

INHALT

Einleitung	9
Die inneren Stimmen des Therapeuten	13
Daphne	15
Die Ursprünge der Angst	23
Levi	26
Präsentationsabend an der High School	35
Zahra	38
Panikattacken	51
Der Kampf der Therapieformen	53
Harry: Das Portal, <i>Juni 2008</i>	59
Noah	63
Insta-Therapy	71
Mayfield Depot: Manchester, <i>Juli 2015</i>	73
Daphne	79
Referenzrahmen	97
Levi	101
<i>Selbstgeißelung</i>	107
<i>Zwangsstörungen</i>	111
Introjektion	118
Zahra	123
<i>Expositions- oder Konfrontationstherapie</i>	125
Harry: <i>Spät aufbleiben, Juli 2008</i>	139

Noah	142
<i>Soziale Phobien</i>	145
Daphne	157
<i>Kampf, Flucht, Erstarrung oder Unterwerfen</i>	161
Emotionaler Konservatismus: <i>Ganz nah</i>	178
Harry: <i>Unter den Flutlichtern, Oktober 2009</i>	181
Levi	184
<i>Exposition-Reaktionsmanagement</i>	187
Selbstfürsorge	201
Zahra	205
<i>Fahrangst</i>	207
Harry: <i>Das Bootshaus, März 2010</i>	224
Noah	229
Depressionen	244
Lidl	246
<i>September 2015</i>	246
Daphne	250
Harry: <i>Quizshow am Nachmittag, April 2012</i>	270
Levi	277
<i>Häusliche Gewalt</i>	292
Speakeasy mit Jazz	295
Zahra	303
Brief an meine Angst	320
Harry: <i>Der große Donut, Juni 2012</i>	325
Noah	332
Wenn die Therapie nicht anschlägt	352
Daphne	359
Staubsauger	365

Noah	375
Levi	384
Wenn es endet	401
Harry: <i>Ein Aussetzen, ein Flattern, Juni 2013</i>	406
Zahra	412
Keep calm and carry on	436
Die Schönheit der Therapie	446
Das Interview: <i>Mai 2015</i>	453
 Danksagung	 459