

Inhalt

Vorwort	9
1 Meine Einführung in die Systemische Therapie mit der Inneren Familie (IFS)	13
2 Schlüsselkonzepte in der IFS-Therapie	33
3 Das IFS-Protokoll	55
4 Teile finden und Freundschaft mit ihnen schließen <i>Percy, Charlotte und Kathleen</i>	79
5 Mit Beschützern verhandeln <i>Esther und Talia</i>	99
6 Teile externalisieren <i>Hailey und Rain</i>	115
7 Polarisierungen <i>Hazels und Amelias in Opposition stehende Teile</i>	131
8 Teile entlasten <i>Juliana und Henry</i>	147

9 IFS und Elterntherapie	163
10 Barts IFS-Therapie	179
Schlussbemerkung	193
Dank	195
Glossar	197
Quellen	201
Die Autorin	205