

Inhalt

Vorwort 9

Teil I Das denkende Gehirn Bewusstsein und Selbstwahrnehmung

- 1 Warum Menschen der Therapie bedürfen 17
- 2 Warum Therapie wirkt 32
- 3 Das sich verbergende Problem 50
- 4 Mit unserem Geist das Gehirn verändern 66
- 5 Jene Dinge, an die wir uns nicht erinnern,
sie aber auch nie vergessen 85

Teil II Das soziale Gehirn verkörpert und verankert

- 6 Das soziale Gehirn und das Versäumnis
zu wachsen 103
- 7 Bindung und intime Beziehungen 120
- 8 Urscham 137

9	Das soziale Rangordnungsschema: Unser Platz in der sozialen Welt	155
10	Wie man Klienten hilft, Alpha-Menschen zu werden	176
Teil III	Dissoziation und Integration Anwendungen der Psychotherapie	
11	Angst und Stress	203
12	Trauma verstehen und behandeln	218
13	Komplexes Trauma: Eine Entwicklungsperspektive	242
14	Die Kraft kohärenter Erzählungen	261
15	Schmerz ist unvermeidlich, Leiden nicht zwingend	277
	Über den Autor	288
	Danksagungen	289