

Inhalt

Inhalt

Einleitung: Störungs- und problemlagenspezifisches Vorgehen	13
---	----

Teil A: Psychosoziale Problemlagen

1. Trennung und Scheidung	18
1.1 Der Trennungsprozess	19
1.2 Die Trennung eines Paares personzentriert verstehen	21
1.3 Personzentriertes Vorgehen	24
1.4 Beratung bei Paaren mit Kindern	27
1.5 Zu empfehlendes personzentrierte Vorgehen	28
2. Schwere Krankheit	36
2.1 Schwere Krankheiten verändern das Leben	37
2.2 Die zu bewältigende Aufgabe	39
2.3 Dieses Vorgehen unterstützt den Prozess der Akzeptanz	40
3. Palliative Care und Hospiz	45
3.1 Palliative Care	46
3.2 Das Sterben in seiner Dynamik verstehen	47
3.3 So können Sie unterstützen	49
4. Trauer	56
4.1 Der Trauerprozess	58
4.2 Neue Traueransätze	60
4.3 Komplizierte Trauer	61
4.4 Den Trauerprozess personzentriert verstehen	62
4.5 So kann eine gute Trauerberatung personzentriert gelingen	63
5. Mobbing	79
5.1 Typische Mobbinghandlungen und Ablauf des Mobbingprozesses	81

5.2	Mobbing personzentriert verstehen: Inkongruenzerleben	82
5.3	Personzentriertes Vorgehen	83
6.	Burnout	88
6.1	Entwicklung eines Burnouts	90
6.2	Diagnostik	90
6.3	Personzentriertes Verstehen	91
6.4	Ziele der Beratung	92
6.5	Vorgehen in der Beratung	93
7.	Armut	97
7.1	Armut und ihre Auswirkungen	97
7.2	Armut und Selbstbild	98
7.3	Kinder als Betroffene	99
7.4	Armut in Beratungssituationen	99
7.5	Menschen in Armut personzentriert beraten	100
8.	Vereinsamung	105
8.1	Diagnostik	106
8.2	Prävalenz	107
8.3	Ursachen von Vereinsamung	107
8.4	Vereinsamte Menschen in der Beratung	110
9.	Schwere Vernachlässigung, körperliche und sexuelle Gewalt gegen Kinder	115
9.1	Definitionen	116
9.2	Das Erleben der Gewalt aus der Perspektive des Kindes	117
9.3	Folgen	118
9.4	Beratungsvorgehen	119
10.	Migration und Flucht	125
10.1	Migration verstehen	125
10.2	Symptome und Störungsbilder	127
10.3	Kultursensible personzentrierte Beratung	128
10.4	Grenzen der Beratung	133
11.	Häusliche Gewalt	136
11.1	Definitionen und Fallbeispiele	136
11.2	Zum Problem der häuslichen Gewalt	137
11.3	Die Beziehungsdynamik verstehen	139
11.4	Personzentriert beraten	140

Teil B: Psychische Störungen

1.	Diagnosen stellen und zugleich personenzentriert sein	146
1.1	Personenzentrierte Diagnostik und das biopsychosoziale Modell	146
1.2	Die Diagnose psychischer Störungen	149
1.3	Personenzentrierte Konzepte: Inkongruenz, störungsspezifische Empathie und die Kommunikation mit Betroffenen über psychische Störungen	153
1.4	Psychoedukation: Austausch von Informationen als Bestandteil von Beratung und Psychotherapie	159
1.5	Das Vulnerabilitäts-Stress-Modell	160
1.6	Kontaktaufnahme, Beziehungsaufbau und Gespräche über die aktuelle Lebenssituation, die Lebensgeschichte und medizinische Fragen	161
1.6.1	Kontaktaufnahme und Beziehungsaufbau	161
1.6.2	Exkurs: Fragen im personenzentrierten Ansatz	162
1.6.3	Momentane psychosoziale Situation, zeitliche Entwicklung der Probleme und Beschwerden, familiäre Vorgeschichte	164
1.6.4	Themen für Gespräche über die Lebensgeschichte	165
1.6.5	Wenn Betroffene schwerwiegende Probleme andeuten	166
1.7	Medizinische Vorgeschichte	167
1.8	Erkennen, Erfragen und Einordnen von Symptomen	168
1.9	Die Grenzen des Verstehens einer Person aus ihrem subjektiven Erleben heraus	169
2.	ADHS	173
2.1	Definitionen und Fallbeispiele	173
2.2	Zum Störungsbild	175
2.3	Inkongruenz bei ADHS	179
2.4	Behandlung	180
2.5	Empathie bei Personen mit ADHS	185
3.	Schizophrenien	191
3.1	Definitionen und Fallbeispiele	191
3.2	Zum Störungsbild	193
3.3	Inkongruenz bei Schizophrenien	198
3.4	Behandlung	199
3.5	Betroffene personenzentriert beraten und behandeln: Empathie und Akzeptanz bei erkrankten Personen und ihren Angehörigen	206

