

Inhalt

Allgemeiner Teil

1	Einführung	2
1.1	Schwierigkeiten, Probleme und Lebenskrisen	2
1.1.1	Schwierigkeiten sind grundsätzlich lösbar	2
1.1.2	Wann entstehen Probleme?	3
1.1.3	Krisen	3
1.2	Psychische Veränderungen	4
1.2.1	Psychose	5
1.2.2	Neurose	5
1.2.3	Persönlichkeitsveränderung	5
1.2.4	Von der Persönlichkeitsveränderung zur Persönlichkeitsstörung	6
1.2.5	Persönlichkeitsstörung	8
2	Spezielle Pathologie	9
2.1	Klassifizierung nach ICD-10 und DSM	9
2.1.1	ICD-10	9
2.1.2	DSM	10
2.1.3	Gemeinsamkeiten und Unterschiede von ICD und DSM	10
2.2	Persönlichkeitsstörungen	11
2.2.1	Paranoide Persönlichkeitsstörung (F60.0)	11
2.2.2	Schizoide Persönlichkeitsstörung (F60.1)	13
2.2.3	Dissoziale Persönlichkeitsstörung (F60.2)	13
2.2.4	Emotional instabile Persönlichkeitsstörung (F60.3)	14
2.2.5	Histrionische Persönlichkeitsstörung (F60.4)	17
2.2.6	Anankastische Persönlichkeitsstörung (F60.5)	18
2.2.7	Ängstlich vermeidende Persönlichkeitsstörung (F60.6)	18
2.2.8	Asthenische, abhängige Persönlichkeitsstörung (F60.7)	19
2.2.9	Sonstige spezifische Persönlichkeitsstörungen (F60.8)	20

2.3	Verhaltensstörungen	22
2.3.1	Abnorme Gewohnheiten und Störungen der Impulskontrolle (F63) ..	22
2.3.2	Störungen der Geschlechtsidentität (F64)	23
2.3.3	Störungen der Sexualpräferenz (F65) ..	24
2.4	Organische, einschließlich sympto- matischer psychischer Störungen	26
2.4.1	Morbus Alzheimer (F00.0 bis F00.9) ...	27
2.4.2	Vaskuläre Demenz (F01.0 bis F01.9) ...	28
2.4.3	Demenz bei anderenorts klassifizierten Krankheiten	28
2.4.4	Delir (F05.0 bis F05.9)	30
2.5	Psychische und Verhaltensstörungen durch psychotrope Substanzen	30
2.5.1	Diagnose einer Drogenabhängigkeit ..	30
2.5.2	Auswirkungen des Drogenkonsums ...	31
2.5.3	Alkohol (F10)	31
2.5.4	Opioide (F11)	33
2.5.5	Cannabinoide (F12)	33
2.5.6	Sedativa und Hypnotika (F13)	34
2.5.7	Kokain (F14)	34
2.5.8	Koffein (F15)	34
2.5.9	Halluzinogene (F16)	35
2.5.10	Tabak (F17)	35
2.5.11	Lösungsmittel (F18)	35
2.5.12	Diagnose und Therapie	36
2.6	Schizophrenie, schizotype und wahnhaftige Störungen (F20 bis F29) ...	36
2.6.1	Schizophrenieformen	36
2.6.2	Mögliche Ursachen	37
2.6.3	Schizophreniesymptome	37
2.6.4	Typ-1- und Typ-2-Schizophrenie	40
2.6.5	Diagnose und Therapie	40
2.7	Affektive Störungen (F30 bis F39)	40
2.7.1	Manische Episode (F30)	40
2.7.2	Bipolare affektive Störung (F31)	41
2.7.3	Depressive Episode (F32)	41
2.7.4	Rezidivierende depressive Störung (F33)	41
2.7.5	Anhaltende affektive Störungen (F34) .	41
2.7.6	Diagnose und Therapie	41

