

INHALT

Vorwort	5
Vorwort zur 2. Auflage	7
1 Einführung	11
1.1 Gegenwärtiger Stand der Psychologie als Wissenschaft	11
1.2 Methoden der wissenschaftlichen Psychologie	18
1.3 Zur Bewertung wissenschaftlicher Ergebnisse - Ein Exkurs in die Wissen- schaftstheorie	19
1.3.1 Naturwissenschaftlich-empirisches Denken	21
1.3.2 Geisteswissenschaftlich-hermeneutisches Denken	22
1.3.3 Theologisches Denken	23
1.4 Theologie und Psychologie	26
1.5 Seelsorge und Psychotherapie	31
1.6 Ein ganzheitlicher Ansatz	33
2 Der gesunde Mensch	35
2.1 Die Motivation des Menschen	36
2.1.1 Triebtheorien zur Entstehung der Motivation	37
2.1.2 Erregungstheorien zur Entstehung der Motivation	38
2.1.3 Kognitive Theorien zur Entstehung der Motivation	39
2.1.4 Soziale Theorien zur Entstehung der Motivation	41
2.1.5 Beispiele: Hunger	43
Streß	48
Sexualität	51
2.2 Das menschliche Nervensystem	53
2.2.1 Das periphere Nervensystem	54
2.2.2 Das zentrale Nervensystem	57
2.2.3 Zur Funktion des Nervensystems	60
Anatomische und physiologische Funktionen	60
Pubertätsmagersucht	61
Depressionen	61
2.2.4 Das menschliche Bewußtsein	63
Schlaf und Schlafstörungen	64
Praktische Hilfen bei Schlafstörungen	66
2.3 Wie wir lernen	69
2.3.1 Lernen durch klassische Konditionierung	72
2.3.2 Lernen durch operante Konditionierung	76
2.3.3 Lernen durch Beobachtung	83
2.3.4 Lernen durch Einsicht	85
2.4 Gedächtnis	87
2.4.1 Das Ultra-Kurzzeitgedächtnis	89
2.4.2 Das Kurzzeitgedächtnis	90
2.4.3 Das Langzeitgedächtnis	92
2.4.4 Verbesserung des Gedächtnisses	94
2.5 Denken	97

2.5.1 Was ist mit Denken gemeint?	97
2.5.2 Denken als Anpassungsleistung	101
2.6 Intelligenz	103
2.6.1 Was ist mit »Intelligenz« gemeint?	103
2.6.2 Intelligenztests	104
2.6.3 Intelligenz - vererbt oder erworben?	106
2.7 Empfindung und Wahrnehmung	107
2.7.1 Die Augen	108
2.7.2 Das Gehör	110
2.7.3 Andere Sinnesorgane	112
2.7.4 Wahrnehmung	115
Hypothesen zur Wahrnehmung	116
Unterschiede bei der Wahrnehmung	120
2.8 Zur geistlichen Dimension der Gesundheit	122
3 Wachsen und Werden	128
3.1 Entwicklung allgemein	128
3.1.1 Anlage und Umwelt	130
3.1.2 Stufen und Phasen?	131
3.2 Körperliche Entwicklung	133
3.2.1 Die Zeit vor der Geburt	134
3.2.2 Die Geburt	138
3.2.3 Das Neugeborene	139
3.2.4 Das Kleinkind	139
3.2.5 Die Kindheit	143
Das Spiel	144
Sexualentwicklung	146
3.2.6 Das Schulalter	147
3.2.7 Das Jugendalter	149
Körperliche Veränderungen	151
Selbstbefriedigung	152
Krisen im Jugendalter	154
Auf der Suche nach Identität	155
3.3 Die Entwicklung des Denkens	157
3.3.1 Denkstufen nach Piaget	157
Sensumotorisches Denken	159
Präoperatives Denken	159
Das Denken in konkreten Operationen	161
Das Denken in formalen Operationen	162
3.3.2 Perspektivenübernahme	164
3.4 Die Entwicklung von Wert- und Moralvorstellungen	167
3.4.1 Kohlbergs Entwicklungsstufen	168
3.4.2 Weitere Ergebnisse	171
3.5 Die Entwicklung religiöser Werthaltungen	173
3.5.1 Religiöse Entwicklung als Änderung von Werthaltungen	174
3.5.2 Religiöse Entwicklung und persönliche Glaubensentscheidung	174
3.5.3 Entwicklungsschritte	175
3.5.4 Praktische Konsequenzen für die biblische Unterweisung	178

