

Inhalt

1	
Einführung	9
2	
Geschichte	13
Ursprünge	14
Heutiger Ansatz: Entwicklung bis in die Gegenwart	18
3	
Theorie	20
Ziele des Ansatzes	20
Freiheit innerhalb von Grenzen 20 □ Die Einschränkungen der Freiheit anerkennen 21 □ Freiheit und Einschränkung integrieren 22 □ Eine Veranschaulichung dieses Prozesses 23 □ Verschiedene Interpretationen der existentiellen Therapie 24 □ Ein zentrales Anliegen: Der gegenwärtige Augenblick 25 □ Das Kultivieren der Präsenz 25 □ Vier Kernziele 27	
Schlüsselkonzepte	27
Selbstgefühl 27 □ Muster psychischer Gesundheit 29	
Klinische Bewertung: Die Fähigkeit, präsent zu sein	35

4

Der therapeutische Prozess 40

Die Rolle des Therapeuten und des Klienten sowie ihre Beziehung . 42

Existentielle Einstellungen oder Bedingungen 42 □ Zusammenfassung der wichtigsten Änderungsmechanismen 77

Kurzzeit- und Langzeitstrategien und Techniken 80

Eine Kurzzeittherapie: Mimi 81 □ Langzeitstrategien und Techniken 87

Hindernisse und Probleme bei der Anwendung des humanistisch-existentiellen Ansatzes 99

5

Evaluation 101

Forschung untermauert die Wirksamkeit des Ansatzes 101

Spezifische Probleme und Klientenpopulationen 107

Wie funktioniert die Humanistisch-Existentielle Therapie bei unterschiedlichen Klienten? 108

Eine Anmerkung zu den sozialen und spirituellen Dimensionen der humanistisch-existentiellen Transformation 110

6

Zukünftige Entwicklungen 112

Ausblick und Herausforderungen. 114

7

Zusammenfassung 116

Hintergrund. 116

Derzeitige Situation	117
Die zunehmende Unterstützung durch die Forschung für die Humanistisch-Existentielle Therapie	118
Fazit	119

8

Anhang	121
Kurzzeittherapie Fall 2: Hamilton.	121
Zusammenfassung der experientiellen Einstellungen des existentiell-integrativen (EI) Modells	125
Überblick 125	
Phasen der Veränderung in einer „typischen“ existentiellen Langzeittherapie	128
Phase 1 128 □ Phase 2 129 □ Phase 3 130	
Langzeittherapie Fall 2: Claudia	131
Glossar	145
Anmerkungen	150
Literaturempfehlungen	151
Internet-Quellen	151
Zitierte Literatur	153
Register	164
Über die Autoren	167