

Inhaltsverzeichnis

1	Arbeiten mit dem „Kompendium der Psychotherapie“	1
	<i>Tilo Kircher</i>	
1.1	Literatur	3
1.1.1	Basiswissen	3
1.1.2	Verhaltenstherapie – Grundlagen	3
2	Grundlagen	5
	<i>Tilo Kircher</i>	
2.1	Psychotherapeutische Verfahren	6
2.2	Rahmenbedingungen	7
2.2.1	Äußere Bedingungen	7
2.2.2	Aus- und Weiterbildung	8
2.3	Gesprächsführung	9
2.3.1	Therapeutische Haltung	9
2.3.2	Grundprinzipien verhaltenstherapeutischer Gesprächsführung	10
2.4	Umgang mit Widerstand	13
2.4.1	Trennung von Entdecken und Verändern	13
2.4.2	Ermutigten von Fragen und Zweifeln	14
2.5	Risiken, Nebenwirkungen und Kunstfehler	14
2.6	Literatur	16
2.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf http://extras.springer.com	16
3	Therapeutische Beziehungsgestaltung	17
	<i>Karin Silvia Nittel, Thomas Schneyer</i>	
3.1	Grundlagen der Beziehungsgestaltung und Gesprächsführung zwischen Therapeut und Patient	18
3.2	Besonderheiten des Erstkontakts	21
3.2.1	Der Erste Eindruck	22
3.3	Literatur	23
4	Fallkonzeptualisierung	25
	<i>Fritz Mattejat, Kurt Quaschner</i>	
4.1	Definitionen und heuristische Arbeitsmodelle	26
4.1.1	Grundlage für die Makroanalyse: das allgemeine bio-psycho-soziale Modell	27
4.1.2	Grundlage für die Mikroanalyse: das klassische funktionale Bedingungsmodell	28
4.2	Warum ist eine individuelle Fallkonzeptualisierung wichtig?	30
4.3	Wie wird eine Fallkonzeption praktisch erstellt?	31
4.3.1	Kurzzusammenfassung der Diagnostik-Ergebnisse	33
4.3.2	Problemanalyse auf der Makroebene	33
4.3.3	Problemanalyse auf der Mikroebene	34
4.3.4	Therapieplanung	39
4.4	Literatur	44
4.4.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf http://extras.springer.com	45

5	Trauerreaktion, Krisenintervention, Suizidalität	47
	<i>Stephanie Mehl, Stefanie Losekam</i>	
5.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung	48
5.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung	49
5.2.1	Krisen und Belastungssituationen	49
5.2.2	Trauer	49
5.2.3	Suizidalität	49
5.3	Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule	50
5.4	Psychotherapierelevante Dokumentation	50
5.4.1	Das Zustandsbarometer	50
5.4.2	Diary Card	51
5.5	Praktische Therapiedurchführung	51
5.5.1	Modul 5.1: Krisenintervention (wiederholt 10 Min.)	52
5.5.2	Modul 5.2: Unterstützende Interventionen bei komplizierter Trauer	54
5.5.3	Modul 5.3: Umgang mit Suizidalität	62
5.6	Literatur	70
5.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf http://extras.springer.com	70
6	Medikamentenadhärenz	71
	<i>Irina Falkenberg</i>	
6.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung	72
6.1.1	Mögliche Ursachen für Non-Adhärenz	73
6.1.2	Kombination von Pharmakotherapie und psychotherapeutischen Maßnahmen . . .	73
6.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung	74
6.3	Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule	76
6.4	Psychotherapierelevante Dokumentation	77
6.4.1	Diagnostik von Non-Adhärenz	77
6.4.2	Diagnostik der Gründe für Non-Adhärenz	78
6.5	Praktische Therapiedurchführung	78
6.5.1	Modul 5.1: Allgemeine Strategien zur Adhärenzförderung	79
6.5.2	Modul 5.2: Psychoedukation zur Medikamenteneinnahme	82
6.5.3	Modul 5.3: Arbeit mit Kognitionen	88
6.5.4	Modul 5.4: Adhärenz aufrechterhalten (25 Min)	97
6.6	Literatur	100
6.6.1	Folgendes Arbeitsblatt finden Sie auf http://extras.springer.com	100
7	Depression	101
	<i>Stefanie Losekam, Carsten Konrad</i>	
7.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung	102
7.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung	103
7.3	Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule	104
7.4	Psychotherapierelevante Dokumentation	105
7.4.1	Das Zustandsbarometer	105
7.4.2	Das ABC-Schema	106
7.5	Praktische Therapiedurchführung	107
7.5.1	Modul 5.1: Psychoedukation	108
7.5.2	Modul 5.2: Aktivitätenaufbau und Tagesstrukturierung	114
7.5.3	Modul 5.3: Denkfallen	119

