

## Wissenschaft & Literatur Invirto Nachsorge

Alle Inhalte und Behandlungsprinzipien, auf denen die Invirto Nachsorge aufbaut, stammen aus der Wissenschaft, aus Behandlungsleitfäden für Psychotherapie oder Empfehlungen von Fachgesellschaften für die Behandlung von psychischen Erkrankungen. Im Folgenden findest du einen Überblick über die Quellen, auf denen die Inhalte von Invirto basieren.

Als Grundlage der Nachsorge dienen die Empfehlungen der AWMF S3-Leitlinie für die Behandlung von Angststörungen. Der Leitlinie folgend bietet Invirto eine Expositionsbehandlung mit Reaktionsmanagement und Methoden aus der kognitiven Verhaltenstherapie an.

Quelle: Bandelow, Borwin, et al. "S3-Leitlinie Behandlung von Angststörungen: Version 2." (2021).

Zugriff auf die S3-Leitlinie: [Hier](#)

## Literatur

Die folgende Literatur wurde bei der Erstellung der Invirto Nachsorge Inhalte verwendet:

#	Quellen
1	Eismann, G., & Lammers, H. (2017). Therapie-Tools Emotionsregulation. Beltz. Weinheim.
2	Faßbinder, E., Klein, J., Sipos, V., & Schweiger, U. (2015). Therapie-Tools Depression. Beltz. Weinheim.
3	Hagena, S., & Gebauer, M. (2014). Therapie-Tools Angststörungen. Beltz. Weinheim.
4	Wengenroth, M. (2017). Therapie-Tools Akzeptanz-und Commitmenttherapie (ACT). Beltz. Weinheim
5	Engelmann, B. (2015). Therapie Tools Positive Psychologie: Achtsamkeit, Glück und Mut. Beltz. Weinheim
6	Bennett-Levy, J., Butler, G., Fennell, M., Hackman, A., Mueller, M., & Westbrook, D. (Hrsg.). (2004). Cognitive behaviour therapy: Science and practice series. Oxford guide to behavioural experiments in cognitive therapy. Oxford University Press.
7	Gall-Peters, A., & Zarbock, G. ( 2015). Praxisleitfaden Verhaltenstherapie: Störungsspezifische Strategien, Therapieindividualisierung, Patienteninformationen. Pabst Science Publishers.
8	Hansch, D. (2013). Erfolgreich gegen Depression und Angst: Wirksame Selbsthilfe - Anleitungen Schritt für Schritt - Fallbeispiele und konkrete Tipps. Springer Verlag.
9	Hinsch, R., & Pfingsten, U. (2015). Gruppentraining sozialer Kompetenzen GSK: Grundlagen, Durchführung, Anwendungsbeispiele. Beltz. Weinheim.
10	Boden, M., & Feldt, D. (2012). Krisen bewältigen, Stabilität erhalten, Veränderung ermöglichen: Ein Handbuch zur Gruppenmoderation und zur Selbsthilfe (Psychosoziale Arbeitshilfen). Psychiatrie Verlag. Köln.
11	Spitzer, N. (2009). Die therapeutische Verringerung einer modernen Tugend? Perfektionismus kognitiv umstrukturieren. Verhaltenstherapie & psychosoziale Praxis, 41 Jg. (2), 359-373.

12	Kaluza, G. (2015). Stressbewältigung: Trainingsmanual zur psychologischen Gesundheitsförderung. Springer Verlag.
13	Bandelow, B; Wiltink, J; Watzke, Birgit (2014). S3-Leitlinie Behandlung von Angststörungen: Langfassung. <a href="http://www.awmf.org/">http://www.awmf.org/</a> : Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften.