

# Inhalt

<b>1.</b>	<b>Einleitung</b>	<b>11</b>
<b>2.</b>	<b>Was Klienten in Krisen hilft – oder die Suche nach Ressourcen</b>	<b>13</b>
	Die Richtige „Mixtur“	15
<b>I. Teil</b>	<b>Krisenkompetenz und Ressourcenaktivierung</b>	<b>17</b>
<b>3.</b>	<b>Kompetenzen der Klienten entdecken</b>	<b>19</b>
	Die gesunden Anteile stärken	19
	Kompetenz-Check statt Problem-Analyse	20
	Die Kunst des Hinhörens	20
	Beispiel 1: Regine Hildebrandt – Lebensfreude trotz Krebs	21
	Beispiel 2: Krisen meistern mit Humor	24
	Fazit	29
<b>4.</b>	<b>Wirkfaktoren in der Krisenintervention</b>	<b>31</b>
	Prinzip der realen Erfahrung	32
	Aktive Hilfe zur Problembewältigung	32
	Therapeutische Klärung	33
	Ressourcenaktivierung	33
	Weitere Wirkfaktoren	34
	Negative Wirkfaktoren	35
	Fazit	36
<b>II. Teil</b>	<b>Systematische Anleitung zur Krisenintervention</b>	<b>37</b>
<b>5.</b>	<b>Theoretische Grundlagen</b>	<b>39</b>
	Kennzeichen der Krise	39
	Differenzierung von Krisen	39
	Krisen als Entwicklungschance	41
	Praxisrelevante theoretische Annahmen	44
	Wertschätzende therapeutische Haltung	45
	Ziele der Krisenintervention	48
<b>6.</b>	<b>Phasen der Krisenbewältigung</b>	<b>51</b>
	<b>1. Phase:</b> Ist-Zustand vor der Krisenintervention	51
	Kognitive Desorientierung und emotionales Chaos	51
	Fallbeispiel	52
	Physiologische Alarmreaktion	54



<b>9.</b>	<b>Ein schleichender Suizid</b>	109
	<u>2. Fallbeispiel:</u> akute körperliche und psychische Krise Herr W., 70 Jahre	109
	Überblick	109
	Vorbemerkungen	109
	Verlauf des Erstgesprächs und Kommentar	110
	Nachbemerkungen	116
<b>10.</b>	<b>Prüfungsangst in Gelassenheit verwandeln</b>	119
	<u>3. Fallbeispiel:</u> Krise durch Reaktivierung alter Traumata Frau P., 55 Jahre	119
	Überblick	119
	Vorbemerkungen	119
	Das Ausmaß der Prüfungsangst	120
	Warum Hypnose zur Krisenbehandlung?	122
	Induktion der Trance	123
	Die hypnotherapeutische Krisenbearbeitung der Prüfungssituation	126
	Verlaufsbericht nach der Prüfung	136
<b>11.</b>	<b>Vom Albtraum zum Traum-Märchen</b>	139
	<u>4. Fallbeispiel:</u> Krisen-Prävention bei einer psychotischen Patientin Frau M., 48 Jahre	139
	Überblick	139
	Vorbemerkungen	139
	Bericht der Patientin über ihre Erkrankung	140
	Die sich anbahnende Krise	142
	Einbeziehung der Gruppe in die Krisenintervention	142
	Traumbeschreibung	142
	Anmerkungen	143
	Alternative Traumbearbeitung	144
	Reflexionen zum Verlauf	146
	Einige Anmerkungen zu den Traumsymbolen	147
<b>12.</b>	<b>Lebenskrise</b>	151
	<u>5. Fallbeispiel:</u> Lebens- und Ehekrise mit depressiver Entwicklung Herr Z., 40 Jahre	151
	Überblick	151
	Vorbemerkungen	151
	Verlauf der Krisenintervention und Kommentar	152
	Nachbemerkungen	167

<b>13.</b>	<b>Krisenintervention als „Geheimtherapie“</b>	169
	<u>6. Fallbeispiel:</u> Krise mit gravierenden psychosomatischen Begleitsymptomen Frau G., 37 Jahre	169
	Überblick	169
	Vorbemerkungen	169
	Verlauf der Gruppentherapie	170
	Nachbemerkungen	176
<b>14.</b>	<b>Mordgedanken</b>	179
	<u>7. Fallbeispiel:</u> Krise durch Mordphantasien eines schizophrenen Patienten Herr L., 21 Jahre	179
	Überblick	179
	Vorbemerkungen	179
	Verlauf der Krisenintervention und Kommentar	180
	Nachbemerkungen	201
<b>15.</b>	<b>Worte sind wie Valium</b>	207
	<u>8. Fallbeispiel:</u> Panikattacke im Medikamentenentzug Frau T., 34 Jahre	207
	Überblick	207
	Vorbemerkungen	207
	Verlauf des Gesprächs und Kommentar	208
	Nachbemerkungen	214
<b>16.</b>	<b>Psychosomatische Symptome als Spiegel innerer Konflikte</b>	215
	<u>9. Fallbeispiel:</u> Blutdruckkrise mit Todesängsten Frau P., 64 Jahre	215
	Überblick	215
	Vorbemerkungen	215
	Verlauf der Krisenintervention	216
	Einleitendes Gespräch	216
	Imagination und Kommentar	222
	Ende der Imagination und Nachgespräch	234
	Nachbemerkungen	236
<b>17.</b>	<b>Wege aus der Trauer-Trance</b>	241
	<u>10. Fallbeispiel:</u> Krise im Alter durch Verlust und Trauer Frau C., 78 Jahre	241
	Überblick	241
	Therapie alter Menschen durch Aktivierung ihrer Ressourcen	241
	Vorbemerkungen	243

Verlauf der Gruppentherapie und Kommentar	244
Nachbemerkungen zur Gruppentherapie	250
Gedanken über das Fallbeispiel hinaus	251
Wirkfaktoren	253
Anmerkungen zum Gruppen-Setting	254
Vergnügliches zum Schluss	255
<b>IV. Teil Aus Krisen lernen</b>	<b>257</b>
<b>18.</b> Beispiel einer Krise als Wendepunkt	259
Vorinformationen	260
Interview mit Dr. G.	261
Gestärkt aus der Krise	264
<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>267</b>
<b>Personenverzeichnis</b>	<b>269</b>
<b>Stichwortverzeichnis</b>	<b>271</b>