

## **Inhalt**

### Vorwort

<b>1</b>	Einführung	9
<b>2</b>	Diagnostik	14
<b>3</b>	Psychoedukation zur Lebensführung bei Depression	59
<b>4</b>	Psychoedukation zu den Störungsmodellen der Verhaltenstherapie	77
<b>5</b>	Verhaltensaktivierung	102
<b>6</b>	Veränderung von Kognitionen	135
<b>7</b>	Metakognitive Fertigkeiten	160
<b>8</b>	Achtsamkeit und Akzeptanz	196
<b>9</b>	Emotionsregulation	226
<b>10</b>	Interpersonelle Fertigkeiten: Handlungsplanung	275
<b>11</b>	Interpersonelle Fertigkeiten: Verhaltenstraining	297
<b>12</b>	Umgang mit Suizidalität und Krisen	329
<b>13</b>	Rückfallprophylaxe	347

### **Anhang**

Literaturverzeichnis	354
Verzeichnis der Arbeits- und Informationsblätter	358
Hinweise zum Arbeitsmaterial	364