

Inhalt

Danksagung	5
Vorwort	7
Hinweis und Inhaltsverzeichnis zum Zusatzmaterial	11
Hinweis zum Zusatzmaterial	11
Inhaltsverzeichnis des Zusatzmaterials	11
A Theoretische Grundlagen des Therapieprogramms	
1 Einleitung	17
2 Konzeptioneller Hintergrund des Therapieprogramms	21
2.1 Inhalte des Therapieprogramms	21
2.2 Zielgruppe	21
2.3 Gruppenziele	22
2.4 Therapiebausteine	22
2.4.1 Stressmanagement	22
2.4.2 Psychoedukation	23
2.4.3 Unterstützung mütterlicher Kompetenzen	23
2.4.4 Rollenwechsel und Übergang in die Mutterschaft ...	24
2.4.5 Strategien zur Bewältigung negativer Gefühle	25
3 Theoretische Grundlagen	26
3.1 Rollenbilder	26
3.2 Entwicklungspsychologische Themen	28
3.3 Wahrnehmung positiver Gefühle	32
3.4 Stressfaktoren und Stressbewältigungsstrategien	33
3.5 Krisenplan	34
3.6 Konzept der Körperorganisation (»body organizing«)	34
B Praktische Umsetzung des Therapieprogramms	
4 Struktur der Gruppe	39
4.1 Indikationen zur Gruppenteilnahme	39
4.2 Ein- und Ausschlusskriterien	40

4.3	Rahmenbedingungen	40
4.4	Therapeutische Techniken	42
4.5	Anforderungen an die Therapeuten	42
4.6	Aufbau der Stunden	43
5	Anleitung zur Durchführung des Therapieprogramms	46
5.1	Einstiegsrunde	46
5.2	Besprechung der Übung zum Thema der letzten Stunde (Hausaufgabe)	46
5.3	Thema der Stunde	47
5.4	Übung zum Thema der Stunde	48
5.5	Blitzlicht zum Abschluss	48
6	Therapiestunden	50
1.	Stunde: »Rollenbilder«	50
2.	Stunde: »Neugierde an der Beobachtung des Kindes wecken«	55
3.	Stunde: »Die Bedeutung der beschreibenden Sprache«	61
4.	Stunde: »Stressfaktoren«	67
5.	Stunde: »Stressbewältigungsstrategien«	75
6.	Stunde: »Kindlichen Signalen ein Echo geben (Matching)« ...	80
7.	Stunde: »Beruhigungstechniken«	85
8.	Stunde: »Wahrnehmung positiver Gefühle«	89
9.	Stunde: »Führen und Folgen«	94
10.	Stunde: »Erstellen eines Krisenplans«	100
	Literatur	104
	Anhang	109
	Stichwortverzeichnis	113