

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Arbeiten mit dem »Kompodium der Psychotherapie«</b> . . . . .	<b>1</b>
	<i>Tilo Kircher</i>	
<b>2</b>	<b>Grundlagen</b> . . . . .	<b>5</b>
	<i>Tilo Kircher</i>	
2.1	Psychotherapeutische Verfahren . . . . .	6
2.2	Setting . . . . .	7
2.2.1	Äußere Bedingungen . . . . .	7
2.2.2	Aus- und Weiterbildung . . . . .	8
2.3	Gesprächsführung . . . . .	8
2.3.1	Therapeutische Haltung . . . . .	8
2.3.2	Grundprinzipien verhaltenstherapeutischer Gesprächsführung . . . . .	10
2.4	Umgang mit Widerstand . . . . .	12
2.4.1	Trennung von Entdecken und Verändern . . . . .	12
2.4.2	Ermutigen von Fragen und Zweifeln . . . . .	13
2.5	Risiken, Nebenwirkungen und Kunstfehler . . . . .	13
2.6	Literatur . . . . .	15
2.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf der beiliegenden CD-ROM . . . . .	15
<b>3</b>	<b>Therapeutische Beziehungsgestaltung</b> . . . . .	<b>17</b>
	<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
<b>4</b>	<b>Fallkonzeptualisierung</b> . . . . .	<b>25</b>
	<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 . . . . .	26
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 . . . . .	36
4.4	Literatur . . . . .	44
4.4.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf beiliegender CD-ROM . . . . .	44

<b>5</b>	<b>Trauerreaktion, Krisenintervention, Suizidalität</b> . . . . .	45
	<i>Stephanie Mehl, Stefanie Losekam</i>	
<b>5.1</b>	<b>Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung</b> . . . . .	46
<b>5.2</b>	<b>Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung</b> . . .	47
5.2.1	Krisen und Belastungssituationen . . . . .	47
5.2.2	Trauer . . . . .	47
5.2.3	Suizidalität . . . . .	47
<b>5.3</b>	<b>Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule</b> . . . . .	48
<b>5.4</b>	<b>Psychotherapierelevante Dokumentation</b> . . . . .	48
5.4.1	Das Zustandsbarometer . . . . .	48
5.4.2	Diary Card . . . . .	49
<b>5.5</b>	<b>Praktische Therapiedurchführung</b> . . . . .	49
5.5.1	Modul 5.1: Krisenintervention . . . . .	49
5.5.2	Modul 5.2: Unterstützende Interventionen bei komplizierter Trauer . . . . .	51
5.5.3	Modul 5.3: Umgang mit Suizidalität . . . . .	59
<b>5.6</b>	<b>Literatur</b> . . . . .	66
5.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf beiliegender CD-ROM . . . . .	66
<b>6</b>	<b>Medikamentenadhärenz</b> . . . . .	67
	<i>Irina Falkenberg</i>	
<b>6.1</b>	<b>Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung</b> . . . . .	68
6.1.1	Mögliche Ursachen für Non-Adhärenz . . . . .	68
6.1.2	Kombination von Pharmakotherapie und psychotherapeutischen Maßnahmen . . . . .	69
<b>6.2</b>	<b>Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung</b> . . .	70
<b>6.3</b>	<b>Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule</b> . . . . .	72
<b>6.4</b>	<b>Psychotherapierelevante Dokumentation</b> . . . . .	72
6.4.1	Diagnostik von Non-Adhärenz . . . . .	72
6.4.2	Diagnostik der Gründe für Non-Adhärenz . . . . .	73
<b>6.5</b>	<b>Praktische Therapiedurchführung</b> . . . . .	74
6.5.1	Modul 5.1: Allgemeine Strategien zur Adhärenzförderung . . . . .	74
6.5.2	Modul 5.2: Psychoedukation zur Medikamenteneinnahme . . . . .	77
6.5.3	Modul 5.3: Arbeit mit Kognitionen . . . . .	83
