

Inhaltsverzeichnis

- 1 **Seelenheilkunde? Reine Nervensache**1
 - 1.1 Die Psychiatrie war mein Zuhause – Eine Selbsterfahrung2
 - 1.2 Psychotherapie: Was ist das?5
 - Literatur8

- 2 **„Mit Heroin fühle ich mich wie auf Mamas Schoß“**9
 - 2.1 Der Punkt ohne Wiederkehr 10
 - 2.2 Persönlichkeitsstörungen 16
 - Literatur 21

- 3 **Der einzige Zeuge – Gegen die Taliban** 23
 - 3.1 Ein Kind in einer fremden Welt 24
 - 3.2 Transkulturelle Aspekte der Psychotherapie 34
 - 3.3 Die psychotherapeutische Behandlung von Kindern und Jugendlichen. 37
 - Literatur 40

- 4 **„Ich musste das Examen bestehen, koste es, was es wolle“** 41
 - 4.1 Anders unter Gleichen 42
 - 4.2 Depressionen 47
 - 4.3 Kognitive Verhaltenstherapie (KVT) 58
 - Literatur 59

- 5 **„Was bleibt da noch von mir übrig?“** 61
 - 5.1 Eigentlich war mein Leben ganz normal 62
 - 5.2 Die Behandlung aus Sicht des Therapeuten: Georg Schilling, der Typus
 Melancholicus. 67
 - 5.3 Gesprächstherapie nach Carl Rogers: „Das Selbst zu werden, das man in
 Wahrheit ist“ 70
 - Literatur 73

- 6 **„Ich möchte jetzt ins Heim!“** 75
 - 6.1 Die guten Seiten der DDR 76
 - 6.2 Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) 82
 - 6.3 EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) 91
 - Literatur 96

- 7 **Die Fremde in mir** 97
 - 7.1 Lampenfieber vor dem Leben 98
 - 7.2 Essstörungen: Bulimie, Magersucht, Binge-Eating-Disorder 103
 - 7.3 Körperpsychotherapien 104
 - Literatur 117

8	„Sie wollen mich vergiften!“	119
8.1	Phantomschmerz	120
8.2	Psychose/Schizophrenie	125
8.3	Psychotherapieansätze bei Psychosen	134
8.4	Medikamentöse Therapie von Psychosen	139
	Literatur	141
9	„Heute bin ich bei meiner lieben Therapeutin“	143
9.1	Angst essen Seele auf	144
9.2	Angststörungen	151
9.3	Die Arbeit mit Ich-Anteilen und die Ego-State-Therapie	155
	Literatur	157
10	„Der Verantwortung bin ich nicht gerecht geworden“	159
10.1	„Ich wollte Ihnen zeigen, wie ich mich fühle“	160
10.2	Abhängigkeitserkrankungen	164
	Literatur	166
11	„Ich gebe Ihnen mein Ehrenwort“	167
12	„Will Sahne! Will Sahne!“	175
12.1	Heide, das kompetente Baby	176
12.2	Mentalisierungsbasierte Psychotherapie (Mentalisation-Based Treatment, MBT)	180
	Literatur	182
13	Erkenntnis garantiert: Wann zu welchem Experten?	183
13.1	Psychologen	184
13.2	Hausärzte	184
13.3	Psychotherapeuten	185
13.4	Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie	185
13.5	Fachärzte für Psychosomatik und Psychotherapie	186
13.6	Neurologen	186
13.7	Kunst-, Musik- und Körpertherapeuten	186
13.8	Ergotherapeuten	187
13.9	Beratungsstellen	187
13.10	Sozialpsychiatrischer Dienst	187
	Serviceteil	189
	Anhang	190
	Stichwortverzeichnis	194