

Inhaltsverzeichnis

Über die Autoren	5
Danksagung	7
Geleitwort	9
Einleitung	11
Inhaltsverzeichnis	13
1 Einleitung: Die Entwicklung von Behavioral Activation	17
2 Die grundlegenden Prinzipien von Behavioral Activation	31
3 Struktur und Stil der Therapie	47
4 Die Bestandteile von antidepressivem Verhalten	67
5 Das Planen und Strukturieren von Aktivitäten	91
6 Probleme lösen und Vermeidungsverhalten entgegenwirken	109
7 Warum Denken ein problematisches Verhalten sein kann	126
8 Umgang mit Problemen beim Aktivitätsaufbau	143
9 Beendigung der Therapie und Rückfallprävention	161
Anhang	179
Literatur	193
Stichwortverzeichnis	199