6.5.4	Modul 5.4: Adhärenz aufrechterhalten . . . . .	91
<b>6.6</b>	<b>Literatur</b> . . . . .	93
6.6.1	Folgendes Arbeitsblatt finden Sie auf beiliegender CD-ROM . . . . .	93
<b>7</b>	<b>Depression</b> . . . . .	95
	<i>Stefanie Losekam, Carsten Konrad</i>	
<b>7.1</b>	<b>Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung</b> . . . . .	96
<b>7.2</b>	<b>Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung</b> . . .	97
<b>7.3</b>	<b>Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule</b> . . . . .	98
<b>7.4</b>	<b>Psychotherapierelevante Dokumentation</b> . . . . .	99
7.4.1	Das Zustandsbarometer . . . . .	99
7.4.2	Das ABC-Schema . . . . .	99
<b>7.5</b>	<b>Praktische Therapiedurchführung</b> . . . . .	100
7.5.1	Modul 5.1: Psychoedukation . . . . .	100
7.5.2	Modul 5.2: Aktivitätsaufbau und Tagesstrukturierung . . . . .	107
7.5.3	Modul 5.3: Denkfallen . . . . .	112

7.5.4	Modul 5.4: Denkfallen für »Fortgeschrittene«	117
7.5.5	Modul 5.5: Positivtagebuch	121
7.5.6	Modul 5.6: »Bester Freund«-Technik	122
7.5.7	Modul 5.7: Selbstwertaufbau	124
7.5.8	Modul 5.8: Problemlösen	128
7.5.9	Modul 5.9: Gefühle erkennen	130
7.5.10	Modul 5.10: Rückfallprävention	132
<b>7.6</b>	<b>Literatur</b>	<b>134</b>
7.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf beiliegender CD-ROM	134
<b>8</b>	<b>Manie, Bipolare Störung</b>	<b>135</b>
	<i>Mirjam Stratmann, Carsten Konrad</i>	
<b>8.1</b>	<b>Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung</b>	<b>136</b>
<b>8.2</b>	<b>Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung</b>	<b>138</b>
<b>8.3</b>	<b>Evidenzbasierte Grundlagen der Auswahl der Therapiemodule</b>	<b>140</b>
<b>8.4</b>	<b>Psychotherapierelevante Dokumentation</b>	<b>140</b>
<b>8.5</b>	<b>Praktische Therapiedurchführung</b>	<b>141</b>
8.5.1	Modul 5.1: Psychoedukation	142
8.5.2	Modul 5.2: Aktivitätenaufbau und Tagesstrukturierung während depressiver Episoden	154
8.5.3	Modul 5.3: Aktivitätsregulation während hypomaner Zustände	156
8.5.4	Modul 5.4: Denkfallen	157
8.5.5	Modul 5.5: Allgemeine Problemlösestrategien	162
8.5.6	Modul 5.6: Interpersonelle Probleme	163
8.5.7	Modul 5.7: Rückfallprävention	167
<b>8.6</b>	<b>Literatur</b>	<b>170</b>
8.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf beiliegender CD-ROM	171
<b>9</b>	<b>Schizophrenie</b>	<b>173</b>
	<i>Stephanie Mehl, Dirk T. Leube</i>	
<b>9.1</b>	<b>Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung</b>	<b>174</b>
9.1.1	Beziehungsaufbau: Allgemeine Prinzipien	174
9.1.2	Besonderheiten im Rahmen der Positiv-Symptomatik der Schizophrenie	175
9.1.3	Besonderheiten im Rahmen der Negativsymptomatik bei Schizophrenie	176
9.1.4	Besonderheiten bei Patienten mit formalen Denkstörungen	177
9.1.5	Schlussbemerkungen in Bezug auf die Krankheitseinsicht	178
<b>9.2</b>	<b>Psychotherapeutisch relevante Modelle zur Entstehung und Aufrechterhaltung schizophrener Störungen</b>	<b>178</b>
<b>9.3</b>	<b>Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule</b>	<b>179</b>
<b>9.4</b>	<b>Psychotherapierelevante Dokumentation</b>	<b>180</b>
9.4.1	Selbstbeobachtungsprotokoll zum Einsatz von Copingstrategien	180
<b>9.5</b>	<b>Praktische Therapiedurchführung</b>	<b>180</b>
