

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 Arbeitsmaterial	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 Allgemeingültigkeit	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 Ansatzpunkt	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