

Psychotherapie: Praxis

Die Reihe Psychotherapie: Praxis unterstützt Sie in Ihrer täglichen Arbeit – praxisorientiert, gut lesbar, mit klarem Konzept und auf dem neuesten wissenschaftlichen Stand.

Rainer Sachse

Psychologische Grunderkenntnisse für Psychotherapie

Wie eine konzeptübergreifende
Psychotherapie gelingen kann



Rainer Sachse
IPP Bochum
Bochum, Deutschland

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer-Verlag GmbH, DE, ein Teil von Springer Nature 2023

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag, noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Planung/Lektorat: Monika Radecki

Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer-Verlag GmbH, DE und ist ein Teil von Springer Nature.

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung; Ziel des Buches	1
Teil I Grundlegende Überlegungen zu Psychotherapie	
2 Warum ist ein Klient ein Klient?	7
3 Heterogenität	15
4 Komplexe Probleme	21
5 Psychologische Ursachen von Problemen	27
6 Komplexe Systeme	31
7 Therapieprozess	35
8 Kommunikationsprozesse	43
9 Therapeutische Informationsverarbeitung	51
10 Heuristiken	57
11 Klientenmodell	61
12 Anamnese	67
13 Psychotherapie und Psychologie	71
14 Psychotherapie und Philosophie	75
15 Wissenschaft und Praxis: Die „Anwendung“ von Wissenschaft in der Praxis	81

VI Inhaltsverzeichnis

Teil II Praktische Aspekte

16 Beziehungsgestaltung	89
17 Steuerung und Bearbeitungsangebote	95
18 Interventionen	99
19 Passung	105
20 Kante des Möglichen	109
21 Motivation	113
22 Planung und Flexibilität	117
23 Prozessziele	121
24 Verantwortung	123
25 Expertise, Expertise, immer wieder Expertise	125
26 Didaktisierung	133

Teil III Grundlegende psychologische Erkenntnisse auf Seiten des Klienten

27 Vermeidung konserviert das Problem	139
28 Umgang mit Risiken	141
29 Entscheidungen	145
30 Konstruktion und Bewertung	157
31 Alienation	165
32 Selbstregulation	173
33 Selbstdäuschung	187
34 Therapeutische Regeln	191

Über den Autor

Prof. Dr. Rainer Sachse ist Diplom-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut, Begründer der „Klärungsorientierten Psychotherapie“ und Leiter des Instituts für Psychologische Psychotherapie (IPP) in Bochum; seine Arbeitsschwerpunkte sind Persönlichkeitsstile und Persönlichkeitsstörungen. Er hat zahlreiche Bücher über Psychotherapie und Persönlichkeitsstörungen verfasst, darunter einige satirische Ratgeber, wie man seine Beziehung, seine Karriere und sein Leben ruiniert. Rainer Sachse macht komplexe psychologische Sachverhalte allgemein verständlich und stellt sie humorvoll und einfühlsam dar.