

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort zur 2. Auflage</b>	<b>1</b>
<b>Danksagung zur 1. Auflage</b>	<b>3</b>
<b>1 Beschreibung des Störungsbildes</b>	<b>4</b>
1.1 Bezeichnung	4
1.2 Definition	5
1.2.1 Symptome der PTBS	5
1.2.2 Was macht einen Stressor traumatisch?	6
1.2.3 Diagnostische Kriterien nach ICD-11	7
1.3 Epidemiologische Daten	9
1.3.1 Häufigkeit traumatischer Ereignisse	9
1.3.2 Art des Traumas	9
1.3.3 Prävalenz der PTBS in der Bevölkerung	9
1.4 Verlauf und Prognose	10
1.5 Differenzialdiagnosen	10
1.6 Komorbidität	11
1.7 Diagnostische Verfahren und Dokumentationshilfen	12
<b>2 Störungstheorien und Modelle</b>	<b>13</b>
2.1 Überblick	13
2.2 Persönliche Bedeutungen des Traumas und/oder seiner Konsequenzen	15
2.3 Besonderheiten des Traumagedächtnisses	17
2.4 Verhaltensweisen und kognitive Strategien, die eine PTBS aufrechterhalten	20
2.5 Kognitive Verarbeitung während des Traumas	23
2.6 Weitere Variablen, die die Entwicklung und Aufrechterhaltung einer PTBS beeinflussen	23
2.7 Andere Störungsmodelle	24
<b>3 Diagnostik und Indikation</b>	<b>27</b>
3.1 Diagnostik der Symptomatik und Indikationshinweise	27
3.2 Diagnostik der aufrechterhaltenden psychologischen Prozesse	29

<b>4</b>	<b>Behandlung</b>	<b>32</b>
4.1	Allgemeine Aspekte der Behandlung	32
4.1.1	Ziele der Behandlung	32
4.1.2	Planung der Behandlungssitzungen	33
4.1.3	Therapeutische Beziehung und Setting	33
4.1.4	Effekte traumatischer Ereignisse auf Therapeut:innen	34
4.1.5	Aufnahme der Sitzung und schriftliche Therapiematerialien	35
4.1.6	Generelles Therapiekonzept	35
4.2	Behandlungsrational und Erarbeitung eines individuellen Störungsmodells	36
4.2.1	Beginn der Behandlung	36
4.2.2	Symptome normalisieren	37
4.2.3	Experiment zur Gedankenunterdrückung	38
4.2.4	Bedeutungen des Traumas und seiner Folgen	40
4.2.5	Das Leben zurückerobern bzw. neu aufbauen	40
4.2.6	Individuelles Störungsmodell	41
4.3	Übersicht über die weiteren Sitzungen	43
4.4	Normalisieren, Informieren und Problemlösen	44
4.5	Reduktion des ungewollten Wiedererlebens durch Aktualisierung der Traumaerinnerungen	45
4.5.1	Übersicht	45
4.5.2	Schritt 1: Zugriff auf Traumaerinnerungen und ihre bedrohlichen Bedeutungen	46
4.5.3	Schritt 2: Informationen zur Korrektur der bedrohlichen Bedeutungen entdecken	50
4.5.4	Schritt 3: Aktualisierung der bedrohlichen Bedeutungen durch emotionale Verknüpfung der neuen Sichtweise mit dem jeweiligen Hotspot	51
4.5.5	Imaginationstechniken	54
4.6	Identifikation und Diskrimination von Auslösern des intrusiven Wiedererlebens	57
4.7	Besuch des Ortes, an dem das Trauma passierte	58
4.8	Kognitive Arbeit zu Bedeutungen des Traumas und seiner Konsequenzen	59
4.8.1	Generelles Vorgehen	59
4.8.2	Übergeneralisierung von Gefahr – Angst	61
4.8.3	Verantwortlichkeit und Verurteilung durch andere – Schuld- und Schamgefühle	64
4.8.4	Übermäßige Beschäftigung mit Ungerechtigkeit – Ärger	69

4.8.5	Umstrukturieren von grundlegenden negativen Überzeugungen über das Selbst und die Welt .....	72
4.9	Modifikation aufrechterhaltender Verhaltensweisen und kognitiver Strategien .....	73
4.10	Beenden der Therapie und Rückfallprophylaxe .....	74
4.11	Wirkungsweise der Therapiemethoden .....	77
4.12	Effektivität und Prognose .....	77
4.13	Varianten der Methoden .....	81
4.14	Probleme bei der Durchführung .....	82
<b>5</b>	<b>Fallbeispiel .....</b>	<b>84</b>
<b>6</b>	<b>Weiterführende Literatur .....</b>	<b>89</b>
<b>7</b>	<b>Literatur .....</b>	<b>90</b>
<b>8</b>	<b>Kompetenzziele und Lernkontrollfragen .....</b>	<b>99</b>
<b>9</b>	<b>Anhang .....</b>	<b>101</b>

## **Karten**

Kurzanleitung für die Diagnostik und Exploration

Kernbotschaften für das individuelle Störungsmodell