

Konzepte der Humanwissenschaften

Mary McClure Goulding
Robert L. Goulding
Neuentscheidung
Ein Modell der Psychotherapie
Mit einem Vorwort von Rüdiger Rogoll
Klett-Cotta

Inhalt

Vorwort zur deutschen Ausgabe ...	9
Dank. . .	12
1 Neuentcheidungstherapie - Einführung ...	15
2 Überblick über die Transaktionsanalyse ...	24
Ich-Zustände, Haltungen...	24
Die Kindhaltung oder das Kind-Ich...	25
Die Elternhaltung oder das Eltern-Ich...	35
Die Erwachsenenhaltung oder das Erwachsenen-Ich...	38
Transaktionen...	41
Verstärkungen...	45
Zeitstrukturierung...	45
Spiele...	46
Typische negative Gefühlsreaktionen (Rackets)...	50
Destruktive Grundgebote und Antreiber...	51
Entscheidungen...	58
Skripts...	61
3 Sackgassen und Neuentscheidungen ...	63
4 Verträge...	70
Der Prozeß bis zum Vertragsabschluß ...	70
Verträge, sich und andere nicht umzubringen...	75
Verträge, nicht psychotisch zu reagieren...	83
Verträge mit Klienten, die sich sträuben oder unfreiwillig kommen...	92
Die Abwandlung unannehmbarer Verträge...	94
Therapie ohne Vertrag. . .	107
Verdeckte Verträge...	110
5 Beachten, verstärken und anerkennen ...	121
Beachtung, Verstärkung und Anerkennung geben...	123
Beachtung, Verstärkung und Anerkennung annehmen .. .	127

Sich Beachtung, Verstärkung und Anerkennung
verschaffen... 130
Sich selber beachten, verstärken und anerkennen... 132

6 Gefühle... 140
Wut... 148
Unterdrückte Wut... 161
Vorwurfshaltung... 167
Traurigkeit... 170
Unterdrückte Traurigkeit... 184
Furcht und Angst... 187
Unterdrückte Furcht... 194
Scham... 196
Schuld... 199
Enttäuschung... 212

7 Abschiednehmen... 216

8 Neuentscheidungen... 230

Die Inszenierung der Neuentcheidung... 230
Der Kontext, die anderen und der Klient... 250

9 Die Heilung der Depression... 266

Wenn alles schief läuft, bring ich mich um... 269
Wenn du dich nicht änderst, bring ich mich um... 273
Ich bringe mich um, dann wird's dir leid tun
(oder: dann wirst du mich endlich lieben)... 281
Ich sterbe beinahe, dann wird's dir leid tun
(oder: dann wirst du mich endlich lieben)... 282
Ich bring dich noch soweit, daß du mich umbringst... 284
Ich zeig*s dir, selbst wenn ich dabei draufgehe ... 285
Ich krieg dich (geb's dir) schon noch,
selbst wenn ich dabei draufgehe... 294
Zusammenfassung... 295

10 Zwänge: Eine Fallgeschichte ... 297

11 Phobien: Ein Mittwochnachmittag... 316

12 Nach der Neuentcheidung... 341

Anmerkungen...	347
Bibliographie . . .	349
Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten in Transaktionsanalyse im deutschsprachigen Raum...	351
Personenregister...	352
Sachregister...	354
Register der Fallbeispiele...	358