

Inhalt

Vorwort

1	Einführung	9
2	Diagnostik	14
3	Psychoedukation zur Lebensführung bei Depression	59
4	Psychoedukation zu den Störungsmodellen der Verhaltenstherapie	77
5	Verhaltensaktivierung	102
6	Veränderung von Kognitionen	135
7	Metakognitive Fertigkeiten	160
8	Achtsamkeit und Akzeptanz	196
9	Emotionsregulation	226
10	Interpersonelle Fertigkeiten: Handlungsplanung	275
11	Interpersonelle Fertigkeiten: Verhaltenstraining	297
12	Umgang mit Suizidalität und Krisen	329
13	Rückfallprophylaxe	347

Anhang

Literaturverzeichnis	354
Verzeichnis der Arbeits- und Informationsblätter	358
Hinweise zum Arbeitsmaterial	364