2.8	Neurotische, Belastungs- und somatoforme Störungen	42
2.8.1	Phobische Störungen (F40) und andere Angststörungen (F41)	42
2.8.2	Zwangsstörungen (F42)	44
2.8.3	Reaktionen auf schwere Belastungen (F43)	45
2.8.4	Dissoziative Störungen (Konversionsstörungen; F44)	46
2.8.5	Somatoforme Störungen (F45)	47
2.8.6	Andere neurotische Störungen (F48) ..	48
2.9	Verhaltensauffälligkeiten mit körperlichen Störungen und Faktoren	48
2.9.1	Essstörungen (F50)	48
2.9.2	(Nichtorganische) Schlafstörungen (F51)	50
2.9.3	Nichtorganische, sexuelle Funktionsstörungen (F52)	52
2.10	Intelligenzstörungen (F7)	54
2.10.1	Erkrankungen mit Intelligenzdefekten	55
2.11	Entwicklungsstörungen (F8)	55
2.11.1	Artikulationsstörungen (F80.0)	55
2.11.2	Expressive Sprachstörung (F80.1)	55
2.11.3	Rezeptive Sprachstörung (F80.2)	55
2.11.4	Lese- und Rechtschreibstörungen (F81.0)	56
2.11.5	Rechenstörungen (F81.2)	56
2.11.6	Frühkindlicher Autismus (84.0)	56
2.11.7	Rett-Syndrom (F84.2)	56
2.12	Verhaltens- und emotionale Störungen mit Beginn in der Kindheit und Jugend (F9)	56
2.12.1	Hyperkinetische Störungen (F90)	56
2.12.2	Störungen des Sozialverhaltens (F91) .	56
2.12.3	Emotionale Störungen	56
2.12.4	Tic-Störungen (F95)	57
2.12.5	Nichtorganische Enuresis (F98.0) und Enkopresis (F98.1)	57
2.12.6	Pica im Kindesalter (F98.3)	57
2.12.7	Stereotype Bewegungsstörungen (F98.4)	57
2.12.8	Diagnose und Therapie	57
3	Zur Diagnosestellung	59
3.1	Anamnesemethoden	59
3.1.1	Spezielle Anamnese	59
3.1.2	Weitere Anamnese	59
3.1.3	Biografische Anamnese, Sozialanamnese	60

3.1.4	Familienanamnese	61
3.1.5	Fremdanamnese	63
3.1.6	Katamnese	64
3.2	Verhaltensbeobachtung	64
3.2.1	Physiognomie	64
3.2.2	Mimik	65
3.2.3	Phonik	65
3.2.4	Gestik, Pantomimik	65
3.2.5	Psychomotorik	66
3.2.6	Körperhaltung	66
3.2.7	Gesamteindruck	66
4	Abgrenzung der psychologischen Berufe	68
4.1	Arbeitsgebiet des Neurologen	68
4.2	Arbeitsgebiet des Psychiaters	68
4.3	Psychologische Psychotherapeuten ...	69
4.3.1	Welche Störungen sind krankheitswertig?	69
4.3.2	Was ist Psychotherapie?	69
4.3.3	Welche Verfahren sind wissenschaftlich anerkannt?	70
4.3.4	Arbeitsgebiete des Psychologischen Psychotherapeuten	70
4.4	Heilpraktiker für Psychotherapie	71
4.4.1	Arbeitsgebiete des Heilpraktikers für Psychotherapie	71
4.4.2	Es gibt noch keine einheitliche Bezeichnung	71
4.4.3	Prüfung zum Heilpraktiker für Psychotherapie	72
4.4.4	Es gibt keine Fortbildungspflicht	72
4.4.5	Bezahlung	73
4.5	Psychologischer Berater	73
4.5.1	Arbeitsgebiete des Psychologischen Beraters	75
4.6	Psychologischer Berater – Heilpraktiker für Psychotherapie – Psychologischer Psychotherapeut: ein Vergleich	77
4.7	Wer behandelt welche Störung?	78
4.8	Arbeitsgebiete des Diplom-Psychologen	81
4.8.1	Betriebspsychologen	81
4.8.2	Forensische Psychologen	82
4.8.3	Verkehrspsychologen	82
4.8.4	Schulpsychologen	82

