

Inhalt

Vorwort	9
Teil I Störungsbild	
1 Erscheinungsbild der bipolaren Störungen	12
2 Definitionskriterien – Klassifikation	16
3 Epidemiologie, Verlauf, Komorbidität	28
4 Diagnostische Instrumente	34
5 Erklärungsmodelle für die Entstehung bipolarer Störungen	41
6 Pharmakotherapie	47
7 Psychotherapie – Forschungsstand	54
Teil II Psychotherapie	
8 Besonderheiten in der Behandlung bipolar affektiver Störungen	64
9 Psychotherapie depressiver Symptome	67
10 Behandlung manischer und hypomaner Symptome	74
Teil III Rezidivprophylaxe	
11 Rückfallprophylaxe und Erhaltungstherapie	82
12 Modul I: Motivation und Psychoedukation	87
Sitzung 1	87
Sitzung 2–4	94
13 Modul II: Selbstmonitoring und Frühwarnsignale	103
Sitzung 5	104
Sitzung 6	109
Sitzung 7	113
Sitzung 8	117

14	Modul III: Aktivitätsniveau und Kognitionen in der Depression und Manie	120
	Sitzung 9–11	120
	Sitzung 12–13	126
	Sitzung 14	131
	Sitzung 15	137
15	Modul IV (a): Aufbau zusätzlicher Fertigkeiten und Ressourcen – Problemlösen und Kommunikation	142
	Sitzung 16–17	143
	Sitzung 18–19	147
16	Modul IV (b): Aufbau zusätzlicher Fertigkeiten und Ressourcen – Emotionswahrnehmung und Achtsamkeit	151
	Sitzung 20–24	151
17	Modul IV (c): Notfallplan	171
	Sitzung 25	171
	Die letzte Therapiesitzung: Abschied	174
18	Ausblick	175
	Literaturverzeichnis	177
	Hinweise zu den Online-Materialien	188
	Anhang	189
	Übersicht über die Arbeitsmaterialien	190
	Checkliste HCL-32Energie, Unternehmungslust und Stimmung (HCL-32 Kurzform)	192
	Folie 1: Übersicht zur Kognitiven Verhaltenstherapie bipolar affektiver Erkrankungen mit dem Ziel der Redizivprophylaxe	194
	Folie 2: Vulnerabilitäts-Stress-Modell bipolar affektiver Erkrankungen	195
	Folie 3: Worauf man bei der Kommunikation achten sollte	196
	AB 2: Stimmungstagebuch	197
	AB 4: Kriterien der Depression	200
	AB 5: Kriterien der (Hypo-)Manie	201
	AB 8: Frühwarnsymptome im Vorfeld und zu Beginn (hypo-)manischer Episoden	202
	AB 9: Frühwarnsymptome im Vorfeld und zu Beginn depressiver Episoden	203
	Sachwortverzeichnis	204