

Inhalt

	Geleitwort von Michael Conty	5
	Vorwort	6
1	Zum Gebrauch des DBToP-gB-Manuals	8
2	Theoretische Grundlagen des an der dialektisch-behavioralen Therapie orientierten Programms für Menschen mit geistiger Behinderung (DBToP-gB) ...	12
2.1	Die dialektisch-behaviorale Therapie (DBT) nach M. Linehan	13
2.1.1	Die bio-soziale Theorie zur Genese der Borderline-Persönlichkeitsstörung	14
2.1.2	Dialektik, Radikale Akzeptanz, Bereitschaft und Validation	15
2.1.3	Therapeutische Grundannahmen	16
2.1.4	Module der dialektisch-behavioralen Therapie (DBT) nach M. Linehan	17
2.1.4.1	Stresstoleranz	17
2.1.4.2	Achtsamkeit	18
2.1.4.3	Gefühlsregulation	19
2.1.4.4	Zwischenmenschliche Beziehungen	19
2.1.4.5	Einzel Sitzungen	19
2.1.5	Setting der dialektisch-behavioralen Therapie (DBT) nach M. Linehan	20
2.2	Das an der dialektisch-behavioralen Therapie orientierte Programm für Menschen mit geistiger Behinderung (DBToP-gB)	21
2.2.1	Die bio-soziale Therapie bei Menschen mit geistiger Behinderung	21
2.2.2	Herausforderungen bei der Adaption der DBT für Menschen mit geistiger Behinderung	22
2.2.3	Notwendige Modifikationen bei der Adaption der DBT für Menschen mit geistiger Behinderung	22
2.2.4	Module des an der DBT orientierten Programms für Menschen mit geistiger Behinderung (DBToP-gB)	23
2.2.4.1	Fünf-Sinne-Gruppe (Achtsamkeit)	23
2.2.4.2	Skilltraining (Stresstoleranz)	24
2.2.4.3	Gefühlsgruppe (Gefühlsregulation)	25
2.2.4.4	Soziale Fertigkeiten (Zwischenmenschliche Beziehungen)	25
2.2.4.5	Einzelgespräch (Einzel Sitzungen)	26
2.2.4.6	Psychoedukationsmodul für das soziale Umfeld und das Betreuersystem	26
2.2.5	Setting des adaptierten, DBT-orientierten Programms für Menschen mit geistiger Behinderung (DBToP-gB)	27
3	Praxis	28
3.1	Einführung praktischer Teil – stationär	30
3.1.1	Rahmenbedingungen	30
3.1.1.1	Die Station	30
3.1.1.2	Kommunikation im Team	31
3.1.2	Vorstationäre Phase	31
3.1.2.1	Anmeldung	31
3.1.2.2	Vorgespräche	32
3.1.3	stationäre Phase	33
3.1.3.1	Aufnahme	33
3.1.3.2	Integration in das stationäre Setting	35
3.1.3.3	Kick-off-Gruppensitzung	35