4.8.5	Freizeitpsychologen	82
4.8.6	Medienpsychologen	82
4.8.7	Sportpsychologen	82
4.8.8	Neuropsychologen	82
4.8.9	Entwicklungspsychologen	82
4.8.10	Ethnopsychologen	83
4.8.11	Sozialpsychologen	83
4.8.12	Klinische Psychologen	83
5	Die Rolle des Beraters bzw. Therapeuten	84
5.1	Reaktionen des Umfelds	84
5.2	Kompetenzen	85
5.2.1	Berufliche Kompetenz	85
5.2.2	Persönliche Kompetenz	85
5.3	Anforderungen	86
5.3.1	Schnelle Hilfe	86
5.3.2	Weiterbildung	87
5.4	Psychohygiene	87
5.4.1	Supervision	88
5.4.2	Regeneration	88
6	Therapiestrategien und Gesprächsführung	89
6.1	Die Suche nach den Ursachen	90
6.1.1	Wann ist die Ursachensuche sinnvoll?	90
6.1.2	Tiefenpsychologische Psychotherapie	91
6.1.3	Psychoanalytische Therapie	91
6.1.4	Mögliche Anwendungsgebiete analytischer Verfahren	91
6.1.5	Ein hilfreicher Ansatz zur Arbeit mit den Ursachen	91
6.2	Lösungs- und ressourcenorientiertes Vorgehen	93
6.2.1	Theoretischer Hintergrund	93
6.2.2	Unterscheidung von drei Kliententypen	94
6.2.3	Therapeutische Interventionen	94
6.2.4	Praktisches Vorgehen	96
6.2.5	Beispiel eines lösungsorientierten Beratungsgesprächs	96
6.2.6	Weitere Techniken lösungsorientierter Gesprächsführung	102
6.3	Verhaltensorientierte Therapie und Beratung	105
6.3.1	Bei welchen Störungen kann eine Verhaltenstherapie hilfreich sein? ...	105

6.3.2	Theoretischer Hintergrund	106
6.3.3	Ablauf einer Verhaltenstherapie	106
6.3.4	Kognitive Therapie nach Beck	108
6.3.5	Problemlösetraining	109
6.3.6	Konfrontationstherapie	109
6.3.7	Training sozialer Kompetenzen (TSK)	110
6.3.8	Hilfreiche Techniken für Ihre Praxis ...	111
6.4	Systemische Verfahren	113
6.4.1	Systemische Theorie	113
6.4.2	Der therapeutische Ansatz	115
6.4.3	Systemische Interventionen	116
6.5	Individuelles Therapiekonzept zusammenstellen	118
7	Arbeiten in eigener Praxis	119
7.1	Die schwierige Anfangsphase	119
7.1.1	Möglichkeiten der Werbung	120
7.1.2	Präsentation nach außen	120
7.2	Der erste Klient	121
7.3	Beziehungsaufbau	121
7.4	Was kann ich bieten – was will der Klient?	122
7.4.1	Einigung über das Therapieverfahren erzielen	123
7.5	Welche Probleme sollen bearbeitet werden?	123
7.6	Angemessene Bezahlung	124
7.6.1	Berechnen Sie Ihre laufenden Kosten .	124
7.6.2	Abrechnung mit den Krankenkassen .	125
7.6.3	Gebührenordnung für Heilpraktiker .	125
7.6.4	Gebührenordnung für Ärzte	126
8	Das Setting: Einzel-, Paar- oder Gruppenarbeit	128
8.1	Zeit und Raum	128
8.2	Einzelarbeit	129
8.2.1	Arbeit mit Erwachsenen	129
8.2.2	Arbeit mit Kindern und Jugendlichen	132
8.3	Paarberatung	133
8.4	Beratung von Angehörigen	135
8.4.1	Ziele in der Angehörigenarbeit	135

8.5	Gruppenberatung und Therapiegruppen	136
8.5.1	Wozu dienen Therapiegruppen?	136

Spezieller Teil

9	Felder psychologischer Beratung	138
9.1	Partnerschafts- und Eheberatung	138
9.1.1	Zufriedenheit und Konflikte in Partnerschaften	139
9.1.2	Beziehungsstabilität	141
9.1.3	Eifersucht und Untreue	142
9.1.4	Trennung und Scheidung	143
9.1.5	Beratungsansätze	144
9.1.6	Schwangerschaft	144
9.1.7	Hilfreiche Techniken – Vorgehen im Fallbeispiel	145
9.2	Sexualberatung	146
9.2.1	Auslöser für Sexualstörungen	147
9.2.2	Die häufigsten Sexualstörungen	148
9.2.3	Hilfreiche Techniken – Vorgehen im Fallbeispiel	150
9.3	Schul- und Erziehungsberatung	151
9.3.1	ADS und Hyperaktivität	152
9.3.2	Aggressivität und Gewalt	153
9.3.3	Vorgehen im Fallbeispiel	157
9.4	Coaching im Beruf	157
9.4.1	Hilfreiche Techniken – Vorgehen im Fallbeispiel	159
9.5	Sucht und Abhängigkeit	160
9.5.1	Eigene Vorerfahrungen bedenken	161
9.5.2	Grenzen festlegen	161
9.5.3	Hilfreiche Techniken – Vorgehen im Fallbeispiel	162
9.5.4	Arbeit mit den Angehörigen	163
9.6	Akute Krisen	164
9.6.1	Beratungsansätze	165
9.7	Krankheitsbegleitung	166
9.7.1	Hilfreiche Techniken – Vorgehen im Fallbeispiel	167
9.7.2	Psychosomatik	167
9.7.3	Krankheitsbewältigung	168
9.7.4	Begleitung bei schwerer Krankheit ...	168
9.8	Alter	168
9.8.1	Sexualität im Alter	169

