

# Inhalt

Dagmar Nuding  
 Editorial ..... 121

## Schwerpunktthema: Achtsamkeit und Stress – die personenzentrierte Perspektive

Elena Winter  
 Achtsames Miteinander in Leipzig . 124

Michael Gutberlet  
 Stress und Achtsamkeit –  
 Begegnung mit alten Bekannten in  
 Theorie und Praxis des PCA ..... 125

Jobst Finke  
 Das Therapieprinzip Achtsamkeit und  
 seine verschiedenen Aspekte in der  
 Personenzentrierten Therapietheorie .. 131

Ernst Kern & Lisa Große-Rhode  
 Personenzentrierter körperpsychotherapeutischer  
 Ansatz bei Stress und  
 Belastung. .... 135

Dagmar Nuding & Ina Crawford  
 Filialtherapie – ein personenzentriertes  
 Elterntraining zur Schulung elterlicher  
 Achtsamkeit und Verringerung von  
 elterlichem Stresserleben. .... 138

## Humanistische Psychologie

Mark Helle  
 Die Gesprächspsychotherapie nach  
 Carl Rogers ..... 144

## Aus der Praxis

Andreas Wittrahm  
 Der lange Weg zum personenzentrierten  
 ethischen Diskurs ..... 151

Christine Lehmann  
 Spielförderung mit einem fünfjährigen  
 Jungen in einer KITA – Eine Fallstudie . 156

## 28. Wildunger Arbeitstagung für Psychotherapie

Klaus Fröhlich-Gildhoff  
 Jenseits der Therapieschulen –  
 Begegnung im Hier und Jetzt ..... 162

### Stress und Achtsamkeit – Begegnung mit alten Bekannten in Theorie und Praxis des PCA ..... 125



Michael Gutberlet

Bei dem Artikel von Michael Gutberlet handelt es sich um die gekürzte Version seines Vortrages im Rahmen der Fortbildungstage 2013 der GwG in Leipzig. Darin legt er zunächst seine personenzentrierten Perspektiven auf Achtsamkeit wie auch auf Stress dar. Die Einordnung der Begriffe Achtsamkeit und Stress in die Theorie des Personenzentrierten Ansatzes wird anschließend anhand der persönlichen Erfahrungen des Autors anschaulich beschrieben. Es folgen Beispiele zum stressreduzierenden Umgang des Autors mit sich selbst durch eine Steigerung von Kongruenz und Achtsamkeit. Hinzu kommen Techniken und Praktiken. Skizziert wird das Szenario eines Encounters von KollegInnen des Personenzentrierten Ansatzes zum Thema Stress. Darin wie auch bei der Übertragung der vorgestellten Erfahrungen und Überlegungen zum Tagungsthema auf die Arbeit mit Klientinnen und Klienten wird deutlich, dass letztlich das Erfahren einer personenzentrierten Beziehung die unverzichtbare und hinreichende Bedingung von Veränderung ist.

Es folgen Beispiele zum stressreduzierenden Umgang des Autors mit sich selbst durch eine Steigerung von Kongruenz und Achtsamkeit. Hinzu kommen Techniken und Praktiken. Skizziert wird das Szenario eines Encounters von KollegInnen des Personenzentrierten Ansatzes zum Thema Stress. Darin wie auch bei der Übertragung der vorgestellten Erfahrungen und Überlegungen zum Tagungsthema auf die Arbeit mit Klientinnen und Klienten wird deutlich, dass letztlich das Erfahren einer personenzentrierten Beziehung die unverzichtbare und hinreichende Bedingung von Veränderung ist.

### Die Gesprächspsychotherapie nach Carl Rogers ..... 144



Mark Helle

Mark Helle stellt in seinem Beitrag die Gesprächspsychotherapie nach Carl Rogers dar. Da die Entwicklung der Gesprächspsychotherapie eng mit der Biographie und der beruflichen Entwicklung von Carl Rogers verknüpft ist, bildet ein ausführlicher biographischer Zugang zum Begründer der Gesprächspsychotherapie den Ausgangspunkt.

