

Inhaltsverzeichnis

I Theorie

1	Unerklärte Körperbeschwerden und somatoforme Störungen	3
1.1	Phänomenologie	4
1.1.1	Die Verzweiflung der Frau O.	4
1.1.2	Die Leiden des Herrn Z.	5
1.2	Der Begriff »Somatisierung«: Vergangenheit – Gegenwart – Zukunft	5
1.2.1	Vergangenheit: Historie des Begriffs »Somatisierung«	6
1.2.2	Gegenwart: Derzeitige diagnostische Konzepte	7
1.2.3	Das Verschwinden der somatoformen Störungen als eigenständige Kategorie im DSM-5	8
1.3	Diagnostik	9
1.3.1	Diagnostische Klassifikationskriterien nach der ICD-10 und dem DSM-5	10
1.3.2	Diagnostischer Prozess und Besonderheiten bei unerklärten Körperbeschwerden	13
1.3.3	Differenzialdiagnostische Abgrenzung	15
1.3.4	Weitere diagnostische Verfahren	16
1.4	Epidemiologie	18
1.4.1	Prävalenz	18
1.4.2	Soziodemografische und transkulturelle Besonderheiten	21
1.4.3	Komorbidität	23
1.4.4	Verlauf	25
1.4.5	Gesundheitsökonomische Relevanz: Unerklärte Körperbeschwerden und Behandlungskosten	26
	Literatur	27
2	Störungstheorien, Modelle und Konzepte unerklärter Körperbeschwerden und somatoformer Störungen	33
2.1	Konzept der somatosensorischen Verstärkung	34
2.2	Kognitiv-behaviorale Störungsmodelle	34
2.3	Integrativ-kognitives Modell	36
2.4	Psychobiologisches Filtermodell	38
2.5	Modell der klassischen Konditionierung somatoformer Beschwerden	39
2.6	Angst-Vermeidungs-Modell chronischer Schmerzen	40
2.7	Mechanismus der zentralen Sensitivierung	40
2.8	Physiologische und psychophysiologische Faktoren bei Somatisierung	41
2.9	Interpersonelles Modell der Somatisierung	42
2.10	Psychoanalytische und tiefenpsychologische Konzepte	43
2.11	Ausblick: Dysfunktionale Emotionsregulationsprozesse bei somatoformen Beschwerden	43
2.12	Ätiologie und Pathogenese somatoformer Störungen nach aktuellem Kenntnisstand:	
	Ein integratives Modell	44
	Literatur	46
3	Therapieansätze für unerklärte Körperbeschwerden und somatoforme Störungen	49
3.1	Psychotherapie und sonstige psychologische Behandlungsansätze	50
3.1.1	Kognitiv-verhaltenstherapeutische und verhaltensmedizinische Ansätze	50
3.1.2	Entspannungsverfahren und Biofeedback	53
3.1.3	Reattributionstraining	54
3.1.4	Tiefenpsychologisch fundierte Therapieansätze	55
3.1.5	Psychodynamisch-interpersonelle Therapieansätze	56
3.1.6	Sport- und Bewegungstherapie	57
3.2	Psychopharmakotherapie	58

3.3	Wirksamkeitsevidenz für verschiedene Therapieansätze bei unerklärten Körperbeschwerden .	58
3.3.1	Psychotherapie	60
3.3.2	Wirksamkeit von psychopharmakologischer Therapie	62
3.4	Evidenzbasierte Leitlinien für die Therapie unerklärter Körperbeschwerden	63
3.5	Schlussfolgerungen für zukünftige kognitive Verhaltenstherapie bei unerklärten Körperbeschwerden	64
3.6	Literaturangaben der Metaanalysen von Abb. 3.1	65
	Literatur	68

