

# Inhalt

Einführung .....	10	
<b>I</b>	<b>Essentials der Analytischen Psychologie</b>	
<b>1</b>	<b>Das Primat und die virtuelle Realität der Psyche.....</b>	<b>19</b>
1.1	Die Welt ist eine Projektion des SELBST .....	20
1.2	... und das SELBST ist eine Introjektion der Welt .....	24
1.3	Die Gewissheit der Ungewissheit .....	26
1.4	Mitmenschlicher Dialog ist dennoch notwendig und heilsam .....	27
1.5	Es geht immer vor allem um subjektive »Wahrheiten« .....	28
1.6	Die Psyche kümmert sich nicht um unsere Wirklichkeitskategorien...	29
<b>2</b>	<b>Das SELBST: das ganze »System Mensch« .....</b>	<b>31</b>
2.1	Ganz vertraut – ganz fremd, ganz nah – ganz fern .....	32
2.2	Ganzheit und das Modell von Ken Wilber .....	33
2.3	Komplexität .....	37
2.4	Transpersonale Aspekte des Selbst.....	40
2.5	Das Mandala als SELBST-Symbol .....	43
<b>3</b>	<b>Psycho-Symbole als Sprache der Seele .....</b>	<b>47</b>
3.1	Vieldimensionalität der Symbole.....	47
3.2	Der fließende Übergang zwischen dem (Psycho-)Symbolischen und dem (Objektiv-)Konkreten .....	50
3.3	Wie findet man geeignete Symbole? Die Symbolisierung .....	51
3.4	Die symbolisierende Einstellung – das symbolische Leben .....	53
<b>4</b>	<b>Polarität und Selbstorganisation .....</b>	<b>55</b>
4.1	Grundpolaritäten des Lebens .....	55
4.2	Der Kreislauf der Natur .....	56
4.3	Selbstorganisation .....	57
4.4	Kompensation und Finalität .....	58
4.5	Stirb und Werde .....	59
4.6	Psychisch geschehen lassen .....	60
4.7	Analyse und Synthese .....	62
4.8	Umkreisung der Mitte, Zentrierung im SELBST.....	62

<b>5</b>	<b>Das Schöpferische</b> .....	<b>65</b>
5.1	Die schöpferische Fähigkeit der Fantasie .....	66
5.2	Die »transzendente Funktion« der Psyche .....	67
5.3	Der schöpferische Wandlungszyklus .....	69
5.3.1	Die Phasen der Kreativität .....	69
5.3.2	Den »Rubikon überschreiten« .....	71
5.3.3	Der therapeutische Wandlungszyklus .....	71
5.3.4	Stufen der therapeutischen Tiefe .....	75
	Therapeutische Tiefenstufe 1 .....	75
	Therapeutische Tiefenstufe 2 .....	75
	Therapeutische Tiefenstufe 3 .....	76
5.3.5	Exkurs: Alchemie und schöpferischer Wandlungsprozess ....	78
<b>6</b>	<b>Die Archetypen</b> .....	<b>83</b>
6.1	Universale Bereitschafts- und Reaktionspotenziale .....	83
6.2	Faszination, Numinosität und Inflation .....	86
6.3	Anzahl der Archetypen .....	88
6.3.1	Allgemeine Psychologie, Ethologie, Biopsychologie und evolutionäre Psychologie .....	89
6.3.2	Linguistik .....	89
6.3.3	Märchen .....	89
6.3.4	Anthropologische Konstanten/Universalien .....	89
6.4	Bedeutung der archetypischen Dimension für die Psychotherapie ....	91
6.5	Bios, Eros, Heros, Logos und M <sup>x</sup> : Das Pentaolon-Modell .....	91
<b>7</b>	<b>Das Unbewusste</b> .....	<b>95</b>
7.1	Das Unbewusste ist die überwiegende Funktionsweise aller psychischen Vorgänge .....	96
7.2	Das persönliche Unbewusste und das kollektive Unbewusste .....	97
<b>8</b>	<b>Das Bewusstsein und das Ich-Erleben</b> .....	<b>101</b>
8.1	Die Bedeutung des Bewusstseins .....	101
8.2	Phasen der Bewusstseinsentwicklung .....	103
8.2.1	Die unbewusste-undifferenzierte Phase der Bewusstseinsentwicklung .....	103
8.2.2	Die bewusst-differenzierte Phase .....	105
8.2.3	Die integrative, psycho-symbolische Phase .....	106
8.2.4	Non-Dualität? .....	108
8.3	Das bewusste Ich-Erleben .....	110
8.4	Aspekte des Ich-Erlebens .....	111
<b>9</b>	<b>Individuationsprozess und Persönlichkeitsentwicklung</b> .....	<b>115</b>
9.1	Motivation: Triebe, Libido und Grundbedürfnisse .....	118
9.2	Komplexe als psychische Energiezentren .....	121
9.2.1	Das Assoziationsexperiment .....	121
9.2.2	Komplexe als »via regia« zum Unbewussten und Landkarte der Seele .....	122

