

# Inhaltsverzeichnis

---

## I Einleitende Kapitel

<b>1 Was ist Psychotherapie, was ist Gesprächspsychotherapie? .....</b>	<b>3</b>
<i>Eva-Maria Biermann-Ratjen</i>	
<b>1.1 Was ist Psychotherapie? .....</b>	<b>4</b>
<b>1.1.1 Eine Definition von Psychotherapie.....</b>	<b>4</b>
<b>1.1.2 Psychotherapie ist ein Prozess zur Beeinflussung.....</b>	<b>4</b>
<b>1.1.3 Psychotherapie ist ein bewusster und geplanter Prozess.....</b>	<b>6</b>
<b>1.1.4 Psychotherapie ist Beeinflussung in Richtung auf ein definiertes, nach Möglichkeit gemeinsam erarbeitetes Ziel.....</b>	<b>7</b>
<b>1.1.5 Psychotherapie ist Krankenbehandlung auf der Basis einer Theorie des normalen und pathologischen Verhaltens.....</b>	<b>8</b>
<b>1.1.6 Psychotherapie beeinflusst mit psychologischen Mitteln (durch Kommunikation).....</b>	<b>9</b>
<b>1.1.7 Psychotherapie beeinflusst mittels lehrbarer Techniken.....</b>	<b>11</b>
<b>1.1.8 Was ist Gesprächspsychotherapie? .....</b>	<b>11</b>
<b>Weiterführende Literatur.....</b>	<b>13</b>
<b>2 Die Entwicklung des Klientenzentrierten Konzepts .....</b>	<b>15</b>
<i>Diether Höger</i>	
<b>2.1 Die Gesprächspsychotherapie als Ergebnis aus therapeutischer Praxis und empirischer Forschung .....</b>	<b>16</b>
<b>2.1.1 Erste Anfänge .....</b>	<b>16</b>
<b>2.1.2 Der eigene Ansatz .....</b>	<b>18</b>
<b>2.1.3 Rogers als Bahnbrecher für die Psychotherapieforschung.....</b>	<b>21</b>
<b>2.2 Besondere Merkmale des Klientenzentrierten Konzepts .....</b>	<b>21</b>
<b>2.2.1 Wachstum in einer therapeutischen Beziehung .....</b>	<b>22</b>
<b>2.2.2 Nicht-Direktivität .....</b>	<b>22</b>
<b>2.2.3 Gegenstand der Behandlung ist nicht das Symptom, sondern die Person .....</b>	<b>24</b>
<b>2.2.4 »Klient« oder »Patient«? .....</b>	<b>24</b>
<b>2.3 Das Menschenbild des Klientenzentrierten Konzepts .....</b>	<b>25</b>
<b>2.3.1 Ist der Mensch »gut«? .....</b>	<b>25</b>
<b>2.3.2 Wie lässt sich die skeptische Sicht Freuds erklären? .....</b>	<b>26</b>
<b>2.3.3 Die Kontroverse mit Skinner .....</b>	<b>27</b>
<b>2.4 Funktion und Bedeutung von Paradigmen in der Wissenschaft .....</b>	<b>29</b>
<b>2.5 Die Einführung des Klientenzentrierten Konzepts in Deutschland .....</b>	<b>31</b>
<b>Weiterführende Literatur.....</b>	<b>31</b>

## II Theoretische Grundannahmen

<b>3 Klientenzentrierte Persönlichkeitstheorie .....</b>	<b>35</b>
<i>Diether Höger</i>	
<b>3.1 Organismus .....</b>	<b>37</b>
<b>3.2 Aktualisierungstendenz .....</b>	<b>38</b>
<b>3.2.1 Definition und Begriff der Aktualisierungstendenz bei Rogers .....</b>	<b>38</b>
<b>3.2.2 Die beiden Aspekte der Aktualisierungstendenz: Erhaltung und Entfaltung .....</b>	<b>39</b>
<b>3.2.3 Die Aktualisierungstendenz als Selbstorganisation .....</b>	<b>41</b>

