

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>6</b>
<b>Einführung</b>	<b>8</b>
<b>1 Diagnostische Interventionen und Instrumentarien</b>	<b>13</b>
1.1 Hintergrund und Einführung	13
1.2 Arbeitsmaterialien	15
<b>2 Zielklärung und Veränderungsmotivation</b>	<b>43</b>
2.1 Hintergrund und Einführung	43
2.2 Arbeitsmaterialien	46
<b>3 Psychoedukation und Selbstbeobachtung</b>	<b>60</b>
3.1 Hintergrund und Einführung	60
3.2 Arbeitsmaterialien	63
<b>4 Kontrollerleben und Angstbewältigung</b>	<b>99</b>
4.1 Hintergrund und Einführung	99
4.2 Arbeitsmaterialien	102
<b>5 Kognitive Strategien in der Angstbewältigung</b>	<b>132</b>
5.1 Hintergrund und Einführung	132
5.2 Arbeitsmaterialien	136
<b>6 Exposition zur Angstbewältigung</b>	<b>188</b>
6.1 Hintergrund und Einführung	188
6.2 Arbeitsmaterialien	190
<b>7 Emotionale Strategien in der Angstbewältigung</b>	<b>213</b>
7.1 Hintergrund und Einführung	213
7.2 Arbeitsmaterialien	215
<b>8 Aufrechterhaltung und Rückfallprophylaxe</b>	<b>240</b>
8.1 Hintergrund und Einführung	240
8.2 Arbeitsmaterialien	243
<b>Übersicht Arbeitsblätter</b>	<b>257</b>
<b>Literatur</b>	<b>261</b>