

Inhalt

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----|
| Einleitung | 5 |
| 1. Räumen Sie Wachstumshindernisse aus dem Weg . | 15 |
| 2. Vermeiden Sie eine Diagnose (außer für die Krankenversicherung) | 18 |
| 3. Therapeut und Patient als »gemeinsam Reisende« . | 21 |
| 4. Beziehen Sie den Patienten mit ein | 26 |
| 5. Unterstützen Sie den Patienten | 28 |
| 6. Einfühlungsvermögen: mit den Augen des Patienten sehen | 32 |
| 7. Lehren Sie Einfühlungsvermögen | 38 |
| 8. Lassen Sie zu, dass der Patient Ihnen wichtig ist .. | 40 |
| 9. Gestehen Sie Ihre Fehler ein | 44 |
| 10. Kreieren Sie für jeden Patienten eine neue Therapie | 47 |
| 11. Das therapeutische Handeln, nicht das therapeutische Wort | 52 |
| 12. Vernachlässigen Sie Ihre eigene Therapie nicht | 55 |
| 13. Der Therapeut hat viele Patienten, der Patient nur einen Therapeuten | 59 |
| 14. Das Hier und Jetzt: Nutzen Sie es, nutzen Sie es, nutzen Sie es | 61 |
| 15. Warum das Hier und Jetzt nutzen? | 62 |
| 16. Im Hier und Jetzt – hören Sie gut zu | 64 |

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 17. Suchen Sie nach Hier-und-Jetzt-Entsprechungen . . | 68 |
| 18. Themen im Hier und Jetzt bearbeiten | 74 |
| 19. Die belebende Wirkung des Hier und Jetzt auf die Therapie | 78 |
| 20. Nutzen Sie Ihre eigenen Gefühle als Arbeits- material | 81 |
| 21. Formulieren Sie Hier-und-Jetzt-Kommentare sorgfältig | 84 |
| 22. Alles im Hier und Jetzt ist Wasser auf die therapeutischen Mühlen | 85 |
| 23. Gehen Sie in jeder Sitzung auf das Hier und Jetzt ein | 87 |
| 24. Welche Lügen haben Sie mir aufgetischt? | 89 |
| 25. Vergessen Sie die »Leere Leinwand«. Seien Sie Sie selbst | 90 |
| 26. Drei Varianten der Selbstoffenbarung des Therapeuten | 98 |
| 27. Der Mechanismus der Therapie – machen Sie ihn transparent | 99 |
| 28. Beim Offenbaren von Hier-und-Jetzt-Gefühlen – entscheiden Sie richtig | 102 |
| 29. Seien Sie vorsichtig mit Enthüllungen über das Privatleben des Therapeuten | 104 |
| 30. Enthüllungen über Ihr Privatleben – die Gefahren | 109 |
| 31. Therapeutische Transparenz und Allgemein- gültigkeit | 112 |
| 32. Wenn Patienten sich gegen Ihre Offenheit wehren | 113 |
| 33. Meiden Sie eine vorgebliche Heilung | 115 |
| 34. Wenn Patienten es weiter bringen als Sie selbst . . . | 117 |
| 35. Wenn Ihnen Ihr Patient hilft | 119 |
| 36. Ermutigen Sie den Patienten zur Offenheit | 123 |
| 37. Feedback in der Psychotherapie | 126 |

| | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 38. Formulieren Sie Ihr Feedback präzise und freundlich | 129 |
| 39. Steigern Sie die Empfänglichkeit für Feedback, indem Sie bestimmte Wesenszüge des Patienten ansprechen | 132 |
| 40. Feedback: das Eisen schmieden, solange es kalt ist | 134 |
| 41. Gespräche über den Tod | 137 |
| 42. Der Tod und die Steigerung des Lebensgefühls | 139 |
| 43. Wie man über den Tod spricht | 142 |
| 44. Gespräche über den Sinn des Lebens | 146 |
| 45. Freiheit | 150 |
| 46. Wie man Patienten hilft, Verantwortung zu übernehmen | 152 |
| 47. Treffen Sie nie (fast nie) Entscheidungen für den Patienten | 156 |
| 48. Entscheidungen: ein Königsweg in das Zentrum der Existenz | 160 |
| 49. Widerstand gegen Entscheidungen | 163 |
| 50. Bewusstheit fördern durch Ratschläge | 165 |
| 51. Entscheidungen erleichtern – weitere Methoden ... | 170 |
| 52. Therapie als kontinuierliche Sitzung | 173 |
| 53. Machen Sie sich in jeder Sitzung Notizen | 175 |
| 54. Ermutigen Sie zur Selbsterforschung | 176 |
| 55. Wenn Ihr Patient weint | 177 |
| 56. Lassen Sie sich Zeit zwischen den einzelnen Patienten | 179 |
| 57. Benennen Sie Ihre eigenen Probleme offen | 181 |
| 58. Machen Sie Hausbesuche | 184 |
| 59. Nehmen Sie Erklärungen nicht allzu ernst | 187 |
| 60. Mittel zur Beschleunigung der Therapie | 192 |
| 61. Therapie als Generalprobe fürs Leben | 196 |
| 62. Nutzen Sie die Ausgangsbeschwerden als Ansatz- punkt | 198 |

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 63. Scheuen Sie sich nicht, den Patienten zu berühren | 201 |
| 64. Niemals Sex mit Patienten | 206 |
| 65. Jahrestage und andere wichtige Daten | 211 |
| 66. Ignorieren Sie nie die Angst vor der Therapie | 213 |
| 67. Doktor, nehmen Sie mir meine Angst | 216 |
| 68. Wenn man der Henker der Liebe ist | 217 |
| 69. Die Anamnese | 223 |
| 70. Eine Darstellung des Tagesablaufs des Patienten .. | 225 |
| 71. Die anderen Menschen im Leben des Patienten ... | 227 |
| 72. Befragen Sie den signifikanten anderen | 228 |
| 73. Erkundigen Sie sich über frühere Therapien | 230 |
| 74. Wie man die Dunkelheit des Schattens teilt | 232 |
| 75. Freud hatte nicht immer Unrecht | 234 |
| 76. Die Gefahren der empirisch valuierten Therapie ... | 240 |
| 77. Träume – nutzen Sie sie! | 243 |
| 78. Die vollständige Deutung eines Traums? Unmöglich! | 245 |
| 79. Nutzen Sie Träume pragmatisch: Plündern Sie sie | 246 |
| 80. Wie man in Träumen navigiert | 254 |
| 81. Erfahren Sie aus den Träumen des Patienten etwas über sein Leben | 257 |
| 82. Schenken Sie dem ersten Traum besondere Beachtung | 263 |
| 83. Achten Sie genau auf Träume über den Therapeuten | 267 |
| 84. Hüten Sie sich vor Berufsrisiken | 272 |
| 85. Genießen Sie Ihre berufsbedingten Privilegien | 277 |