3.2.4	Konsequenzen für das Verständnis der Aktualisierungstendenz .....	47
3.2.5	Aktualisierungstendenz und therapeutisches Handeln .....	49
3.3	<b>Die Repräsentation der Welt in der Person.</b> .....	51
3.3.1	Erfahrung .....	51
3.3.2	Symbolisierung .....	54
3.3.3	Selbst .....	57
3.3.4	Kongruenz/Inkongruenz zwischen Selbst und Erfahrung .....	62
	<b>Weiterführende Literatur.</b> .....	65
4	<b>Klientenzentrierte Entwicklungslehre.</b> .....	67
	<i>Eva-Maria Biermann-Ratjen</i>	
4.1	Vergleich mit psychoanalytischen Konzepten .....	69
4.2	<b>Klientenzentrierte Entwicklungstheorie: Theorie der Selbstentwicklung</b> .....	69
4.3	<b>Definitionen des Selbst.</b> .....	70
4.4	<b>Die Integration von Selbsterfahrung in das Selbstkonzept</b> .....	71
4.5	<b>Die Bedeutung der Affekte für den empathischen Kontakt</b> .....	72
4.6	<b>Die Entwicklung des »sense of self« nach Stern</b> .....	72
4.6.1	Der Prozess der Selbsterfahrung .....	72
4.6.2	Die auftauchende Selbstempfindung .....	73
4.6.3	Die Konsolidierung der Empfindung eines Kernselbst .....	73
4.6.4	Die Empfindung eines subjektiven Selbst .....	74
4.6.5	Das verbale Selbst .....	75
4.6.6	Das narrative Selbst .....	75
4.6.7	Zusammenfassung und Bezug zum Klientenzentrierten Konzept .....	76
4.7	<b>Die Bindungstheorie</b> .....	76
4.7.1	Die zentralen Postulate der Bindungstheorie .....	76
4.7.2	Das Bindungsbedürfnis ist ein eigenständiges Bedürfnis .....	77
4.7.3	Die Bindungsmuster .....	78
4.7.4	Die drei den Bindungsmustern zugrunde liegenden Faktoren .....	79
4.7.5	Die Stabilität der Inneren Arbeitsmodelle .....	80
4.8	<b>Die Selbsterhaltungstendenz</b> .....	80
4.8.1	Das Bedürfnis nach positiver Selbstbeachtung .....	81
4.8.2	Inkongruenz .....	81
4.9	<b>Phasen der Selbstkonzeptentwicklung</b> .....	82
4.9.1	Erste Phase .....	82
4.9.2	Zweite Phase .....	83
4.9.3	Dritte Phase .....	84
	<b>Weiterführende Literatur.</b> .....	85
5	<b>Krankheitslehre der Gesprächspsychotherapie.</b> .....	87
	<i>Eva-Maria Biermann-Ratjen</i>	
5.1	<b>Die Grundlage für Veränderungen im Therapieprozess</b> .....	88
5.2	<b>Die Grundlage von Inkongruenz</b> .....	90
5.2.1	Die Bedingungen für die Integration von Erfahrungen in das Selbstkonzept .....	90
5.2.2	Die Spaltung der Aktualisierungstendenz in eine Selbstentwicklungstendenz und eine Selbsterhaltungstendenz .....	90
5.2.3	Die Verteidigung gegen die Erfahrung zum Beispiel in der posttraumatischen Belastungsreaktion .....	91

