

Inhalt

| | |
|---|----|
| Vorwort | 13 |
| Statt einer Einleitung: Tagebuchaufzeichnungen während einer Depression | 17 |
| <i>Erster Teil: Depression als psychiatrische Erkrankung</i> | 29 |
| 1. Die endogene Depression: Krankheitskonzept, klinische Erscheinungsbilder und therapeutische Möglichkeiten (Hans-Jürgen Möller, Hans Lauter) | 31 |
| 1. Einleitung | 31 |
| 2. Systematik und Differentialdiagnostik depressiver Erkrankungen | 34 |
| 2.1. Grundprobleme der psychiatrischen Systematik | 34 |
| 2.2. Gebräuchliche psychiatrische Klassifikationssysteme | 36 |
| 2.3. Differentialdiagnostik depressiver Erkrankungen | 40 |
| 3. Das Konzept der endogenen Depression und der Verlauf affektiver Psychosen | 43 |
| 3.1. Die Charakteristika der endogenen Depression | 43 |
| 3.2. Die Operationalisierung der endogenen Depression durch die Research Diagnostic Criteria | 46 |
| 3.3. Auftreten und Verlauf der endogenen Depression | 48 |
| 4. Symptomatik der endogenen Depression | 51 |
| 4.1. Charakteristika des psychotisch depressiven Syndroms | 51 |
| 4.2. Untertypen des psychotischen depressiven Syndroms | 54 |
| 5. Das Ursachengefüge der endogenen Depression | 56 |
| 5.1. Genetische Befunde | 56 |
| 5.2. Biochemische Hypothesen | 58 |
| 5.3. Chronobiologische Befunde | 65 |
| 5.4. Prämorbidie Persönlichkeit, belastende Lebensereignisse, Stress | 66 |
| 6. Behandlung der endogenen Depression | 69 |
| 6.1. Behandlung mit Antidepressiva | 70 |
| 6.2. Elektrokrampfbehandlung | 76 |

| | |
|---|-----|
| 6.3. Schlafentzugsbehandlung | 78 |
| 6.4. Rezidivprophylaxe mit Lithium-Langzeit-Medikation | 79 |
| Literatur | 81 |
| 2. Depressionsbehandlung in der psychiatrischen Praxis | |
| (Christof Jannasch) | 86 |
| 1. Das Thema der Behandlung | 86 |
| 1.1. Der Behandlungsrahmen Praxis | 86 |
| 1.2. Der behandelnde Arzt | 88 |
| 1.3. Die Thematisierung depressiven Leidens | 89 |
| 2. Der Modus der Behandlung | 90 |
| 2.1. Die reaktive Beziehung | 91 |
| 2.2. Interaktive Beziehung | 91 |
| 2.3. Kreative Beziehung | 93 |
| 3. Der Ort der Behandlung | 93 |
| 3.1. Die objektiven Evidenzen: endogen, psychogen, entwerfend | 94 |
| 3.2. Die subjektiven Konzepte: endogen, neurotisch, somatisch | 95 |
| 3.3. Das Behandeln | 97 |
| Zweiter Teil: Psychotherapie psychogener Depressionen | 103 |
| <i>A. Kognitive und verhaltenstherapeutische Ansätze</i> | 103 |
| <i>I. Depression als Verlust lebensnotwendiger Zuwendung und Bestätigung</i> | 103 |
| 3. Verhaltenstherapie (Lilian Blöschl) | 105 |
| 1. Einleitung | 105 |
| 2. Das Verstärkerverlust-Konzept depressiver Störungen nach Ferster und Lewinsohn | 106 |
| 3. Verstärkervalenz und Verstärkerverlust: ein spezifizierter verhaltenspsychologischer Ansatz zum Depressionsproblem | 108 |
| 3.1. Der multiple Verlust von zentralen positiven Verhaltensschaltstellen als depressiogener Faktor | 109 |
| 3.2. Diagnostische und therapeutische Aspekte | 113 |
| 3.3. Falldarstellung | 116 |
| Status bei Therapiebeginn | 116 |
| Familien- und Entwicklungsgeschichte | 116 |
| Diagnostische Phase | 116 |
| Therapeutische Phase | 117 |
| Nachkontrolle und prognostische Überlegungen | 119 |
| 4. Abschließende Bemerkungen | 119 |
| Literatur | 121 |

