

Stefan Hammel

Alles neu gerahmt!

**Psychische Symptome in
ungewöhnlicher Perspektive**

2. Auflage

Ernst-Reinhardt-Verlag München

Stefan Hammel arbeitet als Klinik- und Psychatriepfarrer, Kinder-, Familien- und Hypnotherapeut sowie als Ausbilder für Psychotherapie und leitet das Institut für Hypnosystemische Beratung in Kaiserslautern.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-497-03047-7 (Print)

ISBN 978-3-497-61447-9 (PDF-E-Book)

2. Auflage

© 2021 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in EU

Covermotiv: © Sergey Toropov / Fotolia.com

Satz: Sabine Ufer, Leipzig

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

Foyer: Die Galerie der Krankheitsbilder	11
Ausstellungsführer	11
Pressestimmen zur Ausstellung	13
Lageplan	15
Kasse	16
Vorraum: Psychische Krankheit, Psychotherapie und psychische Gesundheit	17
Identität	25
Psychische Belastung als Auslöser	26
Wege der Betäubung	26
Matrjoschka	27
Wunder	27
Marionetten	28
Der Lachs auf der Reise	28
Verbundenes trennen	28
Die Botschaft der Glocken	29
Himmelsreise	29
Intention und Strategie	30
Wie die Mönche	30
Grüße ans Gehirn	31
Die Königin und ihre Minister	31
Leben in der Gegenwart	32
Positive Erwartung	32
Nachhaltige Therapie	33

Wohin wir auch gehen	33
Gelassen an das Schlimme denken	33
Reisterrassen	34
Gespräch ohne Inhalt	34
Der Kreislauf von Erwartung und Erinnerung	35
Ansteckende Gesundheit	36
Korridor: Therapiebeschleunigung und -abrundung	37
WC Damen – WC Herren	37
Abfalleimer	37
Treppe	37
Aufzug	37
Notschalter	38
Brandmelder	39
Notausgang	39
Schließfächer	39
Garderobe	39
Raum 1: Trauma und Angst	41
Damals im Nebel	46
Die Haube	47
Der Leibwächter	47
Ritterburg	48
Panik	48
Der Blitz aus heiterem Himmel	49
Die Angst vor dem Glück	49
Ereigniswolken, Ereignisketten	50
Zwei Arten traumatischer Reaktion	51
Der Traumatisierte da draußen	51
Anästhesie und Analgesie	52
Erdbeerquark und Jauche	53
Symptome zurückbringen	54
Bloß zugehörig sein	54

Symptomverschiebung	55
Verwandlung	56
Allergien der Seele	56
Zwei Arten von Phobie	57
Wie im Trickfilm	57
Die Angst des Mundes	58
Vierzehn Engel	58
Alles ablegen	58
Das hab ich nicht!	59
Raum 2: Depression und Manie	60
Depression als Gummiband	64
Rezept für eine Depression	64
Die Schlafstörung als Folge und Ursache von Depression	65
Die gute Absicht Ihrer Depression	66
Seesturm und Eismeer	67
Das Bergdorf	68
Die Hölle	69
Die Füße am Ofen	69
Bloß nicht hoffen!	70
Was heißt „endogen“?	71
Du und die Herde	71
Die Herde herbeirufen	72
Gedanken für Angehörige	72
Haifischzähne	73
Die gute Absicht Ihrer Manie	73
Das tripolare Leben	74
Zwischenraum: Endokrinologische und hirnorganische Störungen	75
Schilddrüse hin, Schilddrüse her	76
Mit dem Gehirn reden	77
Nah am Wasser	77

Raum 3: Sucht, Zwang, Gewohnheit	78
Migration	83
Die, die es weiß	83
Betäubungsmittel	84
Die zwei Seiten der Sucht	84
Fragen an einen Nikotinkonsumenten	85
Der Minister für Gelassenheit	86
Eine Aufgabe für den Perfektionisten	87
Die Zwangslogik umdrehen	87
Optimum und Maximum	88
Den Zwang zerlegen	89
Ein Teil des Körpers	90
Der Hausierer	90
Der König des Waldes	91
Die zwei, die miteinander stottern	91
Die Uhr	92
Nicht hören, sondern fühlen	93
Die Geschwindigkeit der Zeit	93
Die Grenzen des Grunzens	94
Gegen die eigenen Werte	94
Zweimal kein Urlaub	95
Für welchen Lohn?	95
Streik	95
Zwischenraum: Demenz	96
Am Grund des Meeres	97
Leben im Jetzt	98
Der Engel mit dem Korb	98
Ab jetzt die Oma	98
Die Lücken schließen	99

Raum 4: Wahn, Psychose, Schizophrenie	100
Nachträume, auf Tag und Dauer gestellt	102
Zwischen zwei Wirklichkeiten	102
Drei Teller Suppe	103
Die induzierte Paranoia	104
Der Gaul, der durchging	105
Zwischenraum: Durchgangssyndrom	106
Der lange Strand	107
Gemischte Träume	107
Minensuchtrupp	108
Beim Träumen helfen	108
Raum 5: Krise, Trauer, Trennung	109
Reich der Elfen, Reich der Zwerge	112
Der innere Kritiker	113
Spiralförmige Retraumatisierung	114
Das Mobile	114
Drogenentzug	115
Wenn zwei auseinandergehen	115
Zwei Geparde	116
Metamorphose	116
Gemeinsam weiterleben	116
Liebe und Schmerz	117
Geben und Nehmen	117
Aufräumen	117
Die Durchreiche	118
Zwischenraum: Psychische Folgen von Behinderung	119
Folien	121
Psychisch ganz normal	122
Menschen brauchen Grenzen	122

Raum 6: Belastungen von Kindern und Jugendlichen	123
Das Dreieck	125
Das Leben im Innen	126
Die Hunnen	127
Hauptstraßen und Nebenstraßen	128
Das Aufmerksamkeit-Woanders-Syndrom	128
Das U-Boot	129
Lernen wie damals	129
Der schmale Streifen	130
Der Tod und die Schule	130
Ansteckende Pubertät	131
Miteinander leuchten	132
Gedachtes und Gehörtes	132
Im Dschungel	133
Die Spiele des Alltags	133
Balkon: Der psychisch völlig gesunde Mensch	134
Ausgangsbereich: Café	136
Literatur	137
Sachregister	141