

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	8
I Einleitung und Grundlagen	11
1 Der Trialog als therapeutische Grundhaltung <i>Martin Schäfer</i>	12
1.1 Entstehung des Trialogs	12
1.2 Formen und Strukturen des Trialogs	12
1.3 Trialog in der S3-Leitlinie für Bipolare Störungen	13
2 Neurobiologische Erklärungsmodelle Bipolarer Störungen <i>Georg Juckel • Paraskevi Mavrogiorgou • Josef Priller • Klara Meister • Michael Bauer</i>	15
2.1 Genetische Befunde	16
2.2 Störungen des zirkadianen Rhythmus	17
2.3 Neurotrophe Faktoren und Neuroplastizität	18
2.4 Psychologische Modelle Bipolarer Störungen	22
3 Grundlagen und diagnostische Hilfen <i>Martin Schäfer • Thomas Aubel</i>	25
3.1 Epidemiologie	25
3.2 Allgemeine Klassifikation und Diagnostische Einordnung	27
3.3 Kennzeichen und Symptome der einzelnen Episoden	28
3.4 Hinweise zu den Arbeitsmaterialien	30
4 Früherkennung Bipolarer Störungen <i>Ida S. Hausleiter • Eike Zeschel • Georg Juckel</i>	39
4.1 Das bipolare Prodrom	39
4.2 Früherkennung	40
5 Medikamentöse Behandlungsstrategien und therapeutische Interventionen nach den S3-Leitlinien <i>Thomas Aubel • Martin Schäfer</i>	43
5.1 Einführung und Übersicht	43
5.2 Behandlung der Manie	45
5.3 Behandlung der Depression	45
5.4 Phasenprophylaxe	46

II Spezifische Interventionen	49
6 Emotionen und Impulskontrolle	50
<i>Gesa Janssen-Schauer • Martin Schäfer</i>	
6.1 Emotionen in der Psychotherapie	50
6.2 Psychologische Grundbedürfnisse nach Grawe und die Inkonsistenztheorie	52
6.3 Emotionsregulation für Menschen mit Bipolaren Störungen	53
6.4 Hinweise zu den Arbeitsmaterialien	54
7 Achtsamkeit und Akzeptanz	78
<i>Klara Meister • Georg Juckel</i>	
7.1 Achtsamkeitsbasierte Verfahren	78
7.2 Rückfallprophylaxe durch Achtsamkeit bei Bipolaren Störungen	79
7.3 Evidenzbasierung	81
8 Ressourcen und Wohlbefinden fördern	104
<i>Klara Meister • Georg Juckel</i>	
8.1 Positive Psychologie	105
8.2 Hinweise zu den Arbeitsmaterialien	105
9 Wege zur Erholung und Entspannung	120
<i>Klara Meister • Georg Juckel</i>	
9.1 Arten von Entspannungsverfahren	120
9.2 Stellenwert von Entspannung zur Aufrechterhaltung der Life Balance und Stimmungsstabilisierung bei Bipolaren Störungen	120
9.3 Hinweise zu den Arbeitsmaterialien	121
10 Stressbewältigung und Regelung des Schlafverhaltens	160
<i>Julia Veeh</i>	
10.1 Bedeutung von Stressbewältigung bei der Bipolaren Störung	160
10.2 Schlafstörungen bei der Bipolaren Erkrankung	160
10.3 Interpersonelle Soziale Rhythmustherapie (IPSRT)	161
10.4 Hinweise zu den Arbeitsmaterialien	162
11 Verbesserung zwischenmenschlicher Fertigkeiten und Problemlösestrategien	188
<i>Julia Veeh</i>	
11.1 Soziales Spannungsfeld bei der Bipolaren Störung	188
11.2 Verbesserung der Kommunikationsfähigkeit bipolarer Patienten	189
11.3 Hinweise zu den Arbeitsmaterialien	193
12 Metakognitives Training für Menschen mit Bipolaren Störungen	207
<i>Lene-Marie Sondergeld • Esther Quinlivan • Paula Haffner • Jana Fiebig • Lena Jelinek • Steffen Moritz • Thomas Stamm</i>	
12.1 Grundlagen des MKT-Bipolar	207
12.2 MKT-Bipolar – das Manual	208

13	Rezidivprophylaxe und Notfallmaßnahmen	229
	<i>Julia Veeh</i>	
13.1	Einführung Rückfallprophylaxe	229
13.2	Therapiemotivation	230
13.3	Psychotherapeutische Maßnahmen zur Rückfallprophylaxe	230
13.4	Hinweise zu den Arbeitsmaterialien	235
14	Unterstützung des sozialen Umfelds der Patienten und Einbezug der Angehörigen in die Therapie	268
	<i>Julia Veeh</i>	
14.1	Die Rolle der Angehörigen in der Behandlung bipolarer Patienten	268
14.2	Belastungen der Angehörigen	269
14.3	Hinweise zu den Arbeitsmaterialien	270
	Übersicht Arbeitsblätter	287
	Übersicht Informationsblätter	291
	Literatur	293
	Autorenverzeichnis	301