Gespräch über
Schuld und Schuldgefühle
in der therapeutischen Beratung

Jürg Kollbrunner

2018, 120 Seiten, ISBN 978-3-8248-9939-5, Euro 18,00, Schulz-Kirchner, Idstein



Schuld und Schuldgefühle sind Phänomene, die wir im kleineren und größeren Ausmaß alle aus eigener Erfahrung kennen. Wir wissen, wie quälend sie sein können. Und wir begegnen ihnen, zumindest indirekt, tagtäglich: Alle Kriminalromane, die meisten Berichte über Unfälle und Verbrechen, die Klatschpresse, ja sogar die meisten Liebesfilme handeln auch von Schuld und Schuldgefühlen. In der Ethik, Theologie und Jurisprudenz wird ihnen deshalb gebührende Beachtung geschenkt; erstaunlicherweise aber nicht in den Sozialwissenschaften.

Fundierte Hilfestellungen für Therapeuten, wie sie den Schuldgefühlen ihrer Patienten begegnen können, sind in den Lehrbüchern für Therapieberufe kaum aufzufinden. Diese Lücke versucht dieses Buch zu schließen.

Es erklärt, was Schuld und Schuldgefühle sind und wie sie mit dem Gewissen und der Moral zusammenhängen. Besondere Aufmerksamkeit widmet es dabei dem „Ahnungsbewusstsein", dem Zwischenreich zwischen bewusst (= schuldhaft) und unbewusst (= schuldlos) schädigendem Handeln. Es zeigt, welche Schuldgefühle von authentischer Schuld abstammen und Anlass für Entschuldigung und Wiedergutmachung, aber auch Hilfe für das Lernen besseren Verhaltens sind und welche Schuldgefühle nur antrainiert sind und deshalb „losgelassen" werden könnten. Viele praktische Tipps und Hinweise sowie über zwanzig Beispiele aus therapeutischen Dialogsituationen verdeutlichen, wie Therapiegespräche zu den Themen Schuld und Schuldgefühle fruchtbar gestaltet werden können.

Akzeptanz- und Commitmenttherapie

Russ Harris

2016, Karten-Set, 56 Bildkarten, ISBN 978-3-621-28310-6, Euro 29,95, Beltz, Weinheim

In Therapie und Beratung finden sich oft Klienten, die mit ihrem Leben unzufrieden sind, es jedem recht machen wollen oder sich schwertun, Unabänderliches zu akzeptieren.
Viele dieser Probleme lassen sich deutlich leichter lösen, wenn dem Klienten klar wird, nach welchen Werten er sein Leben führen will. Das auf der Akzeptanz- und Commitmenttherapie (ACT) basierende Kartenset unterstützt den Klärungsprozess.

Die rund vierzig Wertekarten helfen bei der Auswahl der Werte, während die Aktionskarten zu den nötigen Schritten anregen, um diese in das Leben des Klienten zu integrieren. Ein ausführliches Booklet erklärt das genaue Vorgehen beim Einsatz der Karten in der Therapie.