9.5.1	Modul 5.1: Vermittlung eines entlastenden Störungsmodells und Entpathologisierung der Störung	181
9.5.2	Modul 5.2: Kognitive Umstrukturierung des Wahns	193
9.5.3	Modul 5.3: Bearbeitung von Stimmenhören	199
9.5.4	Module zur Behandlung von Negativsymptomatik	203
9.5.5	Modul 5.5: Rückfallprävention	204
<b>9.6</b>	<b>Literatur</b>	<b>207</b>

9.6.1	Weiterführende Literatur . . . . .	207
9.6.2	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf beiliegender CD-ROM . . . . .	207
<b>10</b>	<b>Angststörungen: Panikstörung, Agoraphobie, Soziale Phobie</b> . . . . .	209
	<i>Hans Onno Röttgers, Sabine Wittbrock</i>	
10.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung . . . . .	210
10.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung . . . . .	211
10.3	Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule . . . . .	214
10.4	Psychotherapierelevante Dokumentation und Diagnostik . . . . .	214
10.4.1	Exploration der Ängste . . . . .	214
10.4.2	Verhaltensbeobachtung . . . . .	215
10.4.3	Angsttagebuch . . . . .	215
10.4.4	Erstellung einer Angsthierarchie . . . . .	216
10.5	Praktische Therapiedurchführung . . . . .	216
10.5.1	Modul 5.1: Psychoedukation . . . . .	217
10.5.2	Modul 5.2: Aufgaben-Konzentrations-Training bei Sozialer Phobie . . . . .	227
10.5.3	Modul 5.3: Reizkonfrontationstherapie . . . . .	229
10.5.4	Modul 5.4: Verhaltensexperimente bei Panikstörung . . . . .	233
10.5.5	Modul 5.5: Kognitive Therapie . . . . .	236
10.5.6	Modul 5.6: Funktionalität der Angst . . . . .	241
10.5.7	Modul 5.7: Rückfallprophylaxe . . . . .	243
10.6	Literatur: . . . . .	244
10.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf beiliegender CD-ROM . . . . .	244
<b>11</b>	<b>Zwangsstörungen</b> . . . . .	245
	<i>Hans Onno Röttgers, Peter Düsel</i>	
11.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung . . . . .	246
11.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zu Entstehung und Aufrechterhaltung . . . . .	247
11.3	Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule . . . . .	249
11.4	Diagnostik und Skalen zur Schwere . . . . .	250
11.4.1	Y-BOCS . . . . .	250
11.5	Praktische Therapiedurchführung . . . . .	250
11.5.1	Modul 5.1: Psychoedukation . . . . .	250
11.5.2	Modul 5.2: Exposition mit Reaktionsverhinderung . . . . .	258
11.5.3	Modul 5.3: Kognitive Techniken und Gedankenexposition . . . . .	269
11.5.4	Modul 5.4: Rückfallprävention . . . . .	277
11.6	Literatur . . . . .	281
11.6.1	Selbsthilfeliteratur . . . . .	281
11.6.2	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf beiliegender CD-ROM . . . . .	282
<b>12</b>	<b>Qualifizierter Alkoholentzug</b> . . . . .	283
	<i>Gabriel Lacourt, Ulrich Schu</i>	
12.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung . . . . .	284
12.1.1	Motivierende Gesprächsführung . . . . .	284
12.1.2	Die Grundhaltung der Motivierenden Gesprächsführung . . . . .	284
12.1.3	Die grundlegenden Prinzipien der Motivierenden Gesprächsführung . . . . .	285
12.1.4	Behandlungsphase 1 . . . . .	286
12.1.5	Behandlungsphase 2 . . . . .	287

<b>12.2</b>	<b>Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung . . .</b>	<b>288</b>
<b>12.3</b>	<b>Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule . . . . .</b>	<b>288</b>
<b>12.4</b>	<b>Psychotherapierelevante Dokumentation . . . . .</b>	<b>290</b>
