

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort.....	5
Überblick über das Praxisbuch.....	9
KAPITEL 1 Grundlagen der Verhaltenstherapie bei internalisierenden Störungen	11
1.1 Angststörungen	12
1.1.1 Ätiologiemodell zu Angststörungen.....	13
1.1.2 Zentrale Therapiemethoden zur Angstbehandlung.....	18
1.2 Depression	23
1.2.1 Ätiologiemodell zu Depression	25
1.2.2 Zentrale Therapiemethoden zur Depressionsbehandlung	29
1.3 Somatoforme Störungen	33
1.3.1 Ätiologiemodell zu somatoformen Störungen	34
1.3.2 Zentrale Therapiemethoden zur Behandlung somatoformer Störungen	38
KAPITEL 2 Grundlagen der Strategischen Jugendlichkeitstherapie (SJT)	43
2.1 Genese psychischer Störungen aus Sicht der SJT.....	43
2.2 Fallverständnis nach den Prinzipien der SJT.....	52
2.3 Therapieziele und Behandlungsplan nach der SJT.....	62
KAPITEL 3 Einzeltherapie im Prozess: Beziehung, Klärung, Bewältigung	71
3.1 Klärungsorientierte Therapie und Beziehung	74
3.2 Bewältigungsorientierte Therapie und Beziehung	88
KAPITEL 4 Gruppentherapie.....	107
4.1 Gruppentherapie: manualisiert oder individualisiert?	108
4.2 Stufenmodell der Gruppenentwicklung und therapeutische Haltung	113
4.3 Gruppentherapiestunden	116
1. Stunde: »Ich und die Gruppe!«	117
2. Stunde: »Was stresst mich?«.....	118
3. Stunde: »Wo soll's hingehen?«	119
4. Stunde: »Kraft tanken? Kraft tanken!«	120
5. Stunde: »Mein Kopf ist meinGefängnis«.....	121
6. Stunde: »Was hat mich geprägt?«.....	122
7. Stunde: »Was brauche ich, damit es mir gut geht?«	123
8. Stunde: »Vom Eindruck zum Ausdruck«.....	125
9. Stunde: »Hey, ich spür' da was!«	127
10. Stunde: »Mach den Dampfkessel auf!«	128

11. Stunde: »Wutventile«	130
12. Stunde: »I will survive!«	131
13. Stunde: »Alt gegen Neu«	133
14. Stunde: »Üben, üben, üben«	134
15. Stunde: »Mein Vorbild«	135
16. Stunde: »Zurück in die Zukunft«	136
17. Stunde: »Abschied«	137

KAPITEL 5 Psychotherapeutische Eltern- und Familienarbeit 139

5.1 Schritte zur Erfassung eines familiären Verständnismodells psychischer Störungen.....	140
5.2 Therapiezielplanung in der Eltern- und Familienarbeit	153
5.3 Entwicklungsorientierte Eltern- und Familienarbeit.....	158
5.4 Psychoedukative Elterngruppenstunden	166
1. Stunde: »Entwicklungsabschnitt Jugend und Symptombildung«.....	167
2. Stunde: »Entwicklung als gemeinsame Aufgabe«	169
3. Stunde: »Gleichgewicht halten zwischen Autonomie und Bindung«	170
4. Stunde: »Umgang mit Wut und Wuthemmung«.....	171
5. Stunde: »Elterliche Selbstfürsorge«	173
6. Stunde: »Expertenrunde und Abschied«.....	174

KAPITEL 6 Erlebnispädagogische Übungen 175

EP-1: »Eisschollen«	177
EP-2: »Der Sumpf des Todes«	178
EP-3: »Bermudadreieck«	179
EP-4: »Partnerinterview«	180
EP-5: »Decke wenden«	181
EP-6: »Der schwebende Ball«.....	182
EP-7: »Der blinde Schwertkämpfer«	183
EP-8: »Das Besondere an mir«	185
EP-9: »Freeze«.....	186
EP-10: »Das Netz, das mich trägt«	187
EP-11: »Schatzkiste«	188
EP-12: »Den Augenblick verändern«	189
EP-13: »Lass etwas entstehen«	190
EP-14: »Schwebender Stock«.....	191
EP-15: »Kofferpacken der Gefühle«.....	192
EP-16: »Pantomime der Gefühle«.....	193
EP-17: »Schrei durch die Wand«	194
EP-18: »Bataka-Kampf«.....	195
EP-19: »Gordischer Knoten«	196
EP-20: »Ich? Nein du!«	197
EP-21: »Peinlich hoch drei«.....	198
EP-22: »Spinnennetz«.....	199
EP-23: »Pyramide aus Papier«	200

Literaturverzeichnis.....	201
Stichwortverzeichnis	209

KOPIERVORLAGEN

Arbeitsblätter für die Gruppentherapie	213
Handouts für die psychoedukative Eltern- und Familienarbeit.....	243