

Inhaltsverzeichnis

Danksagung	9
Vorwort	10
Kapitel 1: Einleitung	11
Kapitel 2: ADHS – Ein Überblick	12
2.1 Geschichte und Begriffe	12
2.2 Häufigkeit und Verlauf	13
2.3 Symptome	13
2.4 Komplikationen und Komorbidität („was noch?“)	14
2.5 Leitlinien-orientierte Diagnostik	16
2.6 Ergänzende Untersuchungen	17
2.7 Ursachen der ADHS (D. Ebert)	18
2.7.1 Grundannahmen	18
2.7.2 Die Einbußen der Beliebigkeit bei der ADHS	19
2.7.2.1 Die Neurochemie	19
2.7.2.2 Die Neuroanatomie	21
2.7.2.3 Die Ursachen der neurobiologischen Besonderheiten bei der ADHS	21
2.8 Differenzialdiagnose	22
2.9 Fallbeispiel einer ADHS im Erwachsenenalter mit Anwendung der verschiedenen Diagnosesysteme	23
Kapitel 3: Behandlung	27
3.1 Medikamentöse Behandlung	27
3.2 Stand der Psychotherapieforschung	28
Kapitel 4: Entwicklung einer Psychotherapie der ADHS im Erwachsenenalter	29
4.1 Zielsetzung	29
4.2 Konzepterstellung	29
4.2.1 Die vier Grundbedürfnisse des Menschen und die Besonderheit ihrer Befriedigung bei ADHS	29
4.2.2 Wirkfaktoren	30
4.3 Wahl des therapeutischen Verfahrens	31
4.4 Dialektisch Behaviorale Therapie (DBT) nach M. Linehan	31

4.5	Struktur der Behandlung	32
4.5.1	Allgemeines, übergeordnetes Ziel der Psychotherapie	33
4.5.2	Aufbau in Modulen	33
4.5.3	Einsatz der Module in Gruppen- und Einzeldesign	33
4.5.4	Minimierung von unerwünschten Wirkungen	33
4.5.5	Angehörige	34
4.5.6	Allgemeine Rahmenbedingungen für die Durchführung des Gruppenprogramms	34
4.5.6.1	Gruppengröße	34
4.5.6.2	Dauer	34
4.5.6.3	Frequenz	35
4.5.6.4	Leitung	35
4.5.6.5	Offene oder geschlossene Gruppe?	35
4.5.6.6	Behandlungsvertrag	35
4.5.6.7	Hausaufgaben	35
4.5.6.8	Aufbau der Sitzungen	35
4.5.6.9	Umgang mit therapiegefährdendem Verhalten	35
4.5.6.10	Videoaufnahmen	36
4.5.6.11	Was noch wichtig sein könnte	36
4.5.6.12	Der Einsatz von Bestandteilen des Gruppenprogramms in der Einzeltherapie bzw. dem Coaching bei ADHS im Erwachsenenalter	37
4.6	Bisherige Ergebnisse	38
4.6.1	Erstmalige Anwendung	38
4.6.2	Der kontrollierte klinische Versuch	38
4.7	Weitere Entwicklung	38

Kapitel 5: Die Bausteine der Psychotherapie	42
5.1 Sitzung I: „Vorstellung/Vereinbarung/Klärung“	42
5.1.1 Ziele	42
5.1.2 Materialien	44
5.2 Sitzung II: „Neurobiologie“ und „Achtsamkeit I“	62
5.2.1 Ziele	62
5.2.1.1 Ziele der Sitzungshälfte „Neurobiologie“	62
5.2.1.2 Ziele der Sitzungshälfte „Achtsamkeit“	62
5.2.2.1 Materialien zur Sitzungshälfte „Neurobiologie“	64
5.2.2.2 Materialien zur Sitzungshälfte „Achtsamkeit“	65
5.3 Sitzung III: „Achtsamkeit II“	70
5.3.1 Ziele	70
5.4 Sitzung IV: „Chaos und Kontrolle“	70
5.4.1 Ziele	70
5.4.2 Materialien	72
5.5 Sitzungen V und VI: „Problemverhalten und Verhaltensanalyse“	73
5.5.1 Ziele	73
5.5.2 Materialien	74

5.6	Sitzung VII: „Gefühlsregulation“	76
5.6.1	Ziele	76
5.6.2	Materialien	77
5.7	Sitzung VIII: „Depression“ und „Medikamente bei ADHS“	79
5.7.1	Ziele	79
5.7.1.1	Ziele der Sitzungshälfte „Depression“	79
5.7.1.2	Ziele der Sitzungshälfte „Medikamente bei ADHS“	79
5.7.2	Materialien zur Sitzungshälfte „Depression“	80
5.8	Sitzung IX: „Impulskontrolle und Handlungsplanung“	81
5.8.1	Ziele	81
5.8.2	Materialien	82
5.9	Sitzung X: „Stress“	86
5.9.1	Ziele	86
5.9.2	Materialien	88
5.10	Sitzung XI: „Sucht“	90
5.10.1	Ziele	90
5.10.2	Materialien	91
5.11	Sitzung XII: „Beziehungen/Selbstachtung“	93
5.11.1	Ziele	93
5.11.2	Materialien	94
5.12	Sitzung XIII: „Rückblick/Abschied/Ausblick“	99
5.12.1	Ziele	99
5.12.2	Materialien	100
Literatur		102
Anhang – Diagnostische Kriterien der ADHS		104
A) Diagnostische Leitlinien der Hyperkinetischen Störungen nach ICD-10		104
B) Diagnostische Kriterien der ADHS nach DSM-IV-TR		104
C) Die Wender-Utah-Kriterien der ADHS im Erwachsenenalter		106