

Inhaltsverzeichnis

Vorwort zu Struktur und Sinn des Buches	5
---	---

Einleitung

Motivation zum Nutzen kunst- und gestaltungstherapeutischer Erfahrungen in der Personal-, Persönlichkeits- und Strukturentwicklung	8
Counseling: Coaching – Training – Supervision	11

Entwicklungslehre nach Pamela Levin mit Praxisfeld-Studien

Einführung: Wie wir werden, was wir sind	16
Sein (Sicherung der Existenz)	25
Tun (Handeln und Initiative ergreifen)	28
Denken (sich emotional und rational positionieren)	30
Identität (Aufbau der Individualität)	33
Geschicklichkeit (Gelingen ermöglichen)	36
Loslösung und Erneuerung (Eigenständigkeit entwickeln)	39
Recycling (Lernen, sich Herausforderungen zu stellen)	42

Ergänzende Theorie mit Praxisfeld-Studien und Merksätzen

Counseling: Coaching – Training – Supervision und mehr Tiefenpsychologisch, systemisch oder wie begründet?	58
Kunst- und Gestaltungstherapie	63
Rational-Emotives Training (RET)	67
Focusing	73
Anders denken (und handeln) lernen – vom therapeutischen Nutzen der Hirnstrukturen	78
Rezeptives Arbeiten mit Kunst – vom Nutzen schöner Künste für den Counselor	85

Praxis-Designs
mit 32 Übungen

Reflexion der eigenen Existenz in Beruf und Persönlichkeit – Gestern/Heute	94
Die Kraft des SEINs stärken	
Die Fähigkeit, Neues zu probieren	101
Die Kraft des TUNs stärken	
Analytische und Emotionale Intelligenz gestalten	106
Die Kraft des DENKENs stärken	
Sich verbinden mit der Biografie – Akzeptieren der persönlichen Eigenart	112
Die Kraft der IDENTITÄT stärken	
Wegweiser wahrnehmen und sinnvoll nutzen	128
Die Kraft der GESCHICKLICHKEIT stärken	
Loslösung von Altem – Verankern des Neuen	135
Die Kraft der NEUORIENTIERUNG und ERNEUERUNG stärken	
Nutzen von Biografie und Gelerntem für die Karriere	140
Die Kraft des RECYCLING stärken	
Literaturverzeichnis	147
Verzeichnis der Tafeln	151
Verzeichnis der Übungen	153
Verzeichnis der Praxisfeld-Studien	155
Ausblick und Verbindungen	156