Anschließend werden die Ziele der Gesprächspsychotherapie und der Begriff der Person herausgearbeitet, der bei Carl Rogers eine herausragende Rolle spielt. Die Verknüpfung unterschiedlicher Aspekte von Person veranschaulichen einen wesentlichen Teil der Therapeut-Patient Beziehung in der Gesprächspsychotherapie, die sie von anderen Psychotherapieverfahren unterscheidet und die im anschließenden Abschnitt eingehend behandelt wird. Abschließend nimmt der Beitrag Stellung zur aktuellen Bedeutung des Personenzentrierten Ansatzes.

## Der lange Weg zum personenzentrierten ethischen Diskurs . . . . . 151

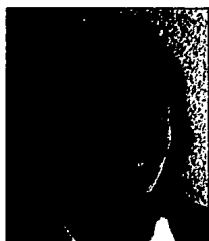


Andreas Wittrahm

### Eine personenzentriert-persönliche Betrachtung zu 20 Jahren Ethik-Arbeit in der GwG

In den frühen 90er Jahren berief die GwG eine Ethik-Kommission (heute Ausschuss für Ethische Fragen und Beschwerden, AfE), die einige Jahre später ihrem Auftrag entsprechend ethische Richtlinien vorlegte. Rückblickend auf 20 Jahre Mitwirkung in der Ethik-Kommission berichtet der Beitrag, wie es zu der Formulierung dieser strikten und nicht unumstrittenen Prinzipien „korrekten Verhaltens“ in Beratung und Therapie kam und warum sie aus der Perspektive der Kommissionsmitglieder und des Vorstandes damals notwendig und hilfreich waren. Zugleich deutet er das Unbehagen vieler Mitglieder an diesen nüchternen Regeln als Folge einer nicht ausreichenden Differenzierung von Moral und Ethik. In der Folge wird die Frage diskutiert, ob nicht andere Konzepte besser geeignet wären, um ethische Fragen innerhalb des personenzentrierten Bezugsrahmens anzugehen.

## Spielförderung mit einem fünfjährigen Jungen in einer Kindertagesstätte – Eine Fallstudie . . . . . 156



Christine Lehmann

Die Fallbeschreibung entstand im Rahmen einer Pilotstudie für ein Forschungsprojekt, das die Wirksamkeit personenzentrierter Spielförderung mit zurückhaltenden, schüchternen und ängstlichen Kindern untersucht hat. In dem hier vorgestellten Fall zeigte der Junge während der Spielstunden eine als positiv zu verzeichnende Entwicklung, bei der Evaluation des Projekts nach sechs Spielsitzungen wurde in

den eingesetzten Fragebögen von Eltern und Erzieherinnen hingegen keine Veränderung in seinem Verhalten zurückgemeldet. Möglicherweise ist dies auf die geringe Stundenzahl der Spielförderung über einen kurzen Zeitraum und der in der Pilotstudie nicht vorgesehenen begleitenden Elternarbeit zurückzuführen.

## Aus der GwG

- Reinhard Tausch – Ein Nachruf  
Michael Behr & Susanne  
Vahrenkamp . . . . . 163
14. Jahrestagung der GwG am 13.  
bis 15. Juni 2014 in Hamburg . . . . 166
- Wahlen des Vorstandes durch die  
Delegiertenversammlung 2013 . . . 166
- Wir begrüßen unsere neuen  
Mitglieder . . . . . 166
- Personenzentrierte Beratung  
bei Suchtstörungen. Neue  
Weiterbildung der GwG . . . . . 167
- Interviews mit Mitgliedern der GwG*  
Interview mit Robert Raß . . . . . 167  
Interview mit Jürgen Kraak . . . . . 168
- PERSON bekommt GwG-Verstärkung 168
- Erste „Resonanzen“ . . . . . 168
- GwG 2.0  
Meike Beseke . . . . . 169
- Kommentar von Jürgen Kriz*  
Neues zur Empathie. . . . . 170

## Gesundheits- und Sozialpolitik

- Birgit Wiesemüller*  
Fachtagung zur Ausbildungsreform  
am 13. Juni 2013 in Berlin . . . . . 171

## Rezension

- Jobst Finke  
Träume, Märchen, Imaginationen.  
von Beatrix Teichmann-Wirth . . . . . 172
- Andrea Koch  
Dreams and the person-centered  
approach.  
von Lore Korbei . . . . . 174

## Rubriken

- Impressum. . . . . 161
- Fort- und Weiterbildungsangebote. 175
- Anschriften der GwG-  
Regionenvertretungen und  
Delegierten . . . . . 179