

# Inhaltsverzeichnis

<b>1 Einleitung</b> .....	7
<b>2 Grundlagen der Emotionsfokussierten Therapie</b> .....	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
<b>3 Praxis der Emotionsfokussierten Therapie</b> .....	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
<b>4 Wirksamkeit der Emotionsfokussierten Therapie</b> .....	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
 <b>5 Ausblick</b> .....	149
 <b>Literatur</b> .....	165
 <b>Sachregister</b> .....	184