

Inhaltsverzeichnis

1	Hinweise zum Gebrauch des Manuals	1	3.7	Therapeutische Haltungen und Strategien	38
	Roberto D'Amadio, Wolfgang Retz, Alexandra Philipsen und Mathias Rösler		3.8	Didaktische Prinzipien.	39
2	Klinischer und wissenschaftlicher Hintergrund	3	3.9	Struktur der Gruppensitzungen.	41
	Wolfgang Retz, Harald Scherk und Michael Rösler		3.10	Aufbau der Gruppensitzungen	41
2.1	Was ist ADHS?	3	3.10.1	Eröffnung.	41
2.1.1	Epidemiologie	3	3.10.2	Aktuelles Thema.	42
2.1.2	Klassifikation	3	3.10.3	Abschlussrunde	43
2.1.3	Psychopathologie.	4	3.10.4	Pause.	43
2.1.4	Komorbidität und soziale Schwierigkeiten	8	3.11	Evaluation und Qualitätssicherung	45
2.1.5	Ursachen der ADHS	9	3.12	Zu guter Letzt	45
2.2	Wie wird die ADHS diagnostiziert?	14	4	Manual für die Gruppenleitung: Psychoedukative Gruppe Erwachsene mit ADHS	47
2.2.1	Schwierigkeiten bei der ADHS-Diagnostik	14	4.1	Roberto D'Amelio, Wolfgang Retz, Eva Steinbach und Matthias Bender	
2.2.2	Praktisches Vorgehen	15	4.1.1	Sitzung 1: Kennenlernen und Organisatorisches	48
2.3	Therapie der ADHS	17	4.1.2	Lernziele der 1. Sitzung	48
2.3.1	Medikamentöse Behandlung der ADHS im Erwachsenenalter	17	4.1.3	Überblick über die 1. Sitzung	49
2.3.2	Psychotherapie und Psychoedukation bei ADHS im Erwachsenenalter	21	4.2	Durchführung der 1. Sitzung.	50
2.4	Was ist Psychoedukation?	23	4.2.1	Sitzung 2: Was ist ADHS und wie entsteht ADHS?	56
2.5	Warum Psychoedukation bei ADHS?	25	4.2.2	Lernziele der 2. Sitzung	56
2.6	Ziele psychoedukativer Interventionen bei ADHS.	26	4.2.3	Überblick über die 2. Sitzung	57
3	Durchführung der psychoedukativen Gruppe	29	4.3	Durchführung der 2. Sitzung.	58
	Roberto D'Amelio und Alexandra Philipsen		4.3.1	Sitzung 3: Wie kann man ADHS behandeln?	62
3.1	Indikation	30	4.3.2	Lernziele der 3. Sitzung	62
3.2	Ziele	30	4.3.3	Überblick über die 3. Sitzung	63
3.3	Setting	32	4.4	Durchführung der 3. Sitzung.	64
3.4	Gruppengröße, Häufigkeit und Anzahl der Sitzungen	32	4.4.1	Sitzung 4: Mein (soziales) Leben mit ADHS	68
3.5	Vorbereitungen.	33	4.4.2	Lernziele der 4. Sitzung	68
3.6	Leitung der Gruppen.	36	4.4.3	Überblick über die 4. Sitzung	68
			4.5	Durchführung der 4. Sitzung.	69
			4.4.1	Sitzung 5: Wie gehe ich mit mir um? – Selbstbild und Selbstwert	73
			4.4.2	Lernziele der 5. Sitzung	73
			4.4.3	Überblick über die 5. Sitzung	73

