

# Inhaltsverzeichnis

## Kapitel 1: Einleitende Informationen für Therapeuten

1.1	Hintergrundinformationen und Ziel dieses Programmes . . . . .	11
1.2	Fokus auf das Problem oder die Störung . . . . .	11
1.3	Diagnostische Kriterien der PTB . . . . .	12
1.4	Die Entwicklung dieses Behandlungsprogrammes und die Evidenzbasierung . . . . .	13
1.4.1	Empirische Belege für die KVT der PTB bei Erwachsenen . . . . .	14
1.4.2	Verbreitung . . . . .	15
1.4.3	Empirische Belege für die KVT für die Behandlung der PTB bei Kindern und Jugendlichen . . . . .	15
1.5	Das Modell der PE für die PTB: Die Theorie der emotionalen Verarbeitung . . . . .	17
1.6	Spontane Erholung vs. die Entwicklung einer chronischen PTB . . . . .	18
1.7	Vorteile und Risiken dieses Behandlungsprogrammes . . . . .	19
1.7.1	Vorteile . . . . .	19
1.7.2	Risiken . . . . .	19
1.8	Alternative Behandlungen . . . . .	20
1.9	Die Bedeutung von Medikamenten . . . . .	20
1.10	Die Struktur des Behandlungsprogrammes . . . . .	21
1.10.1	Phase 1: Vorbereitung der Therapie . . . . .	21
1.10.1.1	Modul <i>Motivationales Interview</i> . . . . .	22
1.10.1.2	Modul <i>Fallmanagement</i> . . . . .	22
1.10.2	Phase 2: Psychoedukation und Behandlungsplanung; der Beginn der Behandlung, Modul <i>Behandlungsmodell</i> . . . . .	22
1.10.2.1	Modul <i>Informationserfassung mit dem Trauma-Interview</i> . . . . .	22
1.10.2.2	Modul <i>Verbreitete Reaktionen auf ein Trauma</i> . . . . .	22
1.10.3	Phase III: Konfrontationen . . . . .	22
1.10.3.1	Modul <i>Experimente im richtigen Leben</i> . . . . .	22
1.10.3.2	Modul <i>Nacherzählen der Erinnerungen</i> . . . . .	23
1.10.3.3	Modul <i>Schlimmste Momente</i> . . . . .	23
1.10.4	Phase IV: Rückfallprophylaxe und Beendigung der Behandlung . . . . .	23
1.10.4.1	Modul <i>Rückfallprophylaxe</i> . . . . .	23
1.10.4.2	Modul <i>Abschlussitzung</i> . . . . .	23
1.11	Traumaspezifische Anpassungen . . . . .	23
1.12	Einige Richtlinien für die Arbeit mit Jugendlichen . . . . .	23
1.13	Überblick über den Einbezug der Eltern . . . . .	24
1.14	Der Gebrauch des Arbeitsbuches auf CD . . . . .	25

## Kapitel 2: Einschätzung der Ausgangssituation und besondere Erwägungen für die Behandlung traumatisierter Jugendlicher

2.1	Für wen ist die PE-A geeignet? . . . . .	26
2.2	Komorbide Erkrankungen und Ausschlusskriterien . . . . .	26
2.3	Strategien für die Einschätzung der Patienten . . . . .	28
2.4	Besonderheiten bei der Behandlung von Jugendlichen mit einer PTB . . . . .	29
2.5	Das Fundament für die Behandlung . . . . .	29
2.5.1	Konzeptuelles Modell . . . . .	29
2.5.2	Therapeutisches Bündnis . . . . .	30
2.5.3	Ein klares und überzeugendes Erklärungsmodell für die Behandlung . . . . .	30
2.6	Herausforderungen bei der Therapie von Traumaopfern . . . . .	30
2.7	Hinweise für den Traumatherapeuten: Wie sorgen Sie für sich selbst? . . . . .	31

## Phase 1: Vorbereitung der Therapie

### **Kapitel 3: Modul Motivationales Interview (optional)**

3.1	Überblick . . . . .	35
3.2	Motivationales Interview . . . . .	36
3.2.1	Die Motivation des Patienten für die Therapie . . . . .	36
3.3	Beeinträchtigung von Lebensbereichen . . . . .	36
3.4	Möglicher Nutzen der Therapie . . . . .	37
3.5	Mögliche Therapiehindernisse . . . . .	37
3.6	Mögliche Kosten der Therapie . . . . .	38
3.7	Vor- und Nachteile: Überblick und Zusammenfassung . . . . .	38