7.5.4	Modul 5.4: Denkfallen für „Fortgeschrittene“	124
7.5.5	Modul 5.5: Positivtagebuch (25 Min)	129
7.5.6	Modul 5.6: „Bester Freund“-Technik (25 Min)	131
7.5.7	Modul 5.7: Selbstwertaufbau	132
7.5.8	Modul 5.8: Problemlösen	137
7.5.9	Modul 5.9: Gefühle erkennen (50 Min)	139
7.5.10	Modul 5.10: Rückfallprävention (50 Min)	141
7.6	Literatur	143
7.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf http://extras.springer.com	143
8	Manie, Bipolare Störung	145
	<i>Mirjam Bühring, Carsten Konrad</i>	
8.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung	146
8.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung	148
8.3	Evidenzbasierte Grundlagen der Auswahl der Therapiemodule	150
8.4	Psychotherapierelevante Dokumentation	150
8.5	Praktische Therapiedurchführung	152
8.5.1	Modul 5.1: Psychoedukation	153
8.5.2	Modul 5.2: Aktivitätsaufbau und Tagesstrukturierung während depressiver Episoden (2–3 x 25 Min)	165
8.5.3	Modul 5.3: Aktivitätsregulation während hypomaner Zustände (2 x 25 Min)	167
8.5.4	Modul 5.4: Denkfallen	169
8.5.5	Modul 5.5: Allgemeine Problemlösestrategien (2 x 25 Min)	175
8.5.6	Modul 5.6: Interpersonelle Probleme (mehrmals 25 Min)	176
8.5.7	Modul 5.7: Rückfallprävention	180
8.6	Literatur	183
8.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf http://extras.springer.com	184
9	Schizophrenie	185
	<i>Stephanie Mehl, Dirk T. Leube</i>	
9.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung	186
9.1.1	Beziehungsaufbau: Allgemeine Prinzipien	186
9.1.2	Besonderheiten im Rahmen der Positiv-Symptomatik der Schizophrenie	187
9.1.3	Besonderheiten im Rahmen der Negativsymptomatik bei Schizophrenie	189
9.1.4	Besonderheiten bei Patienten mit formalen Denkstörungen	189
9.1.5	Schlussbemerkungen in Bezug auf die Krankheitseinsicht	190
9.2	Psychotherapeutisch relevante Modelle zur Entstehung und Aufrechterhaltung schizophrener Störungen	191
9.3	Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule	192
9.4	Psychotherapierelevante Dokumentation	193
9.4.1	Selbstbeobachtungsprotokoll zum Einsatz von Copingstrategien	193
9.5	Praktische Therapiedurchführung	193
9.5.1	Modul 5.1: Vermittlung eines entlastenden Störungsmodells und Entpathologisierung der Störung	194
9.5.2	Modul 5.2: Kognitive Umstrukturierung des Wahns	207
9.5.3	Modul 5.3: Bearbeitung von Stimmenhören	213
9.5.4	Module zur Behandlung von Negativsymptomatik	217
9.5.5	Modul 5.5: Rückfallprävention	219

