

Inhalt

Geleitwort	9
Danksagung	11
Einleitung – Resilienz als Eigenaktivität	13

I **BEDINGUNGEN VON RESILIENZ**

1 Was ist Resilienz?	23
Definitionen und die Bedeutung von Resilienz für die Bewältigung von Krisen	23
Risikofaktoren- und Schutzfaktorenkonzept	25
Personale Ressourcen als Resilienzfaktoren	27
Kritik am Schutzfaktorenkonzept	37
Woher kommt die Widerstandskraft?	41
2 Die Bedeutung der Umwelt für die Entwicklung und Aufrechterhaltung von Resilienz	48
Das Konzept des »fluiden Selbst«	49
»Wir-Gefühl« als Schutzfaktor	53
Verstehen, handeln können und wollen – Aaron Antonovskys »Sense of Coherence«	55
Zusammenfassung	64
3 Eigenaktivität als salutogenetische Strategie	66
Die kognitive Entwicklung nach Jean Piaget	66
Wie können in der Psychotherapie Konzepte von Piaget nutzbar gemacht werden?	75
Kognitive (und emotionale) Reifestufe beim Patienten: Psychische Erkrankung als Störung von Abstraktionsprozessen	80
Entwicklungsstufe und Behandlungstechnik	84

Reflektierende Abstraktion als Erkenntnisinstrument	91
Zusammenfassung	96

II RESILIENZFÖRDERUNG IN DER PSYCHOTHERAPIE

4 Auflösung von Blockaden	101
Umsetzung in der Praxis: Differenzierung von Abstraktionsebenen	110
Ätiologieorientiertes Verständnis psychischer Störungen	120
Blockaden bei der Traumaverarbeitung und erste technische Implikationen	122
Blockaden bei der Behandlung »früher Störungen« und erste technische Implikationen	126
Blockaden bei der Behandlung neurotischer Störungen und erste technische Implikationen	135
5 Wie der Umgang mit Konflikten Resilienz fördert	145
Das Dialektische Veränderungsmodell von Gottfried Fischer	145
Umsetzung in die Praxis: Das 5-Punkte-Programm	157
Wie Traumaopfer ihre Erfahrungen zu bewältigen versuchen: Das Traumakompensatorische Schema	166
6 Allgemeine praktische Maßnahmen: Wie pathogenetische zu salutogenetischen Mechanismen werden	171
Zusammenfassung bisheriger Ergebnisse	171
Entwicklung und Aufrechterhaltung von Resilienz: Hinweise und Übungen für die Behandlung	183

III INTERVENTIONSFELDER

7 Zur Behandlung von Trauma-Folgeerkrankungen	209
Das Trauma-Integrationsmodell	210
Fallvignette 1: Antinomie zwischen Handlung und Vorstellung	215

Fallvignette 2: Antinomie zwischen der Repräsentation der Handlung und der Objektrepräsentanz	224
Fallvignette 3: Antinomie zwischen Selbsterleben in der Beziehung zwischen Subjekt und Objekt und verinnerlichten Normen der Selbstrepräsentanz	235
Zusammenfassung von technischen Hinweisen, um Resilienz in der Behandlung von Trauma-Folgestörungen zu fördern	243
8 Zur Behandlung früher und neurotischer Störungen	247
Entwicklung als Konstruktionsprozess	247
Konfliktdynamik und Entwicklungsblockaden	261
Zusammenfassung	269
Stufenmodell und ätiologiespezifische Behandlungshinweise	274
Literatur	280
Die Autorin	286