

Inhalt

Vorbemerkungen: Zum Hintergrund und Anliegen dieses Buches . . .	1
1 Einführung: Zu den Wurzeln der Psychotherapie	7
1.1 Das psychologisch/anthropologische Menschenbild zur Zeit Freuds	8
1.2 Zum medizinischen Menschenbild	10
1.3 Geistige Wegbereiter Freuds	12
1.4 Die Anfänge der Psychoanalyse	14
1.5 Freud und seine Schüler	17
1.5.1 Alfred Adler	17
1.5.2 Carl Gustav Jung	18
1.5.3 Weitere Schüler	19
1.6 Die (weitere) Zersplitterung der psychoanalytischen Bewegung	20
1.7 Weitere Einflüsse Freuds auf Therapie-Richtungen	21
1.8 Zum Einfluß-Schema	23

I Tiefenpsychologische Ansätze 27

2 Psychoanalyse (Freud)	29
2.1 Entwicklung des Freudischen Theorien-Gebäudes	30
2.1.1 Die Traumtheorie (bis ca. 1900)	30
2.1.2 Die Entstehung der Psychoanalyse (ca. 1900—1920) . .	32
2.1.3 Vom Energie- zum Struktur-Konzept (nach 1920)	34
2.1.4 Weitere Entwicklungen	35
2.2 Das Strukturmodell der Persönlichkeit	37
2.3 Trieblehre	38
2.4 Das Phasenmodell psychosexueller Entwicklung	40
2.4.1 Infantile Phasen der Libido	40
2.4.2 Der Ödipuskomplex	41
2.4.3 Objektbeziehungen und Narzißmus	42
2.5 Konflikt, Symptombildung und Neurose	43
2.6 Die therapeutische Situation	46
2.7 Traum und Deutung	47
2.8 Widerstand, Übertragung und Gegenübertragung	48
3 Individualpsychologie (Adler)	50
3.1 Minderwertigkeitsgefühl und Geltungsstreben	52
3.2 Lebensstil, Leitlinien und Lebensplan	53
3.3 Gemeinschaftsgefühl und Machtmensch	55

3.4	Das Arrangement der neurotischen Symptome	58
3.5	Prinzipien der Therapie	61
4	Analytische Psychologie (Jung)	64
4.1	Struktur und Funktionen der Psyche	67
4.1.1	Die ektpsychischen Funktionen des Bewußtseins ..	68
4.1.2	Die endopsychischen Funktionen des Bewußtseins ..	69
4.2	Jungs Typenlehre	70
4.3	Das kollektive Unbewußte und die Archetypen	72
4.4	Individuation	73
4.5	Zur Jungschen Psychotherapie	75
5	Vegetotherapie (Reich)	77
5.1	Reich versus Freud	79
5.2	Energie, Orgasmus und Neurose	81
5.3	Sexualität und Gesellschaft	84
5.4	Die Struktur des Charakters	86
5.5	Der Körperpanzer und seine Veränderung	89
6	Bioenergetik (Lowen)	92
6.1	Bioenergetische Charakterstrukturen	93
6.2	Grounding und Körperarbeit	97
6.3	Atmung und Stimme	99
7	Transaktionsanalyse (Berne)	101
7.1	Strukturanalyse	103
7.2	Transaktionsanalyse (Kommunikationsmodell)	106
7.3	Spielanalyse	108
7.4	Skriptanalyse	112
7.5	Zur therapeutischen Intervention	115

II Verhaltenstherapeutische Ansätze **117**

8	Zu den Wurzeln der Verhaltenstherapie	119
8.1	Frühe theoretische Ansätze	121
8.1.1	Pawlow: Klassische Konditionierung	121
8.1.2	Bechterew: Reflexologie	122
8.1.3	Thorndike: Gesetz des Effekts	123
8.1.4	Watson: Behaviorismus	123
8.2	Frühe praxisorientierte Ansätze	125
8.2.1	Erste Vorläufer	125
8.2.2	Experimentelle Neurosen	125
8.2.3	Erste lerntheoretisch begründete Therapien	128

8.3	Theoretische Wurzeln II: Die amerikanischen Lerntheorien	129
8.3.1	Hull: Reiz-Reaktions-Schema (Automatentheorie) ..	129
8.3.2	Skinner: Operante Konditionierung	130
8.3.3	Guthrie: Kontiguitätstheorie	131
8.3.4	Tolman: Latentes Lernen	132
9	Lerntheoretisch fundierte Ansätze der Verhaltenstherapie	134
9.1	Desensibilisierung und Angstbewältigung	134
9.1.1	Die Gegenkonditionierung	134
9.1.2	Wolpes systematische Desensibilisierung	136
9.1.3	Probleme und Kritik	137
9.2	Varianten	138
9.2.1	Angstbewältigungstraining	138
9.2.2	Selbstbehauptungstraining (Assertive Training).....	138
9.3	Operante Ansätze	139
9.3.1	Allgemeine Grundkonzepte operanter Konditio- nierung.....	139
9.3.2	Token-Programme	141
9.3.3	Biofeedback	143
9.3.4	Selbstkontrolle	144
9.3.5	Selbstverstärkung	145
9.3.6	Stimuluskontrolle	145
9.3.7	Selbstbeobachtung	146
9.3.8	Therapie-Verträge	146
9.3.9	Kanfens Modell der Selbstregulation	148
10	Kognitive Ansätze der Verhaltenstherapie	149
10.1	Modellernen	151
10.2	Training sozialer Kompetenz	152
10.3	Problemlösen	152
10.4	Verdeckte Konditionierung	154
10.5	Selbstinstruktion	154
10.6	Kognitive Therapie	156
10.7	Multimodale Therapie (BASIC ID)	158
11	Rational-emotive Therapie (Ellis)	159
11.1	Albert Ellis und die Entwicklung der RET	160
11.2	Das „A-B-C“ der Rational-emotiven Therapie	162
11.3	Zum Therapie-Prozeß	165
11.4	Interventionsmethoden in der RET	168
11.4.1	Emotive RET-Techniken	168
11.4.2	Behavioristische RET-Techniken	169
11.4.3	Kognitive RET-Techniken	169