5.2.4	<b>Die Verteidigung gegen die Erfahrung zum Beispiel im Erleben des Bedürfnisses nach positiver Selbstbeachtung.....</b>	92
5.2.5	<b>Das Bedürfnis nach bedingungsfreier positiver Beachtung.....</b>	93
5.3	<b>Die mehr oder weniger voll funktionsfähige Person .....</b>	93
5.3.1	<b>Die »fully functioning person« .....</b>	93
5.3.2	<b>Der Psychotherapiepatient.....</b>	95
5.4	<b>Differenzielle Beschreibungen des Inkongruenzlebens.....</b>	96
5.4.1	<b>Das differenzielle Krankheitsverständnis in der prozessorientierten Gesprächspsychotherapie .....</b>	96
5.4.2	<b>Der prozess-experientielle Aspekt des Klientenzentrierten Konzepts .....</b>	97
5.4.3	<b>Primäre und sekundäre Inkongruenz .....</b>	98
5.5	<b>Zusammenfassung .....</b>	103
	<b>Weiterführende Literatur.....</b>	104
6	<b>Klientenzentrierte Therapietheorie .....</b>	105
	<i>Diether Höger</i>	
6.1	<b>Wie therapeutische Veränderungen entstehen .....</b>	106
6.1.1	<b>Zwei Personen befinden sich in psychologischem Kontakt.....</b>	107
6.1.2	<b>Die erste Person, der Klient/Patient, befindet sich im Zustand der Inkongruenz, ist verletzbar bzw. ängstlich.....</b>	107
6.1.3	<b>Die zweite Person, der Therapeut, ist in der therapeutischen Beziehung kongruent .....</b>	108
6.1.4	<b>Der Therapeut erfährt gegenüber seinem Klienten Bedingungsfreie Positive Beachtung.....</b>	109
6.1.5	<b>Der Therapeut versteht empathisch den inneren Bezugsrahmen des Patienten .....</b>	114
6.1.6	<b>Der Patient nimmt zumindest in Ansätzen die Bedingungsfreie Positive Beachtung und das Empathische Verstehen des Therapeuten wahr .....</b>	118
6.1.7	<b>Zur therapeutischen Beziehung .....</b>	118
6.2	<b>Wie und warum wirkt Gesprächspsychotherapie? .....</b>	120
6.3	<b>Die Klientenzentrierte Therapietheorie und die Praxis.....</b>	121
	<b>Weiterführende Literatur.....</b>	126
<b>III</b>	<b>Praxis der Gesprächspsychotherapie</b>	
7	<b>Therapieziele.....</b>	129
	<i>Jochen Eckert</i>	
7.1	<b>Das Klientenzentrierte Konzept und die Festlegung von Therapiezielen.....</b>	130
7.2	<b>Sechs Therapieziele .....</b>	132
7.2.1	<b>Therapieziele, die sich aus der Persönlichkeits- und der Störungstheorie ergeben.....</b>	132
7.2.2	<b>Therapieziele, die sich aus dem Menschenbild ergeben.....</b>	133
7.2.3	<b>Normative Therapieziele .....</b>	134
7.2.4	<b>Therapieziele, die sich aus dem Gesprächspsychotherapieprozess ergeben.....</b>	135
7.2.5	<b>Therapieziele von Patienten.....</b>	136
7.2.6	<b>Die dem Klientenzentrierten Konzept immanenten Therapieziele .....</b>	137
7.3	<b>Therapieziele und Therapiezielvereinbarungen in der Praxis .....</b>	138
	<b>Weiterführende Literatur.....</b>	138
8	<b>Indikationsstellung .....</b>	139
	<i>Jochen Eckert, Henriette Petersen</i>	
8.1	<b>Anwendungsbereiche für Psychotherapie .....</b>	140