| | |
|--|------------|
| <i>II. Depression als Teufelskreis depressiver Gedanken und Gefühle</i> | <i>122</i> |
| 4. Kognitive Therapie (Jesse H. Wright, Aaron T. Beck) | 124 |
| 1. Kognitive Störung bei der Depression | 124 |
| 1.1. Historischer Hintergrund | 124 |
| 1.2. Fallgeschichte: Herr A. | 125 |
| 1.3. Die negative kognitive Triade | 127 |
| 1.4. Schemata | 128 |
| 1.5. Informationsverarbeitung bei der Depression | 130 |
| 1.6. Lern- und Gedächtnisstörung bei der Depression | 133 |
| 2. Kognitive Therapie-Techniken | 135 |
| 2.1. Theoretischer Hintergrund | 135 |
| 2.2. Die Beziehung zwischen Patient und Therapeut | 136 |
| 2.3. Therapie-Verfahren | 138 |
| 3. Effektivität der Kognitiven Therapie | 144 |
| Literatur | 146 |
| <i>III. Selbst den Weg aus der Depression finden durch die Überwindung von Fremdkontrolle</i> | <i>149</i> |
| Literatur | 149 |
| 5. Selbstkontrolltherapie (Serge K. D. Sulz) | 150 |
| 1. Selbstregulation und Selbstkontrolle | 152 |
| 2. Das Selbstkontrollmodell der Depression | 157 |
| 2.1. Stimmung und Aktivität | 160 |
| 2.2. Kurzfristige und langfristige Auswirkungen | 160 |
| 2.3. Selbsteinschätzung | 161 |
| 2.4. Selbstbewertung | 161 |
| 2.5. Selbstverstärkung | 162 |
| 2.6. Verdeckte Selbstbelohnung | 163 |
| Literatur | 164 |
| 6. Therapiemanual zur Selbstkontrolltherapie der Depression in Grup- pen (David Roth, Lynn P. Rehm) | 165 |
| 1. Anleitung für den Therapeuten | 165 |
| 1.1. Eröffnungsschritte | 166 |
| 1.2. Phase des Aufbaus engerer Beziehungen | 167 |
| 1.3. Therapeutische Grundprinzipien | 168 |
| 1.4. Die Verpflichtung zur Selbstbeobachtung zu Hause | 169 |
| 1.5. Liste positiver Aktivitäten | 171 |
| 1.6. Selbstbeobachtungsprotokoll | 172 |
| 2. Stimmung und Aktivität | 173 |
| 2.1. Übung zur selektiven Erinnerung | 173 |
| 2.2. Übung zu Stimmung und Aktivität | 174 |

| | |
|--|-----|
| 3. Kurzfristige und langfristige Auswirkungen | 176 |
| 3.1. Übung zu kurzfristigen und langfristigen Auswirkungen | 176 |
| 4. Aktivitätsplanung | 179 |
| 4.1. Übung zur Aktivitätsplanung | 179 |
| 5. Selbsteinschätzung | 180 |
| 5.1. Grundlagen der Selbsteinschätzung | 181 |
| 5.2. Übung zur Einschätzung von Verantwortlichkeit | 181 |
| 6. Selbstbewertung | 186 |
| 6.1. Grundlagen der Selbstbewertung | 186 |
| 6.2. Anweisung zur Selbsteinschätzung: Ziele setzen | 187 |
| 6.3. Arbeitsblatt zur Selbstbewertung – Beispiele | 188 |
| 6.4. Arbeitsblatt zur Selbsteinschätzung mit Anweisung | 190 |
| 7. Sich Ziele setzen | 190 |
| 7.1. Grundlagen | 191 |
| 7.2. Übung – Rückblick auf Ziele und Teilziele | 191 |
| 8. Sich Ziele setzen – Rückblick und Wiederholung | 192 |
| 8.1. Grundlagen | 192 |
| 8.2. Übung – Rückblick und Wiederholung | 192 |
| 9. Selbstverstärkung | 193 |
| 9.1 Grundlagen | 193 |
| 9.2. Anweisungen zur Selbstbelohnung | 195 |
| 9.3. Überblick über die Grundsätze der Selbstverstärkung | 197 |
| 9.4. Anweisungen für die kommende Woche | 197 |
| 10. Verdeckte Selbstverstärkung | 198 |
| 10.1. Grundlagen | 198 |
| 10.2. Übung: Verdeckte Selbstbelohnung | 199 |
| 11. Wiederholung der Selbstverstärkung | 200 |
| 11.1. Grundlagen | 200 |
| 12. Nichts Neues | 201 |
| 12.1. Fortsetzung nach der Therapie | 201 |

| | |
|--|------------|
| 7. Ein multimodaler Ansatz in der klinischen Praxis: Stationäre Verhaltenstherapie der Depression (Serge K. D. Sulz, Hans Lauter) | 203 |
| 1. Einleitung | 203 |
| 2. Theoretische Grundlagen | 204 |
| 2.1. Verstärkerorientierter Ansatz | 204 |
| 2.2. Kognitiver Ansatz | 207 |
| 2.3. Selbstkontrollansatz | 208 |
| 3. Praktische Durchführung des multimodalen Ansatzes | 209 |
| 3.1. Therapeutische Schwerpunkte | 209 |
| 3.2. Unterstützende Maßnahmen | 213 |
| 4. Zusammenfassung | 214 |
| Literatur | 215 |