8.5.2	Welche Vorteile hat Gruppentherapie?	136
-------	--	-----

9.8.2	Einsamkeit	169
9.8.3	Beratungsansätze	171
9.9	Sterben, Tod und Trauer	171
9.9.1	Klärungsbedarf	172
9.9.2	Unerledigte Dinge auflisten	172
9.9.3	Abschied nehmen	172
9.9.4	Umgang mit der Trauer	173
9.9.5	Tod durch Suizid	173

10	Begleitende Beratung und Therapie bei psychischen Erkrankungen	174
----	---	-----

10.1	Einschränkungen Ihrer Tätigkeit	174
------	--	-----

10.2	Depressionen	175
10.2.1	Erscheinungsformen	176
10.2.2	Symptomatik	176
10.2.3	Therapeutische Ansätze	177

10.3	Wochenbettdepression und -psychose	179
------	---	-----

10.3.1	Symptomatik	180
10.3.2	Therapeutische Ansätze	181

10.4	Manie und Bipolare Störung	181
------	---	-----

10.4.1	Vorgehen im Fallbeispiel	183
10.4.2	Therapeutische Ansätze	184

10.5	Angststörungen	185
------	-----------------------------	-----

10.5.1	Therapeutische Ansätze	186
--------	------------------------------	-----

10.6	Zwangsstörungen	187
------	------------------------------	-----

10.6.1	Therapeutische Ansätze	188
--------	------------------------------	-----

10.7	Schizophrenien	189
------	-----------------------------	-----

10.7.1	Therapeutische Ansätze	190
10.7.2	Vorgehen im Fallbeispiel	191

10.8	Persönlichkeitsstörungen	191
------	---------------------------------------	-----

10.8.1	Therapeutische Ansätze	192
--------	------------------------------	-----

10.8.2	Verlauf und Prognose	193
--------	----------------------------	-----

10.8.3	Borderline-Persönlichkeitsstörung ...	194
--------	---------------------------------------	-----

10.9	Selbstverletzung	196
------	-------------------------------	-----

10.9.1	Therapeutisches Vorgehen	196
--------	--------------------------------	-----

10.10	Esstörungen	198
10.10.1	Magersucht (Anorexie)	198
10.10.2	Ess-Brech-Sucht (Bulimie)	202
10.10.3	Esssucht (Binge Eating)	203
10.10.4	Diäten und der Jojo-Effekt	205
10.10.5	Körperbildstörungen	206
10.10.6	Weitere therapeutische Ansätze zur Behandlung von Essstörungen ...	206
11	Besondere Situationen in Beratung und Therapie	208
11.1	Eigene Überforderung	208
11.1.1	Erkennen, wenn die Kraftreserven erschöpft sind	208
11.1.2	Burn-out	208
11.1.3	Eigene Kompetenzen nicht überschreiten	208

Anhang

Beispielprüfungen	222
Beispielprüfung 1	223
Lösungen und Kommentare	227
Beispielprüfung 2	229
Lösungen und Kommentare	232
Beispielprüfung 3	235
Lösungen und Kommentare	239
ICD-10 Kapitel V (F)	241
Gesetzesauszüge	243
Das Heilpraktikergesetz	243

11.1.4	Affektive Beteiligung	209
11.2	Unzufriedenheit des Klienten	209
11.2.1	Der gewünschte Erfolg bleibt aus	209
11.2.2	Die Beratung ist dem Klienten zu teuer / zu billig	212
11.3	Aggressives Verhalten des Klienten ..	212
11.4	Sexuelle / romantische Angebote	213
11.5	Selbst- und Fremdgefährdung	213
11.6	Suizidgedanken, -drohungen und -versuche	213
11.6.1	Häufigkeit von Suiziden und Suizidversuchen	214
11.6.2	Therapeutische Maßnahmen	214

Rechnungsbeispiel	245
-------------------------	-----

Über die Autoren	246
------------------------	-----

Internetlinks	247
---------------------	-----

Literatur	248
-----------------	-----

Abbildungsnachweis	250
--------------------------	-----

Sachverzeichnis	251
-----------------------	-----