

Inhalt

1. Einleitung	7
2. Die Selbststeuerung aktivieren	11
<i>Die Person als selbstorganisierendes System</i>	
2.1. Lebende Systeme – autonome Prozesse	11
2.2. Die Konfiguration innerer Anteile – Aufbau einer integrativen Struktur	15
2.3. Umgang mit der Komplexität	18
2.4. Wirklichkeitskonstruktionen	19
2.5. Kommunikation und Interaktion	24
3. Das Leben selbst in die Hand nehmen	26
<i>Selbstorganisationsprozesse unter der Lupe</i>	
3.1. Die Teile und das Ganze	29
3.2. Werte und Ziele	40
3.3. Orientierungen durch Regeln und Glaubenssätze	42
3.4. Regeln nehmen Muster an	49
3.5. Strategien des Scheiterns: Problemkonstruktionen und Teufelskreise	52
3.6. Erfolgsstrategien	63
3.7. Die Integration des Ganzen: Parts Party	85
3.8. Selbstmanagement in Aktion	97
4. Den Wandel gestalten	102
<i>Aus Lebenskrisen lernen</i>	
4.1. Entwicklungsprozesse	103
4.2. Veränderungen	104

4.3. Veränderungen als Lernprozess.....	110
4.4. Krisen	115
4.5. Tod des Ego – Wiedergeburt des Selbst	120
4.6. Wenn die Lösung zum Problem wird	124
5. Systemisch-integrative Interventionen	126
<i>Therapeutenpersönlichkeit und Kompetenzprofil</i>	
5.1. Selbstorganisierende Kompetenzen des Therapeuten als Basis systemisch-integrativer Interventionen	126
5.2. Kommunikative Kompetenzen und Interventionen	133
5.3. Kreative Interventionen, Rituale und Inszenierungen ...	142
6. Praxisbeispiele	154
6.1. Bearbeitung traumatischer Erlebnisse	154
6.2. Regeltransformation und Musterunterbrechung	170
6.3. Jugendlichenpsychotherapie	182
6.4. Aufbau einer integrativen Struktur	184
6.5. Therapie in Trance	197
Liste der Übungen	206
Liste der Praxisbeispiele	207
Literatur.....	208