3.6	Entwicklung – ein lebenslanger Prozeß?	180
3.6.1	Zehn Stufen im Lebenslauf des Erwachsenen	180
3.6.2	Was ändert sich bei älteren Menschen?	183
3.6.3	Wechseljahre	185
4	Wenn etwas schiefgeht	189
4.1	Wer ist krank?	191
4.2	Grundursachen psychischer Störungen	192
4.2.1	Genetische Faktoren	194
4.2.2	Erziehung	195
4.2.3	Streßfaktoren	195
4.3	Depressionen als Beispiel psychischer Störungen	198
4.3.1	Beschreibung der Depression	199
4.3.2	Wer wird depressiv?	199
4.3.3	Ursachen depressiver Zustände	201
4.3.4	Beschreibung verschiedener exogener Depressionsformen auf dem Hintergrund ihrer Entstehungsgeschichte	202
4.4	Die Klassifizierung psychischer Störungen	206
4.4.1	Ist eine Klassifikation möglich?	206
4.4.2	Das Beurteilungssystem des DSM-III	209
5	Wie man helfen kann	215
5.1	Biblisch-therapeutische Seelsorge	215
5.1.1	Biblisch-therapeutische Seelsorge als ganzheitliche Seelsorge	216
5.1.2	Die sichtbare und unsichtbare Welt Gottes als ganze Wirklichkeit	222
5.1.3	Der Mensch als Ebenbild Gottes	225
5.1.4	Das Leib-Seele-Problem – griechisch oder biblisch?	227
5.1.5	Leib, Seele, Geist und Herz aus biblischer Sicht	229
5.2	Trösten, Zurechtweisen, Lösen und Binden	231
5.2.1	Biblisch-therapeutische Seelsorge tröstet	231
5.2.2	Biblisch-therapeutische Seelsorge weist zurecht	236
5.2.3	Biblisch-therapeutische Seelsorge löst und bindet	242
5.3	Lernen und Verlernen	248
5.3.1	Abgrenzung der Verhaltenstherapie zu anderen Therapieformen	248
5.3.2	Therapiemethoden auf dem Hintergrund des klassischen Konditionierens	252
5.3.3	Therapiemethoden auf dem Hintergrund des operanten Konditionierens Beispiel einer Verhaltenstherapie mit Bettnässern	253 254
5.3.4	Therapiemethoden auf dem Hintergrund des Modellernens	257
5.3.5	Therapiemethoden auf dem Hintergrund des Lernens durch Einsicht (kognitive Therapien)	258
	Übung zur Korrektur des verirrten Denkens	259
5.3.6	Selbstmanagement und Selbststeuerung – eine moderne Version der Verhaltenstherapie	265
5.4	Miteinander reden	268
5.4.1	Theoretischer Hintergrund der Gesprächstherapie	268
	Zur Entstehungsgeschichte	268
	Das Selbstkonzept	269

5.4.2 Grundlagen für die Praxis der Gesprächstherapie	271
Empathie	272
Echtheit	273
Wertschätzung	273
5.4.3 Praktische Durchführung der Gesprächstherapie	274
Zuhören	275
Verbalisierung	276
5.4.4 Besondere Situationen in der Gesprächsführung	280
Schweigen des Klienten	280
Zu vieles Reden des Klienten	280
Konfrontation	281
5.4.5 Gruppensitzungen in der Gesprächstherapie	282
Therapiegruppen	283
Zur praktischen Durchführung der Gruppentherapie	285
Encountergruppen	286
5.4.6 Theologische Bewertung	287
5.5 Die Lebensstilanalyse in der Individualpsychologie	288
5.5.1 Geschichte und ideologischer Überbau der Individualpsychologie	289
5.5.2 Menschenbild und Grundannahmen der Individualpsychologie	290
5.5.3 Der »Lebensstil«	294
5.5.4 Praxis der individualpsychologisch orientierten Psychotherapie	296
5.5.5 Zur Veränderung des Lebensstils	301
5.5.6 Ein Beispiel zum therapeutischen Vorgehen in der Individualpsychologie	302
5.5.7 Theologische Beurteilung der Individualpsychologie	307
5.6 Ein Blick nach vorne - Logotherapie	308
5.6.1 Viktor Frankl und die Logotherapie	308
5.6.2 Grundannahmen der Logotherapie	310
5.6.3 Theologische Bewertung	312
Logotherapie – eine Quasireligion?	312
Biblisch-therapeutische Seelsorge und Logotherapie	313
5.6.4 Praxis der Logotherapie	314
5.7 Hilfestellungen bei depressiven Störungen	315
5.7.1 Trösten bei Depressionen	315
5.7.2 Zurechtweisende Seelsorge	317
5.7.3 Lösende und bindende Seelsorge	317
5.7.4 Seelsorge auf dem Hintergrund des Umlernens und Umdenkens	318
5.7.5 Seelsorge als Prozeß der Selbsterkenntnis	320
5.7.6 Analyse der Vergangenheit und Blick in die Zukunft	320
6 Literaturverzeichnis	322
6.1 Literatur zum Kapitel 1	322
6.2 Literatur zum Kapitel 2	322
6.3 Literatur zum Kapitel 3	323
6.4 Literatur zum Kapitel 4	325
6.5 Literatur zum Kapitel 5	325
6.6 Literatur zum Anhang	326

7 Anhang:

Einzelheiten zu psychischen Störungen entsprechend den Kriterien des DSM-III-R

Akute psychische Störungen (Achse 1)	327
1. Störungen des Kleinkindalters, der Kindheit und der Adoleszenz	327
2. Organisch bedingte psychische Störungen	335
3. Störungen durch psychotrope Substanzen	343
4. Schizophrenie	349
5. Wahnsyndrom	353
6. Psychotische Störungen, die nicht andernorts klassifiziert sind	353
7. Affektive Störungen	354
8. Angstsyndrome	358
9. Somatoforme Störungen	362
10. Dissoziative Störungen	364
11. Sexualstörungen	366
12. Schlafstörungen	372
13. Vorgetäuschte Störungen	373
14. Störungen der Impulskontrolle	373
15. Anpassungsstörungen	375
Persönlichkeits- und Entwicklungsstörungen (Achse 2)	375
1. Geistige Behinderung	375
2. Persönlichkeitsstörungen	378
8 Stichwortverzeichnis	379