

Inhalt

Vorwort zur deutschen Ausgabe von Johannes Wiltschko und Klaus Renn	7
1. Einführung	11
Teil 1 Focusing und Zuhören	17
2. Sackgassen	19
3. Acht Charakteristika eines erlebensbezogenen Prozessschritts	33
4. Was der Klient tut, um einen Erlebnisschritt möglich zu machen	45
5. Was der Therapeut tun kann, um einen Erlebnisschritt hervorzurufen	70
6. Die spezifische körperliche Aufmerksamkeit	95
7. Focusing	114
8. Transkripte von Focusing-Instruktionen	124
9. Probleme, die bei der Focusing-Instruktion in der Therapie auftreten können	170
10. Transkripte aus der Psychotherapie mit einer Klientin	181
Teil 2 Die Integration anderer therapeutischer Methoden	271
11. Eine einheitliche Sicht des Fachgebiets durch Focusing und die erlebensorientierte Methode	273

12. Die Arbeit mit dem Körper: Eine neue und befreiende Energie	290
13. Rollenspiel	305
14. Erlebensbezogene Trauminterpretation	316
15. Imaginationen	335
16. Emotionale Katharsis, Wiederdurchleben	348
17. Schritte zur Verhaltensänderung	356
18. Kognitive Therapie	373
19. Umgang mit dem Überich	387
20. Die lebensfördernde Richtung	404
21. Werte	410
22. Was gebraucht wird, ergänzt sich selbst	427
23. Die Beziehung zwischen Klient und Therapeut	436
24. Sollen wir es »Therapie« nennen?	458
Dank	467
Literatur	468