<b>8.1.1</b>	<b>Anwendungsbereiche für Psychotherapie im Rahmen der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV).....</b>	140
<b>8.1.2</b>	<b>Anwendungsbereiche für Psychotherapie auf der Grundlage von ICD-10-Diagnosen.....</b>	142
<b>8.2</b>	<b>Diagnostik und Indikation für Psychotherapie.....</b>	142
<b>8.2.1</b>	<b>Zur Notwendigkeit von Diagnostik in der Psychotherapie.....</b>	142
<b>8.2.2</b>	<b>Zur Unterscheidung von Indikation und Prognose .....</b>	143
<b>8.2.3</b>	<b>Die Kategorien für die Indikationsdiagnostik.....</b>	144
<b>8.2.4</b>	<b>Die diagnostischen Kriterien für die Prognose.....</b>	146
<b>8.3</b>	<b>Indikation und Prognose einer Gesprächspsychotherapie.....</b>	149
<b>8.3.1</b>	<b>Hinweise zur Gestaltung des Erstinterviews .....</b>	149
<b>8.3.2</b>	<b>Indikationsstellung und Prognose .....</b>	152
<b>8.3.3</b>	<b>Die Abstimmung der Indikation mit dem Patienten .....</b>	157
<b>8.4</b>	<b>Beispiel einer Indikationsstellung: Die Patientin Annette P.....</b>	161
<b>8.4.1</b>	<b>Angaben zur Person .....</b>	162
<b>8.4.2</b>	<b>Frühere Behandlungen .....</b>	162
<b>8.4.3</b>	<b>Anlass der jetzigen Behandlung.....</b>	162
<b>8.4.4</b>	<b>Überweisungskontext .....</b>	162
<b>8.4.5</b>	<b>Befunde .....</b>	163
<b>8.4.6</b>	<b>Diagnose nach ICD-10.....</b>	164
<b>8.4.7</b>	<b>Anamnese .....</b>	164
<b>8.4.8</b>	<b>Überlegungen zur Genese der Erkrankung und zur auslösenden Situation.....</b>	166
<b>8.4.9</b>	<b>Planung der Behandlung .....</b>	168
<b>8.5</b>	<b>Differenzielle Indikation.....</b>	169
<b>8.5.1</b>	<b>Die vier Passungen des Allgemeinen Modells von Psychotherapie.....</b>	170
<b>8.5.2</b>	<b>Differenzielle Indikation in der Praxis .....</b>	171
	<b>Weiterführende Literatur.....</b>	175
<b>9</b>	<b>Der therapeutische Prozess in der Praxis.....</b>	177
	<i>Jochen Eckert, Henriette Petersen</i>	
<b>9.1</b>	<b>Die therapeutische Beziehung .....</b>	178
<b>9.1.1</b>	<b>Das Gesprächspsychotherapeutische Beziehungsangebot des Therapeuten .....</b>	178
<b>9.1.2</b>	<b>Der Beitrag des Patienten zur Gesprächspsychotherapeutischen Beziehung .....</b>	185
<b>9.2</b>	<b>Eine Taxonomie in der Klientenzentrierten Therapietheorie .....</b>	185
<b>9.3</b>	<b>Therapeutische Handlungsregeln .....</b>	187
<b>9.3.1</b>	<b>Nicht-Direktivität.....</b>	188
<b>9.3.2</b>	<b>Empathisches Zuhören .....</b>	189
<b>9.3.3</b>	<b>Spezifische Zentrierung der Aufmerksamkeit .....</b>	189
<b>9.3.4</b>	<b>Verbalisierung der Erfahrung des Patienten.....</b>	192
<b>9.4</b>	<b>Gesprächspsychotherapeutisches Handeln in der Praxis.....</b>	196
<b>9.5</b>	<b>Verlauf einer Gesprächspsychotherapie .....</b>	205
<b>9.5.1</b>	<b>Der Verlauf der Behandlung.....</b>	205
<b>9.5.2</b>	<b>Behandlungsergebnisse .....</b>	212
<b>9.5.3</b>	<b>Katamnese.....</b>	213
<b>9.6</b>	<b>Therapieabschluss .....</b>	214
<b>9.7</b>	<b>Typische Behandlungsprobleme .....</b>	216
<b>9.7.1</b>	<b>Akute Krise.....</b>	216
<b>9.8</b>	<b>Störungsspezifisches Vorgehen .....</b>	219
<b>9.9</b>	<b>Behandlungsleitlinien (Manuale).....</b>	219
	<b>Weiterführende Literatur.....</b>	222

<b>10</b>	<b>Evaluation und Qualitätssicherung .....</b>	223
	<i>Eva-Maria Biermann-Ratjen, Jochen Eckert, Diether Höger</i>	
10.1	<b>Wirksamkeit.....</b>	224
10.1.1	Wie lässt sich die Wirksamkeit von Psychotherapie feststellen?.....	224
10.1.2	Die Wirksamkeit von Gesprächspsychotherapie in empirischen Studien .....	226
10.2	<b>Verfahren zur Messung des Therapieprozesses .....</b>	229
10.2.1	Verfahren zur Einschätzung der Interaktion zwischen Therapeut und Patient .....	230
10.2.2	Verfahren zur Einschätzung des Ergebnisses von Therapiestunden .....	232
10.2.3	Fragebogen zur Erfassung der therapeutischen Beziehung .....	233
10.2.4	Hinweise zu Anwendung und Interpretation der Verfahren .....	233
10.3	<b>Verfahren zur Messung des Therapieergebnisses.....</b>	234
10.3.1	Verfahren zur direkten Erfolgsbeurteilung .....	235
10.3.2	Verfahren zum Prä-Post-Vergleich .....	235
10.3.3	Hinweise für die Anwendung und Interpretation .....	238
10.4	<b>Supervision .....</b>	240
10.4.1	Geschichte und Definition .....	240
10.4.2	Theorien der Supervision von Psychotherapie in der akademischen Psychologie.....	241
10.4.3	Praxis der Supervision von Psychotherapie.....	242
10.4.4	Praxis der Klientenzentrierten Supervision von Psychotherapie .....	243
	<b>Weiterführende Literatur.....</b>	248

