

Inhalt

Einführung	10	
I	Essentials der Analytischen Psychologie	
1	Das Primat und die virtuelle Realität der Psyche	19
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
2	Das SELBST: das ganze »System Mensch«	31
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
3	Psycho-Symbole als Sprache der Seele	47
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
4	Polarität und Selbstorganisation	55
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

5	Das Schöpferische	65
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
6	Die Archetypen	83
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 ^x : Das Pentaolon-Modell	91
7	Das Unbewusste	95
7.1	Das Unbewusste ist die überwiegende Funktionsweise aller psychischen Vorgänge	96
7.2	Das persönliche Unbewusste und das kollektive Unbewusste	97
8	Das Bewusstsein und das Ich-Erleben	101
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
9	Individuationsprozess und Persönlichkeitsentwicklung	115
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
10	Der ganzheitlich-integrative Therapieansatz der AP	143
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
II	Methoden und Interventionen in der Analytischen Psychologie	
11	Überblick: Das A-bis-H-Schema	187
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
13	Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie in der AP	311
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
14	Gruppenpsychotherapie im Rahmen der Konzepte der Analytischen Psychologie	335
14.1	Polarität zwischen Kollektiv und Individuum	335
14.2	Archetypische Wirkfaktoren	336
14.3	Symbolzentrierte Gruppenarbeit	337
15	Bilanz	338
	Literaturverzeichnis	341
	Autorenverzeichnis	353
	Stichwortverzeichnis	355