

Inhaltsverzeichnis

I	Grundlagen	
	1 Vorgeschichte	1
	2 Psychotherapie	2
	3 Achtsamkeit und Erlebniszustände	5
	4 Achtsamkeit und Zen	13
	5 Achtsamkeit in der Psychotherapie	20
	6 Psychotherapeutische Tätigkeit und Zustand des Psychotherapeuten	25
	7 Förderung von Achtsamkeit bei Psychotherapeuten	27
II	Empirische Studien: Üben von ZEN (-Meditation) durch Psychologische Psychotherapeuten in Ausbildung und dessen Auswirkung auf die Behandlungsergebnisse	
	1 Die Idee	29
	2 Pilotstudie	30
	3 Ein zweiter Versuch: Eine prospektive, randomisierte, kontrollierte Studie	37
	3.1 Fragestellung und Hypothesen	37
	3.2 Methodik	37
	3.3 Ergebnisse	42
	3.4 Diskussion	42

III	„Techniklose Technik“ Achtsamkeit des Psychotherapeuten	
1	Ansätze aus der Praxis	52
1.1	Jeremy D. Safran	53
1.2	Hunter Beaumont	56
2	Technik versus Dasein und Begegnung von Therapeut und Klient: Machen versus Sein	70
3	Zustandsabhängige Psychotherapie	78
4	Zen in der Kunst der Psychotherapie	91
5	„Angewandte“ psychotherapeutische Philosophie	98
IV	Weiterführende Schlussfolgerungen: Vom naturwissenschaftshörigen Psychotechniker zum ganzheitlichen Psychotherapeuten	
1	Ein Phänomen unserer Studien	117
2	Erste Folgerungen für die Ausbildung von Psychotherapeuten	127
3	Entwicklung der Menschen und der Menschheit	134
4	Mensch- und Weltbild in Medizin und Psychotherapie [Oder: Der heimliche Glaube der Naturwissenschaft(ler)] .	139
5	Psychotechnik versus Psychotherapie	152
	Literaturverzeichnis	157
	Zu den Autoren	173