

Inhalt

| | |
|---|-----------|
| Übersicht der Arbeitsmaterialien zum Download | 7 |
| 1 Einführung in das MentalHaus | 11 |
| 2 Aufbau und Inhalte des »MentalHaus« | 13 |
| 3 Das MentalHaus: Der kognitiv-verhaltenstherapeutische Zugang | 17 |
| 3.1 Der Wohlfühl-Raum (KVT) | 17 |
| 3.1.1 Ablauf Sitzung 1 | 18 |
| 3.1.2 Ablauf Sitzung 2 | 25 |
| 3.1.3 Arbeitsblätter Wohlfühl-Raum | 27 |
| 3.2 Der Ressourcen-Raum (KVT) | 34 |
| 3.2.1 Ablauf Sitzung 3 | 34 |
| 3.2.2 Ablauf Sitzung 4 | 39 |
| 3.2.3 Arbeitsblätter Ressourcen-Raum | 43 |
| 3.3 Der Beratungs-Raum (KVT) | 49 |
| 3.3.1 Ablauf Sitzung 5 | 49 |
| 3.3.2 Ablauf Sitzung 6 | 53 |
| 3.3.3 Arbeitsblätter Beratungs-Raum | 56 |
| 3.4 Der Visions-Raum (KVT) | 63 |
| 3.4.1 Ablauf Sitzung 7 | 63 |
| 3.4.2 Ablauf Sitzung 8 | 69 |
| 3.4.3 Arbeitsblätter Visions-Raum | 72 |
| 3.5 Fakultative Abschlussitzung: Die Hausführung (KVT) | 76 |
| 3.5.1 Ablauf Fakultative Abschlussitzung | 77 |
| 3.5.2 Arbeitsblätter Hausführung | 79 |
| 4 Das MentalHaus: Der hypnotherapeutische Zugang | 81 |
| Einleitung HYP-Zugang | 81 |
| 4.1 Der Wohlfühl-Raum (HYP) | 86 |
| 4.1.1 Ablauf Sitzung 1 | 87 |
| 4.1.2 Ablauf Sitzung 2 | 89 |
| 4.1.3 Arbeitsblätter Wohlfühl-Raum | 90 |
| 4.2 Der Ressourcen-Raum (HYP) | 103 |
| 4.2.1 Ablauf Sitzung 3 | 104 |
| 4.2.2 Ablauf Sitzung 4 | 106 |
| 4.2.3 Arbeitsblätter Ressourcen-Raum | 107 |

| | | |
|----------|--|------------|
| 4.3 | Der Beratungs-Raum (HYP) | 127 |
| 4.3.1 | Ablauf Sitzung 5 | 128 |
| 4.3.2 | Ablauf Sitzung 6 | 130 |
| 4.3.3 | Arbeitsblätter Beratungs-Raum | 131 |
| 4.4 | Der Visions-Raum (HYP) | 141 |
| 4.4.1 | Ablauf Sitzung 7 | 142 |
| 4.4.2 | Ablauf Sitzung 8 | 143 |
| 4.4.3 | Arbeitsblätter Visions-Raum | 145 |
| 4.5 | Die Hausführung [Fakultative Abschlusssitzung] | 156 |
| 4.5.1 | Ablauf fakultative Sitzung Hausführung | 157 |
| 4.5.2 | Arbeitsblätter Hausführung | 158 |
| 5 | Epilog | 165 |
| | Hinweis zum Downloadmaterial | 166 |