

Trackliste

DVD 1

Konflikthafte Gefühle

- | | |
|---|-------|
| 1 Die Angst auf den Stuhl setzen | 5:51 |
| 2 Festsitzende Schuld: Sich selbst verstehen und vergeben | 17:05 |
| 3 »Ärger versuche ich zu vermeiden« | 8:00 |
| 4 Eine Frau zwischen zwei Männern | 9:50 |
| 5 Unfinished Business | 16:24 |

Funktionalität von schweren Symptomen oder Blockaden erarbeiten

- | | |
|---|-------|
| 6 Wie hilft mir der Zwang? | 8:27 |
| 7 Vermeidung 1: Der Kollegenstuhl | 2:53 |
| 8 Den Teufelskreis des Misstrauens durchbrechen | 22:37 |

Schematherapie

- | | |
|--|-------|
| 9 Vermeidung 2: »Darf ich mit der Mauer sprechen?« | 6:27 |
| 10 »Die Kontrolle ist für mich überlebenswichtig!« | 10:54 |
| 11 »Ich würde ihn am liebsten vermöbeln!« | 11:01 |

DVD 2

Einbindung in andere Dritte-Welle-Verfahren

- | | |
|--|-------|
| 12 »Ich bin den ganzen Tag im Bett liegen geblieben ...« | 14:06 |
| 13 Vermeidung 3: Welche Prägungen sind gerade aktiviert? | 9:18 |
| 14 »Sie haben Ihren Beruf als Therapeutin verfehlt!« | 8:28 |
| 15 »Ich habe ein totales Gefühlschaos« | 19:40 |
| 16 Aus der Sorgenspirale aussteigen | 7:17 |

Selbsterfahrung – Supervision – Selbsterkenntnis

- | | |
|---|-------|
| 17 Studium oder Mutterrolle ? – Ein Entscheidungskonflikt | 11:33 |
| 18 Arbeit mit einem Traum | 11:51 |
| 19 »Ich darf und muss mich als Therapeut zurücklehnen« | 12:13 |
| 20 »Ich möchte meinen Weg ohne Angst gehen können« | 10:42 |

Gestalttherapie und emotionsfokussierte Therapie

- | | |
|---|-------|
| 21 »Ich fühle mich immer für alles verantwortlich!« | 15:58 |
| 22 »Ich habe meine Eltern immer nur gestört!« | 14:53 |
| 23 »Ich hasse mich dafür!« | 24:02 |