

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> .....	1
<b>1 Beschreibung der Störung</b> .....	3
1.1 Bezeichnung .....	3
1.2 Definition .....	4
1.3 Epidemiologische Daten .....	8
1.4 Verlauf und Prognose .....	11
1.5 Differenzialdiagnose .....	13
1.6 Komorbidität .....	21
<b>2 Störungstheorien und -modelle</b> .....	22
2.1 Erklärungsmodell für Anpassungsstörungen .....	23
2.2 Einfluss des Stressors .....	28
2.3 Einflussfaktoren vor Auftreten des Stressors .....	33
2.4 Einflussfaktoren während und nach Einwirken des Stressors .....	36
<b>3 Diagnostik und Indikation</b> .....	37
3.1 Erstgespräch und Exploration .....	38
3.1.1 Therapeutenverhalten und Beziehungsgestaltung .....	38
3.1.2 Leitfaden für die Exploration .....	39
3.2 Diagnose und Differenzialdiagnose .....	44
3.3 Medizinische Diagnostik .....	50
3.4 Indikation .....	51
<b>4 Behandlung</b> .....	52
4.1 Beziehungsgestaltung .....	52
4.2 Therapieziele .....	52
4.3 Erarbeitung eines Störungsmodells und Festlegung von Therapiezielen .....	56
4.4 Bearbeitung der Symptome .....	65
4.4.1 Übergreifende Strategien .....	66
4.4.2 Symptombezogene Strategien .....	74
4.4.2.1 Strategien bei längerer depressiver Reaktion .....	74
4.4.2.2 Strategien bei Angst und depressiver Reaktion gemischt .....	80
4.4.2.3 Strategien bei Anpassungsstörung mit vorwiegender Beeinträchtigung anderer Gefühle .....	81

4.4.2.4	Strategien bei Anpassungsstörung mit vorwiegender Störung des Sozialverhaltens .....	83
4.5	Einbettung in die Biografie und Entwicklung neuer Perspektiven .....	84
4.6	Probleme bei der Durchführung .....	86
4.7	Forschungsstand und Effektivität .....	88
<b>5</b>	<b>Akute Belastungsreaktion und Akute Belastungsstörung</b> .....	<b>88</b>
5.1	Beschreibung der Störung .....	89
5.2	Indikation .....	95
5.3	Behandlung .....	97
<b>6</b>	<b>Weiterführende Literatur</b> .....	<b>103</b>
<b>7</b>	<b>Literatur</b> .....	<b>104</b>
<b>8</b>	<b>Anhang</b> .....	<b>109</b>
	Zielerreichungsskalierung (GAS) .....	109
	Tagesprotokoll negativer Gedanken .....	110
	Wheel of Life (Ist-Zustand) .....	111
	Wheel of Life (Soll-Zustand) .....	112
	Der Weg vom „Ist“ zum „Soll“ .....	113

Karte  
 Kurzanleitung für die Exploration