

Inhaltsverzeichnis

I. THEORETISCHER TEIL

1. Einstieg in die positive Psychotherapie in der psychosomatischen Medizin	3
Einleitung.....	3
Therapie und Menschenbild.....	3
Psychotherapie statt Psychopathologie	4
Für wen ist das Buch geeignet?.....	6
Leitfaden für den Leser	6
1) <i>Die positive Deutung der Krankheit</i>	7
2) <i>Definition</i>	7
3) <i>Symptomatik</i>	7
4) <i>Transkultureller Aspekt und Epidemiologie</i>	7
5) <i>Literaturvergleich</i>	7
6) <i>Sprachbilder und Volksweisheiten</i>	8
7) <i>Geschichten</i>	8
8) <i>Selbsthilfeanteil (Psychopathophysiologie)</i>	8
9) <i>Therapeutischer Anteil</i>	9
10) <i>Fragebogen</i>	10
Wie zukunftsträchtig ist die positive Psychotherapie?.....	10
Kritik und Zusammenarbeit.....	11
Danksagung.....	14
 2. Psychosomatik in Orient und Okzident.....	 17
Eine Geschichte auf den Weg: "Leichte Heilung"	17

3. Das Konfliktmodell der positiven Psychotherapie in der psychosomatischen Medizin	23
Geschichte: "Das passende Wort"	23
Die Entwicklung der positiven Psychotherapie unter dem transkulturellen Gesichtspunkt	23
Das Konfliktmodell in der positiven Psychotherapie	26
a) <i>Aktualkonflikt</i>	26
b) <i>Aktual- und Grundkonflikt</i>	27
c) <i>Schlüsselkonflikt</i>	28
d) <i>Neurophysiologie</i>	28
Aus der Krankheitsentstehungstheorie abgeleitete Behandlungstechnik	30
a) <i>Positives Vorgehen</i>	30
b) <i>Inhaltliches Vorgehen</i>	31
c) <i>Zielorientierung</i>	32
d) <i>Stationäre und ambulante Anwendung</i>	34
Theorie der positiven Psychotherapie in der psychosomatischen Medizin	35
a) <i>Das positive Menschenbild</i>	35
b) <i>Aktualfähigkeiten und Konzepte (innere Konfliktdynamik)</i>	37
c) <i>Vier Formen der Konfliktverarbeitung (Physiologie und psychosoziale Belastungssituation)</i>	40
d) <i>Die vier Vorbilddimensionen (Frühgenese)</i>	44
e) <i>Neun Thesen für eine positive Psychotherapie</i>	46
Die Aktualfähigkeiten in der Arzt-Patient-Beziehung	47
a) <i>Aktualfähigkeiten als Inhalte von Übertragung und Gegenübertragung</i>	49
b) <i>Die drei Interaktionsstadien</i>	51
c) <i>Beziehung der therapeutischen Modelle zueinander</i>	54
Praktische Anwendungen der "positiven Übersetzungen" – Psychoanalyse und positive Psychotherapie	55
Mißverständnisse als Inhalte von Abwehrmechanismen	57
Anhang: Allgemeiner Fragebogen	59

4. Die fünf Stufen der positiven Psychotherapie (Praktischer Teil)	63
Allgemeine und zwischenmenschliche Funktion	63
Therapeutische Funktion im Erstinterview	64
a) Stufe 1: Beobachtung und Distanzierung	65
b) Stufe 2: Inventarisierung	67
c) Stufe 3: Situative Ermutigung	68
d) Stufe 4: Verbalisierung	68
e) Stufe 5: Zielerweiterung	69
5 Stufen in Therapie und Selbsthilfe	69
a) Stufe 1: Beobachtung und Distanzierung	70
b) Stufe 2: Inventarisierung	71
c) Stufe 3: Situative Ermutigung	72
d) Stufe 4: Verbalisierung	73
e) Stufe 5: Zielerweiterung	74
Strategien der positiven Psychotherapie	75
a) Arbeit mit dem Einzelpatienten	76
b) Partnerschaftliche Probleme	76
c) Krisenintervention	76
d) Kernfamilie (Vater – Mutter – Kind)	76
e) Arbeit mit der erweiterten Kernfamilie	77
f) Psychosomatik und Familie	77
g) Psychosen in der positiven Familientherapie	77
h) Positive Gruppenpsychotherapie	77
i) Selbsthilfegruppen	78
5. Drei Dimensionen der Psychosomatik in der positiven Psychotherapie	79
Geschichte: "Der Ziegelwerfer"	79
Psychosomatik im engeren Sinn	80
a) Funktionelle Störungen	80
b) Organische Störungen	80
Psychosomatik im weiteren Sinn	81
a) Psychosomatische Symptome als Ausdruck eines konflikthaften Erlebens	82
b) Psychosomatische Symptome als Indikatoren eines Konflikt- oder Mangelerlebens	83