X	Inhaltsverzeichnis					
4.5.3	Durchführung der 5. Sitzung.....	74	5.8.4	Sitzung 4: Medikamente und ADHS .	127	
4.6	Sitzung 6: Von Chaos und Kontrolle – (Selbst-)Organisation im Alltag....	80	5.8.5	Sitzung 5: Besonderheiten der Impulskontrolle bei ADHS.....	127	
4.6.1	Lernziele der 6. Sitzung	80	5.8.6	Sitzung 6: Besonderheiten im Umgang mit Organisation und Stress bei ADHS	128	
4.6.2	Überblick über die 6. Sitzung	80				
4.6.3	Durchführung der 6. Sitzung.....	81				
4.7	Sitzung 7: Stressmanagement.....	88	5.8.7	Sitzung 7: Besonderheiten der Gefühlsregulation bei ADHS	128	
4.7.1	Lernziele der 7. Sitzung	88				
4.7.2	Überblick über die 7. Sitzung	89	5.8.8	Sitzung 8: Auswirkungen auf Beziehungen	128	
4.7.3	Durchführung der 7. Sitzung.....	90				
4.8	Sitzung 8: Stimmungsregulation und Impulskontrolle	103	5.8.9	Sitzung 9: Klärung offener Fragen und Abschluss	129	
4.8.1	Lernziele der 8. Sitzung	103	5.9	Zusätzliche Materialien.....	129	
4.8.2	Überblick über die 8. Sitzung	103				
4.8.3	Durchführung der 8. Sitzung.....	104	6	Coaching.....	131	
4.9	Sitzung 9: Selbstmodifikation von problematischem Verhalten	110	6.1	Begriffsbestimmung	131	
4.9.1	Lernziele der 9. Sitzung	110	6.2	Coaching bei ADHS	132	
4.9.2	Überblick über die 9. Sitzung	110	6.3	Der Coaching-Prozess bei ADHS: Ein Stufenmodell.....	135	
4.9.3	Durchführung der 9. Sitzung.....	111				
4.10	Sitzung 10: Ausklang und Verabschiedung	115	6.3.1	Orientierungsphase: Klärung des Anliegens, Identifikation von Problembereichen und Auswahl des zu bearbeitenden Problems.....	136	
4.10.1	Lernziele der 10. Sitzung	115				
4.10.2	Überblick über die 10. Sitzung	116	6.3.2	Identifizierung von Ressourcen.....	139	
4.10.3	Durchführung der 10. Sitzung.....	117	6.3.3	Klärung des Ist-Zustands: Problembeschreibung und Problemanalyse	141	
5	Angehörigengruppe	121				
	Alexandra Philipsen und Harald Richter [†]					
5.1	Einführung	121	6.3.4	Klärung des Soll-Zustands: Zielbestimmung	143	
5.2	Überblick über die Inhalte der einzelnen Sitzungen	122	6.3.5	Strukturierung und Planung: Erarbeitung von Maßnahmen zur Zielerreichung	145	
5.3	Aufbau und Struktur der Angehörigengruppe	123				
5.4	Ablauf der einzelnen Sitzungen ...	123	6.3.6	Umsetzung	148	
5.5	Schriftliche Arbeitsmaterialien	124	6.3.7	Zielerreichung	150	
5.6	Teilnehmende	124	6.3.8	Stabilisierung des Erfolgs	151	
5.7	Gruppenleitung.....	125				
5.8	Inhalte der einzelnen Sitzungen der Angehörigengruppe	125	7	Literatur	153	
5.8.1	Sitzung 1: Vorstellung, Vereinbarungen, Klärung	125	8	Anhang	157	
5.8.2	Sitzung 2: Neurobiologie und Krankheitsmodell der ADHS im Erwachsenenalter.....	126	8.1	Materialien Psychoedukation bei ADHS im Erwachsenenalter	157	
5.8.3	Sitzung 3: Komorbiditäten bei ADHS	126	8.1.1	Vordrucke	157	
			8.1.2	Folien	164	
			8.1.3	Handouts.....	190	

8.2	Vordrucke Psychoedukation für Angehörige von Erwachsenen mit ADHS	236	8.4	Nützliche Adressen für Patientinnen, Patienten und Angehörige	251
8.3	Handouts Coaching bei ADHS im Erwachsenenalter	240		Register	252