

Vorteile von „T & T“

1. Erfolgserlebnisse für die Klienten

- sind schon nach einer oder zwei Sitzungen zu erleben
- werden deutlich spür- und kommunizierbar
- führen zu hoher Motivation für Psychotherapie
- machen ggfs. auch Durststrecken erträglich
- sind ein Zeichen für die Nachhaltigkeit der Psychotherapie
- lassen Übertragungsphänomene zurücktreten
- zeigen, dass sich ihr Einsatz lohnt
- fördern neue Gefühls- und Gedankenmuster (Autonomieerlebnis)

2. Vorteile für uns Therapeuten:

- der Prozess ist jederzeit leicht steuerbar
- die Arbeit lässt sich in beliebig kleine Schritte unterteilen
- die Klienten müssen zuhause nichts einüben
- die neuen Erfahrungen wirken von ganz alleine
- Verantwortung und Autorität bleiben bei Klienten
- die Klienten brauchen nichts bestimmtes zu fühlen oder zu verstehen
- dadurch entsteht ein Gefühl von Freiheit und Gelassenheit beim Th.
- er/sie bleibt souverän auch bei schwierigen Fällen