

Inhalt

| | |
|---------------|---|
| Vorwort | 9 |
|---------------|---|

THEORETISCHES ERFAHREN

| | |
|--|----|
| 1. Sandbilder – zur Einleitung | 13 |
| Werde, wer du bist! | 13 |
| Sandbildgestaltung – ein explorativer Weg | 14 |
| Ziel und therapeutisches Selbstverständnis | 15 |
| Aufbau des Buches | 16 |
| 2. Exploratives Gestalten von Sandbildern | 18 |
| Wann kommt das therapeutische Sandspiel zum Einsatz? | 18 |
| Formen des Sandspiels | 19 |
| Explorative Sandbildgestaltung | 20 |
| Still, aber nicht stumm – Zeit geben | 20 |
| Mehr als ein Spiel | 21 |
| Über die Wirksamkeit von Sandspielprozessen | 22 |
| 3. Frühe Bindungen und psychische Entwicklung | 23 |
| Die Bedeutung von Bindung | 23 |
| Der Eintritt ins Leben | 23 |
| Der Glanz in den Augen der Mutter | 25 |
| ... und in den Augen der Eltern | 26 |
| Das interaktive Baby | 28 |
| Vulnerabilität | 30 |
| Das Kind im Erwachsenen | 31 |
| Konsequenzen für psychotherapeutische Praxis und Sandspiel | 32 |
| 4. Dem Trauma ins Gesicht sehen | 33 |
| Die Bedeutung von Trauma | 33 |
| Hinter der Glaswand | 33 |
| Trauma und seine Folgen | 35 |
| Die posttraumatische Belastungsstörung | 36 |
| Gehirn und Trauma | 38 |
| Die Gefühlswelt nach einem Trauma | 39 |
| <i>Jetzt will ich leben!</i> | 40 |
| Trauma und Therapie | 42 |
| Konsequenzen für psychotherapeutische Praxis und Sandspiel | 44 |

| | |
|---|-----------|
| 5. Resilienz erwerben | 46 |
| Die Bedeutung von Resilienz | 46 |
| Resilienzforschung | 46 |
| Immunsystem der Seele | 48 |
| Bindung als Brücke zur Resilienz | 49 |
| <i>Der nächste Tag wird besser</i> | 50 |
| <i>Ich bin dir so dankbar!</i> | 51 |
| Konsequenzen für psychotherapeutische Praxis und Sandspiel | 53 |
| 6. Das „therapeutische Gefäß“ als Schutzraum | 55 |
| Psychotherapie – Arbeit im geschützten Raum | 55 |
| Beständig, freundlich, sicher | 55 |
| Innere Sicherheit | 57 |
| Das therapeutische Bezugsfeld | 58 |
| 7. Psychotherapeutisch begleiten und Resilienz fördern | 61 |
| Die Analytische Psychologie nach Carl Gustav Jung | 61 |
| Der dritte Weg – das Konzept der transzendenten Funktion | 62 |
| Potential im Unbewussten | 64 |
| Resilienz in der Analytischen Psychologie | 65 |
| 8. Sprechender Sand | 66 |
| Weltspiel und Zen-Gärten – historische Aspekte des Sandspiels | 66 |
| Forschende Zwiesprache mit dem Medium Sand | 67 |
| Landschaft als Kulisse | 69 |
| Lebensabend – Bericht einer Klientin | 70 |
| <i>Durch den Spiegel ins andere Land</i> | 71 |
| <i>Zeit des Loslassens</i> | 74 |
| 9. Prozessphasen | 76 |
| Induktion | 76 |
| Sandbildgestaltung – Bauphase | 77 |
| Bilddeutung | 78 |
| Wahrnehmendes Beschreiben | 79 |
| Kontemplieren | 80 |
| Amplifizieren und deuten | 81 |
| 10. Symbolik des Raums | 84 |
| Geteilter Raum | 84 |
| Bewegter Raum | 88 |

PRAKTISCHES REFLEKTIEREN

| | |
|---|------------|
| 11. Exploratives Sandspiel in der Praxis | 93 |
| Durch Bilder sprechen | 93 |
| Fallvignetten | 94 |
| <i>Ich gegen die ganze Welt</i> – das früh verletzte und verlassene Kind | 95 |
| <i>Alles läuft gut, trotz Gegenwind</i> – Begleitung einer Schizophrenie | 100 |
| <i>Wild, frei und wunderbar</i> – Überwinden einer Angststörung | 106 |
| <i>Mein Herz tut so weh</i> – Trauer, die alles überschattet | 111 |
| <i>Ich habe Angst, erschossen zu werden</i> – Erfahrung von Krieg und Flucht | 118 |
| <i>Die Welt ist ein guter und sicherer Ort</i> – Lebensfreude statt Depression | 122 |
| 12. Sich mutig wandeln | 131 |
| Seele und Körper | 131 |
| Symbole als Wegweiser | 131 |
| Fortschritte | 132 |
| Zum Abschied | 134 |
| Resilienz als lebenslanger Weg | 134 |
| Sandspiel – Brücke zum Unbewussten | 135 |
| <i>Die Vögel wieder singen hören</i> | 136 |
| Glossar | 137 |
| Literatur | 144 |
| Abbildungsverzeichnis | 147 |