

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) Die positive Deutung der Krankheit	7
	2) Definition.....	7
	3) Symptomatik.....	7
	4) Transkultureller Aspekt und Epidemiologie.....	7
	5) Literaturvergleich.....	7
	6) Sprachbilder und Volksweisheiten	8
	7) Geschichten.....	8
	8) Selbsthilfeanteil (Psychopathophysiologie).....	8
	9) Therapeutischer Anteil	9
	10) Fragebogen	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 Konfliktodynamik)</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	63
	(Praktischer Teil)	
	Allgemeine und zwischenmenschliche Funktion.....	63
	Therapeutische Funktion im Erstinterview.....	64
	<i>a) Stufe 1: Beobachtung und Distanzierung</i>	65
	<i>b) Stufe 2: Inventarisierung</i>	67
	<i>c) Stufe 3: Situative Ermutigung.....</i>	68
	<i>d) Stufe 4: Verbalisierung</i>	68
	<i>e) Stufe 5: Zielerweiterung.....</i>	69
	5 Stufen in Therapie und Selbsthilfe.....	69
	<i>a) Stufe 1: Beobachtung und Distanzierung</i>	70
	<i>b) Stufe 2: Inventarisierung</i>	71
	<i>c) Stufe 3: Situative Ermutigung.....</i>	72
	<i>d) Stufe 4: Verbalisierung</i>	73
	<i>e) Stufe 5: Zielerweiterung.....</i>	74
	Strategien der positiven Psychotherapie	75
	<i>a) Arbeit mit dem Einzelpatienten</i>	76
	<i>b) Partnerschaftliche Probleme.....</i>	76
	<i>c) Krisenintervention</i>	76
	<i>d) Kernfamilie (Vater – Mutter – Kind)</i>	76
	<i>e) Arbeit mit der erweiterten Kernfamilie</i>	77
	<i>f) Psychosomatik und Familie</i>	77
	<i>g) Psychosen in der positiven Familientherapie.....</i>	77
	<i>h) Positive Gruppenpsychotherapie</i>	77
	<i>i) Selbsthilfegruppen.....</i>	78
5.	Drei Dimensionen der Psychosomatik	
	in der positiven Psychotherapie	79
	Geschichte: "Der Ziegelwerfer"	79
	Psychosomatik im engeren Sinn	80
	<i>a) Funktionelle Störungen</i>	80
	<i>b) Organische Störungen</i>	80
	Psychosomatik im weiteren Sinn	81
	<i>a) Psychosomatische Symptome als Ausdruck eines konflikthaften Erlebens</i>	82
	<i>b) Psychosomatische Symptome als Indikatoren eines Konflikt- oder Mängelerlebens</i>	83

<i>c) Psychosomatische Symptome als Begleiterscheinungen präpsychotischer und psychotischer Erkrankungen.....</i>	83
<i>d) Psychosomatische Symptome bei rein somatischen Kranheiten</i>	84
Psychosomatik im umfassenden Sinn	85
<i>a) Die Sphäre des Individuums.....</i>	85
<i>b) Die Sphäre der Wissenschaft</i>	86
<i>c) Die sozio-kulturelle Sphäre</i>	88
<i>d) Die religiös-weltanschauliche Sphäre</i>	90
<i>e) Praktische Konsequenzen.....</i>	95
6. Aspekte zur Gutachtenerstellung.....	97
A. Beziehung der therapeutischen Modelle zueinander.....	97
B. Bericht an den Gutachter.....	101
<i>1. Spontanangaben.....</i>	101
<i>2. Darstellung der lebensgeschichtlichen Entwicklung.....</i>	101
<i>3. Befund zum Zeitpunkt der Antragstellung</i>	102
<i>4. Psychodynamik und Konfliktinhalt</i>	103
<i>5. Diagnose</i>	104
<i>6. Behandlungsplan und Zielsetzung der Therapie.....</i>	105
<i>7. Prognose</i>	105
C. Zusammenfassender Zwischenbericht des Therapeuten	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
<i>Fallbeispiel: "Was sagen mir die Schmerzen?"</i>	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	Schildrüsenerkrankungen.....	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