

Inhalt

Vorwort 9

1 Was ist eigentlich Psychotherapie? 13

2 Die therapeutische Beziehung 20

3 Wie finde ich «meinen» Psychotherapeuten? 33

4 Eine klare Basis: Therapievereinbarung
und Arbeitsbündnis 38

5 Die Macht des Therapeuten und die
Macht des Patienten 47

6 Stuhl, Couch oder Matte?
Das Setting 52

7 Die Mitarbeit des Patienten 62

8 «Haben Sie das so gemeint?»
Therapeutische Interventionen 70

9 Was macht krank?
Das Ringen um die Psychogenese 79

10 Wunsch und Wirklichkeit –
Therapieerwartungen und Therapieziele 92

11 Wohlgefühl und Irritation im
therapeutischen Prozess 103

- 12 Ohne Konfrontation geht es nicht! 108
- 13 Nadelöhr der therapeutischen Erkenntnis –
der Fokus 112
- 14 Die therapeutische Übersetzungsarbeit –
vom Symptom zur Beziehung 125
- 15 Die große Not –
Konflikte und Strukturstörungen 139
- 16 Der unvermeidbare Widerstand 182
- 17 Überlebenstechniken für die Seele –
die Abwehrmechanismen 190
- 18 Wahrnehmungsverzerrungen –
Übertragung und Gegenübertragung 213
- 19 Sprechen – Schweigen – Zuhören 222
- 20 «Mir bricht das Herz!» –
das Dilemma mit den Gefühlen 231
- 21 Der circuläre Prozess oder
Der Umgang mit einer aktuellen Krise 239
- 22 Die Abstinenz des Therapeuten 243
- 23 Verliebtheit und sexuelle Fantasien
in der therapeutischen Beziehung 247
- 24 Wie Patienten den Therapeuten benutzen
und Therapeuten den Patienten brauchen 252

- 25 Alkohol, Drogen, Medikamente
und Psychotherapie 259
- 26 Lebevertrag – Suizidalität und Psychotherapie 262
- 27 Manchmal geht gar nichts –
die häufigsten Fehler 264
- 28 Die Beendigung der Therapie 269
- 29 Die Suche nach dem längst
verlorenen Glück 272
- 30 Elternliebe erübrigt Psychotherapie 278