

# Inhalt

Vorwort zur vollständig überarbeiteten 5. Auflage.....	7
Zu diesem Buch .....	9
Dank.....	11
Der Anfang .....	13
<b>TEIL I: UMGANG MIT MIR SELBST .....</b>	<b>17</b>
<b>1. Ich muss – ich möchte.....</b>	<b>19</b>
<b>2. Erkenntnis als Voraussetzung für sinnvolles und zielgerichtetes Handeln ...</b>	<b>23</b>
<b>3. Psychopädie: Wenn Sie in Ihrem Leben etwas positiv verändern wollen ...</b>	<b>25</b>
<b>4. Der Quantensprung: Psychopädie nach Udo Derbolowsky.....</b>	<b>26</b>
<b>5. Der Begriff Psychopädie.....</b>	<b>29</b>
<b>6. Die ethisch-philosophischen Grundlagen der Psychopädie .....</b>	<b>30</b>
<b>7. Warum unser psychopädisches Vorgehen so schnell und dauerhaft zum Erfolg führt.....</b>	<b>32</b>
<b>8. Zwei grundlegende Gleichnisse – der dreischalige Brunnen und die Waage..</b>	<b>33</b>
<b>9. Wer kann etwas ändern, oder: Warum denn ich?.....</b>	<b>35</b>
<b>10. Ein erfolgreiches Konfliktlösungsmodell.....</b>	<b>38</b>
<b>11. Der Ist-Zustand der seelischen Verfassung .....</b>	<b>41</b>
<b>12. Egoismus und das Gleichnis vom römischen Brunnen .....</b>	<b>44</b>
<b>13. Das Selbstgespräch.....</b>	<b>50</b>
<b>14. Der Mensch: Ein Körper-Geist-Seele-Wesen .....</b>	<b>52</b>
<b>15. Heranlieben, eine wichtige Seelenübung.....</b>	<b>55</b>
<b>16. Die jungen Hunde .....</b>	<b>58</b>
<b>17. Die Zielorientierung oder der Weg zu Erfolg.....</b>	<b>61</b>
<b>18. Trotz oder der Wunsch nach Freiheit .....</b>	<b>65</b>
<b>19. Die Hirsche.....</b>	<b>68</b>
<b>20. Trösten und Liebe – un-bedingt.....</b>	<b>71</b>
<b>21. Das Recht auf Liebe von anderen.....</b>	<b>74</b>
<b>22. Müllers und Schulzes oder das Denken vom anderen her .....</b>	<b>76</b>

<b>23. Übertragung und Gegenübertragung .....</b>	<b>78</b>
<b>24. Die Einbeziehung des Religiösen in die Psychopädie .....</b>	<b>88</b>
<b>25. Konstruktive und organismische Bauweise: Naturwissenschaftliches Vorgehen und psychopädische Betrachtungsweise.....</b>	<b>89</b>
<b>26. Von der Verantwortung oder: Die Leihgabe .....</b>	<b>91</b>
<b>27. Die Entstehung von Gehemmtheit oder das Gleichnis von „Stuhl und Decke“ .....</b>	<b>94</b>
<b>28. Der Traum und das Wunder der Komplementarität.....</b>	<b>104</b>
<b>29. Eine Möglichkeit zum Umgang mit eigenen Träumen.....</b>	<b>106</b>
<b>30. Die Polarität männlich – weiblich: Zum Unterschied der Geschlechter.....</b>	<b>108</b>
<b>31. Gesunder und gestörter Umgang mit Aggression oder die Geschichte vom Gummibommelchen .....</b>	<b>112</b>
<b>32. Ärger – eine seelische Energie.....</b>	<b>114</b>
<b>33. Noch einmal: Warum ich? – Die Geschichte vom Kaffeehaus.....</b>	<b>117</b>
<b>34. Die Rolle von Atem, Haltung und Stimme – Pneopädie.....</b>	<b>120</b>
<b>35. Stress: Hilfe durch TrophoTraining .....</b>	<b>123</b>
<b>36. Selbstversenkung .....</b>	<b>128</b>
<b>37. Psychopädische Ich-Begegnung und Syngnomopädie .....</b>	<b>131</b>

## **TEIL II: UMGANG MIT ANDEREN..... 135**

<b>1. Die innere Vorbereitung.....</b>	<b>137</b>
<b>2. Die Wir- oder Gruppen-Bildung .....</b>	<b>140</b>
<b>3. Missverständnisse, gruppendynamisch betrachtet .....</b>	<b>144</b>
<b>4. Das aktive Zuhören und die Ich-Botschaft .....</b>	<b>147</b>
<b>5. Mitgefühl und Selbstmitleid.....</b>	<b>150</b>
<b>6. Die bewusste Wortwahl.....</b>	<b>153</b>
<b>7. Vorurteile .....</b>	<b>156</b>
<b>8. Gebet, Meditation .....</b>	<b>157</b>
<b>9. Der Mensch und seine Gesundheit.....</b>	<b>158</b>

Kleine Auswahl weiterführender Literatur..... 167

Die Akademie für Psychopädie – Erfahrung und Kompetenz ..... 169