

Inhalt

Einleitung	7
1 Grundlagen	11
1.1 Schmerz – was ist das?	11
1.2 Häufigkeit chronischer Schmerzen bei Kindern und Jugendlichen	12
1.3 Primäre Kopfschmerzen im Kindes- und Jugendalter	14
1.3.1 Symptomatik, Pathophysiologie und Therapie von Migräne ...	14
1.3.2 Ein mögliches biopsychosoziales Entstehungsmodell von Migräne	17
1.3.3 Symptomatik, Pathophysiologie und Therapie Spannungskopfschmerzen	18
1.3.4 Ein mögliches biopsychosoziales Entstehungsmodell	20
Spannungskopfschmerzen	20
1.4. Primäre Bauchschmerzen im Kindes- und Jugendalter	21
1.4.1 Symptomatik, Klassifikation und Therapie primärer Bauchschmerzen	22
1.4.2 Ein mögliches biopsychosoziales Entstehungsmodell	24
für primäre Bauchschmerzen	24
1.5 Chronische Schmerzen des Bewegungsapparats im Kindes- und Jugendalter	25
1.6 Das Modell »Schmerztor«	27
1.7 Psychologische Behandlungskonzepte für Schmerzen im Kindes- und Jugendalter	30
1.7.1 Kopfschmerzen im Kindes- und Jugendalter	30
1.7.2 Bauchschmerzen im Kindes- und Jugendalter	31
1.7.3 Multimodale stationäre Therapie chronischer Schmerzen Kindes- und Jugendalter	32
1.8 Hypnose in der Therapie von Schmerzen	34
1.8.1 Therapie akuter Schmerzen	37
1.8.2 Therapie chronischer Schmerzen	38
1.8.3 Therapie funktioneller Schmerzen – der hypnosystemische Ansatz	39
1.8.4 Hypnotherapie von Schmerzen im Kindes- und Jugendalter	40

2	»ALLES IM KOPF!« – das Manual	46
2.1	Einführung	46
2.2	Anamnese	51
2.2.1	Fragebögen	51
2.2.2	Erstgespräch	52
2.3	Psychoedukation	63
2.4	Informationen für Eltern: Erster Elternabend	78
2.5	Die therapeutischen Einheiten	80
2.5.1	Einheit 1: »Schließe das Schmerztor!«	82
2.5.2	Einheit 2: »Komm in die Stress-Balance!«	90
2.5.3	Einheit 3: »Finde deinen eigenen Rhythmus!«	95
2.5.4	Einheit 4: »Gute Gedanken machen das Leben leichter«	109
2.5.5	Einheit 5: »Mut tut gut!«	115
2.5.6	Einheit 6: »Schmerz lass nach!«	128
2.6	Zweiter Elternabend	139
2.7	Nachgespräch	143
2.8	Evaluation	145
2.9	Ausblick	154
	Informationen und Literatur zum Weiterlesen	158
	Für Therapeuten	158
	Internetseiten	158
	Für junge Patienten und deren Eltern	159
	Internetseiten	159
	Bücher	161
	Danksagung	163
	Übersicht des Online-Materials	164
	Literatur	166
	Über die Autorin	172