

# Inhalt

**Vorwort zur deutschen Ausgabe ... 9**

**Vorwort zur Originalausgabe ... 11**

**Einführung ... 12**

Anmerkungen ... 16

**1 Die Persönlichkeit und ihre Entwicklung ... 17**

Anmerkungen ... 23

**2 Energien und das Funktionieren der Persönlichkeit ... 24**

Bewusst – unbewusst ... 24

Subjekt – Objekt ... 26

Die Ich-Psychologie von Paul Federn ... 29

Anmerkungen ... 43

**3 Wesen und Funktionieren der Ich-Zustände ... 45**

Die Entdeckung der Ich-Zustände ... 45

Integration und Differenzierung ... 48

Merkmale von Ich-Zuständen ... 49

Die Entwicklung von Ich-Zuständen ... 51

Das Differenzierungs-Dissoziations-Kontinuum ... 53

Ich-Zustände und multiple Persönlichkeiten ... 54

Hypnose und Ich-Zustände ... 57

Ich-Zustände und der versteckte Beobachter ... 58

**4 Dissoziation ... 60**

Amnesie ... 61

Multiple Persönlichkeitsstörung (dissoziative Identitätsstörung) ... 64

Anmerkungen ... 77

**5 Unbewusste Prozesse und psychodynamisches Verständnis ... 79**

Verhalten und Erfahrung ... 80

Kognitives Verhalten und Bedeutungen ... 81

Die Deutung ... 81

Einsicht ... 82

Beispiele psychodynamischer Interaktionen ... 83

Die Psychodynamik verstehen lernen ... 85

Hypnose bei der Untersuchung psychodynamischer Prozesse ... 89
Psychodynamische Überlegungen bei der Behandlung der multiplen Persönlichkeitsstörung ... 89
Psychodynamische Interaktionen in der Psychose ... 90
Anmerkungen ... 90
<b>6 Psychodynamische Bewegungen bei den Alter-Personen multipler Persönlichkeiten ... 92</b>
Multiple Persönlichkeit ... 93
Beseitigung von nicht angepassten, bösartigen oder anachronistischen Ich-Zuständen ... 94
Die Psychodynamik in einem komplexen Fall einer echten multiplen Persönlichkeit ... 96
Anmerkungen ... 105
<b>7 Ich-Zustände beim normalen Individuum ... 106</b>
Der ausführende Ich-Zustand, Selbstkonzept und äußere Erscheinung ... 109
Weit verbreitete Ego-State-Probleme bei normalen Menschen ... 112
Lösung eines normalen Ego-State-Problems ... 113
Der versteckte Beobachter ... 117
Ein Fall von Ego-State-Therapie und die versteckten Beobachter ... 118
Anmerkungen ... 126
<b>8 Prinzipien der Ego-State-Therapie ... 128</b>
Übertragung ... 130
Resonanz ... 131
Die Verbindung zwischen Körper und Geist ... 133
Die Haltung des Therapeuten gegenüber Ich-Zuständen ... 135
Das Problem der Abhängigkeit ... 137
Vertrauen aufbauen ... 138
Integration versus Verschmelzung ... 140
Anmerkungen ... 141
<b>9 Techniken und Strategien der Ego-State-Therapie ... 142</b>
Mit Ich-Zuständen Kontakt aufnehmen ... 142
Diagnostische Erkundungen ... 145
Sich einen Überblick über die Interaktionen zwischen den einzelnen Ich-Zuständen verschaffen ... 146
Ein objektiver Beobachter ... 148
Innere Konflikte lösen ... 150
Übergangsobjekte ... 151
Techniken der Abreaktion ... 152

Die Affektbrücke ...	156
Die somatische Brücke ...	157
Die stille Abreaktion ...	157
Ego-State-Kurztherapie ...	158
Zusammenfassung ...	159
Anmerkungen ...	161

## **10 Spezialisierte Vorgehensweisen ... 162**

Probleme kindlicher Ich-Zustände ...	162
Mit Angst umgehen ...	162
Tote als Zielscheibe der Gefühle ...	166
Erwachsene Ich-Zustände als Helfer ...	167
Der Einsatz von freiwilligen Ich-Zuständen ...	167
Der Ich-Zustand „Schmerz“ ...	168
Kritische und tadelnde Ich-Zustände ...	169
Die Tür der Vergebung ...	171
Die nicht-hypnotische Technik mithilfe von Stühlen ...	173
Anmerkungen ...	178

## **11 Hypnoanalytische Ego-State-Kurztherapie ... 179**

Die Häufigkeit der therapeutischen Sitzungen ...	180
Ein repräsentatives Beispiel einer Ego-State-Wochenend-Therapie ...	182
Anmerkungen ...	194

## **12 Ergebnisforschung in der Psychotherapie ... 195**

Anmerkungen ...	202
-----------------	-----

## **13 Effizienz und Wirksamkeit der Ego-State-Therapie:**

### **Eine Validitätsstudie ... 204**

Fragebogen zur Ego-State-Therapie ...	205
Ein Follow-up-Fragebogen hinsichtlich der Wirkungen der Ego-State-Therapie ...	206
Das „Problem“ oder der Grund, eine Therapie zu beginnen ...	207
Frühere Psychotherapie ...	208
Vergleich der früheren Therapie mit der Ego-State-Therapie ...	214
Bewertungen von Teilnehmern, die zuvor eine Therapie psychoanalytischer Art gemacht hatten ...	215
Häufigkeit und letzter Zeitpunkt der Ego-State-Therapie ...	217
Warum Klienten eine Ego-State-Therapie machen ...	218
Entwurf eines Bewertungssystems (Einstufung) ...	218
Zusammenfassung ...	233
Anmerkungen ...	235

<b>14 Der Beschützer verteidigt seine Festung: Ein schwieriger, komplexer Fall ...</b>	<b>237</b>
Nachtrag ...	257
Einige theoretische Kommentare (von J. G. W.) ...	257
Anmerkungen ...	261
<b>15 Behandlung eines frühen Traumas und Einsicht ...</b>	<b>262</b>
Mögliche Beispiele für ein sehr frühes Trauma ...	265
Regression und Objektbeziehungstheorie ...	267
Echte Einsicht versus kognitive Einsicht ...	270
Anmerkungen ...	271
<b>16 Dissoziation/Integration: Interpersonale, intrapersonale und internationale Perspektiven ...</b>	<b>273</b>
Interpersonale Perspektiven ...	274
Ego-State-Familientherapie ...	275
Ich-Zustände von Partnern ...	276
Ich-Zustände und das Gesetz ...	277
Physiologische Multiplizität ...	278
Mögliche Forschungen auf dem Gebiet der Ich-Zustände ...	279
Internationale Perspektiven ...	281
Anmerkungen ...	281
<b>Literatur ...</b>	<b>282</b>
<b>Über die Autoren ...</b>	<b>297</b>