#### **IV Spezielle Anwendungsfelder**

<b>11</b>	<b>Kinder und Jugendliche .....</b>	253
	<i>Barbara Reisel, Christine Wakolbinger</i>	
11.1	<b>Das Konzept der Klientenzentrierten »Spieltherapie«.....</b>	254
11.1.1	Carl Rogers als Kinderpsychotherapeut .....	254
11.1.2	Die Weiterentwicklung Klientenzentrierter Kinderpsychotherapie in den USA.....	256
11.1.3	Die Entwicklung der Klienten-/Personenzentrierten Kinderpsychotherapie im deutschsprachigen Europa.....	258
11.2	<b>Klientel und Indikation.....</b>	259
11.2.1	Fragestellungen in der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie .....	259
11.2.2	<b>Diagnostik und Indikation .....</b>	260
11.2.3	<b>Therapieziele.....</b>	262
11.3	<b>Spezielle Anforderungen an den Kinderpsychotherapeuten.....</b>	262
11.4	<b>Entwicklungspsychologische Grundlagen .....</b>	264
11.4.1	Wo sich der Klientenzentrierte Ansatz mit entwicklungspsychologischen Ansätzen trifft.....	264
11.4.2	Zum Begriff der Aktualisierungstendenz .....	264
11.4.3	Die Selbstentwicklung in der neueren Säuglingsforschung .....	264
11.4.4	Selbstaktualisierung bedeutet Identitätsentwicklung .....	265
11.4.5	Selbstaktualisierung braucht Bedingungsfreie Positive Beachtung und Empathie .....	266
11.4.6	Die Bedeutung von Beziehungserfahrungen .....	267
11.4.7	Das Weltbild des Kindes: die Konstruktion der Wirklichkeit .....	270
11.5	<b>Das Beziehungsangebot Klientenzentrierter Kinderpsychotherapie .....</b>	272
11.5.1	Bedingungsfreie Positive Beachtung .....	273
11.5.2	Einfühlendes Verstehen (Empathie).....	274
11.5.3	Kongruenz .....	274
11.5.4	Grenzen .....	275

11.5.5	Therapeutische Arbeit mit Eltern und Bezugspersonen .....	276
11.6	Schlussgedanke .....	277
	Weiterführende Literatur .....	277
12	<b>Personzentrierte Beratung .....</b>	279
	<i>Franz Berger</i>	
12.1	Beratung als Alltagshandeln und als Profession .....	280
12.1.1	Kriterien der professionellen Beratung .....	281
12.2	Personzentrierte Beratung .....	283
12.2.1	Was charakterisiert Personzentrierte Beratung? .....	283
12.2.2	Ziele der Personzentrierten Beratung .....	286
12.2.3	Indikationen, Anwendungsfelder, Anwendungsformen .....	286
12.3	Methode und Praxis der Personzentrierten Beratung .....	288
12.3.1	Der Beratungsprozess in der Anfangsphase: Vom Erstkontakt zum Beratungsvertrag .....	290
12.3.2	Der Beratungsprozess in der Mittelpause: Herausfordern .....	295
12.3.3	Die Schlussphase der Beratung: Evaluieren, Abschließen, Abschied nehmen .....	306
12.4	Personzentrierte Beratung im Wandel .....	308
	Weiterführende Literatur .....	309
13	<b>Weitere Anwendungsbereiche von Gesprächspsychotherapie und konzeptuelle Weiterentwicklungen .....</b>	311
	<i>Eva-Maria Biermann-Ratjen, Jochen Eckert, Diether Höger</i>	
13.1	Anwendungsbereiche und Anwendungsformen (Settings) .....	312
13.1.1	Klientenzentrierte Krisenintervention .....	312
13.1.2	Gesprächspsychotherapie bei körperlich Kranken und Sterbenden .....	313
13.1.3	Gesprächspsychotherapie in stationärem Rahmen .....	314
13.1.4	Klientenzentrierte Gruppenpsychotherapie .....	314
13.1.5	Klientenzentrierte Paartherapie .....	315
13.1.6	Klientenzentrierte Familientherapie .....	315
13.2	Konzeptuelle Weiterentwicklungen .....	316
13.2.1	Focusing .....	316
13.2.2	Emotionsfokussierte Therapie (Prozess-erlebnisorientierte Therapie) .....	316
13.2.3	Störungsbezogene Gesprächspsychotherapie .....	316
13.2.4	Das differentielle Inkongruenzmodell .....	317
13.2.5	Klärungsorientierte Psychotherapie – Zielorientierte Gesprächspsychotherapie .....	317
	Literatur .....	317
14	<b>Aus- und Weiterbildung in Gesprächspsychotherapie in Deutschland, Österreich und in der Schweiz .....</b>	321
	<i>Jochen Eckert</i>	
14.1	Deutschland .....	322
14.2	Österreich .....	323
14.3	Schweiz .....	323
	<b>Literatur .....</b>	327
	<b>Stichwortverzeichnis .....</b>	343