

Stefan Hammel

# **Alles neu gerahmt!**

**Psychische Symptome in  
ungewöhnlicher Perspektive**

2. Auflage

Ernst-Reinhardt-Verlag München

*Stefan Hammel* arbeitet als Klinik- und Psychiatriefarrer, Kinder-, Familien- und Hypnotherapeut sowie als Ausbilder für Psychotherapie und leitet das Institut für Hypnosystemische Beratung in Kaiserslautern.

#### Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

ISBN 978-3-497-03047-7 (Print)

ISBN 978-3-497-61447-9 (PDF-E-Book)

2. Auflage

© 2021 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in EU

Covermotiv: © Sergey Toropov / Fotolia.com

Satz: Sabine Ufer, Leipzig

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: [www.reinhardt-verlag.de](http://www.reinhardt-verlag.de) E-Mail: [info@reinhardt-verlag.de](mailto:info@reinhardt-verlag.de)

# Inhalt

<b>Foyer: Die Galerie der Krankheitsbilder .....</b>	<b>11</b>
Ausstellungsführer .....	11
Pressestimmen zur Ausstellung .....	13
Lageplan .....	15
Kasse .....	16
 <b>Vorraum: Psychische Krankheit, Psychotherapie</b>	
<b>und psychische Gesundheit .....</b>	<b>17</b>
Identität .....	25
Psychische Belastung als Auslöser .....	26
Wege der Betäubung .....	26
Matrjoschka .....	27
Wunder .....	27
Marionetten .....	28
Der Lachs auf der Reise .....	28
Verbundenes trennen .....	28
Die Botschaft der Glocken .....	29
Himmelsreise .....	29
Intention und Strategie .....	30
Wie die Mönche .....	30
Grüße ans Gehirn .....	31
Die Königin und ihre Minister .....	31
Leben in der Gegenwart .....	32
Positive Erwartung .....	32
Nachhaltige Therapie .....	33

Wohin wir auch gehen .....	33
Gelassen an das Schlimme denken .....	33
Reisterrassen .....	34
Gespräch ohne Inhalt .....	34
Der Kreislauf von Erwartung und Erinnerung .....	35
Ansteckende Gesundheit .....	36
<b>Korridor: Therapiebeschleunigung und -abrundung .....</b>	<b>37</b>
WC Damen – WC Herren .....	37
Abfalleimer .....	37
Treppe .....	37
Aufzug .....	37
Notschalter .....	38
Brandmelder .....	39
Notausgang .....	39
Schließfächer .....	39
Garderobe .....	39
<b>Raum 1: Trauma und Angst .....</b>	<b>41</b>
Damals im Nebel .....	46
Die Haube .....	47
Der Leibwächter .....	47
Ritterburg .....	48
Panik .....	48
Der Blitz aus heiterem Himmel .....	49
Die Angst vor dem Glück .....	49
Ereigniswolken, Ereignisketten .....	50
Zwei Arten traumatischer Reaktion .....	51
Der Traumatisierte da draußen .....	51
Anästhesie und Analgesie .....	52
Erdbeerquark und Jauche .....	53
Symptome zurückbringen .....	54
Bloß zugehörig sein .....	54

Symptomverschiebung .....	55
Verwandlung .....	56
Allergien der Seele .....	56
Zwei Arten von Phobie .....	57
Wie im Trickfilm .....	57
Die Angst des Mundes .....	58
Vierzehn Engel .....	58
Alles ablegen .....	58
Das hab ich nicht! .....	59
<b>Raum 2: Depression und Manie .....</b>	<b>60</b>
Depression als Gummiband .....	64
Rezept für eine Depression .....	64
Die Schlafstörung als Folge und Ursache von Depression .....	65
Die gute Absicht Ihrer Depression .....	66
Seesturm und Eismeer .....	67
Das Bergdorf .....	68
Die Hölle .....	69
Die Füße am Ofen .....	69
Bloß nicht hoffen! .....	70
Was heißt „endogen“? .....	71
Du und die Herde .....	71
Die Herde herbeirufen .....	72
Gedanken für Angehörige .....	72
Haifischzähne .....	73
Die gute Absicht Ihrer Manie .....	73
Das tripolare Leben .....	74
<b>Zwischenraum: Endokrinologische und hirnorganische Störungen .....</b>	<b>75</b>
Schilddrüse hin, Schilddrüse her .....	76
Mit dem Gehirn reden .....	77
Nah am Wasser .....	77