### **Kapitel 4: Modul Fallmanagement**

4.1	Überblick . . . . .	42
4.2	Treffen allein mit dem Patienten . . . . .	42
4.2.1	Erklärungsmodell für den Einbezug der Eltern . . . . .	42
4.4.2	Schweigepflicht und Vertraulichkeit . . . . .	42
4.2.3	Diskussion des Einbezuges der Eltern . . . . .	43
4.2.4	Einschätzung von Risiken . . . . .	43
4.2.5	Krisenbewältigungsplan . . . . .	43
4.3	Treffen allein mit den Eltern . . . . .	45
4.3.1	Schätzen Sie die Schwierigkeiten der Eltern ein . . . . .	45
4.3.2	Besprechung des Suizidrisikos (nur wenn notwendig) . . . . .	45
4.3.3	Schweigepflicht und Vertraulichkeit . . . . .	45
4.3.4	Besprechung des Einbezuges der Eltern . . . . .	46
4.4	Treffen mit den Eltern und dem Patienten zusammen . . . . .	46
4.4.1	Zusammenfassung der Vertraulichkeitsvereinbarung . . . . .	46
4.4.2	Vereinbarung des Krisenbewältigungsplans . . . . .	46
4.4.3	Identifikation anderer Probleme . . . . .	47
4.4.4	Entscheidung über den Einbezug der Eltern . . . . .	47
4.4.5	Therapieablauf . . . . .	48

## Phase 2: Psychoedukation und Behandlungsplanung; der Beginn der Behandlung

### **Kapitel 5: Modul Behandlungsmodell**

5.1	Überblick . . . . .	51
5.2	Besprechung der Hausaufgaben . . . . .	51
5.3	Die Struktur der Behandlung . . . . .	51
5.4	Erklärung des Therapiekonzepts . . . . .	52
5.4.1	Techniken: Die Erinnerung nacherleben und Experimente im richtigen Leben . . . . .	52
5.4.2	Nicht hilfreiche Gedanken und Überzeugungen . . . . .	53
5.4.3	Unterstützung und Teamarbeit . . . . .	53
5.5	Atemtraining . . . . .	54
5.6	Treffen mit den Eltern . . . . .	54

### **Kapitel 6: Modul Informationserfassung mit dem Trauma-Interview**

6.1	Überblick . . . . .	55
6.2	Besprechung der Hausaufgabe . . . . .	55

6.3	Trauma-Interview .....	56
6.3.1	Details des Trauma .....	56
6.3.2	Gefühle während des Traumas .....	56
6.3.3	Zusätzliche Informationen .....	56
6.3.4	Veränderungen in Überzeugungen und Einstellungen .....	56
6.3.5	Andere Fragen .....	56
6.4	Übung „Geheimwaffen“ (optional) .....	57
6.5	Treffen mit den Eltern .....	57

**Kapitel 7: Modul *Verbreitete Reaktionen auf ein Trauma***

7.1	Überblick .....	59
7.2	Besprechung der Hausaufgaben .....	60
7.3	Einleitung zum Thema der Stunde .....	60
7.4	Furcht und Angst .....	60
7.5	Angespanntheit .....	61
7.6	Wiedererleben .....	61
7.6.1	Flashbacks .....	61
7.6.2	Albträume .....	61
7.7	Vermeidung .....	62
7.8	Emotionale Taubheit .....	62
7.9	Wut .....	62
7.10	Schuld und Scham .....	63
7.11	Gefühle des Kontrollverlustes .....	64
7.12	Veränderungen in der Wahrnehmung .....	64
7.13	Gefühle der Hoffnungslosigkeit .....	64
7.14	Zusammenfassung .....	65

**Phase 3: Konfrontationen****Kapitel 8: Modul *Experimente im richtigen Leben***

8.1	Überblick .....	69
8.2	Besprechung der Hausaufgabe .....	70
8.3	Erklärungsmodell für die Experimente im richtigen Leben .....	70
8.4	Habituation .....	71
8.5	Einführung der Konfrontation in vivo .....	72
8.5.1	In Vivo-Hierarchie .....	73
8.5.2	Stressthermometer .....	73
8.6	Erstellung einer Hierarchie von Experimenten im richtigen Leben .....	73
8.6.1	Sicherheitsverhalten .....	74
8.6.2	Konfrontationsarten .....	74
8.6.3	Einschätzung des Gefährlichkeitsgrades der Experimente im richtigen Leben .....	75
8.7	Aufstellen der Hierarchie der Experimente im richtigen Leben .....	76
8.7.1	Einstufung der aufgelisteten Situationen .....	76
8.7.2	Beispiel: Auf der Autobahn fahren .....	79
8.8	Gemeinsame Konfrontationen in der Sitzung .....	79
8.8.1	Durchführung von „Experimenten im richtigen Leben“ während der Sitzung .....	80
8.8.2	Nachbesprechung der Konfrontation .....	80
8.9	Vorbereitung auf die Konfrontation als Hausaufgabe .....	83
8.9.1	Die Wichtigkeit eines systematischen Vorgehens .....	83
8.9.2	Einbezug der Eltern .....	83