12.4.1	Die Entscheidungswaage . . . . .	290
12.4.2	Dringlichkeits- und Zuversichtsskala . . . . .	291
<b>12.5</b>	<b>Praktische Therapiedurchführung . . . . .</b>	<b>292</b>
12.5.1	Modul 5.1: Die Kurzintervention . . . . .	292
12.5.2	Modul 5.2: Psychoedukation . . . . .	294
12.5.3	Modul 5.3: Aufbau der Veränderungsmotivation . . . . .	301
12.5.4	Modul 5.4: Verstärkung der Selbstverpflichtung zur Veränderung . . . . .	306
12.5.5	Modul 5.5: Rückfallprävention . . . . .	310
<b>12.6</b>	<b>Literatur . . . . .</b>	<b>311</b>
12.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf beiliegender CD-ROM . . . . .	312
<b>13</b>	<b>Somatoforme Störungen . . . . .</b>	<b>313</b>
	<i>Karin Ademmer</i>	
<b>13.1</b>	<b>Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung . . . . .</b>	<b>314</b>
<b>13.2</b>	<b>Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung . . .</b>	<b>315</b>
<b>13.3</b>	<b>Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule . . . . .</b>	<b>317</b>
<b>13.4</b>	<b>Psychotherapierelevante Dokumentation . . . . .</b>	<b>317</b>
13.4.1	Das Symptom- beziehungsweise Schmerztagebuch . . . . .	317
13.4.2	Das ABC-Schema . . . . .	318
<b>13.5</b>	<b>Praktische Therapiedurchführung . . . . .</b>	<b>319</b>
13.5.1	Modul 5.1: Therapeutische Beziehung und Umgang mit Patienten mit somatoformen Störungen. . . . .	319
13.5.2	Modul 5.2: Psychoedukation . . . . .	322
13.5.3	Modul 5.3: Umgang mit körperlichen Symptomen . . . . .	324
13.5.4	Modul 5.4: Umgang mit dysfunktionalem Verhalten und dysfunktionalen Gedanken . . .	327
13.5.5	Modul 5.5: Umgang mit dysfunktionalen Gedanken . . . . .	330
<b>13.6</b>	<b>Literatur . . . . .</b>	<b>332</b>
13.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf beiliegender CD-ROM . . . . .	332
<b>14</b>	<b>Borderline-Störung . . . . .</b>	<b>333</b>
	<i>Michael T. Frauenheim</i>	
<b>14.1</b>	<b>Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung . . . . .</b>	<b>334</b>
<b>14.2</b>	<b>Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung . . .</b>	<b>335</b>
<b>14.3</b>	<b>Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule . . . . .</b>	<b>337</b>
<b>14.4</b>	<b>Psychotherapierelevante Dokumentation und Diagnostik . . . . .</b>	<b>337</b>
14.4.1	Wochenprotokoll . . . . .	337
14.4.2	Verhaltensanalyse . . . . .	338
<b>14.5</b>	<b>Praktische Therapiedurchführung . . . . .</b>	<b>339</b>
14.5.1	Modul 5.1: Psychoedukation . . . . .	341
14.5.2	Modul 5.2: Therapeutische Basisstrategien . . . . .	346
14.5.3	Modul 5.3: Veränderungsstrategien »Wochenprotokoll« und »Verhaltensanalyse« . . . . .	351
14.5.4	Modul 5.4: Veränderungsstrategie »Kontingenzmanagement« . . . . .	351
14.5.5	Modul 5.5: Veränderungsstrategie »Problemlösen« . . . . .	355
14.5.6	Modul 5.6: Veränderungsstrategie »Kognitive Umstrukturierung« . . . . .	356
14.5.7	Modul 5.7: Veränderungsstrategie »Aufbau von Alternativfertigkeiten (Skills)« . . . . .	362

<b>14.6</b>	<b>Literatur</b>	369
14.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf beiliegender CD-ROM	369
<b>15</b>	<b>Kognitive Beeinträchtigung im Alter</b>	371
	<i>Stephanie Mehl, Maria Seipelt, Christoph Tennie, Karin Ademmer</i>	