II Praxis: Das Manual – Grundlagen und Eingangsphase

4	Kognitiv-verhaltenstherapeutisches Einzeltherapiekonzept für Patienten mit unerklärten Körperbeschwerden: Grundlagen und Eingangsphase	73
4.1	Einführung in die Struktur des Manuals	74
4.1.1	Anwendung des manualisiert-strukturierten Vorgehens im Praxisalltag: Chancen und Probleme	74
4.1.2	Empfehlungen für therapeutische Schwerpunktsetzungen bei der Behandlung monosymptomatischer funktioneller Syndrome	78
4.2	Eingangsphase der Therapie	79
4.2.1	Erstkontakt und Therapieerwartungen des Patienten	79
4.2.2	Besonderheiten im weiteren Verlauf	84
4.3	Besonderheiten in der Therapie mit Patienten mit Migrationshintergrund	87
	Literatur	88

III Praxis: Das Manual – therapeutische Phase

5	Modul 1: Behandlungsmotivation	91
5.1	Sitzung 1	92
5.2	Arbeitsblätter	94
	Literatur	94
6	Modul 2: Stress und Stressbewältigung (Teil 1)	97
6.1	Sitzung 2	98
6.2	Sitzung 3	101
6.3	Arbeitsblätter	107
	Literatur	107
7	Modul 3: Aufmerksamkeit	117
7.1	Sitzung 4	118
7.2	Sitzung 5	121
7.3	Sitzung 6	123
7.4	Arbeitsblätter	125
	Literatur	125
8	Modul 4: Bewertungsprozesse	139
8.1	Sitzung 7	140
8.2	Sitzung 8	143
8.3	Sitzung 9	145
8.4	Sitzung 10	152
8.5	Sitzung 11	155
8.6	Arbeitsblätter	157
	Literatur	157

9	Modul 5: Krankheitsverhalten	173
9.1	Sitzung 12	174
9.2	Sitzung 13	176
9.3	Sitzung 14	180
9.4	Sitzung 15	181
9.5	Arbeitsblätter	184
	Literatur	184
10	Modul 6: Stress und Stressbewältigung (Teil 2)	205
10.1	Sitzung 16	206
10.2	Sitzung 17	208
10.3	Sitzung 18	211
10.4	Sitzung 19	214
10.5	Arbeitsblätter	215
	Literatur	215
11	Modul 7: Störungsmodell	229
11.1	Sitzung 20	230
11.2	Arbeitsblätter	232
12	Exkurs-Modul: Kommunikation im Alltag und mit dem Arzt	237
12.1	Kommunikation im alltäglichen Leben	238
12.1.1	Exploration von Kommunikationsproblemen im alltäglichen Leben	238
12.1.2	Kommunikationsprobleme mit Familienangehörigen oder Freunden	238
12.1.3	Kommunikationsprobleme mit dem (Ehe-)Partner	241
12.1.4	Kommunikationsprobleme mit Vorgesetzten und Kollegen	244
12.1.5	Allgemeines Paradigma zur Planung von Verhaltensexperimenten zu zwischenmenschlichen Problemen und Kommunikationsproblemen des Patienten	246
12.2	Kommunikation mit dem Arzt	247
12.2.1	Perspektivenwechsel und verschiedene Stile zur Kommunikation über Körperbeschwerden	247
12.2.2	Arzt-Patient-Gespräch	249
12.3	Arbeitsblätter	252
	Literatur	252
IV	Erfahrungen aus der Praxis	
13	Ein exemplarischer Therapieverlauf	275
13.1	Symptomatik, Krankheitsanamnese und lebensgeschichtliche Entwicklung	276
13.2	Verhaltens- und Bedingungsanalyse	277
13.3	Diagnose, Therapieziele und Prognose	278
13.4	Therapieverlauf und -ergebnisse	278
	Literatur	280
14	Ergebnisse der Evaluation des Einzeltherapiekonzepts	281
14.1	Merkmale der behandelten Patienten	282
14.2	Auswertung klinischer Skalen	282
14.3	Patientenzufriedenheit	285
	Literatur	287
	Serviceteil	289
	Stichwortverzeichnis	290