

Inhalt

Einleitung	7
Themen im Überblick	9
Vorschläge zur Arbeit mit der Box	10
Exkurs: Einüben in Achtsamkeit	15
Exkurs: Handlungsanweisungen für „erfolgreiche Therapeuten“	15
1. Problem, Beschwerden, Symptom	17
2. Entwicklung, Lebenslauf	25
3. Ressourcen und Bewältigungskompetenzen	37
4. Krisenmuster und -lösungen	49
5. Stile und Muster („Persönlichkeit“)	59
6. Entwicklungsziele und -potentiale	65
Exkurs: Wirkungen und Vielfalt	69
Anhang (Inhalt CD-ROM)	77
Literatur	79