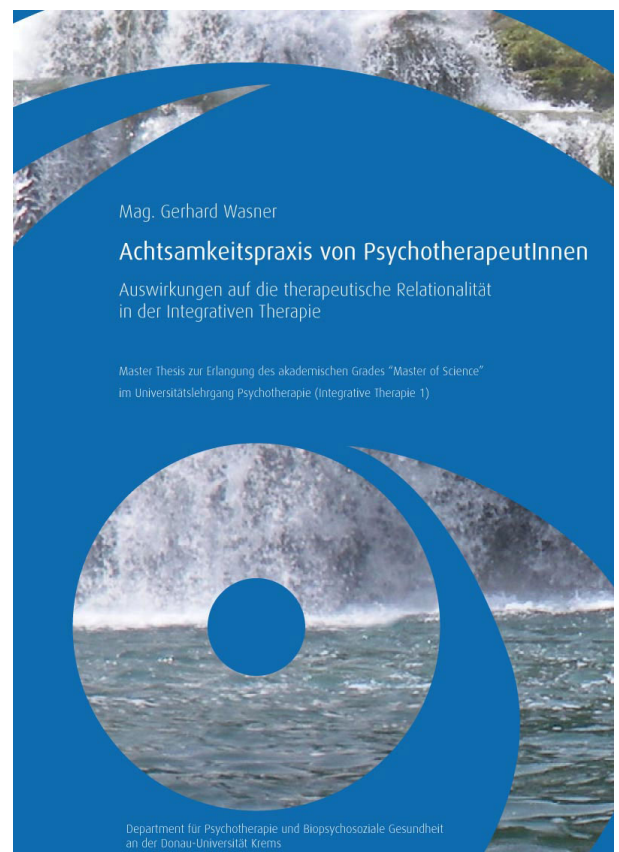




# Achtsamkeitspraxis von PsychotherapeutInnen

## Auswirkungen auf die therapeutische Relationalität in der Integrativen Therapie

### Abstract



Die vorliegende Arbeit geht der Frage nach wie die therapeutische Beziehung durch Achtsamkeitspraxis von PsychotherapeutInnen beeinflusst wird und zwar aus der Sicht der TherapeutInnen. Im theoretischen Teil wird eine Übersicht über die für Achtsamkeit relevanten Konzepte der Integrativen Therapie gegeben, mit einem Fokus auf die Phänomenologie Merleau-Ponty's. Diese wird der buddhistischen Phänomenologie gegenübergestellt um die Kompatibilität der beiden Meta-Theorien zu diskutieren, sowie Gemeinsamkeiten und Unterschiede von Bewusstseinsmodellen. Die Entwicklung buddhistischer Psychologie mit den wesentlichen Konzepten und seiner Migration von den Wurzeln in den Westen wird dargelegt um die heutige Mindfulness-Bewegung in Relation mit ihren ursprünglichen Wesenszügen setzen zu können. Nach Definitionen des Achtsamkeitsbegriffs aus klassisch buddhistischer und klinisch therapeutischer Sicht werden die zeitgenössischen Implementierungen achtsamkeitsbasierter Behandlungsprogramme vorgestellt, ergänzt um achtsamkeitsinformiertes Herangehen für TherapeutInnen, ergänzt um den aktuellen Forschungsstand zum Thema Achtsamkeit. Der empirische Teil zeigt die Ergebnisse der 8 Experteninterviews mit ihren

Implikationen für die therapeutischen Wirkfaktoren, die förderlichen und kritisch zu hinterfragenden Auswirkungen auf die therapeutische Beziehung, sowie Einflüsse auf Settingfragen, Fragen zu spirituellen Interventionen und Religionsfreiheit ebenso wie Aspekte der Qualitätssicherung. Abschließend werden die Ergebnisse der Interviews, sowie Forschungsansätze und Übersetzungen von Achtsamkeitskonzepten in den klinischen Alltag kritisch diskutiert. Zusammenfassend kann festgestellt werden, dass sich Achtsamkeitspraxis von PsychotherapeutInnen förderlich auswirkt, sowohl für die therapeutische Beziehung, die KlientInnen als auch für die TherapeutInnen selbst. Stichworte für die Bibliothek: Achtsamkeit, Geistestraining, Meditation, Therapeutische Beziehung, Phänomenologie

[Publikation - Achtsamkeitspraxis von PsychotherapeutInnen \(pdf\)](#)