

Inhalt

1	Einleitung	11
2	Eco-Anxiety – Vom Fachbuch bis zum Social-Media-Post	14
2.1	The Origins of „Eco-Anxiety“.....	14
2.2	Eco-Anxiety in der Fachliteratur (Artikel, Bücher, Fachtexte).....	20
2.3	Eco-Anxiety in den Medien (Zeitungen, Zeitschriften, Radio, TV).....	43
2.4	Eco-Anxiety in den sozialen Netzwerken (Facebook, Twitter, TikTok)...	60
2.5	Eco-Anxiety – eine Arbeitsdefinition.....	70
3	Die Handlungsmöglichkeiten-erweiternde Psychotherapiewissenschaft (HEP)	74
3.1	Die psychotherapiewissenschaftliche Methode.....	74
3.2	Der Radikale Konstruktivismus als Grundlage der Methode.....	76
3.3	Die (Psychotherapie-)Wissenschaft im Radikalen Konstruktivismus	82
3.4	Bruce Lee und die Psychotherapiewissenschaft – eine Synthese	86
3.5	Die psychotherapiewissenschaftliche Methode in der Forschung.....	90
3.6	Die Auswahl der beforschten psychotherapeutischen Ansätze	98
4	Eco-Anxiety in der HEP – 13 Herangehensweisen	102
4.1	Eco-Anxiety in der Analytischen Psychologie nach Kast	102
4.1.1	Die Analytische Psychologie und ihr Gründer Carl Gustav Jung.....	102
4.1.2	Kast und die Grundbegriffe der Analytischen Psychologie.....	104
4.1.3	Eco-Anxiety aus Sicht der Analytischen Psychologie – Allgemeines...	108
4.1.4	Eco-Anxiety – Zugang über Komplexe.....	110
4.1.5	Eco-Anxiety – Zugang über die Archetypen	114
4.1.6	Fazit – Eco-Anxiety aus Sicht der Analytischen Psychologie.....	118
4.2	Eco-Anxiety im Autogenen Training nach Kraft	118
4.2.1	Über das Autogene Training und Johannes Schultz	118
4.2.2	Kraft und das Konzept des Autogenen Trainings.....	123
4.2.3	Eco-Anxiety im Autogenen Training – Allgemeines	125
4.2.4	Eco-Anxiety – Zugang über die Unter- und Mittelstufe.....	126
4.2.5	Eco-Anxiety – Zugang über die Autogene Imagination	129
4.2.6	Fazit – Eco-Anxiety aus Sicht des Autogenen Trainings	130
4.3	Eco-Anxiety in der Bioenergetischen Analyse nach Pechtl	130
4.3.1	Die Bioenergetische Analyse und ihr Gründer Alexander Lowen	130
4.3.2	Pechtl und das Konzept der Bioenergetischen Analyse.....	135
4.3.3	Eco-Anxiety in der Bioenergetischen Analyse – Allgemeines.....	139
4.3.4	Eco-Anxiety – Eine bioenergetisch-analytische Fallvignette	140
4.3.5	Fazit – Eco-Anxiety aus Sicht der Bioenergetischen Analyse	145
4.4	Eco-Anxiety in der Individualpsychologie nach Wexberg	145
4.4.1	Über die Individualpsychologie und ihren Gründer Alfred Adler.....	145
4.4.2	Wexberg und die Grundbegriffe der Individualpsychologie	148
4.4.3	Eco-Anxiety aus Sicht der Individualpsychologie – Allgemeines	152
4.4.4	Eco-Anxiety – Zugang über das Minderwertigkeitsgefühl.....	155
4.4.5	Eco-Anxiety – Zugang über das Gemeinschaftsgefühl	158
4.4.6	Fazit – Eco-Anxiety aus Sicht der Individualpsychologie.....	160

