

Inhalt

1	Einleitung	1
2	Wie innere Konflikte das Leben einengen und wo Therapie ansetzen kann	5
	<i>Exkurs 1: Die kreative Vielfalt der Abwehrmechanismen</i> ..	13
3	Wie findet man den zentralen Beziehungskonflikt?...	19
3.1	Dreieck der Einsicht.....	19
	Aktuelle Situation	20
	Biografie	22
	Szenisches Erleben.....	25
	Die Schnittmenge	29
3.2	Wie läuft eine Fokusrunde ab?	31
	<i>Exkurs 2: Was ist Psychodynamik?</i>	34
	<i>Exkurs 3: Welche inneren Konflikte gibt es eigentlich?</i>	38
3.3	Beispiel Herr B.	41
	<i>Exkurs 4: Was ist ein neurotischer Kompromiss?</i>	54
4	Die Therapeutische Beziehung.....	63
4.1	Ein guter Start.....	64
4.2	Empathie.....	66
4.3	Therapeutische Distanz	73
4.4	Die Seite des Patienten in der therapeutischen Beziehung.....	77

5	Verstrickungen lösen und Entscheidungen treffen...	79
5.1	Klassische tiefenpsychologische Arbeit.....	79
	<i>Exkurs 5: Was ist Internalisierung?.....</i>	89
	<i>Exkurs 6: Sind die Eltern immer schuld?.....</i>	92
5.2	Der schematherapeutische Zugang	103
5.3	Die Arbeit an realen Verlusten und Verletzungen.....	113
5.4	Was hat Vorrang in der Bearbeitung?	119
5.5	Wann ist eine Therapie zu Ende?.....	128
6	Psychotherapie und Spiritualität.....	130
7	Therapieschulen im Überblick	141
7.1	Allgemeines.....	141
7.2	Psychoanalyse.....	145
7.3	Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie.....	148
7.4	Verhaltenstherapie	151
7.5	Schematherapie.....	156
7.6	Annäherung der Therapieschulen	160
8	Spezielle Störungsbilder	164
8.1	Allgemeines.....	164
8.2	Depressionen	167
8.3	Angsterkrankungen.....	179
8.4	Zwänge.....	193
8.5	Essstörungen.....	201
	<i>Exkurs 7: Was ist eigentlich Psychosomatik? Die wichtigsten Modelle</i>	209

8.6	Somatoforme Störungen	216
8.7	Posttraumatische Belastungsstörung	233
8.8	Dissoziative Bewegungs- und Sinnesstörungen (Konversionsstörungen)	241
8.9	Borderline-Störung und Strukturniveau	249
	<i>Exkurs 8: Das Strukturniveau nach OPD-2</i>	266
9	Kurzes Schlusswort	269
10	Literatur zum Weiterlesen	271
	Literatur	275
	Sachverzeichnis	277