

# Inhalt

Verzeichnis der ContentPLUS-Inhalte .....	7
Geleitworte .....	9
Vorwort zur 2. Auflage .....	11
Auf den Punkt gebracht .....	13
<b>1 Der schwierige Patient</b>	
1.1 Die Person des Patienten – Wir sind viele .....	17
1.1.1 Persönlichkeitsstörungen – ein Überblick .....	25
1.1.1.1 Ein Einwand .....	30
1.1.1.2 Noch ein Einwand .....	30
1.2 Die Handlungen des Patienten .....	35
1.3 Die Motive des Patienten .....	42
1.3.1 Die Grundmotive jedes Patienten .....	44
1.3.2 Ein ganz besonderes Motiv besser verstehen .....	47
1.3.2.1 Somatoforme Störungen .....	48
1.4 Die Situation des Patienten .....	51
<b>2 Der schwierige Helfer</b>	
2.1 Die Person des Helfers – Auch .....	60
2.2 Die Handlungen des Helfers .....	67
2.3 Die Motive des Helfers .....	72
2.4 Die Situation des Helfers .....	76
<b>3 Es gehören immer mindestens zwei dazu</b>	
3.1 Die Interaktion im Brennpunkt .....	81
3.2 Übertragung und Gegenübertragung .....	82
3.3 Grundlagen hilfreicher Begegnungen mit Patienten .....	94
3.3.1 Empathie: Einführendes, nicht wertendes Verstehen .....	94
3.3.2 Akzeptanz: Wertschätzung .....	95
3.3.3 Kongruenz: Echtheit .....	97
3.3.4 Hilfreiche Begegnungen mit Patienten mit Migrationshintergrund .....	99
3.3.4.1 Spezielle Herausforderungen für den interkulturellen Dialog bei Diagnostik, Therapie und Pflege .....	100
3.3.4.2 Dimensionen der interkulturellen Kompetenz .....	101

<b>4</b>	<b>Rezeptsammlung – das Beste aus Theorie und Praxis</b>	
4.1	Die Telefonanlage oder: Weshalb Manuel die wichtigsten Vorbehalte gegen Rezepte nie erfuhr . . . . .	109
4.1.1	Rezept Nr. 1: Ich will auf mich selbst achten, und es soll mir Vergnügen machen . . . . .	112
4.1.2	Rezept Nr. 2: Während ich im Kontakt mit mir selbst bleibe, bleibe ich im Kontakt mit dem Patienten . . . . .	113
4.1.3	Rezept Nr. 3: Gangbare Wege gehen . . . . .	114
4.1.4	Rezept Nr. 4: Viel über Kommunikation wissen und Spaß dabei haben, dieses Wissen anzuwenden . . . . .	115
4.1.4.1	Die Grundlagen der Kommunikation. . . . .	116
4.1.4.2	Kommunikationstechniken . . . . .	123
4.1.5	Rezept Nr. 5: Lösungen statt Probleme . . . . .	127
4.1.6	Rezept Nr. 6: Flexibilität erhöhen . . . . .	129
4.1.7	Rezept Nr. 7: Vermeide die Gefahr, bevor sie eintritt. . . . .	130
4.1.8	Rezept Nr. 8: Mit Kritik richtig umgehen . . . . .	131
4.1.9	Rezept Nr. 9: Irrationale Überzeugungen über Bord werfen . . . . .	135
4.1.10	Rezept Nr. 10: Selbstfürsorge – ganz pragmatisch . . . . .	139
4.1.10.1	Bewusstheit . . . . .	139
4.1.10.2	Verständnis . . . . .	139
4.1.10.3	Selbstfürsorge . . . . .	140
<b>5</b>	<b>Zum Abschluss</b>	
5.1	Zugabe – Fragebogen zur Selbstsupervision. . . . .	166
	<b>Literatur</b> . . . . .	177
	<b>Anhang</b>	
	Adressen für qualifizierte Selbsterfahrungsangebote . . . . .	183
	Persönlichkeitsstörungen – ein ausführlicher Überblick. . . . .	185
	Checkliste: Was mir wichtig ist . . . . .	194
	Jahresplaner . . . . .	195
	Monatsplaner . . . . .	196
	Wochenplaner . . . . .	197
	<b>Sachwortverzeichnis.</b> . . . . .	198

