

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
2	Äußere Welt – Beratung	5
2.1	Entwicklung von psychosozialer Beratung	5
2.2	Definition von psychosozialer Beratung	7
3	Innere Welt – Imagination	9
3.1	Definition	9
3.2	Entwicklung	11
3.3	Wirkweise und Indikation.....	13
3.4	Gefahren und Kontraindikation	16
3.5	Die Methode der Wertimagination	18
3.5.1	Anthropologie	18
3.5.2	Merkmale und Methodik	19
3.6	Bedeutung	20
3.6.1	Therapeutische Bedeutung	21
3.6.1.1	Ressource – Die helfende Hand	21
3.6.1.2	Resilienz – Ich HABE, Ich BIN, Ich KANN.....	29
3.6.1.3	Selbstwirksamkeitserwartung An sich selbst glauben macht stark!	32
3.6.2	Existentielle Bedeutung	36
3.6.2.1	Schöpferkraft und Kreativität	37
3.6.2.2	Schöpferkraft und Spiritualität	40
4	Leben will leben – Mentale Wachstumsvorgänge	45
4.1	Synergetik	45
4.1.1	Licht werden – Laserlicht	47
4.1.2	Licht werden – Entwicklung	49
4.2	Das Prinzip der Transformation	51
4.3	Das Prinzip der Gegenwärtigkeit	55
4.4	Das emotiozentrische Prinzip.....	55
4.4.1	Bipolarität.....	57

4.4.2	Herzkohärenz	60
4.4.3	Neuroplastizität	66
4.4.4	Zellaktivität	74
4.5	Rhythmus und Schwingung – Chronobiologie	79
4.6	Das Prinzip Körperlichkeit	81
4.6.1	Schmerz	84
4.6.2	Placebo-Effekt	87
4.7	Die transformative Kommunikation	88
4.7.1	Manipulation	91
4.7.2	Übertragung	93
4.7.3	Licht sein – Würdeorientierung	94
5	Was ist der Mensch? – Grenzen im Denken überwinden	99
5.1	Epigenetik	99
5.2	Aggression und Gewalt	102
5.3	Potentialentfaltung	104
5.4	Eine Welt des Geistes	107
6	Schlussbetrachtung und Resümee	109
	Literaturverzeichnis	121

Licht werden – Imagination in Therapie und Beratung
Innere Transformationsprozesse durch die Kraft des
Bewusstseins

Leithner-Steiner, E.

2017, XVI, 130 S. 8 Abb., Softcover

ISBN: 978-3-658-16395-2