<b>15.1</b>	<b>Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung</b>	372
15.1.1	Ängste bei der Mitteilung der Diagnose einer dementiellen Erkrankung	372
15.1.2	Trauer und Depression	372
15.1.3	Anosognosie	373
15.1.4	Altersunterschied	374
<b>15.2</b>	<b>Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Behandlung kognitiver Störungen</b>	375
<b>15.3</b>	<b>Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule</b>	375
<b>15.4</b>	<b>Psychotherapierelevante Dokumentation und Diagnostik</b>	375
15.4.1	Das ABC-Schema	375
<b>15.5</b>	<b>Praktische Therapiedurchführung</b>	376
15.5.1	Modul 5.1: Information über kognitive Defizite und dementielle Erkrankungen vermitteln	376
15.5.2	Modul 5.2: Aktivitätsaufbau und Tagesstrukturierung	379
15.5.3	Modul 5.3: Nutzung biografischer Ressourcen	385
15.5.4	Modul 5.4: Umgang mit kognitiven Defiziten	386
15.5.5	Modul 5.5: Kognitive Umstrukturierung belastender Gedanken	389
15.5.6	Modul 5.6: Abschied	393
<b>15.6</b>	<b>Literatur</b>	394
15.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf beiliegender CD-ROM	394
<b>16</b>	<b>Anorexia nervosa und Bulimia nervosa</b>	395
	<i>Kurt Quaschner</i>	
<b>16.1</b>	<b>Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung</b>	396
<b>16.2</b>	<b>Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung</b>	397
<b>16.3</b>	<b>Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule</b>	399
<b>16.4</b>	<b>Psychotherapierelevante Dokumentation und Diagnostik</b>	400
16.4.1	Gewichtskontrolle	400
16.4.2	Erfassung des Essverhaltens	401
16.4.3	Erfassung gegensteuernder Maßnahmen	401
16.4.4	Erfassung der Stimmung	402
<b>16.5</b>	<b>Praktische Therapiedurchführung</b>	402
16.5.1	Modul 5.1: Vorgespräch(e): Klärung der Behandlungsbedingungen	402
16.5.2	Modul 5.2: Kontaktgestaltung und Gesprächsführung	405
16.5.3	Modul 5.3: Gewichtsnormalisierung und Normalisierung des Essverhaltens	407
16.5.4	Modul 5.4: Psychoedukation	415
16.5.5	Modul 5.5: Die Behandlung weiterer spezifischer Essstörungssymptome	417
16.5.6	Modul 5.6: Mittel-/Langfristige Behandlungsstrategien: Veränderung von Selbstbild, Selbstkontrollfähigkeit, sozialer Kompetenz	419
16.5.7	Optionales Modul 5.7: Die Behandlung von komorbiden Störungen	424
16.5.8	Optionales Modul 5.8: Einbeziehung von Familie und Umfeld	426
16.5.9	Modul 5.9: Rückfallprophylaxe	427
<b>16.6</b>	<b>Literatur</b>	428
16.6.1	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf beiliegender CD-ROM	429

<b>17</b>	<b>Schlafstörungen</b>	431
	<i>Ina Kluge, Bernd Kundermann</i>	
17.1	Besonderheiten in der Interaktion/Beziehung	432
17.2	Psychotherapeutisch relevantes Modell zur Entstehung und Aufrechterhaltung	432
17.3	Evidenzbasierte Grundlagen zur Auswahl der Therapiemodule	433
17.4	Psychotherapierelevante Dokumentation	434
17.4.1	Das Schlaftagebuch	434
17.5	Praktische Therapiedurchführung	435
17.5.1	Modul 5.1: Psychoedukation	435
17.5.2	Modul 5.2: Stimuluskontrolle	438
17.5.3	Modul 5.3: Schlafrestriktive Maßnahmen	441
17.5.4	Modul 5.4: Kognitive Techniken	444
17.5.5	Modul 5.5: Entspannungsverfahren	446
17.6	Literatur	446
17.6.1	Literaturanregung zum Thema Entspannungsverfahren	446
17.6.2	Folgende Arbeitsblätter finden Sie auf beiliegender CD-ROM	447
	<b>Stichwortverzeichnis</b>	449