## Verzeichnis der ContentPLUS-Inhalte

### Übungen

- Übung 1: Für Sie persönlich schwierige Patienten – Persönlichkeitsaspekte (Buchseite 32)
- Übung 2: Für Sie persönlich angenehme Patienten – Persönlichkeitsaspekte (Buchseite 33)
- Übung 3: Für Sie persönlich angenehme Persönlichkeitsaspekte bei Ihren schwierigen Patienten (Buchseite 34)
- Übung 4: Für Sie persönlich schwierige Verhaltensweisen bei Ihren schwierigen Patienten (Buchseite 41)
- Übung 5: Für Sie persönlich schwierige Motive bei Ihren schwierigen Patienten (Buchseite 50)
- Übung 6: Für Sie persönlich nachvollziehbare und Ihnen bekannte schwierige situative Faktoren bei Ihren schwierigen Patienten (Buchseite 59)
- Übung 7: Für Sie persönlich schwierige eigene Persönlichkeitsaspekte (Buchseite 65)
- Übung 8: Für Sie persönlich angenehme eigene Persönlichkeitsaspekte (Buchseite 66)
- Übung 9: Für Sie persönlich schwierige eigene Verhaltensweisen Ihren Patienten gegenüber (Buchseite 71)
- Übung 10: Ihre eigenen problematischen Motive (Buchseite 75)
- Übung 11: Ihre persönlichen schwierigen situativen Aspekte im Kontakt mit Ihren Patienten (Buchseite 80)
- Übung 12: Die Projektionen Ihrer Patienten entdecken lernen (Buchseite 87)
- Übung 13: Die Übertragungen Ihrer Patienten entdecken lernen (Buchseite 88)
- Übung 14: Die Gegenübertragungen Ihrer Patienten entdecken lernen (Buchseite 89)
- Übung 15: Ihre eigenen Projektionen entdecken lernen (Buchseite 90)
- Übung 16: Ihre eigenen Übertragungen entdecken lernen (Buchseite 91)
- Übung 17: Ihre eigenen Gegenübertragungen entdecken lernen (Buchseite 92)
- Übung 18: Ihre schwierigen Patienten schnell mit Bewusstheit wahrnehmen lernen (Buchseite 93)
- Übung 19: Mit „vier Schnäbeln“ sprechen (Buchseite 120)
- Übung 20: Mit „vier Ohren“ hören (Buchseite 121)
- Übung 21: Ihre persönlichen irrationalen Helfer-Überzeugungen (Buchseite 137)
- Übung 22: Ihre persönlichen rationalen Alternativen (Buchseite 138)
- Übung 23: Was mir wichtig ist (Buchseite 147)
- Übung 24: Ihre persönlichen Zufriedenheitserlebnisse (Buchseite 154)
- Übung 25: Ihr persönliches soziales Netzwerk (Buchseite 157)
- Übung 26: Ihr persönlicher Fortbildungsplan (Buchseite 163)

### Weitere Materialien

- Selbst-Supervisions-Fragebogen (SSF) (Buchseite 166)
- Checkliste: Was mir wichtig ist (Buchseite 194)
- Mein soziales Netzwerk (Buchseite 158)
- Jahresplaner (Buchseite 195)

Monatsplaner (Buchseite 196)

Wochenplaner (Buchseite 197)

### Poster\* für die Teeküche

Comic 1: Wir sind viele, in Farbe (Buchseite 18)

Comic 1: Wir sind viele, schwarz-weiß (Buchseite 18)

Comic 2: Omnibus, in Farbe (Buchseite 19)

Comic 2: Omnibus, schwarz-weiß (Buchseite 19)

„Auch“ (Buchseite 63)

Hippokrates

Gogol

Rumi

---

\* Der Ausdruck auf Din A4 kann in jedem Copyshop auf jedes beliebige Posterformat hochkopiert werden. Ich habe für meine Patienten immer einen kleinen Vorrat an A3 Postern auf gelbem Papier. Besonders beliebt sind die Poster »Auch« und »Omnibus, schwarz-weiß«.