**Kapitel 9: Modul *Nacherzählen der Erinnerungen***

9.1	Überblick . . . . .	85
9.2	Besprechung der Hausaufgaben . . . . .	86
9.3	Erklärungsmodell für das Nacherzählen der Erinnerungen . . . . .	86
9.4	Welche Effekte hat das Nacherzählen der Erinnerungen? . . . . .	87
9.4.1	Die Erinnerungen „verdauen“ . . . . .	87
9.4.2	Andere positive Folgen . . . . .	87
9.5	Das Nacherzählen der Erinnerungen an das Trauma . . . . .	88
9.6	Häufige Probleme . . . . .	89
9.6.1	Überengagement . . . . .	89
9.6.2	Unterengagement . . . . .	89
9.7	Verarbeitung der Erinnerungen an das Trauma . . . . .	90
9.8	Identifikation nicht hilfreicher Gedanken und Überzeugungen . . . . .	91
9.8.1	Posttraumatische Bewertungen . . . . .	91
9.8.2	Unrealistische Gedanken in Frage stellen . . . . .	91
9.8.2.1	Schuldgefühle . . . . .	91
9.8.2.2	Scham . . . . .	92
9.8.2.3	Wut . . . . .	92
9.8.2.4	Trauer . . . . .	92
9.9	Treffen mit den Eltern . . . . .	92

**Kapitel 10: Modul *Schlimmste Momente***

10.1	Überblick . . . . .	95
10.2	Besprechung der Hausaufgabe . . . . .	96
10.3	Nacherzählen der schlimmsten Momente . . . . .	96
10.4	Verarbeitung der schlimmsten Momente . . . . .	97
10.5	Treffen mit den Eltern (optional) . . . . .	97
10.6	Vorbereitung auf das Modul <i>Rückfallprophylaxe</i> . . . . .	98

**Phase 4: Rückfallprophylaxe und Behandlungsende****Kapitel 11: Modul *Rückfallprophylaxe***

11.1	Überblick . . . . .	101
11.2	Besprechung der Hausaufgabe . . . . .	101
11.3	Identifikation von Auslösern . . . . .	102
11.4	Planung der Bewältigungsstrategien . . . . .	102
11.5	Besprechung der konkreten Gegenstrategien . . . . .	102
11.6	Planung der letzten Sitzung (optional) . . . . .	103
11.7	Treffen mit den Eltern (optional) . . . . .	104

**Kapitel 12: Modul *Letzte Sitzung***

12.1	Überblick . . . . .	105
12.2	Interview zum Therapieabschluss . . . . .	105
12.3	Gefühle zum Ende der Therapie . . . . .	106
12.4	Die Beendigung der Therapie . . . . .	106

**Kapitel 13: Anpassungsmöglichkeiten des Programmes**

13.1	Hauptbestandteile der Verlängerten Konfrontationstherapie . . . . .	107
13.2	Anpassung der Behandlung an das Alter des Patienten . . . . .	108

13.3	Anpassung der psychoedukativen Materialien .....	109
13.4	Anpassung der Experimente im richtigen Leben .....	109
13.5	Anpassung der Nacherzählungen der Erinnerungen .....	110
13.6	Anpassung für Patienten; deren Familien nicht einbezogen werden können .....	111
13.7	Zusammenfassung .....	112
<b>Literatur</b> .....		<b>114</b>

## Anhang

<b>Anhang A</b> .....	<b>121</b>
A1: Krisenbewältigungsplan .....	121
<b>Anhang B</b> .....	<b>122</b>
B1: Trauma-Interview .....	122
<b>Anhang C</b> .....	<b>124</b>
C1: Informationsblatt 1 .....	124
C2: Informationsblatt 2 .....	126
C3: Informationsblatt 3 .....	128
<b>Anhang D – Zusatzmaterialien: Geschichten und Karten</b> .....	<b>132</b>
D1: Geschichte zum Verdeutlichen des Behandlungsmodells .....	132
D2: Karten zu den verbreiteten Reaktionen (für jüngere Teenager) .....	135
D3: Eine Geschichte zu den verbreiteten Traumareaktionen .....	138
D4: Sitzungsprotokoll „Nacherzählen der Erinnerungen“ .....	138
<b>Die Autorinnen</b> .....	<b>141</b>
<b>Die Übersetzerinnen</b> .....	<b>141</b>