

Inhalt

Übersicht der Arbeitsmaterialien zum Download	7
1 Einführung in das MentalHaus	11
2 Aufbau und Inhalte des »MentalHaus«	13
3 Das MentalHaus: Der kognitiv-verhaltenstherapeutische Zugang	17
3.1 Der Wohlfühl-Raum (KVT)	17
3.1.1 Ablauf Sitzung 1	18
3.1.2 Ablauf Sitzung 2	25
3.1.3 Arbeitsblätter Wohlfühl-Raum	27
3.2 Der Ressourcen-Raum (KVT)	34
3.2.1 Ablauf Sitzung 3	34
3.2.2 Ablauf Sitzung 4	39
3.2.3 Arbeitsblätter Ressourcen-Raum	43
3.3 Der Beratungs-Raum (KVT)	49
3.3.1 Ablauf Sitzung 5	49
3.3.2 Ablauf Sitzung 6	53
3.3.3 Arbeitsblätter Beratungs-Raum	56
3.4 Der Visions-Raum (KVT)	63
3.4.1 Ablauf Sitzung 7	63
3.4.2 Ablauf Sitzung 8	69
3.4.3 Arbeitsblätter Visions-Raum	72
3.5 Fakultative Abschlussitzung: Die Hausführung (KVT)	76
3.5.1 Ablauf Fakultative Abschlussitzung	77
3.5.2 Arbeitsblätter Hausführung	79
4 Das MentalHaus: Der hypnotherapeutische Zugang	81
Einleitung HYP-Zugang	81
4.1 Der Wohlfühl-Raum (HYP)	86
4.1.1 Ablauf Sitzung 1	87
4.1.2 Ablauf Sitzung 2	89
4.1.3 Arbeitsblätter Wohlfühl-Raum	90
4.2 Der Ressourcen-Raum (HYP)	103
4.2.1 Ablauf Sitzung 3	104
4.2.2 Ablauf Sitzung 4	106
4.2.3 Arbeitsblätter Ressourcen-Raum	107

4.3	Der Beratungs-Raum (HYP)	127
4.3.1	Ablauf Sitzung 5	128
4.3.2	Ablauf Sitzung 6	130
4.3.3	Arbeitsblätter Beratungs-Raum	131
4.4	Der Visions-Raum (HYP)	141
4.4.1	Ablauf Sitzung 7	142
4.4.2	Ablauf Sitzung 8	143
4.4.3	Arbeitsblätter Visions-Raum	145
4.5	Die Hausführung [Fakultative Abschlusssitzung]	156
4.5.1	Ablauf fakultative Sitzung Hausführung	157
4.5.2	Arbeitsblätter Hausführung	158
5	Epilog	165
	Hinweis zum Downloadmaterial	166