

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	1
1 Beschreibung der Störung	3
1.1 Bezeichnung	3
1.2 Definition	4
1.3 Epidemiologische Daten	8
1.4 Verlauf und Prognose	11
1.5 Differenzialdiagnose	13
1.6 Komorbidität	21
2 Störungstheorien und -modelle	22
2.1 Erklärungsmodell für Anpassungsstörungen	23
2.2 Einfluss des Stressors	28
2.3 Einflussfaktoren vor Auftreten des Stressors	33
2.4 Einflussfaktoren während und nach Einwirken des Stressors	36
3 Diagnostik und Indikation	37
3.1 Erstgespräch und Exploration	38
3.1.1 Therapeutenverhalten und Beziehungsgestaltung	38
3.1.2 Leitfaden für die Exploration	39
3.2 Diagnose und Differenzialdiagnose	44
3.3 Medizinische Diagnostik	50
3.4 Indikation	51
4 Behandlung	52
4.1 Beziehungsgestaltung	52
4.2 Therapieziele	52
4.3 Erarbeitung eines Störungsmodells und Festlegung von Therapiezielen	56
4.4 Bearbeitung der Symptome	65
4.4.1 Übergreifende Strategien	66
4.4.2 Symptombezogene Strategien	74
4.4.2.1 Strategien bei längerer depressiver Reaktion	74
4.4.2.2 Strategien bei Angst und depressiver Reaktion gemischt	80
4.4.2.3 Strategien bei Anpassungsstörung mit vorwiegender Beeinträchtigung anderer Gefühle	81

V

4.4.2.4	Strategien bei Anpassungsstörung mit vorwiegender Störung des Sozialverhaltens	83
4.5	Einbettung in die Biografie und Entwicklung neuer Perspektiven	84
4.6	Probleme bei der Durchführung	86
4.7	Forschungsstand und Effektivität	88
5	Akute Belastungsreaktion und Akute Belastungsstörung	88
5.1	Beschreibung der Störung	89
5.2	Indikation	95
5.3	Behandlung	97
6	Weiterführende Literatur	103
7	Literatur	104
8	Anhang	109
	Zielerreichungsskalierung (GAS)	109
	Tagesprotokoll negativer Gedanken	110
	Wheel of Life (Ist-Zustand)	111
	Wheel of Life (Soll-Zustand)	112
	Der Weg vom „Ist“ zum „Soll“	113

Karte

Kurzanleitung für die Exploration