

Inhalt

Vorwort	V
1. Die neuen Kulturtherapien in der Bundesrepublik	1
2. Zur Geschichte der Schreibtherapie im Abendland	4
2.1. Schreibtherapie vor Entstehung der Tiefenpsychologie	5
Philosophie	5
Literatur: Autobiographie und Tagebuch	7
Psychiatrie	9
2.2. Die ersten Schreibtherapeuten	11
Der heilige Augustinus	11
Niklaus von der Flüe – Bruder Klaus	12
Benvenuto Cellini	13
Robert Burton	14
Christoph Haitzmann	14
Jean Jacques Rousseau	15
Marquis de Sade	18
August Strindberg	19
Bertha von Pappenheim – Anna O.	21
2.3. Die Entwicklung der Schreibtherapie in der Tiefenpsychologie	26
Sigmund Freud: Selbstanalyse, Freie Assoziation und Traumtagebuch	27
C. G. Jung: Höllenfahrt der Selbsterkenntnis, Aktive Imagination, Mythen schreiben	30
Alfred Adler: Verdeckte Selbstanalyse, die Kunst eine Lebensgeschichte zu schreiben und zu verstehen	35
Karen Horney: Tagebuch, Psychoanalyse, Selbstanalyse	45
Erich Fromm: Selbstanalyse, Charakteranalyse, Meditation	50
3. Neue Ansätze der Schreibtherapie	58
3.1. Schreibtherapie in Europa	59
Ernest Pickworth Farrow: Das freie assoziative Schreiben	59
Klaus Thomas: Das biographische Schreiben	64
Fritz-Perls-Institut: Die Professionalisierung der Poesie- und Bibliotherapie	69
Hilarion Petzold: Die Oberstufe der Poesietherapie – Das Meditative Schreiben	76
3.2. Schreibtherapie in den USA	78
Arthur Lerner: Poesietherapie	79
Molly Harrower, Jack J. Leedy: Selbstanalyse, Einzeltherapie, Gruppentherapie	83
Gabriele Lusser Rico: Natürliche Schreibtherapie	87

4. Einführung in die Praxis der Schreib- und Poesietherapie	99
Prinzipien moderner Schreib- und Poesietherapie	103
Regeln der poesietherapeutischen Selbstanalyse	105
Regeln für die Poesietherapie in psychosozialen Selbsthilfegruppen	114
5. Praktische Übungen zur Schreib- und Poesietherapie	118
5.1. Kleinere Formen schreibender Selbstanalyse (Lockerungsübungen)	118
5.2. Systematische Übungen zur Schreib- und Poesietherapie: Die heilende Biographie	121
1. Ein Kurs stellt sich vor	121
2. Der Weg ins Unbekannte der Person – Freie Assoziation und Clusterbildung	122
3. Wir begegnen dem Ich	124
4. Rückkehr zur Kindheit	127
5. Die Eltern – Portalfiguren des eigenen Lebens	129
6. Abschied von den Eltern – Die Stürme der Jugend	131
7. An der Liebesfront – Der Kampf der Geschlechter	134
8. In der Maschine der Macht – Oben und Unten	138
9. Bilder der Träume – Bilder des Unbewußten	141
10. Jenseits der Gegensätze – Die Erfahrung des Transindividuellen	144
11. Ein neuer Entwurf der Lebensgeschichte	149
12. Die Kunst der gelegentlichen Selbstanalyse	152
6. Anregungen für die Schreibtherapie aus anderen Kulturtherapien	156
Maltherapie	157
Musiktherapie	157
Bewegungstherapie	158
Spieltherapie	158
Probleme des Einsatzes kreativer Medien	159
7. Die Subkultur der modernen Schreibtherapeuten	161
Therapeutische Kultur und soziale Schicht	161
Kreativität	162
Therapeutisches Schreiben	163
Therapeutisches Lesen	164
Melancholie und poetisches Selbst	166
8. Schreibtherapie im Gemeinwesen	169
Defizite im kommunalen System psychosozialer Versorgung	169
Das Modell der schreibtherapeutischen Gemeinwesenarbeit	171
Schreibtherapie in Gruppen: Die Genesis des poetischen Selbst	172

9. Konzept zur Evaluation von Schreibgruppen	175
Zum Stand der Forschung in der Selbstanalyse	175
Quellen und Methoden der Erforschung selbstanalytischen Schreibens in Gruppen	176
10. Hinweise zur Arbeit mit diesem Buch für Selbstanalytiker und Schreib- gruppen	182
Bibliographie zur Selbstanalyse	185
Anhang	
Anmerkungen	193
Adressen im Umfeld der Schreib- und Poesietherapie	210
Adressen von Schreibgruppen in der Bundesrepublik	210
Sachverzeichnis	213
Personenverzeichnis	216