

Inhalt

Vorwort	11
Teil eins	
Die Grundlagen: Freud – Jung – Adler	23
1 Die Freudsche Psychoanalyse	25
1.1 Sigmund Schlomo Freud	25
1.2 Biographische Lücken	26
1.3 Jean-Martin Charcot	28
1.4 Anna O. – Erfinderin der Psychoanalyse ...	29
1.5 Freie Assoziation	30
1.6 Übertragung	31
1.7 Die Träume	32
1.8 Die kindliche Sexualität	33
1.9 Das Häkelmuster	35
1.10 Ego-Psychologie	36
2 Die analytische Psychologie von C. G. Jung	39
2.1 Familiärer Hintergrund	39
2.2 Epileptische Anfälle	40
2.3 Selbstanalyse	41
2.4 Biographische Makel	43
2.5 Schmutziges Spiel	44
2.6 Basiskonzepte	45
2.7 Das Unbewußte	46
2.8 Die Therapie	48

3 Die Individualpsychologie Alfred Adlers . . .	49
3.1 Der Mensch Alfred Adler	50
3.2 Geschwister	51
3.3 Der Bruch mit Freud	52
3.4 Mehr- und Minderwertigkeit	53
3.5 Therapie	55
3.6 Die heimlichen Nachfolger	56
3.7 Die Gruppentherapie nach Adler	58
3.8 Mikrokosmos	58
4 Die Neo-Freudianer	60
4.1 Erik Homburger Erikson	61
4.2 Erich Fromm	62
4.3 Karen Horney	63
4.4 Harry Stack Sullivan	65
5 Objekt-Relations-Technique (ORT)	67
5.1 Der andere – das Objekt	67
6 Spieltherapie	69
6.1 Die Entstehung	69
6.2 Spiel als Katharsis	70
7 Hypnotherapie	72
7.1 Franz Anton Mesmer	73
7.2 Die Schule von Nancy	74
7.3 Was ist Hypnose?	75
7.4 Falsche Vorstellungen	77
7.5 Trance und Therapie	77
7.6 Ein Wundermittel?	79

Teil zwei	
Encounter- und Awareness-Therapien	81
8 Die klientenzentrierte Therapie	
nach Rogers	86
8.1 Stichwort non-direktiv	87
8.2 Humanistische Psychologie	88
8.3 Wachstum und Entwicklung	89
8.4 Interaktion	90
9 Gruppentherapien	92
9.1 Der Zweite Weltkrieg	93
9.2 Die Gruppenzusammenstellung	93
10 Das Psychodrama von Jakob Moreno	96
10.1 Theater der Spontaneität	96
10.2 Einfach zeigen	98
10.3 Das Rollenspiel	99
10.4 Die Rollenbesetzung	100
11 Familientherapie	102
11.1 Vielfalt der Formen	103
11.2 Die Schulen	104
11.3 Der Therapeut als Lehrer	106
11.4 Mehrere Familien zusammen in der Familientherapie	108
12 Ehe- und Sexualtherapie	110
12.1 Hauptströmungen	110
12.2 Masters und Johnson	111
12.3 Kotherapeuten	112
13 Gestalttherapie	115
13.1 Fritz Perls	116
13.2 Wahrnehmung	118

13.3 Aktive Teilnahme	119
13.4 Der Schwitzstuhl	121
14 Bio-Energetik	123
14.1 Wilhelm Reich	124
14.2 Vegotherapie	125
14.3 Im Gefängnis	126
14.4 Alexander Löwen	128
14.5 Die Sprache des Körpers	128
14.6 Die Reise ins Selbst	129
15 Urschreitherapie und Rebirthing	131
15.1 Arthur Janov	131
15.2 Die Grundprinzipien	132
15.3 Acting out	133
15.4 Der primäre Stil	134
15.5 Rebirthing	136
16 Existentielle Therapie	138
16.1 Geschichte	138
16.2 Die Gegebenheiten des Seins	140
16.3 Die Welt	141
16.4 Die Behandlungsmethode als Denkweise	141
17 Logotherapie	144
17.1 Heilung durch Sinnfindung	144
18 Psychosynthese	146
18.1 Ordnung, Harmonie und Einheit	147
18.2 Ein ganzheitlicher Ansatz	148
18.3 Die Instrumente	149

Teil drei

Kognitive und Verhaltenstherapien	151
19 Verhaltenstherapie	155
19.1 Watson, Pawlow, Skinner	155
19.2 Wolpe und Eysenck	158
19.3 Die Verifikation	159
19.4 Die Techniken	160
19.5 Aktiv und direktiv	162
19.6 Anwendung	163
20 Rationale Psychotherapie (RET)	165
20.1 Albert Ellis	165
20.2 Die Wurzeln	167
20.3 Das Irrationale im Menschen	168
20.4 ABC-DE	170
21 Realitätstherapie	173
21.1 Unzufriedenheit	173
21.2 Die eigene Wahl	174
21.3 Therapieschritte	175
22 Neurolinguistische Programmierung (NLP)	178
22.1 Informationsverarbeitungsmodelle	179
22.2 Muster	179
22.3 Reframing und Anchoring	180
23 Direktive Psychotherapie	182
23.1 Die Vorgeschichte	182
23.2 Eine ungleiche Beziehung	183
23.3 Kurz und schmerzlos	184
23.4 Schach	185

24 Transaktionsanalyse	188
24.1 Die Entstehung der Transaktionsanalyse ..	188
24.2 Das Ich	190
24.3 Rückmeldung (Strokes)	192
24.4 Egogramm	193
24.5 Der aktive Therapeut	193
 Teil vier	
Andere Therapien	195
 25 Östliche Therapien	197
25.1 Meditation als Therapie	198
25.2 Morita-Therapie	199
25.3 Naikan-Therapie	201
25.4 Aikido	201
 26 Kreativitäts- und Beschäftigungstherapien	204
26.1 Kunsttherapie	205
26.2 Therapeutische Improvisation	206
26.3 Musiktherapie	208
26.4 Beschäftigungstherapie	209
 Literatur	213
 Personen- und Sachregister	215
 Adressen	223