


Inhalt

Dank	9
Hinweise	9
Wozu Spiritualität in Psychotherapien?	10
Theoretische Perspektiven und Modelle	22
(Therapeutische) Rituale – Merkmale, Struktur und Funktionen	22
Rituale und ihre veränderte Rolle im Alltag – Religion und Gesellschaft	23
Therapie als Heilritual und Rituale als Methoden in der Therapie	24
Definition: Therapeutische Rituale	24
Rituale als Technik in einer spezifischen Beziehung	25
Rituale im Vergleich mit anderen Interventionen	26
Merkmale von Ritualen	26
Hauptfunktionen von Ritualen	27
Auffassungen von Spiritualität, ihr Nutzen für den Bereich der Psychotherapie und die therapeutische Arbeit mit Ritualen ...	28
Psychologie und Spiritualität	29
Transpersonale Psychologie	30
Passung zu verschiedenen Therapieansätzen	30
Haltung: die Vielfalt nutzen!	38
Spirituelle Modelle, Strömungen und Praxis	39
Was bedeutet Spiritualität?	40
Heilkraft buddhistischer Psychologie (Thich Nhat Hanh)	42
Anwendungsformen von Ritualen in spirituellen Praktiken	48
Schamanen – die alten Heiler und ihr schamanisches Weltbild	49
Die hawaiianische Lehre von Huna	51

Was ist Aberglaube? – Spiritualität und das Risiko der Verirrung	52
Grundannahmen zur Wirkungsweise von Ritualen	59
Psychologische Forschungsergebnisse über Rituale	61
Veränderung – eine systemtheoretische Perspektive	63
Das Konzept Veränderung	64
Rollen von Helfern und Psychotherapeuten im Veränderungsprozess	65
Rituale und Spiritualität: ein erweiternder Rahmen für Veränderungsprozesse	66
Psychologische Untersuchungsergebnisse zur Wirkung von Intuition und Selbstheilung	70
Wichtige Begriffe und Bedeutungen aus einer spirituellen Sicht	73
Praktische Anwendung	77
Allgemeine Hinweise zur Durchführung der Rituale und Übungen	77
Hinweise für Psychotherapeuten	79
Hinweise für Klienten bzw. Patienten	80
Einführende Einstimmung und Entspannung als Beginn des Rituals	81
Rituale für den Einzelnen bzw. in der Einzeltherapie	86
Rituale sowie Übungen für die Selbstzuwendung (Achtsamkeit) und Selbstentwicklung (sich auf sich einlassen)	86
Stabilisierung und Selbstzentrierung	104
Abgrenzung und Schutz	107
Stärke aus der Herkunftsfamilie ziehen	109
Musterunterbrechung und Musteränderung	111
Verletzung und Kränkung	120
Andauernde Schuldgefühle	126
Angstbewältigung	129
Ambivalenz und Entscheidungsprobleme	133
Hartnäckige (psycho-)somatische Beschwerden	136
Abschied, Verlust, Trennung und Tod versus Loslassen und Neubeginn	141

Rituale für Paare bzw. in der Paartherapie	157
Beziehungspflege	159
Ambivalenz	162
Trennung	164
Dauerhafte Muster	167
Muster verabschieden	167
Nähe und Distanz	173
Spannung und Anziehung	180
Streitlöser	183
Woran wir glauben	193
Literatur	198
 Code für Downloadmaterial	206