

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

IX

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?</i>	
	Die wichtigsten Modelle	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