

# Inhaltsverzeichnis

<b>Geleitwort zur 1. Auflage</b> .....	9
<i>P. M. Lewinsohn, G. N. Clarke &amp; H. Hops</i>	
<b>Vorwort zur 2. Auflage</b> .....	11
<b>Vorwort zur 1. Auflage</b> .....	12
<i>W. Ihle &amp; J. Herrle</i>	
<b>1. Symptomatik, Klassifikation und deskriptive Epidemiologie depressiver Störungen im Jugendalter</b> .....	13
<i>D. Jahnke &amp; W. Ihle</i>	
1.1 Phänomenologie, Diagnostik und Klassifikation depressiver Störungen im Jugendalter .....	13
1.2 Prävalenz depressiver Störungen im Jugendalter .....	14
1.3 Ersterkrankungsalter, Verlauf und Dauer .....	14
1.4 Komorbidität und Konsequenzen .....	15
<b>2. Psychologische Erklärungsansätze und analytische Epidemiologie depressiver Störungen</b> .....	17
<i>D. Jahnke &amp; W. Ihle</i>	
2.1 Verstärkungstheoretische Modelle der Depression .....	17
2.2 Kognitive Modelle der Depression .....	18
2.3 Das Modell der erlernten Hilflosigkeit .....	18
2.4 Das Modell der Selbstkontrolle von Rehm .....	20
2.5 Psychosoziale Faktoren .....	20
2.6 Das integrative Modell der Depression .....	21
2.7 Fazit .....	23
<b>3. Kognitiv-verhaltenstherapeutische Behandlungsansätze depressiver Störungen im Jugendalter</b> .....	25
<i>D. Jahnke &amp; W. Ihle</i>	
3.1 Der Adolescent Coping With Depression Course (CWD-A) .....	26
3.2 Weitere empirische Befunde zu kognitiv-verhaltenstherapeutischen Interventionen bei depressiven Jugendlichen .....	28
3.3 Fazit .....	29

<b>4. Das kognitiv-verhaltenstherapeutische Gruppenprogramm</b>	
<b>Stimmungsprobleme bewältigen</b> .....	31
<i>W. Ihle, J. Herrle, D. Jahnke &amp; L. Spieß</i>	
<b>5. Praxis des kognitiv-verhaltenstherapeutischen Gruppenprogramms</b>	
<b>Stimmungsprobleme bewältigen</b> .....	39
<i>W. Ihle, J. Herrle &amp; D. Jahnke</i>	
5.1 Zielgruppe und Anwendungsbereiche unseres Programms .....	39
5.1.1 Zielgruppe, Ein- und Ausschlusskriterien .....	39
5.1.2 Anwendungsbereiche .....	40
5.1.3 Begleitdiagnostik .....	41
5.2 Anforderungen an die Kursleiter und Durchführung des Programms .....	41
5.2.1 Anforderungen an die Kursleiter .....	41
5.2.2 Durchführung des Programms .....	42
<b>6. Pilotstudie zur Wirksamkeit des kognitiv-verhaltenstherapeutischen</b>	
<b>Gruppenprogramms <i>Stimmungsprobleme bewältigen</i></b> .....	45
<i>W. Ihle, D. Jahnke, J. Herrle &amp; L. Spieß</i>	
6.1 Stichprobe .....	45
6.2 Messinstrumente .....	46
6.3 Ergebnisse .....	47
6.3.1 Verminderung der Symptomatik .....	47
6.3.2 Steigerung des erwünschten Verhaltens, Denken und Erlebens .....	47
6.4 Fazit .....	48
<b>7. Katamnese- und differentielle Wirksamkeitsstudien des kognitiv-</b>	
<b>verhaltenstherapeutischen Gruppenprogramms <i>Stimmungsprobleme bewältigen</i></b> .....	51
<i>W. Ihle &amp; D. Jahnke</i>	
7.1 12-Monats-Follow-up-Studie .....	51
7.1.1 Stichprobe und Messinstrumente .....	51
7.1.2 Ergebnisse .....	51
7.1.3 Fazit .....	52
7.2 Wirksamkeit bei komorbiden Störungen .....	52
7.2.1 Stichprobe und Messinstrumente .....	52
7.2.2 Ergebnisse .....	52
7.2.3 Fazit .....	53
<b>Literatur</b> .....	55

<b>8. Das kognitiv-verhaltenstherapeutische Gruppenprogramm</b>	
<b><i>Stimmungsprobleme bewältigen: Manual für Kursleiter</i></b> .....	63
<i>W. Ihle, J. Herrle, D. Jahnke, G.N. Clarke, P. M. Lewinsohn &amp; H. Hops</i>	
Sitzung 1: <i>Stimmungsprobleme und Depression</i> .....	64
Sitzung 2: <i>Stimmung wahrnehmen und verändern/angenehme Aktivitäten planen</i> .....	79
Sitzung 3: <i>Entspannung</i> .....	93
Sitzung 4: <i>Sich verändern lernen</i> .....	103
Sitzung 5: <i>Stimmung und Denken</i> .....	118
Sitzung 6: <i>Konstruktives Denken</i> .....	129
Sitzung 7: <i>Anders denken lernen</i> .....	134
Sitzung 8: <i>Mit anderen Menschen besser klarkommen</i> .....	162
Sitzung 9: <i>Konflikte bewältigen</i> .....	177
Sitzung 10: <i>Ein Blick in die Zukunft</i> .....	190
Weiterführende Literatur für den Kursleiter .....	202
<b>Materialien</b> .....	203