4.	Unipolare Depression und bipolare Störung	215
4.1	Unipolare Depression	216
4.1.1	Definitionen und Fallbeispiele	216
4.1.2	Zum Störungsbild	218
4.1.3	Inkongruenz bei unipolaren Depressionen	221
4.1.4	Beratung und Behandlung	222
4.1.5	Empathie, Akzeptanz und Kongruenz bei Personen mit unipolaren Depressionen	227
4.2	Bipolare Störungen	231
4.2.1	Definitionen und Fallbeispiele	231
4.2.2	Zum Störungsbild	233
4.2.3	Inkongruenz bei bipolaren Störungen	235
4.2.4	Beratung und Behandlung	236
4.2.5	Empathie, Akzeptanz und Kongruenz bei Personen mit bipolaren Störungen	240
5.	Angststörungen	246
5.1	Definitionen und Fallbeispiele	246
5.2	Zu den Störungen	249
5.3	Inkongruenz bei Angststörungen	251
5.4	Beratung und Behandlung	252
5.5	Betroffene personenzentriert beraten und behandeln: Empathie und Akzeptanz bei Angststörungen	254
6.	Zwangsstörungen	262
6.1	Definitionen und Fallbeispiele	262
6.2	Zum Störungsbild	264
6.3	Inkongruenz bei Zwangsstörungen	267
6.4	Beratung und Behandlung	268
6.5	Betroffene personenzentriert beraten und behandeln: Empathie und Akzeptanz bei Zwangsstörungen	270
7.	Trauma- und belastungsbezogene Störungen	276
7.1	Definitionen und Fallbeispiele	276
7.2	Zu den Störungsbildern	280
7.3	Inkongruenz	283
7.4	Psychosoziale Beratung und psychotherapeutische Behandlung	284
7.4.1	Traumafolgestörungen	284
7.4.2	Psychosoziale Beratung und psychotherapeutische Behandlung der Anpassungsstörung	287
7.5	Empathie	288

7.5.1	Empathie bei Personen mit Traumafolgestörungen	288
7.5.2	Empathie bei Personen mit Anpassungsstörungen	292
8.	Psychische Störungen mit körperlichen Beschwerden, Krankheitsangst, körperlichen Funktionsstörungen und dissoziativen Symptomen	297
8.1	Definitionen und Fallbeispiele	297
8.2	Zu den Störungsbildern	301
8.2.1	Somatische Belastungsstörung, Krankheitsangststörung und Konversionsstörung	301
8.2.2	Dissoziative Störungen	303
8.3	Inkongruenz	304
8.4	Psychosoziale Beratung und psychotherapeutische Behandlung – Störungen mit körperlichen Beschwerden, Krankheitsangst oder körperlichen Funktionsstörungen	305
8.5	Betroffene personenzentriert beraten und behandeln: Empathie und Akzeptanz bei betroffenen Personen und ihren Angehörigen	307
8.5.1	Störungen mit körperlichen Beschwerden, Krankheitsangst oder körperlichen Funktionsstörungen	307
8.5.2	Dissoziative Störungen	309
9.	Essstörungen	313
9.1	Definitionen und Fallbeispiele	313
9.2	Zu den Störungen	316
9.2.1	Anorexia nervosa (AN)	316
9.2.2	Bulimia nervosa (BN)	320
9.2.3	Binge-Eating-Störung (BES)	321
9.3	Inkongruenz bei Essstörungen	321
9.4	Beratung und Behandlung bei Essstörungen	323
9.4.1	Grundsätzliche Feststellungen	323
9.4.2	Beratung und Behandlung bei Personen mit Anorexia nervosa	323
9.4.3	Beratung und Behandlung bei Personen mit Bulimia nervosa (BN)	324
9.4.4	Beratung und Behandlung bei Personen mit Binge-Eating-Störung (BES)	325
9.5	Betroffene personenzentriert beraten und behandeln: Empathie und Akzeptanz	326
9.5.1	Anorexia nervosa	326
9.5.2	Bulimia nervosa	328
9.5.3	Binge-Eating-Störung	328