9.2.3	Systematik der Komplexe .....	124
9.3	Persönlichkeitseigenschaften und typologische Aspekte .....	126
9.3.1	Introversion, Extraversion und die Big Five .....	127
9.3.2	Psychische Orientierungsfunktionen .....	128
9.3.3	Therapeutische Funktion von Typologien .....	130
9.4	Die Persona, der Schatten und das Gegengeschlechtliche .....	130
9.4.1	Persona: Wie wir uns gerne darstellen .....	130
9.4.2	Der Schatten .....	132
9.4.3	Der innere Mann und die innere Frau: Animus und Anima... ..	135
9.5	Die »Große Suche«: Der »heroische« Weg der Individuation .....	137
9.6	Die dialektische Beziehung .....	141
<b>10</b>	<b>Der ganzheitlich-integrative Therapieansatz der AP .....</b>	<b>143</b>
10.1	Ganzheitskonzepte in der Psychotherapie .....	143
10.2	Die Beziehung der AP zur Psychoanalyse .....	145
10.3	Die Beziehung der AP zur Humanistischen Psychologie .....	147
10.4	Die Beziehung der AP zur Kognitiven Verhaltenstherapie .....	148
10.5	Krankheitsverständnis der AP .....	151
10.5.1	Entstehung und Aufrechterhaltung psychischer und psychosomatischer Symptome .....	151
10.5.2	Explizite Symptombehandlung und implizite Reifungs- und Lernerfahrungen .....	152
10.6	Wirkfaktoren der Psychotherapie .....	154
10.6.1	Bekenntnis, Aufklärung, Erziehung und Verwandlung.....	154
10.6.2	Von Mensch zu Mensch: Therapeutische Beziehung, Übertragung und Gegenübertragung in der AP .....	156
10.6.3	Das Verständnis von Widerstand in der AP .....	160
10.6.4	Kongruenz, Empathie und Akzeptanz: Die Wirkfaktoren Carl Rogers' im Verständnis der AP.....	161
10.6.5	Jerome Franks Wirkfaktoren und die Position der AP .....	162
10.6.6	Wirkfaktoren der Gruppentherapie nach Irvin Yalom in der AP.....	163
10.6.7	Therapie als individuelle Komposition nach Klaus Grawe und die AP .....	164
10.6.8	Spezifische Wirkfaktoren der AP .....	166
<b>II</b>	<b>Methoden und Interventionen in der Analytischen Psychologie</b>	
<b>11</b>	<b>Überblick: Das A-bis-H-Schema .....</b>	<b>187</b>
11.1	Sicherer Ort, sichere Beziehung, kreative Einstellung .....	189
11.1.1	Temenos und »Vas hermeticum« .....	189
11.1.2	Kreativität förderndes Verhalten des Therapeuten .....	190
11.2	A: Aktualisieren einer psychischen Thematik .....	191
11.2.1	Klären, intensivieren, verdeutlichen .....	192
11.2.2	Konfrontieren .....	193
11.2.3	Identifizieren, Personifizieren, Dialogisieren .....	194

