

# Inhalt

Geleitwort .....	VI
Einleitung .....	VII
Danksagung .....	XI
<b>Geschichte und Philosophie</b> .....	<b>1</b>
1 Gesellschaftlicher Hintergrund .....	3
2 Philosophische Quellen .....	6
2.1 Humanismus .....	6
2.2 Existenzialismus .....	8
2.3 Hermeneutik .....	11
2.4 Holismus und Feldtheorie .....	13
2.5 Dialogphilosophie .....	15
2.6 Östliche Philosophien .....	17
<b>Theorien</b> .....	<b>23</b>
3 Grundbegriffe .....	25
3.1 Bedürfnisse und Werte .....	25
3.2 Sinn .....	27
3.3 Gefühle .....	29
4 Die Entstehung von psychischem Leid .....	32
4.1 Fragmentierungsangst .....	32
4.2 Leid erzeugende Beziehungskonstellationen .....	34
4.3 Frühe Bindungsstörungen .....	38
4.4 Abwehr von Fragmentierungsangst .....	39

4.5	Die Wiederkehr des Abgewehrten .....	42
4.6	Symptome und Syndrome .....	43
4.7	Psychische Struktur und Strukturstörungen .....	44
<b>5</b>	<b>Die existenzielle Dimension in der Psychotherapie .....</b>	<b>49</b>
5.1	Dasein .....	49
5.2	Existenzielle Fragen .....	50
<b>6</b>	<b>Die psychotherapeutische Beziehung .....</b>	<b>51</b>
6.1	Professionelle Distanz .....	52
6.2	Übertragung und Gegenübertragung .....	54
6.3	Stabilisierung fragiler Strukturen .....	56
6.4	Struktur und Raum .....	61
6.5	Erlebnisaktivierung .....	62
6.6	Altersregression .....	64
<b>Verfahren und Techniken</b> .....		<b>67</b>
<b>7</b>	<b>Wertschätzendes Einfühlen .....</b>	<b>69</b>
7.1	Der Personzentrierte Ansatz .....	69
7.2	Empathie .....	71
7.3	Focusing .....	77
7.4	Gewaltfreie Kommunikation .....	81
<b>8</b>	<b>Psychodynamisches Deuten .....</b>	<b>86</b>
<b>9</b>	<b>Körperarbeit .....</b>	<b>89</b>
9.1	Grundlagen .....	89
9.2	Körperenergie .....	92
9.3	Psychosomatische Zyklen .....	92
9.4	Körperenergie-Diagnostik .....	95
9.5	Heranführen des Klienten an Körperarbeit .....	99
9.6	Körperwahrnehmung .....	101
9.7	Veränderung des Atemmusters .....	103
9.8	Ausdrucksarbeit .....	105
9.9	Aggressionsübungen .....	109
9.10	Halt gebende Körperarbeit .....	111
9.11	Arbeit mit Körperhaltungen .....	113
9.12	Berührungstechniken .....	115

9.13	Psychotherapeutische Massage .....	117
9.14	Weitere körperpsychotherapeutische Techniken .....	120
<b>10</b>	<b>Gewahrsein und Kontakt .....</b>	<b>124</b>
10.1	Quellen und Grundbegriffe der Gestalttherapie .....	125
10.2	Kontakt .....	128
10.3	Kontaktstörungen .....	130
10.4	Gestalttherapeutische Techniken .....	133
10.5	Gestalttherapeutische Sprachformen .....	136
<b>11</b>	<b>Trance und Suggestion .....</b>	<b>139</b>
11.1	Grundbegriffe der Hypnotherapie .....	139
11.2	Klassische und Erickson'sche Hypnose .....	145
11.3	Einleitung einer Trance .....	146
11.4	Pacing und Leading .....	148
11.5	Metaphern .....	149
11.6	Hypnotherapeutische Sprachformen .....	152
11.7	Hypnotischer Ressourcentransfer .....	152
11.8	Trance-Dialog .....	156
11.9	Weitere Trance-Techniken .....	163
<b>12</b>	<b>Rollenspiele und Identifikationstechniken .....</b>	<b>169</b>
12.1	Psychotherapeutisches Stegreiftheater .....	169
12.2	Stellvertreter-Techniken .....	174
12.3	Doppeln .....	175
<b>13</b>	<b>Auseinandersetzung und Konfrontation .....</b>	<b>177</b>
13.1	Konfrontation mit Kontaktvermeidungen .....	177
13.2	Humorvolle Provokation .....	182
13.3	Durchfühlen der Abwehr .....	184
13.4	Psychodynamische Konfrontation .....	188
<b>14</b>	<b>Weitere Techniken .....</b>	<b>191</b>
14.1	Gruppendynamik .....	191
14.2	Musik und Tanz .....	193
14.3	Kreative Medien .....	196
14.4	Selbsthilfe .....	197
<b>Anhang .....</b>		<b>201</b>
<b>15</b>	<b>Literatur .....</b>	<b>203</b>
<b>16</b>	<b>Sachverzeichnis .....</b>	<b>214</b>