

Inhaltsverzeichnis

| | |
|--|------------|
| 1 Einleitung | 7 |
| 2 Grundlagen der Emotionsfokussierten Therapie | 10 |
| 2.1 Entwicklung der Emotionsfokussierten Therapie | 10 |
| 2.2 Bezeichnungen des Ansatzes | 18 |
| 2.3 Störungs- und Veränderungstheorie | 20 |
| 2.3.1 Die (neo)humanistische Orientierung | 20 |
| 2.3.2 Prozessorientierung und die dialektisch-konstruktivistische Theorie des Selbst | 24 |
| 2.3.3 Emotionsfokussierung und die aus der Praxis entwickelte Emotionstheorie | 27 |
| 2.3.4 Das Emotionale Kernschema | 36 |
| 2.4 Zusammenfassung | 40 |
| 3 Praxis der Emotionsfokussierten Therapie | 42 |
| 3.1 Die Therapeut-Klient-Beziehung in der Emotionsfokussierten Therapie | 42 |
| 3.1.1 Beziehungsprinzipien und Beziehungsgestaltung | 44 |
| 3.1.2 Das Konzept des Emotion-Coaching | 51 |
| 3.2 Allgemeine Strategien des therapeutischen Umgangs mit Emotionen | 61 |
| 3.2.1 Emotionen fokussieren und wahrnehmen | 63 |
| 3.2.2 Überkontrollierte und unterkontrollierte emotionale Prozesse regulieren | 69 |
| 3.2.3 Den emotionalen Ausdruck fördern | 76 |
| 3.2.4 Emotionen verändern | 83 |
| 3.2.5 Emotionen symbolisieren und reflektieren | 87 |
| 3.2.6 Korrigierende emotionale Erfahrungen zulassen | 91 |
| 3.3 Spezifische Strategien des therapeutischen Umgangs mit Emotionen | 93 |
| 3.3.1 Marker, Aufgaben und Interventionen | 94 |
| 3.3.2 Die Zwei-Stuhl-Technik und ihre markergeleitete Anwendung | 104 |
| 3.3.3 Empathische Äußerungen | 115 |
| 3.4 Indikation und Kontraindikation der Emotionsfokussierten Therapie | 124 |
| 3.5 Emotionsfokussierte Fallkonzeption | 128 |
| 3.6 Zusammenfassung | 131 |
| 4 Wirksamkeit der Emotionsfokussierten Therapie | 133 |
| 4.1 Effektivität und Evidenzbasierte Psychotherapie | 134 |
| 4.1.1 Evidenzbasierte Psychotherapie | 134 |
| 4.1.2 Empirischer Status der Emotionsfokussierten Therapie | 135 |
| 4.2 Prozessmerkmale und Therapieergebnis: Prozess-Outcome-Forschung | 139 |

| | |
|--|---------|
| 4.2.1 Zentrale Untersuchungseinheiten | 140 |
| 4.2.2 Das Event-Paradigma | 142 |
| 4.2.3 Emotionale Prozesse erfassen | 142 |
| 4.3 Die Sicht der Klienten | 143 |
| 4.3.1 Der therapeutische Veränderungsprozess aus Klientensicht | 144 |
| 4.3.2 Hilfreiche Faktoren und Interventionen aus Klientensicht | 146 |
| 4.4 Zusammenfassung | 147 |
| 5 Ausblick | 149 |
| Literatur | 165 |
| Sachregister | 184 |