

Nachbesprechung CD-Übung 4

Nachbesprechung Hausaufgaben /  
Tagebuchübung Woche 4

Theorie-Input Woche 5 Die mentale  
Außenwelt

Der erste Schritt nach außen  
Dissoziation  
Evolution

Vorbesprechung CD-Übung 5

Vorbesprechung Hausaufgaben /  
Tagebuchübung Woche 5

## **Woche 6 Mein Gartenhäuschen**

Nachbesprechung CD-Übung 5

Nachbesprechung Hausaufgaben /  
Tagebuchübung Woche 5

Theorie-Input Woche 6 Theory of  
Mind

Ein einfacher Test

Theory-Theory – Fremde Gefühle  
entziffern

Nochmals die Gitarrenmetapher

Vorbesprechung CD-Übung 6

Vorbesprechung Hausaufgaben /  
Tagebuchübung Woche 6

## **Woche 7 Unterwegs**

Nachbesprechung CD-Übung 6

Nachbesprechung Hausaufgaben /  
Tagebuchübung Woche 6

Theorie-Input Woche 7 Die  
Dissoziationsskala

Der zweite Kreis

Persönlichkeitsstörung

Psychotische Symptome

Sich von der Innenwelt entfernen

Alltägliche Genussmittel

Online sein

Der Weg zur Innenwelt

Vorbesprechung CD-Übung 7

Vorbesprechung Hausaufgaben /  
Tagebuchübung Woche 7

**Woche 8 Auf Besuch sein**

Filterübung 1 / Woche 8

Filterübung 2 / Woche 8

Nachbesprechung Auswahl CD-  
Übungen

Nachbesprechung Hausaufgaben /  
Tagebuchübung Woche 7

Theorie-Input Woche 8 Empathie

Der dritte Raum

Ein guter Gast sein

Empathie Eltern - Kind

Ein weiteres Mal

Die Paarbeziehung

Zufrieden sein mit dem eigenen  
Garten

Wenn der fremde Garten so

schön ist  
Weiterschenken

## **Anhang**

Hausaufgaben Trainingswoche 1

Hausaufgaben Trainingswoche 2

Hausaufgaben Trainingswoche 3

Hausaufgaben Trainingswoche 4

Hausaufgaben Trainingswoche 5

Hausaufgaben Trainingswoche 6

Hausaufgaben Trainingswoche 7

Ihre Tätigkeiten, die Ihre Distanz zur