c) <i>Psychosomatische Symptome als Begleiterscheinungen präpsychotischer und psychotischer Erkrankungen</i>	83
d) <i>Psychosomatische Symptome bei rein somatischen Krankheiten</i>	84
Psychosomatik im umfassenden Sinn	85
a) <i>Die Sphäre des Individuums</i>	85
b) <i>Die Sphäre der Wissenschaft</i>	86
c) <i>Die sozio-kulturelle Sphäre</i>	88
d) <i>Die religiös-weltanschauliche Sphäre</i>	90
e) <i>Praktische Konsequenzen</i>	95
 6. Aspekte zur Gutachtenerstellung	97
A. <i>Beziehung der therapeutischen Modelle zueinander</i>	97
B. <i>Bericht an den Gutachter</i>	101
1. <i>Spontanangaben</i>	101
2. <i>Darstellung der lebensgeschichtlichen Entwicklung</i>	101
3. <i>Befund zum Zeitpunkt der Antragstellung</i>	102
4. <i>Psychodynamik und Konfliktinhalt</i>	103
5. <i>Diagnose</i>	104
6. <i>Behandlungsplan und Zielsetzung der Therapie</i>	105
7. <i>Prognose</i>	105
C. <i>Zusammenfassender Zwischenbericht des Therapeuten</i>	106
<i>Übersetzung der Diagnose für den Patienten</i>	106
<i>Modifikation des Erstinterviews</i>	107
 7. Krisenintervention	109
Geschichte: "Nicht alles auf einmal"	109
Das fünfstufige Vorgehen der positiven Psychotherapie im Rahmen einer Krisenintervention	109
Fallbeispiel: "Was sagen mir die Schmerzen?"	109
Die positive Umdeutung.....	111
Das inhaltliche Modell.....	111
Das fünfstufige Behandlungsmodell	112

II. KRANKHEITSBILDER

1	Anorexia nervosa und Bulimie.....	117
2	Adipositas (Fettsucht).....	133
3	Aids-Phobie	141
4	Angst und Depression	147
5	Asthma bronchiale und nervöses Atmungssyndrom	169
6	Bandscheibenvorfall	181
7	Bluterkrankungen	191
8	Colitis ulcerosa und Morbus Crohn.....	197
9	Diabetes mellitus.....	203
10	Erkältungskrankheiten und Schnupfen.....	217
11	Gallenblasenerkrankungen und Gallensteinbildung.....	223
12	Gelbsucht	229
13	Geriatrische Probleme	233
14	Haarausfall.....	241
15	Hauterkrankungen und Allergien	249
16	Herzinfarkt.....	261
17	Herzphobie und funktionelle Herzrhythmusstörungen.....	267
18	Hypertonie und Hypotonie	279
19	Kopfschmerzen und Migräne.....	289
20	Krebs	297
21	Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüre.....	307
22	Multiple Sklerose (MS)	313
23	Obstipation	323
24	Pädiatrische Probleme.....	335
25	Parkinson-Erkrankung.....	343
26	Rheumatoide Arthritis und Weichteilrheumatismus.....	357
27	Schilddrüsenerkrankungen.....	367
28	Schizophrenie und endogene Depression	371
29	Schlafstörungen.....	383
30	Schlaganfall und Arterienverkalkung.....	391
31	Schluckstörungen und Husten	397
32	Seh- und Hörstörungen.....	403
33	Sexuelle Funktionsstörungen.....	409
34	Das Phänomen Streß in der positiven Psychotherapie	421
35	Suchtkrankheiten am Beispiel von Alkoholismus und Nikotinmißbrauch.....	431
36	Suizidversuch	437
37	Unfälle	443
38	Urologische Erkrankungen	449
39	Zahn- und Kiefergelenkerkrankungen	455

III. ANHANG

Eine Fabel auf den Weg.....	463
A. Intervalltraining	465
B. Entspannungstraining	468
C. Progressive Muskelentspannung	470
D. Liste der Aktualfähigkeiten	473
E. Liste der Fallbeispiele	474
F. Liste der Fragebögen	476
G. Liste der Geschichten	477
H. Die 3 Interaktionsstadien der positiven Psychotherapie.....	479
Literaturverzeichnis	481
Namenverzeichnis.....	497