| | |
|---|-----|
| <i>B. Interaktionelle und psychodynamische Therapieansätze</i> | 217 |
| <i>I. Depression als ausbeuterisches Ersatzgefühl und Quintessenz unangemessener kindlicher Überlebensschlußfolgerungen</i> | 217 |
| 8. Transaktionsanalyse und existentielle Verhaltensmusteranalyse (Fanita English) | 219 |
| Thea – ein Fall von “chronischer Depression” | 219 |
| Zwei Konzepte der Transaktionsanalyse | 221 |
| Eine Definition von Depression | 227 |
| Die Unterscheidung zwischen Depression und Verzweiflung | 228 |
| Drei Triebe im Gleichgewicht | 230 |
| Triebe in Harmonie | 234 |
| Der Einfluß chemischer Substanzen auf die Triebfunktionen | 235 |
| Martha – ein Fall von falsch behandelter Verzweiflung | 237 |
| Literatur | 244 |
| <i>II. Depression als Konflikt aus leistungsbezogenen Doppelbindungsbotschaften der Eltern</i> | 245 |
| 9. Systemorientierte Familientherapie (Leonard J. Friedman) | 246 |
| Literatur | 272 |
| <i>III. Depression als Ergebnis elterlicher Normüberwachung und daraus resultierender instabiler Selbstbewertung</i> | 273 |
| 10. Psychoanalyse (Samuel Slipp) | 275 |
| 1. Historischer Rückblick | 275 |
| 2. Familienuntersuchungen | 279 |
| 3. Experimentelle Befunde | 283 |
| 4. Psychotherapie | 285 |
| 5. Schlußfolgerungen | 293 |
| Literatur | 294 |
| <i>C. Humanistische Therapieansätze</i> | 296 |
| <i>I. Depression als Ergebnis einer fremdbestimmten starren Selbstkonzeptualisierung</i> | 296 |
| 11. Klientenzentrierte Gesprächstherapie (Nathaniel J. Raskin) | 298 |
| 1. Einleitung | 298 |
| 2. Mein Konzept der Depression | 298 |
| 3. Ein klienten-zentriertes Gespräch mit einer depressiven Frau | 300 |
| 4. Depression im Verständnis der klienten-zentrierten Theorie des Selbst | 304 |
| 5. Therapeutische Prinzipien | 305 |

| | |
|--|-----|
| 6. Therapieergebnisse | 310 |
| Literatur | 312 |
| <i>II. Depression als Retroflexion von aggressiven Gefühlen auf sich selbst</i> | 313 |
| 12. Gestalttherapie (Ingrid Bach, Michael Coellen) | 315 |
| 1. Einführung | 315 |
| 2. Modelle und Konzepte zur Erklärung der Depression | 317 |
| 2.1. Zusammenfassende Beschreibung der depressiven Symptomatik | 324 |
| 3. Die Therapie der Depression: Beispiele der Gestalttherapie nach dem tetradischen System | 325 |
| 3.1. Die Initialphase | 325 |
| 3.2. Die Aktionsphase | 327 |
| 3.3. Die Integrationsphase | 331 |
| 3.4. Phase der Neuorientierung | 334 |
| 4. Zusammenfassung | 338 |
| Literatur | 339 |
| <i>III. Depression als Verlust von Lebensenergie</i> | 341 |
| 13. Bioenergetik (Alexander Lowen) | 343 |
| Literatur | 352 |
| <i>IV. Depression als Fehlen von Wahlmöglichkeiten</i> | 353 |
| 14. Neurolinguistisches Programmieren und die Psychotherapie Milton H. Ericksons (Jürgen Wippich, Serge K. D. Sulz) | 355 |
| 1. Theorie | 358 |
| 1.1. Orthodoxe wissenschaftliche Denkweise | 358 |
| 1.2. Systematisches Denken | 360 |
| 1.3. Autopoiese | 363 |
| 1.4. Rückbezüglichkeit / Nichtlinearität | 365 |
| 1.5. Sprache | 366 |
| 1.6. Deutero-Lernen | 368 |
| 1.7. Repräsentationssysteme | 369 |
| 1.8. Zugangshinweise | 370 |
| 1.9. Metasprache / Trancesprache | 372 |
| 1.10. Tilgung | 372 |
| 1.11. Nominalisierungen (Verzerrungen) | 372 |
| 1.12. Generalisierungen | 373 |
| 1.13. Komplexe prozeßdiagnostische Kriterien | 373 |
| 2. Therapie | 376 |
| 2.1. Die "Verhaltenstechnologie" des NLP | 376 |

| | |
|--|-----|
| 2.2. Rapport | 376 |
| 2.3. Pacing, Leading | 378 |
| 2.4. Kalibrieren | 379 |
| 2.5. Anker | 380 |
| 2.6. Change History | 382 |
| 2.7. Stuck-States | 382 |
| 2.8. Strategien | 384 |
| 2.9. Reframing | 387 |
| 2.10. Depression | 387 |
| 2.11. Zusammenfassung | 390 |
| Literatur | 390 |
| Namenverzeichnis | 393 |
| Sachverzeichnis | 396 |
| Fallbeschreibungen-Verzeichnis | 401 |
| Die Autoren | 402 |