

# Inhalt

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

<b>14</b>	<b>Modul III: Aktivitätsniveau und Kognitionen in der Depression und Manie</b>	120
	Sitzung 9–11	120
	Sitzung 12–13	126
	Sitzung 14	131
	Sitzung 15	137
<b>15</b>	<b>Modul IV (a): Aufbau zusätzlicher Fertigkeiten und Ressourcen – Problemlösen und Kommunikation</b>	142
	Sitzung 16–17	143
	Sitzung 18–19	147
<b>16</b>	<b>Modul IV (b): Aufbau zusätzlicher Fertigkeiten und Ressourcen – Emotionswahrnehmung und Achtsamkeit</b>	151
	Sitzung 20–24	151
<b>17</b>	<b>Modul IV (c): Notfallplan</b>	171
	Sitzung 25	171
	Die letzte Therapiesitzung: Abschied	174
<b>18</b>	<b>Ausblick</b>	175
	<b>Literaturverzeichnis</b>	177
	<b>Hinweise zu den Online-Materialien</b>	188
	<b>Anhang</b>	189
	<b>Übersicht über die Arbeitsmaterialien</b>	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
	<b>Sachwortverzeichnis</b>	204