11.3	B: Betrachten und Umkreisen einer psychischen Problematik .....	195
11.3.1	Die freie Assoziation .....	195
11.3.2	Amplifikation .....	197
11.3.3	Meditation und Kontemplation .....	198
11.3.4	Focusing .....	199
11.4	C: Creieren, Fantasieren, Imaginieren, Träumen, Spielen, Gestalten ...	200
11.4.1	Die Kraft der Fantasie und die Aktive Imagination .....	202
	<i>Günter Langwieler</i>	
11.4.2	Die Praxis der Aktiven Imagination .....	205
	<i>Günter Langwieler</i>	
11.4.3	Der Traum als Zugang zum Unbewussten .....	208
	<i>Günter Langwieler</i>	
11.4.4	Jungs Traumtheorie und die empirische Traumforschung ...	216
	<i>Günter Langwieler</i>	
11.4.5	Malen und Zeichnen .....	217
11.4.6	Tonen und Formen .....	220
11.4.7	Steine bearbeiten und Bildhauerei .....	222
11.4.8	Umgang mit den Gestaltungen .....	224
11.4.9	Körperausdruck und -bewegung, Musik und Tanz .....	226
11.4.10	Wort und Sprache .....	235
11.4.11	Spielen .....	242
11.5	D: Deuten .....	252
11.5.1	Aktueller Auslöser .....	254
11.5.2	Lebensgeschichtlicher Zusammenhang .....	254
11.5.3	Kompensatorische Funktion unbewusster psychischer Inhalte .....	254
11.5.4	Deutungsperspektiven .....	255
11.5.5	E: Eigen- oder Subjektperspektive .....	255
11.5.6	F: Beziehungs- und Objektperspektive (Fremdperspektive) ...	258
11.5.7	G: Globalperspektive: archetypische und existenzielle Themen der Individuation .....	259
11.6	H: Handeln .....	260
12	Praxis der Analytischen Psychotherapie .....	263
	<i>Thomas Schwind</i>	
12.1	Der Rahmen in der Psychotherapie .....	263
12.1.1	Der Raum .....	264
12.1.2	Die Zeit .....	266
12.1.3	Das Geld .....	267
12.1.4	Die Grenzen .....	268
12.1.5	Beziehungsethische Grundhaltung .....	269
12.2	Die therapeutische Beziehung .....	271
12.2.1	Kreativität des Patienten und des Therapeuten .....	271
12.2.2	Erzählen und Hören .....	272
12.2.3	Enactment .....	273
12.2.4	Die therapeutische Grundhaltung .....	273

12.3	Der psychotherapeutische Prozess .....	280
12.3.1	Therapie als archetypischer Prozess: Der Weg .....	281
12.3.2	Die Initialphase als erste Phase des therapeutischen Prozesses .....	282
12.4	Die zweite Phase des Prozesses: Analyse, Regression, emotionale Auseinandersetzung mit zentralen Konflikten .....	290
12.5	Die dritte Phase des Prozesses: Synthese, Progression, Integration und Finden neuer Möglichkeiten .....	296
12.6	Die vierte Phase des Prozesses: Individuations- und Abschlussphase...	297
12.7	Exkurs: Der Therapieprozess am Beispiel einer alchemistischen Bilderserie .....	299
<b>13</b>	<b>Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie in der AP .....</b>	<b>311</b>
13.1	Ansätze zur Behandlung von Kindern und Jugendlichen in der AP...	311
13.2	Die Methoden der AKJP in der AP .....	313
13.2.1	Freies Spiel als Methode .....	313
13.2.2	Dynamik von Regel- und Gesellschaftsspielen .....	315
13.3	Zum Rahmen in der Therapie von Kindern und Jugendlichen .....	317
13.3.1	Im Spannungsfeld Individuation – Sozialisation .....	317
13.3.2	Das Arbeitsbündnis im Dreieck KJ – Eltern – Therapeut ...	318
13.3.3	Der Therapieraum – »alchemistisches« Labor und Spielraum .....	319
13.3.4	Therapeutischer Raum – Temenos, vas hermeticum und .....	320
13.3.5	... Raum für alle .....	321
13.3.6	Der Rahmen und die Grenzen .....	322
13.4	Die Phasen des therapeutischen Prozesses .....	323
13.4.1	Die Initialphase .....	323
13.4.2	Die zweite Phase: Analyse und Regression .....	325
13.4.3	Die dritte Phase: Synthese und Progression .....	328
13.4.4	Die vierte Phase: Integration und Individuation .....	329
13.4.5	Besonderheiten in den Behandlungen von Jugendlichen .....	329
<b>14</b>	<b>Gruppenpsychotherapie im Rahmen der Konzepte der Analytischen Psychologie .....</b>	<b>335</b>
14.1	Polarität zwischen Kollektiv und Individuum .....	335
14.2	Archetypische Wirkfaktoren .....	336
14.3	Symbolzentrierte Gruppenarbeit .....	337
<b>15</b>	<b>Bilanz .....</b>	<b>338</b>
	<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>341</b>
	<b>Autorenverzeichnis .....</b>	<b>353</b>
	<b>Stichwortverzeichnis .....</b>	<b>355</b>