9.6	Literatur	222
9.6.1	Weiterführende Literatur	222
9.6.2	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf http://extras.springer.com	222
10	Angststörungen: Panikstörung, Agoraphobie, Soziale Phobie	223
	<i>Hans Onno Röttgers, Sabine Wittbrock</i>	
10.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung	224
10.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung	225
10.3	Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule	228
10.4	Psychotherapierelevante Dokumentation und Diagnostik	228
10.4.1	Exploration der Ängste	229
10.4.2	Verhaltensbeobachtung	229
10.4.3	Angsttagebuch	230
10.4.4	Erstellung einer Angsthierarchie	230
10.5	Praktische Therapiedurchführung	231
10.5.1	Modul 5.1: Psychoedukation	232
10.5.2	Modul 5.2: Aufgaben-Konzentrations-Training bei Sozialer Phobie (50 Min)	242
10.5.3	Modul 5.3: Reizkonfrontationstherapie	244
10.5.4	Modul 5.4: Verhaltensexperimente bei Panikstörung	249
10.5.5	Modul 5.5: Kognitive Therapie	251
10.5.6	Modul 5.6: Funktionalität der Angst (50 Min)	257
10.5.7	Modul 5.7: Rückfallprophylaxe (25 Min)	259
10.6	Literatur	261
10.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf http://extras.springer.com	261
11	Zwangsstörungen	263
	<i>Hans Onno Röttgers, Peter Düsel</i>	
11.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung	264
11.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zu Entstehung und Aufrechterhaltung	265
11.3	Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule	268
11.4	Diagnostik und Skalen zur Beurteilung des Schweregrades	268
11.4.1	Yale-Brown Obsessive Compulsive Scale	268
11.5	Praktische Therapiedurchführung	269
11.5.1	Modul 5.1: Psychoedukation	269
11.5.2	Modul 5.2: Exposition mit Reaktionsverhinderung	277
11.5.3	Modul 5.3: Kognitive Techniken und Gedankenexposition	289
11.5.4	Modul 5.4: Rückfallprävention	297
11.6	Literatur	302
11.6.1	Selbsthilfeliteratur	302
11.6.2	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf http://extras.springer.com	302
12	Qualifizierter Alkoholentzug	303
	<i>Gabriel Lacourt, Ulrich Schu</i>	
12.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung	304
12.1.1	Motivational Interviewing (MI)	304
12.1.2	Die Grundhaltung des Motivational Interviewing	304
12.1.3	Die grundlegenden Prinzipien des Motivational Interviewing	305
12.1.4	Die vier Prozesse im Motivational Interviewing	306

12.1.5	Umsetzen der Bereitschaft zur Veränderung	308
12.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung	309
12.3	Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule	310
12.4	Psychotherapierrelevante Dokumentation	311
12.4.1	Die Entscheidungswaage	311
12.4.2	Dringlichkeits- und Zuversichtsskala	312
12.5	Praktische Therapiedurchführung	313
12.5.1	Modul 5.1: Die Kurzintervention (3–10 Min)	314
12.5.2	Modul 5.2: Psychoedukation	315
12.5.3	Modul 5.3: Aufbau der Veränderungsmotivation	323
12.5.4	Modul 5.4: Verstärkung der Selbstverpflichtung zur Veränderung	328
12.5.5	Modul 5.5: Rückfallprävention	331
12.6	Literatur	334
12.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf http://extras.springer.com	334
13	Somatoforme Störungen	337
	<i>Karin Ademmer</i>	
13.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung	338
13.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung	339
13.3	Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule	341
13.4	Psychotherapierrelevante Dokumentation	341
13.4.1	Das Symptom- bzw. Schmerztagebuch	342
13.4.2	Das ABC-Schema	343
13.5	Praktische Therapiedurchführung	343
13.5.1	Modul 5.1: Therapeutische Beziehung und Umgang mit Patienten mit somatoformen Störungen (50 Min)	344
13.5.2	Modul 5.2: Psychoedukation	346
13.5.3	Modul 5.3: Umgang mit körperlichen Symptomen	348
13.5.4	Modul 5.4: Umgang mit dysfunktionalen Verhalten und Gedanken	351
13.5.5	Modul 5.5: Umgang mit dysfunktionalen Gedanken	354
13.6	Literatur	356
13.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf http://extras.springer.com	356
14	Borderline-Störung	357
	<i>Michael T. Frauenheim</i>	
14.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung	358
14.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung	359
14.3	Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule	361
14.4	Psychotherapierrelevante Dokumentation und Diagnostik	361
14.4.1	Wochenprotokoll (initial: 25 Min; im Verlauf: 5 Min)	361
14.4.2	Verhaltensanalyse (25–50 Min)	362
14.5	Praktische Therapiedurchführung	364
14.5.1	Modul 5.1: Psychoedukation	366
14.5.2	Modul 5.2: Therapeutische Basisstrategien	370
14.5.3	Modul 5.3: Veränderungsstrategien „Wochenprotokoll“ und „Verhaltensanalyse“	376
14.5.4	Modul 5.4: Veränderungsstrategie „Kontingenzmanagement“ (25 Min)	376
14.5.5	Modul 5.5: Veränderungsstrategie „Problemlösen“	380

