

## Zur Auswahl einer Therapiemethode

- die **Person ist wichtiger als die Methode**
- erfahrene Therapeuten versuchen, gemeinsam mit den Patienten **herausfinden, was diesen nützt, was angemessen und hilfreich ist, und wenden die erlernten Methoden flexibel an.**

<b>Symptombezogenheit</b>		<b>Persönlichkeitsveränderung</b>
Verh.th, Autogen.Tr., NLP Hypno-th., System.Th.		PA, tiefenpsycholog.Schulen
	Ausnahmen:	
pa Kurz-, Fokal-, Notfalls-th.		Autogen.Tr.-Oberstufe
<b>verbal</b>		<b>non-verbal</b>
PA, Verh.th., Gespr.th.,		Gestaltth., Psychodrama, KIB, Jung, Tanz-, konzentrat.Beweggs.th., etc.
	Ausnahmen:	
		spielen in der pa Kinder-th.

<b>Therapeutenverhalten</b>		
<b>stark strukturierend</b>		<b>wenig strukturierend</b>
Verh.th., Autogen.Tr., Hypno- Gestalt-, Körper-th., NLP, etc.		PA, tiefenpsycholog. Schulen
<b>jeder Therapeut gibt Strukturen vor</b>		
<b>„freundschaftlicher“ Umgang</b>		<b>übertragungsfördernde Zurückhaltung</b>
Verh.th., u.v.a.	<b>wesentliche Unterschiede im Umgang mit: erteilen von Ratschlägen, Vorschlägen, Tröstungen, Übungen, „Hausaufgaben“</b>	PA, tiefenpsycholog. Schulen Abstinenz, „technische Neutralität“, Arbeitsbündnis und Übertragung fördernd
<b>jeder Therapeut wird Gefühle der Patienten wichtig nehmen</b>		
<b>stützend</b>		<b>konfliktaufdeckend</b>
4 Gründe für vorwiegend stützende Vorgangsweise: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufrechterhaltung des Selbstwertgefühls</li> <li>• Stärkung des Realitätssinns</li> <li>• Umgang mit übermäßig strengem Gewissen</li> <li>• Angstregulierung</li> </ul>		Voraussetzungen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wunsch nach mehr als nur rascher Symptombesserung</li> <li>• ausreichend gut vorhandene Ich-Funktionen</li> </ul>
<b>In der Praxis geht es immer um die optimale Mischung aus beiden.</b>		