

Inhaltsverzeichnis

| | | | | | |
|----------|---|-----------|--|--|-----------|
| 1 | Einleitung | 1 | 4.2 | Konfliktbewältigung | 56 |
| 1.1 | Theoretischer Überblick | 3 | Arbeitsblatt: | Konfliktbewältigung | 56 |
| 1.2 | Diagnosekriterien | 3 | 4.3 | Thema Partnerschaft | 57 |
| 1.3 | Entzugssyndrom (F1X3) | 4 | Arbeitsblatt: | Alleinstehende mit Interesse | |
| 1.4 | Erklärungsmodelle | 4 | an einer Partnerschaft | 57 | |
| 1.4.1 | Intrapsychische Erklärung | 5 | Arbeitsblatt: | Fünf Auslöser für Streit in der | |
| 1.4.2 | Rückfallverhütung | 5 | Partnerschaft | 63 | |
| 1.4.3 | Verhaltensmodell (Konditionierungsmodell) | 6 | Patient/Partner-Übereinstimmungsbogen | 64 | |
| 1.5 | Suchtkranke in Behandlung | 7 | 4.4 | Rollenspiele | 70 |
| 1.6 | Das Suchtmodell und die therapeutischen | | Arbeitsblatt: | Rollenspiele | 71 |
| | Schlussfolgerungen | 7 | | | |
| 1.6.1 | Therapeutische Schlussfolgerungen | 9 | 5 | Gefühle zeigen – »Gefühlskiste« | 77 |
| 1.6.2 | Motivation | 9 | Einführung | 78 | |
| 1.6.3 | Krankheitseinsicht und Abstinenz | 10 | Arbeitsblatt: | Wirkung des Suchtmittels | |
| 1.6.4 | Psychotherapie der Ursachen | | (1. Sitzung) | 79 | |
| | und die Perspektive | 11 | Arbeitsblatt: | Folgeerscheinungen | |
| | | | (2. Sitzung) | 81 | |
| | | | Arbeitsblatt: | Verbesserung des Umgangs | |
| 2 | Therapiebeginn | 13 | mit Gefühlen (3. Sitzung) | 83 | |
| | Einführung | 14 | Arbeitsblätter: | Einschätzung der Gefühle | |
| 2.1 | Die erste Zeit des Entzugs und der Entwöhnung | 14 | in bestimmten Situationen (4. Sitzung) | 85 | |
| | Arbeitsblatt: | | | | |
| | Hilfreiche Aktivitäten im Entzug – | | | | |
| | Nähe zum Suchtmittel vermeiden | 16 | | | |
| | Arbeitsblatt: | | | | |
| | Das Suchtverhalten verändert | | | | |
| | Prozesse im Gehirn | 17 | | | |
| 2.2 | Therapieabbruchgefahr | 20 | 6 | Geld zum Thema machen | 93 |
| | Arbeitsblatt: | | Einführung | 94 | |
| | Therapieabbruchgefahr (TAG)/ | | Arbeitsblatt: | Bewertungen und Einstellungen | |
| | Selbsteinschätzung | 21 | zum Thema Geld | 95 | |
| 2.3 | Therapieplanung | 26 | Infoblatt: | Geld zum Thema machen | 98 |
| | Arbeitsblatt: | | Arbeitsblatt: | Was möchte ich im Umgang | |
| | Therapieplanung – eigene Ziele | | mit dem Geld konkret verbessern? | 99 | |
| | benennen | 27 | Arbeitsblatt: | Schuldenbilanz und Regulierung | 100 |
| | | | Arbeitsblatt: | Den Überblick behalten/ | |
| | | | Tagesausgabenprotokoll und Monats- | | |
| | | | haushaltsplan | 101 | |
| 3 | Therapieüberblick | 31 | | | |
| | Einführung | 32 | 7 | Rückfallverhütung | 105 |
| 3.1 | Weg in die Sucht: Stationen der Suchtentwicklung | | Einführung | 106 | |
| | und des Therapieprozesses | 33 | 7.1 | Rückfallmodell: Möglicher Verlauf bei einer | |
| | Arbeitsblatt: | | Rückfallgefährdung (Marlatt 1985) | 107 | |
| | Die Einstiegs- und Suchtphase | 33 | Arbeitsblatt: | Ausgewogener Lebensstil | 108 |
| 3.2 | Selbsteinschätzungsskalen: Therapieschritte | | 7.2 | Rückfall »um sechs Ecken« | 111 |
| | und Fragestellungen | 36 | Arbeitsblatt: | Scheinbar unbedeutende | |
| | Arbeitsblatt: | | Entscheidungen | 111 | |
| | Therapiemotivation (TMO) | 36 | Ergebnisse früherer Gruppen | 112 | |
| | Arbeitsblatt: | | 7.3 | Rückfallmodell: Fehlende Krankheitseinsicht/ | |
| | Krankheitseinsicht (KE) | 40 | Wachsamkeit (Bachmann 1993) | 113 | |
| | Arbeitsblatt: | | Arbeitsblatt: | Krankheitseinsicht | |
| | Therapie der Ursachen (TdU)/ | | und Wachsamkeit | 113 | |
| | Was soll zukünftig anders sein? | 44 | | | |
| 4 | Beziehungen und soziale Kompetenzen | 49 | | | |
| | Einführung | 50 | | | |
| 4.1 | Beziehungen: Wie können wir die Beziehungen | | | | |
| | zu anderen Menschen gestalten? | 50 | | | |
| | Arbeitsblatt: | | | | |
| | Fünf Voraussetzungen für eine | | | | |
| | gute Beziehung | 51 | | | |

