

Inhaltsverzeichnis

Teil 1 Das Paniksyndrom

Einleitung	3
Erscheinung, Erklärung und Behandlung	9
Beschreibung des Störungsbildes	9
Das Erscheinungsbild von Angstanfällen	9
Das Erscheinungsbild des agoraphobischen Vermeidungsverhaltens	14
Nosologie	15
Epidemiologie und Verlauf	18
Erklärungsansätze	21
Das psychophysiologische Modell der Angstanfälle	22
Kognitiv-lerntheoretische Konzeptualisierung des agoraphobischen Vermeidungsverhaltens	26
Therapieforschung	29
Angstanfälle ohne externe Auslöser	29
Angstanfälle mit externalen Auslösern und Vermeidungsverhalten	31
Empirische Erfolgskontrolle	33
Alternative Therapieverfahren	38

Teil 2 Manual zur Behandlung des Paniksyndroms

Vorbereitung der Therapie	43
Diagnostische Phase	43
Allgemeine Hinweise zur Therapie	56
Äußerer Rahmen und Struktur der Sitzungen	58
Stil der Therapie	59
Technische Hinweise	60
Merkmale kompetenter Therapeutinnen bei der Behandlung von Angstanfällen	62
Überblick über den Ablauf des Therapieprogramms	65
Erste Sitzung	67
Zweite Sitzung	80
Dritte Sitzung	90
Vierte Sitzung	98
Fünfte Sitzung	114

Sechste Sitzung	128
Siebte Sitzung	133
Achte Sitzung	138
Neunte Sitzung	145
Zehnte Sitzung	150
Elfte Sitzung	153
Zwölfte Sitzung	157
Dreizehnte Sitzung	162
Vierzehnte Sitzung	165
Fünfzehnte Sitzung	170

Teil 3 Therapiematerialien: Anhang 1-24

1 Fragebogen zu Angstanfällen	175
2 Medikamentenliste	182
3 Marburger Angsttagebuch	185
4 Marburger Aktivitätstagebuch	190
5 Zielerreichungsskalierung	193
6 Beurteilung der Beeinträchtigung/Einschränkung der Patientin	196
7 Teufelskreisgraphik	198
8 Streßmodellgraphik	199
9 Angstverlaufsgraphik	200
10 Graphik zum Konfrontationsrational	201
11 Informationsblatt – Ursachen	203
12 Informationsblatt – Verlauf	215
13 Informationsblatt – Logische Fehler	216
14 Informationsblatt – Mythen	219
15 Informationsblatt – Kognitive Techniken	222
16 Ratings für den Hyperventilationstest	224
17 Überzeugungsratings	227
18 Fortschrittsbericht	228
19 Registrieren dysfunktionaler Kognitionen	229
20 Spaltentechnikbogen	230
21 Assoziationspaare	232
22 Vorlagen für visuelle Symptome	233
23 Problemlösebogen	235
24 Allgemeine Beurteilung des Therapieerfolgs durch die Patientin	237

Schlußwort	239
-----------------------------	-----

Literaturverzeichnis	241
---------------------------------------	-----