<b>Raum 3: Sucht, Zwang, Gewohnheit .....</b>	<b>78</b>
Migration .....	83
Die, die es weiß .....	83
Betäubungsmittel .....	84
Die zwei Seiten der Sucht .....	84
Fragen an einen Nikotinkonsumenten .....	85
Der Minister für Gelassenheit .....	86
Eine Aufgabe für den Perfektionisten .....	87
Die Zwangslogik umdrehen .....	87
Optimum und Maximum .....	88
Den Zwang zerlegen .....	89
Ein Teil des Körpers .....	90
Der Hausierer .....	90
Der König des Waldes .....	91
Die zwei, die miteinander stottern .....	91
Die Uhr .....	92
Nicht hören, sondern fühlen .....	93
Die Geschwindigkeit der Zeit .....	93
Die Grenzen des Grunzens .....	94
Gegen die eigenen Werte .....	94
Zweimal kein Urlaub .....	95
Für welchen Lohn? .....	95
Streik .....	95
<b>Zwischenraum: Demenz .....</b>	<b>96</b>
Am Grund des Meeres .....	97
Leben im Jetzt .....	98
Der Engel mit dem Korb .....	98
Ab jetzt die Oma .....	98
Die Lücken schließen .....	99

<b>Raum 4: Wahn, Psychose, Schizophrenie .....</b>	<b>100</b>
Nachträume, auf Tag und Dauer gestellt .....	102
Zwischen zwei Wirklichkeiten .....	102
Drei Teller Suppe .....	103
Die induzierte Paranoia .....	104
Der Gaul, der durchging .....	105
<b>Zwischenraum: Durchgangssyndrom .....</b>	<b>106</b>
Der lange Strand .....	107
Gemischte Träume .....	107
Minensuchtrupp .....	108
Beim Träumen helfen .....	108
<b>Raum 5: Krise, Trauer, Trennung .....</b>	<b>109</b>
Reich der Elfen, Reich der Zwerge .....	112
Der innere Kritiker .....	113
Spiralförmige Retraumatisierung .....	114
Das Mobile .....	114
Drogenentzug .....	115
Wenn zwei auseinandergehen .....	115
Zwei Geparde .....	116
Metamorphose .....	116
Gemeinsam weiterleben .....	116
Liebe und Schmerz .....	117
Geben und Nehmen .....	117
Aufräumen .....	117
Die Durchreiche .....	118
<b>Zwischenraum: Psychische Folgen von Behinderung .....</b>	<b>119</b>
Folien .....	121
Psychisch ganz normal .....	122
Menschen brauchen Grenzen .....	122

<b>Raum 6: Belastungen von Kindern und Jugendlichen .....</b>	<b>123</b>
Das Dreieck .....	125
Das Leben im Innen .....	126
Die Hunnen .....	127
Hauptstraßen und Nebenstraßen .....	128
Das Aufmerksamkeit-Woanders-Syndrom .....	128
Das U-Boot .....	129
Lernen wie damals .....	129
Der schmale Streifen .....	130
Der Tod und die Schule .....	130
Ansteckende Pubertät .....	131
Miteinander leuchten .....	132
Gedachtes und Gehörtes .....	132
Im Dschungel .....	133
Die Spiele des Alltags .....	133
<b>Balkon: Der psychisch völlig gesunde Mensch .....</b>	<b>134</b>
<b>Ausgangsbereich: Café .....</b>	<b>136</b>
<b>Literatur .....</b>	<b>137</b>
<b>Sachregister .....</b>	<b>141</b>