

## Prinzipien

### Einzelfallorientierung

Jeder Mensch hat sehr persönliche Erfahrungen und Entwicklungen im Verlauf seines Lebens gemacht. Entsprechend individuell sind natürlich die verschiedenen Anliegen. Es ist mir daher besonders wichtig, zusammen mit dem Klienten maßgeschneiderte Lösungen zu erarbeiten und mein Angebot individuell auf die jeweiligen Bedürfnisse abzustimmen.

### Ziel- und Lösungsorientierung

Therapie und Beratung können umso besser wirken, je genauer die Ziele definiert sind, die erreicht werden sollen. Dabei ist die Berücksichtigung der Motivationen, Werte und Lebensbedingungen jedes Klienten ganz zentral.

Die aktive Bewältigung gut definierter Problemstellungen stellt den Kern des lösungsorientierten Vorgehens dar. Wie Lösungen aussehen und welche Behandlungselemente dabei eingesetzt werden, kann sehr unterschiedlich sein. Bei einem Klienten ist dies beispielsweise das Erlernen von selbstsicherem Auftreten, bei einem anderen das therapeutisch unterstützte Aufsuchen einer bisher gefürchteten Situation, bei einem dritten die Klärung bisher unverstandener Gefühlszustände. Wichtig ist, dass die letztlich erarbeiteten Lösungen im Alltag umsetzbar und anwendbar sind und dem Klienten hier neue Erfahrungen ermöglichen. Eine wichtige Voraussetzung dafür ist das wiederholte Einüben der neuen Strategien.

### Ressourcenorientierung

Ich erachte den Einbezug der individuellen Stärken (sog. Ressourcen) jedes Klienten als essentiell und unabdingbar für eine erfolgreiche Arbeit. Die moderne Psychotherapieforschung zeigt: Je häufiger Ressourcen im Verlauf der Sitzungen aktiviert werden, desto höher fällt der Erfolg der Behandlung aus. Denn die Fertigkeiten, die ein Mensch bereits besitzt und die Dinge, für die er eine hohe Motivation mitbringt, lassen sich auch bei der Bewältigung bestehender Probleme nutzen.

### Transparenz

Es ist mein Ziel, alle Phasen von Therapie und Beratung mit einem hohen Maß an Transparenz durchzuführen. Das beinhaltet die genaue Rückmeldung und Besprechung diagnostischer Überlegungen, Informationen und Aufklärung über die jeweilige Problematik und ihre Hintergründe und das gemeinsame Besprechen des aus der Diagnostik abgeleiteten therapeutischen Vorgehens.

### Qualitätssicherung

Ich habe den Anspruch, meine Therapie- und Beratungsergebnisse in ihrer Qualität zu sichern und kontinuierlich zu verbessern. Hierzu gehören entsprechende Fortbildungsmaßnahmen, der Einsatz wissenschaftlich evaluierter diagnostischer Verfahren sowie die enge Zusammenarbeit mit der Abteilung für Klinische Psychologie an der Heinrich-Heine-Universität Düssel-

dorf. Zudem befinden sich meine Behandlungen in einem kontinuierlichen Supervisionsprozess. Einen hohen Stellenwert messe ich dem Austausch mit vorbehandelnden Einrichtungen, aktuell behandelnden ärztlichen Kollegen sowie anderen Versorgungseinrichtungen bei. Wie im Abschnitt „Mein Angebot“ bereits ausgeführt, ist manchmal auch das Einbeziehen relevanter Bezugspersonen des Klienten hilfreich oder notwendig, um die gewünschten Effekte im Sinne der Ziele des Klienten zu erreichen.