

<b>1</b>	<b>Anleitung zum Buch</b> . . . . .	<b>1</b>
1.1	Für wen ist dieses Buch? . . . . .	1
1.2	Wie ist dieses Buch zu verwenden? . . . . .	5
	Literatur. . . . .	6
<b>2</b>	<b>Einführung in die Ressourcenorientierte Gruppenpsychotherapie</b> . . . . .	<b>7</b>
2.1	Humanistische Grundhaltung. . . . .	7
2.2	Therapieschulen-übergreifende Ausrichtung . . . . .	8
2.3	Störungsübergreifendes Behandlungsangebot . . . . .	10
2.4	Flexible Behandlungssettings . . . . .	12
2.5	Einzelfall- oder interaktionsorientierte Ausrichtung? . . . . .	13
2.6	Wirkfaktoren der Gruppenpsychotherapie. . . . .	14
2.7	Ziele der Ressourcenorientierten Gruppenpsychotherapie . . . . .	15
2.8	Qualitätssicherung und Evaluation . . . . .	17
	Literatur. . . . .	18
<b>3</b>	<b>Theoretische Hintergründe und therapeutische Implikationen</b> . . . . .	<b>19</b>
3.1	Entwicklung der Ressourcenorientierung in der Psychotherapie . . . . .	19
3.2	Was sind Ressourcen? . . . . .	21
3.3	Was sind die Wirkmechanismen der Ressourcenaktivierung? . . . . .	25
3.4	Exkurs: Erich Fromms Werk als Wegbereiter moderner Ressourcenarbeit . . . . .	29
3.5	Welche Rolle spielen Ressourcen im Krankheitsverständnis psychischer Störungen? . . . . .	31
3.6	Schlussbemerkung . . . . .	32
	Literatur. . . . .	33
<b>4</b>	<b>Anwendung im stationären Setting</b> . . . . .	<b>35</b>
4.1	Ressourcenorientierung in der Klinik – ist das möglich? . . . . .	36
4.2	Eine Ressourcengruppe selbst aufbauen . . . . .	36
4.3	Welchen Stellenwert hat die Gruppentherapie auf der Station? . . . . .	41
4.4	Umgang mit anderen Berufsgruppen . . . . .	42
4.5	Hinweise zur Durchführung der Gruppentherapie. . . . .	44
4.6	Anwendung Ressourcenorientierter Gruppen in unterschiedlichen Settings . . . . .	49

4.7	Einzelgespräch zum Abschluss der stationären Behandlung . . . . .	56
4.8	Schlussbemerkung . . . . .	58
	Literatur. . . . .	58
<b>5</b>	<b>Anwendung im ambulanten Setting . . . . .</b>	<b>59</b>
5.1	Voraussetzungen schaffen . . . . .	59
5.2	Hinweise zur Durchführung der Gruppentherapie. . . . .	65
5.3	Abschluss der Behandlung. . . . .	71
	Literatur. . . . .	73
<b>6</b>	<b>Gruppentherapeut*in sein – Beziehungsarbeit und Haltung in der Praxis . . . . .</b>	<b>75</b>
6.1	Die therapeutische Beziehung in der Gruppe . . . . .	76
6.2	Die Beziehung nach innen: Welches Bild habe ich von den Gruppenteilnehmer*innen? . . . . .	76
6.3	Beziehung nach außen: Komplementäre Beziehungsgestaltung . . . . .	80
6.4	Gruppenkohäsion stärken. . . . .	82
6.5	Experte oder Wegbegleiter? Ihre Rolle in der Gruppe. . . . .	85
6.6	Manualtreue oder Fokus auf Beziehung – was geht vor? . . . . .	86
6.7	Die Therapeut*innenpersönlichkeit. . . . .	87
	Literatur. . . . .	91
<b>7</b>	<b>Der Ressourcenkoffer – das zentrale Arbeitsblatt . . . . .</b>	<b>93</b>
7.1	Die fünf Taschen des Ressourcenkoffers . . . . .	93
7.2	Motivation und Umgang mit Widerstand. . . . .	105
7.3	Der Ressourcenkoffer findet einen Platz im Alltag . . . . .	107
7.4	Schlussbemerkung . . . . .	108
	Literatur. . . . .	109
<b>8</b>	<b>Basisinterventionen. . . . .</b>	<b>111</b>
8.1	Hilfreiche Prozesse erkennen und fördern – die 5 Bs . . . . .	111
8.2	Bewusstwerden . . . . .	112
8.3	Berührt-Sein durch Ressourcen . . . . .	115
8.4	Benennen – die richtigen Worte finden . . . . .	117
8.5	Bewegen – Aktivierung von Ressourcen . . . . .	118
8.6	Beleben – Achtsamkeit und Revitalisierung . . . . .	122
	Literatur. . . . .	126
<b>9</b>	<b>Das Gruppenvorbereitungsgespräch. . . . .</b>	<b>127</b>
9.1	Vorteile von Gruppenvorbereitung. . . . .	128
9.2	Ängste vor der Gruppe. . . . .	128
9.3	Bedürfnis nach Bindung und Orientierung . . . . .	129
9.4	Auf den Umgang miteinander vorbereiten. . . . .	132
9.5	Behandlungskonzept vermitteln. . . . .	134
9.6	Schlussbemerkung . . . . .	137
	Literatur. . . . .	138

---

<b>10</b>	<b>Gruppenmanual</b> .....	139
10.1	Die Gruppenmodule .....	140
10.2	Gruppenmodul 01: Der Einstieg – Ressourcen im Alltag entdecken .....	142
10.3	Gruppenmodul 2: Der Einstieg – Ziele definieren .....	148
10.4	Gruppenmodul 3: Der Einstieg – Die Inselübung .....	155
10.5	Gruppenmodul 4: Der Ressourcenkoffer Selbstfürsorge .....	160
10.6	Gruppenmodul 5: Der Ressourcenkoffer – Basistasche und Ressourcentasche Freude .....	166
10.7	Gruppenmodul 6: Der Ressourcenkoffer – Verbundenheit .....	172
10.8	Gruppenmodul 7: Der Ressourcenkoffer – Orientierung .....	179
10.9	Gruppenmodul 8: Der Ressourcenkoffer – Selbstwertgefühl .....	183
10.10	Gruppenmodul 9: Der Ressourcenkoffer Transfer in den Alltag ...	188
10.11	Gruppenmodul 10: Vertiefung – Die Ressourcenfragekarten .....	196
10.12	Gruppenmodul 11: Vertiefung – Ein Blick zurück .....	207
10.13	Gruppenmodul 12: Vertiefung – Hilfreiche Sätze .....	213
10.14	Gruppenmodule: Vertiefung – Vorbilder und Inspirationen .....	223
10.15	Gruppenmodul 14: Abschluss – Evaluation der Therapieziele ....	227
10.16	Gruppenmodul 15: Abschluss – Die letzten Sitzungen .....	231
	Literatur .....	236
<b>11</b>	<b>Ressourcenaktivierung in der Einzeltherapie</b> .....	237
11.1	Anfangsphase der Behandlung .....	238
11.2	Der Ressourcenkoffer im Behandlungsprozess .....	241
11.3	Störungsspezifische Hinweise .....	249
11.4	Schlussphase und Rezidivprophylaxe .....	252
	Literatur .....	253