| | | | | | |
|----------|--|-----|----------------------------|---|-----|
| 7.4 | Entscheidungssituation bei Rückfälligkeit | 115 | 9 | Übergang: Therapieabschluss und Nachsorge | 155 |
| | Arbeitsblatt: Vorteile der Abstinenz in die Waagschale werfen | 115 | | Einführung | 156 |
| | Ergebnisse früherer Gruppen | 117 | 9.1 | Hilfestellungen für Patienten, die eine (teil)stationäre Therapie hinter sich haben | 157 |
| 7.5 | Erkenntnisse und Gedanken zur Rückfall- prävention (Lindenmeyer 2005a; Meyer u. Bachmann 2005) | 119 | | Arbeitsblatt: Die Zeit nach der Behandlung | 157 |
| | Arbeitsblatt: Wie kann man einem Rückfall vorbeugen? | 119 | 9.2 | Selbsteinschätzung: Was müssen Sie beachten, wenn die Therapie zu Ende ist? | 161 |
| | Arbeitsblatt: Stimmungsüberprüfung | 119 | | Zusätzliches Arbeitsblatt: Vervielfältigung | 163 |
| 7.6 | Rückfallauslöser | 121 | 9.3 | Zusammenfassung: Was nehme ich mir für die Zeit nach der Therapie vor? | 164 |
| 7.7 | Rückfallrisiken und ihre Bewältigung | 122 | | Arbeitsblatt: Die Zeit nach der Therapie | 164 |
| | Arbeitsblatt: Was sind persönliche Rückfall- risiken? | 123 | 9.4 | Selbsthilfe | 165 |
| | Arbeitsblatt: Wie sind Risiken zu bewältigen? | 125 | | Arbeitsblatt: Selbsthilfegruppe besser gestalten | 166 |
| 7.8 | Zusammenfassung Rückfallgefährdung/ Bewältigungsstrategien | 128 | | Infoblatt: Gesprächsregeln – eine Zusammen- arbeit von Patienten und Therapeuten | 167 |
| | Arbeitsblatt: Abschließende Ergebnisse | 128 | | Arbeitsblatt: Wöchentliches Zufriedenheits- barometer | 168 |
| 7.9 | Planung und Ausarbeitung einer Notfallkarte | 129 | | Infoblatt: Günstige und ungünstige Verhaltens- weisen in Selbsthilfegruppen | 169 |
| | Arbeitsblatt: Kurzfristiges Auffangen gefährlicher Situationen (1. Sitzung) | 130 | 10 | Schlusswort | 171 |
| | Arbeitsblatt: Längerfristige Stabilisierung und Behebung der Ursachen (2. Sitzung) | 131 | | Anhang | 173 |
| | Infoblatt: Gestaltung der Notfallkarten und praktische Beispiele | 132 | A.1 | Gruppenleben: Regeln im stationären Bereich – eine Zusammenarbeit von Patienten und Therapeuten | 174 |
| | Notfallkarten von Patienten | 135 | A.2 | Wöchentliches Stimmungsbarometer | 175 |
| 8 | Alternativen zum Suchtverhalten: Struktur und Aktivitätsplan | 137 | Literatur | | 177 |
| | Einführung | 138 | | Zitierte Literatur | 178 |
| 8.1 | Info- und Arbeitsblätter mit Beispielen | 139 | | Weiterführende Literatur | 179 |
| | Infoblatt: Struktur- und Aktivitätsplan – Alternativen zum Suchtverhalten | 139 | | | |
| | Arbeitsblatt A: Alternativen, die es schon vor der Suchtproblematik gab | 141 | | | |
| | Arbeitsblatt B: Auflisten von neuen Alternativen | 142 | | | |
| | Infoblatt: Auflistung von alltäglichen Aktivitäten (Beispiele) | 143 | | | |
| | Infoblatt: Auflistung von Highlights (Beispiele) | 146 | | | |
| 8.2 | Zwischenbilanz und Eintragung in die Wochenpläne | 147 | | | |
| | Arbeitsblatt: Zwischenbilanz | 147 | | | |
| 8.3 | Struktur- und Aktivitätsplan | 148 | | | |
| | Arbeitsblatt: Wochenplan | 149 | | | |
| 8.4 | »Idealbeispiel« für einen Struktur- und Aktivitätsplan. | 151 | | | |