10.	Störungen durch Alkohol und andere psychotrope Substanzen	331
10.1	Substanzkonsumstörungen	332
10.1.1	Definitionen	332
10.1.2	Symptome	332
10.1.3	Psychosoziale Versorgung, Beratung und Behandlung	334
10.2	Alkoholkonsum-Störungen	335
10.2.1	Definition und Konsummuster	335
10.2.2	Zum Störungsbild	335
10.2.3	Psychosoziale Versorgung, Beratung und Behandlung	338
10.2.4	Inkongruenzerleben	342
10.2.5	Empathie und Akzeptanz gegenüber Betroffenen	343
10.3	Störungen durch andere Substanzen	347
10.3.1	Störungen durch Opiate und Opioide	347
10.3.2	Störungen durch Cannabis	348
10.3.3	Störungen durch Kokain	350
10.3.4	Störungen durch Amphetamine und Ecstasy	350
10.3.5	Schlaf- und Beruhigungsmittel	351
10.3.6	Tabak	352
10.3.7	Glücksspiel	353
11.	Demenzen und andere psychische Störungen als Folge einer Hirnschädigung	360
11.1	Definitionen und Fallbeispiele	360
11.2	Zu den Störungsbildern	362
11.3	Demenzen	363
11.4	Inkongruenzerleben Demenzkranker und ihrer Angehörigen	365
11.5	Behandlung	367
11.6	Betroffene personenzentriert beraten und behandeln: Empathie und Akzeptanz bei betroffenen Personen und ihren Angehörigen	368
12.	Persönlichkeitsstörungen	374
12.1	Allgemeine Definition, Klassifikation, Diagnose, Häufigkeit und psychologische Modelle	374
12.2	Persönlichkeitsstörungen – Cluster A (exzentrisches Cluster)	377
12.2.1	Paranoide Persönlichkeitsstörung	378
12.2.2	Schizoide Persönlichkeitsstörung	379
12.2.3	Schizotype Persönlichkeitsstörung	382
12.3	Persönlichkeitsstörungen – Cluster B (dramatisches Cluster)	384
12.3.1	Antisoziale (dissoziale) Persönlichkeitsstörung	384
12.3.2	Borderline-Persönlichkeitsstörung	388

12.3.3	Histrionische Persönlichkeitsstörung	396
12.3.4	Narzisstische Persönlichkeitsstörung	398
12.4	Persönlichkeitsstörungen – Cluster C (Ängstliches Cluster)	403
12.4.1	Vermeidend-selbstunsichere Persönlichkeitsstörung	403
12.4.2	Abhängige Persönlichkeitsstörung	405
12.4.3	Zwanghafte (anankastische) Persönlichkeitsstörung	406

Teil C: Zielgruppen

1.	Paare	416
1.1	So helfen Sie einem Paar	417
1.2	Gespräche, Aufgaben, Übungen, Verschreibungen	422
1.3	Interpersonelle Konflikte in der Einzeltherapie	427
1.4	Beratung bei hohem Potenzial für eine Trennung	427
2.	Selbsterfahrungsgruppen und Gruppenpsychotherapie	431
2.1	Wie wirken Gruppen?	431
2.2	Organisationsformen von Gruppen	432
2.3	Transparenz, Gruppenregeln und Strukturierung	434
2.4	Aufgaben der Gruppenleitung	436
2.5	Das »Dort-und-Damals«: Mitglieder sprechen über ihre Probleme und darüber, was sie emotional beschäftigt	437
2.6	Das »Hier-und-Jetzt«: Der Gruppenprozess macht das Verhalten der Person in Beziehungen sichtbar	438
2.7	Den Gruppenprozess aus einer Meta-Position wahrnehmen	439
3.	Eltern und Familien – Erziehungsberatung und Familientherapie	443
3.1	Die Erziehungsberatung als Angebot	443
3.2	Personenzentriertes Beratungsangebot in der Erziehungsberatungsstelle	444
3.3	Die Praxis von Eltern- bzw. Familiengesprächen	447
3.4	Weitere interaktionelle Konzepte der Arbeit mit Eltern und Familien	452
3.5	Psychoedukative Konzepte der Arbeit mit Eltern	454
3.6	Beratung von Jugendlichen	455
4.	Jugendliche	460
4.1	Wie Jugendliche innere Prozesse durchleben	460
4.2	Wie wir ihre Selbstexploration unterstützen	461

4.3	Wie wir die Beziehung gestalten	462
4.4	Rahmenbedingungen	464

Teil D: Wirksamkeit: Belege für ein personzentriertes Vorgehen

1.	„The facts are always friendly“. Wirksamkeit Personzentriert-Experientieller Psychotherapie und Beratung	468
1.1	Die Wirksamkeit Personzentriert-Experientieller Psychotherapie (PCEP)	471
1.2	Die Wirksamkeit Personzentriert-Experientieller Psychotherapie (PCEP) im Vergleich zu anderen großen Verfahren	472
1.3	Vergleiche zwischen Sub-Orientierungen der Personzentriert-Experientiellen Psychotherapie	474
1.4	Qualitative Wirksamkeitsforschung	475
1.5	Störungsspezifische Wirksamkeit	478
1.6	Benachbarte Arbeitsfelder	478
1.7	Limitierungen der Wirksamkeitsforschung	480
1.8	Fazit	484