14.5.6	Modul 5.6: Veränderungsstrategie „Kognitive Umstrukturierung“	382
14.5.7	Modul 5.7: Veränderungsstrategie „Aufbau von Alternativfertigkeiten (Skills)“	388
14.6	Literatur	395
14.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf http://extras.springer.com	395
15	Kognitive Beeinträchtigung im Alter	397
	<i>Stephanie Mehl, Maria Seipelt, Christoph Tennie, Karin Ademmer</i>	
15.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung	398
15.1.1	Ängste bei der Mitteilung der Diagnose einer dementiellen Erkrankung	398
15.1.2	Trauer und Depression	398
15.1.3	Anosognosie	400
15.1.4	Altersunterschied	400
15.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Behandlung kognitiver Störungen	401
15.3	Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule	401
15.4	Psychotherapierrelevante Dokumentation und Diagnostik	402
15.4.1	Das ABC-Schema	402
15.5	Praktische Therapiedurchführung	402
15.5.1	Modul 5.1: Information über kognitive Defizite und dementielle Erkrankungen vermitteln	403
15.5.2	Modul 5.2: Aktivitätenaufbau und Tagesstrukturierung	405
15.5.3	Modul 5.3: Nutzung biografischer Ressourcen (2 x 50 Min)	412
15.5.4	Modul 5.4: Umgang mit kognitiven Defiziten	414
15.5.5	Modul 5.5: Kognitive Umstrukturierung belastender Gedanken	416
15.5.6	Modul 5.6: Abschied 50 Min)	421
15.6	Literatur	422
15.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf http://extras.springer.com	422
16	Anorexia nervosa und Bulimia nervosa	423
	<i>Kurt Quaschner</i>	
16.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung	425
16.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung	426
16.3	Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule	429
16.4	Psychotherapierrelevante Dokumentation und Diagnostik	429
16.4.1	Gewichtskontrolle	429
16.4.2	Erfassung des Essverhaltens	430
16.4.3	Erfassung gegensteuernder Maßnahmen	431
16.4.4	Erfassung der Stimmung	431
16.5	Praktische Therapiedurchführung	432
16.5.1	Modul 5.1: Vorgespräch(e): Klärung der Behandlungsbedingungen (50 Min)	432
16.5.2	Modul 5.2: Kontaktgestaltung und Gesprächsführung (25 Min)	434
16.5.3	Modul 5.3: Gewichtsnormalisierung und Normalisierung des Essverhaltens	437
16.5.4	Modul 5.4: Psychoedukation (je nach Fall mehrfach 25 Min)	445
16.5.5	Modul 5.5: Die Behandlung weiterer spezifischer Essstörungssymptome (Dauer ist abhängig von Anzahl und Ausprägungsgrad der Symptome)	448
16.5.6	Modul 5.6: Mittel-/Langfristige Behandlungsstrategien: Veränderung von Selbstbild, Selbstkontrollfähigkeit, sozialer Kompetenz	450
16.5.7	Optionales Modul 5.7: Die Behandlung von komorbiden Störungen (Dauer ist abhängig vom Ausprägungsgrad der komorbiden Störung)	455

16.5.8	Optionales Modul 5.8: Einbeziehung von Familie und Umfeld	457
16.5.9	Modul 5.9: Rückfallprophylaxe (50 Min)	458
16.6	Literatur	460
16.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf http://extras.springer.com	460
17	Insomnien	461
	<i>Ina Kluge, Bernd Kundermann</i>	
17.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung	462
17.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung	462
17.3	Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule	463
17.4	Psychotherapierelevante Dokumentation	464
17.4.1	Das Schlaftagebuch	464
17.5	Praktische Therapiedurchführung	465
17.5.1	Modul 5.1: Psychoedukation	465
17.5.2	Modul 5.2: Stimuluskontrolle	469
17.5.3	Modul 5.3: Schlafrestriktive Maßnahmen	472
17.5.4	Modul 5.4: Kognitive Techniken	475
17.5.5	Modul 5.5: Entspannungsverfahren	477
17.6	Literatur	477
17.6.1	Literaturanregung zum Thema Entspannungsverfahren	478
17.6.2	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf http://extras.springer.com	478
	Serviceteil	479
	Sachverzeichnis	480