III Humanistische Ansätze

171

12 Zu den Wurzeln Humanistischer Therapien	173
12.1 Zu den philosophischen Wurzeln	174
12.2 Zu den gestaltpsychologischen Wurzeln	176
12.3 Zum Menschenbild der Humanistischen Psychologie	178
13 Gestalttherapie (Perls)	181
13.1 Theorie und Therapie-Praxis	183
13.2 Assimilation und Wachstum	185
13.3 Dialog, Begegnung und Selbstregulation	186
13.4 Kontaktstörungen und Bewältigungsstrategien	188
13.5 Kontakt- und Therapie-Phasen	190
13.6 Aspekte und Techniken der Intervention	191
14 Gesprächspsychotherapie (Rogers)	195
14.1 Zur Einführung	195
14.2 Zur Entwicklung der Gesprächspsychotherapie	198
14.2.1 Phase der nichtdirektiven Therapie (40er Jahre)	198
14.2.2 Gefühlsverbalisierende Phase (50er – Mitte der 60er Jahre)	199
14.2.3 Phase der Erlebniszentrierung (ab den 60er Jahren) ..	199
14.2.4 Phase der Erweiterung und Integration (ab den 70er Jahren)	200
14.3 Rogers Menschenbild und Persönlichkeitstheorie	201
14.4 Grundhaltungen des Therapeuten	203
14.4.1 Positive Wertschätzung und emotionale Wärme	204
14.4.2 Echtheit	205
14.4.3 Einführendes Verstehen	205
14.5 Psychische Beeinträchtigungen und der therapeutische Prozeß	207
14.6 Experiencing und Focusing	210
15 Sonderformen: Logotherapie (Frankl) und Psychodrama (Moreno)	213
15.1 Logotherapie (Frankl)	214
15.1.1 Zur Person Frankls	214
15.1.2 Die noogene Neurose und andere Neuroseformen ..	215
15.1.3 Einstellungsmodulation und Deflexion	216
15.1.4 Paradoxe Intention	217
15.2 Psychodrama (Moreno)	219
15.2.1 Zur Person Morenos	219
15.2.2 Theoretische Grundkonzepte des Psychodramas	220
15.2.3 Praxis der Psychodrama-Therapie	221

IV Systemische Ansätze

225

16 Grundlegende Aspekte Systemischer Therapien	227
16.1 Einführung in die Problematik	227
16.2 Exkurs über das „System“ „Familie“	230
16.3 Zu den Wurzeln Systemischer Therapieansätze	236
17 Systemische Einzeltherapie: Kommunikation und Paradoxon	242
17.1 Pragmatische Axiome und Kommunikationsstörungen	243
17.2 Begriffe und Aspekte systemisch betrachteter Kommunikation	246
17.3 Kommunikative Paradoxien und „Double-bind“	248
17.4 Kommunikativ-systematisch orientierte Einzeltherapie	250
18 Die Zweierbeziehung als Kollusion (Willi)	254
18.1 Das Abgrenzungsprinzip	255
18.2 Regression und Progression	256
18.3 Die Gleichwertigkeitsbalance	257
18.4 Kollusion und Kollusionstypen	257
18.4.1 Zum Konzept der Kollusion	257
18.4.2 Die narzißtische Kollusion	260
18.4.3 Die orale Kollusion	261
18.4.4 Die anal-sadistische Kollusion	261
18.4.5 Die phallisch-ödipale Kollusion	264
18.5 Zur therapeutischen Intervention	265
19 Familientherapie	268
19.1 Schulenübergreifende familientherapeutische Interventions- konzepte	269
19.1.1 Joining (Therapeutisches Arbeitsbündnis)	269
19.1.2 Reframing (Umdeuten)	270
19.1.3 Arbeit an den Grenzen	271
19.1.4 Familienskulptur	271
19.1.5 Familienanamnese und Genogram	272
19.2 Psychoanalytische orientierte Familientherapie	272
19.2.1 Überblick	272
19.2.2 Stierlins „Systemkräfte des familientherapeutischen Prozesses“	275
19.3 Erfahrungszentrierte Familientherapie	278
19.3.1 Grundaspekte	279
19.3.2 Satirs Kommunikationsmuster	281
19.3.3 Zur therapeutischen Intervention	283
19.4 Strukturelle Familientherapie	285
19.4.1 Zur normativen Familienstruktur	286

19.4.2	Pathogene Strukturen	288
19.4.3	Konzepte der Intervention	288
19.5	Strategische Familientherapie	290
19.5.1	Zum Begriff der Strategie	291
19.5.2	Zur pathogenen Familienstruktur	293
19.5.3	Aspekte der Intervention	295
20	Epilog: Prolegomena zu einem Mehr-Ebenen-Konzept von Therapie	298
	Kommentierte Bibliographie	310
	Literaturverzeichnis	316
	Namensregister	329
	Sachregister	335