

# Inhalt

<b>Vorbemerkung</b>	9
Wie dieses Buch entstanden ist	
<b>Einführung</b>	13
Von der Struktur zur Funktion: Systemtheorie und systemische Betrachtungsweise	
<b>Erstes Kapitel</b>	47
Grundelemente des Seelenlebens: Wie wir wurden, was wir sind – eine ruhelose Spezies	
<b>Zweites Kapitel</b>	65
Subjektivität, Mentalisierung und »Todesprinzip«: Wie wir das werden, was wir nun einmal sind – Individuen	
<b>Drittes Kapitel</b>	93
Was uns erregt: Zur Theorie der Affekte	
<b>Viertes Kapitel</b>	109
Wie wir das Dasein bewältigen: Zur Theorie der Lebensbalancen	

<b>Fünftes Kapitel</b>	123
Was uns bewegt: Zur Theorie der Motivation	
<b>Sechstes Kapitel</b>	149
Wie alles ineinander greift: Seelenleben und soziale Interaktion	
<b>Siebtes Kapitel</b>	157
Was ist das, was wir »Psychotherapie« nennen – und was kann sie leisten?	
<b>Ein aktuelles Schlusswort</b>	179
Zur Gefahr der »Burn-out-Epidemie«	
<b>Anhang</b>	189
Noch einmal das Leib-Seele-Problem	
<b>Literatur</b>	207