3.1.3.3.1	Setting	35
3.1.3.3.2	Eduktion zum Begriff „Spannung“	36
3.2	Fertigkeitentraining stationär	36
3.2.1	Modul 1: Stresstoleranz	37
3.2.1.1	Durchführung	38
3.2.1.2	Arbeitsmaterialien	40
3.2.1.2.1	Spannungskurve	40
3.2.1.3	Spannungsprotokoll	43
3.2.1.4	Skillsliste (Arbeitsblatt 6)	44
3.2.1.5	Skillskette (Arbeitsblatt 7)	45
3.2.1.6	Notfallkoffer (Arbeitsblatt 8)	45
3.2.1.7	Skills als praktische Übungsmaterialien (Siehe Anhang 6.1.2)	47
3.2.2	Modul 2: Innere Achtsamkeit	48
3.2.2.1	Basisbedingungen	49
3.2.2.2	Thema 1: Tasten / haptische Wahrnehmung (6 Sitzungen)	49
3.2.2.2.1	Inhalt der 1. Sitzung	50
3.2.2.2.2	Inhalte der wöchentlichen Sitzungen	50
3.2.2.2.3	Übungsaufgaben bis zur nächsten Sitzung	51
3.2.2.2.4	Überblick Sinnesmodalität: Tasten	51
3.2.2.3	Thema 2: Sehen 7 visuelle Wahrnehmung (6 Sitzungen)	52
3.2.2.3.1	Inhalte der wöchentlichen Sitzungen	53
3.2.2.3.1	Übungsaufgaben bis zur nächsten Sitzung	53
3.2.2.3.3	Überblick Sinnesmodalität: Sehen	53
3.2.2.4	Thema 3: Hören / auditive Wahrnehmung (6 Sitzungen)	54
3.2.2.4.1	Inhalte der wöchentlichen Sitzungen	54
3.2.2.4.2	Übungsaufgaben bis zur nächsten Sitzung	55
3.2.2.4.3	Hilfestellung für Gruppenleiter	55
3.2.2.4.4	Überblick Sinnesmodalität: Hören	56
3.2.2.5	Thema 4: Riechen und Schmecken / olfaktorische und gustatorische Wahrnehmung (6 Sitzungen)	58
3.2.2.5.1	Inhalte der wöchentlichen Sitzungen	58
3.2.2.5.2	Übungsaufgaben bis zu nächsten Sitzung	58
3.2.2.5.3	Überblick Sinnesmodalitäten: Riechen und Schmecken	59
3.2.3	Modul 3: Emotionsregulation	61
3.2.3.1	Die Gefühlsgruppe	61
3.2.3.2	Empfohlenes Vorgehen	62
3.2.3.2.1	Begrüßung / Stimmungsbarometer – Blitzlichtrunde	62
3.2.3.2.2	Achtsamkeitsübung	63
3.2.3.2.3	Auswertung der Gefühlsprotokolle (Arbeitsblatt 11)	63
3.2.3.2.4	Einführung in das Thema / Grundgefühl (A–F)	63
3.2.3.2.5	Empfohlenes Vorgehen	64
3.2.3.2.6	Diskussion in der Gruppe	66
3.2.3.2.7	Abschluss	67
3.2.3.2.8	Übungsaufgaben bis zur nächsten Sitzung	67
3.2.4	Modul 4: Interpersonelle Kompetenz	68
3.2.4.1	Setting	68
3.2.4.2	Empfohlenes Vorgehen pro Sitzung	68
3.2.4.3	Erste Sitzung: Einführung in die Thematik	69
3.2.4.4	Zweite Sitzung: Aspekt „Pflege der Beziehung“	71
3.2.4.5	Dritte und Vierte Sitzung: Aspekt „eigenes Ziel“	72
3.2.4.6	Fünfte und Sechste Sitzung: Aspekt „Selbstachtung“	73
3.2.4.7	Überblick Modul „Interpersonelle Kompetenz“	74
3.2.5	Besondere Aspekte	75
3.2.5.1	Kontingenzmanagement	75

3.2.5.2	Krisenmanagement	77
3.2.5.2.1	Krisensituation 1 – Problemverhalten laut Behandlungsabsprache	79
3.2.5.2.2	Krisensituation 2 – Gewalt	80
3.2.5.2.3	Krisensituation 3 – Suizidalität	81
3.2.5.3	Auswerten und Analysieren von Krisensituationen	82
3.3	Fertigkeitentraining ambulant	85
3.3.1	Ambulante Skillsgruppe	86
3.3.1.1	Setting	86
3.3.1.2	Begrüßung	87
3.3.1.3	Blitzlichtrunde	87
3.3.1.4	Verhaltensanalyse	87
3.3.1.5	Hausaufgabenbewertung	88
3.3.1.6	Achtsamkeitsübung	88
3.3.1.7	Skillsübung	88
3.3.1.7.1	Stop-Signale	89
3.3.1.7.2	Neue Skills	89
3.3.1.7.3	Körper-Skills	89
3.3.1.7.4	Power-Skills	90
3.3.1.7.5	Skills-Kette	91
3.3.1.7.6	Notfallkoffer	91
3.3.1.7.7	Achtsamkeitsübungen	91
3.3.1.7.8	Entspannen im Alltag / sich selbst etwas Gutes tun	92
3.3.1.8	Abschluss der Stunde	92
3.3.2	Ambulante Gefühlsgruppe	92
3.3.2.1	Setting	93
3.3.2.2	Blitzlichtrunde	93
3.3.2.3	Auswertung der Gefühlsprotokolle	93
3.3.2.3.1	Achtsamkeitsübung	93
3.3.2.3.2	Verwenden der Arbeitsblätter „Torso“	94
3.3.2.3.3	Einschätzen der Intensität von Gefühlen	95
3.3.2.3.4	Spielerische Elemente	95
3.3.2.3.5	Rollenspiele	95
3.3.2.3.6	Kognitive Umstrukturierung	96
3.3.2.3.7	Psychoedukation	96
3.3.2.4	Abschluss der Stunde	96
4	Umfeldeinbezug	97
4.1	Edukationsmodul für komplementäre Helfer	98
5	Resümee und Ausblick	99
6	Anhang	101
6.1	Arbeitsmaterialien	102
6.1.1	Arbeitsmaterialien für Patienten	102
6.1.2	Arbeitsmaterialien für Therapeuten	119
6.1.2.1	Skillskarten	130
6.1.2.2	Vergrößerte Abbildungen	130
6.2	Literaturquellen	130
6.3	Therapeutisches Material	130
6.4	weiterführende Literatur aus dem BHZ	131
7	Danksagung	132