin	226
24.3 Transplantationsmedizin	231
ne Erkrankungen	233
25.3 Interventionen	234
25.4 Empirische Absicherung	237
.....	239
26.5 Psychopharmakologie	251
26.6 Angehörigenarbeit	252
26.7 Empirische Absicherung	253
26.8 Literaturempfehlungen	254
.....	257