4.5	Eco-Anxiety in der Kognitiven Verhaltenstherapie nach Becker	161
4.5.1	Über die Entstehung der Kognitiven Verhaltenstherapie	161
4.5.2	Die Grundlagen der Kognitiven Verhaltenstherapie	164
4.5.3	Eco-Anxiety – Bisherige Forschung zur CBT/KVT	168
4.5.4	Eco-Anxiety – Zugang über die generalisierte Angststörung	171
4.5.5	Fazit – Eco-Anxiety in der Kognitiven Verhaltenstherapie.....	175
4.6	Eco-Anxiety in der Logotherapie und Existenzanalyse nach Lukas	176
4.6.1	Über die Logotherapie und Existenzanalyse und Viktor Frankl.....	176
4.6.2	Lukas und die Grundbegriffe der Logotherapie und Existenzanalyse...	179
4.6.3	Eco-Anxiety in der Logotherapie und Existenzanalyse – Allgemeines.	183
4.6.4	Eco-Anxiety – Zugang über die Selbstdistanzierung	185
4.6.5	Eco-Anxiety – Zugang über die Selbsttranszendenz	187
4.6.6	Fazit – Eco-Anxiety aus Sicht der Logotherapie & Existenzanalyse	189
4.7	Eco-Anxiety in der Morita-Therapie nach Reynolds.....	189
4.7.1	Über die Morita-Therapie und ihren Gründer Shoma Morita.....	189
4.7.2	Reynolds und das Konzept der Morita-Therapie.....	195
4.7.3	Eco-Anxiety in der Morita-Therapie – Allgemeines	197
4.7.4	Eco-Anxiety – Ein Fallbeispiel	197
4.7.5	Fazit – Eco-Anxiety aus Sicht der Morita-Therapie.....	200
4.8	Eco-Anxiety in der Poesietherapie nach Heimes.....	200
4.8.1	Über die Poesietherapie und ihre Geschichte	200
4.8.2	Heimes und das Konzept der Poesietherapie.....	202
4.8.3	Eco-Anxiety in der Poesietherapie – Allgemeines	205
4.8.4	Eco-Anxiety – Zugang über die Schreibübungen.....	206
4.8.5	Fazit – Eco-Anxiety aus Sicht der Poesietherapie.....	209
4.9	Eco-Anxiety im Provokativen Ansatz nach Höfner & Cordes.....	210
4.9.1	Vorbemerkungen zum Provokativen Ansatz	210
4.9.2	Über die Provokative Therapie und ihren Gründer Frank Farrelly.....	211
4.9.3	Höpfner & Cordes und der Provokative Ansatz.....	213
4.9.4	Eco-Anxiety im Provokativen Ansatz – Allgemeines	217
4.9.5	Eco-Anxiety im Provokativen Ansatz – Vier Fallbeispiele.....	218
4.9.6	Fazit – Eco-Anxiety im Provokativen Ansatz	223
4.10	Eco-Anxiety in der Psychoanalyse nach Bálint	224
4.10.1	Die Psychoanalyse und ihr Gründer Sigmund Freud.....	224
4.10.2	Bálint und die Grundbegriffe der Psychoanalyse	227
4.10.3	Eco-Anxiety aus Sicht der Psychoanalyse – Allgemeines.....	231
4.10.4	Eco-Anxiety – Zugang über die vier Elemente	232
4.10.5	Eco-Anxiety – Zugang über die Fokalthherapie.....	236
4.10.6	Fazit – Eco-Anxiety aus Sicht der Psychoanalyse.....	239
4.11	Eco-Anxiety im Psychodrama nach Stadler & Kern	240
4.11.1	Über das Psychodrama und dessen Gründer Jacob Moreno.....	240
4.11.2	Stadler & Kern und das Konzept des Psychodramas.....	244
4.11.3	Eco-Anxiety im Psychodrama – Allgemeines	248
4.11.4	Eco-Anxiety – Ein psychodramatisches Fallbeispiel.....	249
4.11.5	Fazit – Eco-Anxiety aus Sicht des Psychodramas.....	253

4.12	Eco-Anxiety in der Psychosynthese nach Neef, Henkel & Kerkhoff	254
4.12.1	Über die Psychosynthese und ihren Gründer Roberto Assagioli	254
4.12.2	Neef, Henkel & Kerkhoff und die Grundbegriffe der Psychosynthese ..	259
4.12.3	Eco-Anxiety aus Sicht der Psychosynthese – Allgemeines.....	263
4.12.4	Eco-Anxiety – Zugang über die Disidentifikation.....	265
4.12.5	Eco-Anxiety – Zugang über die Willensarbeit	268
4.12.6	Fazit – Eco-Anxiety aus Sicht der Psychosynthese	271
4.13	Eco-Anxiety in der Systemischen Therapie nach Schlippe/Schweitzer ..	272
4.13.1	Über die Systemische Therapie und ihre Entstehungsgeschichte	272
4.13.2	Schlippe & Schweitzer und die Systemische Therapie	276
4.13.3	Eco-Anxiety – Störungsspezifischer Zugang zur Klimaangst.....	280
4.13.4	Eco-Anxiety – Zugang über kurze Beispiele von Interventionen.....	284
4.13.5	Fazit – Eco-Anxiety in der Systemischen Therapie	287
5	Zusammenfassung, persönliche Reflexion und Meinungen.....	289
5.1	Zusammenfassung der verschiedenen Behandlungsansätze	289
5.2	Reflexionen und Gedanken zu den therapeutischen Konstrukten	292
5.3	Resümee des psychotherapiewissenschaftlichen Zugangs.....	295
5.4	Zur Kritik: Das ist aber eigentlich ein integrativer Ansatz!	296
6	Literaturverzeichnis.....	298
7	Abbildungsverzeichnis	325