

VON DER PROBLEMIORIENTIERTEN ZUR LÖSUNGSORIENTIERTEN PSYCHOTHERAPIE: DIE BEDEUTUNG VON RESSOURCEN UND ZIELEN FÜR DEN THERAPEUTISCHEN PROZESS

Christof T. Eschenröder

*Freie Praxis
Bremen*

ABSTRACT: RET and other cognitive therapies are mainly problem-oriented approaches. The disadvantages of a one-sided problem-centered therapeutic strategy is shown; a therapeutic practice is suggested which is rather focused on patient's goals and resources. Concrete examples from therapy sessions exemplify the difference between a problem-oriented and a solution-oriented therapeutic practice.

ZUSAMMENFASSUNG: Die RET und andere kognitive Therapien sind überwiegend problemorientierte Ansätze. Die Nachteile einer einseitig problemzentrierten therapeutischen Strategie werden aufgezeigt und es wird für ein therapeutisches Vorgehen plädiert, das sich stärker auf die Zielvorstellungen und Ressourcen von Patienten konzentriert. An konkreten Beispielen aus Therapiesitzungen werden die

Christof T. Eschenröder, Dipl.-Psych., arbeitet in freier Praxis in 2800 Bremen 1, Treseburger Str.15. Er leitet Kurse zur Fortbildung in RET, kognitiver Verhaltenstherapie und lösungsorientierter Kurztherapie.