

Service teil

Stichwortverzeichnis – 316

Stichwortverzeichnis

A

Acceptance and Commitment
Therapy 99
Achtsamkeit 63, 96–98, 195, 228–229
Achtsamkeitsforschung 98
Achtsamkeitstraining 98, 106, 282–283
Adaptationsniveautheorie 8
Adipositas 211
Affekt
– negativer 11, 37, 302
– positiver 5, 11, 37, 277, 280, 292,
302–303
Aktivierung 179, 283
Aktivitätstheorie 278
Akzeptanz 99
Alkoholabhängigkeit 55, 197
Alkoholiker 181
Alter 6, 66, 69, 111, 151, 162, 173, 181,
268, 276, 278
– Altersarmut 278, 281
– erfolgreiches Altern 276, 281
Alterspsychotherapie 281
Amphetamin 305
Amygdala 243, 294, 309
Anreizmotivation 296, 303, 306
Anspruchsniveautheorie 8
Anstrengungsbereitschaft 63
Aufmerksamkeit 96
– gleichschwebende 99
Aufmerksamkeitslenkung 42, 97, 195,
228
Autismus 309
Autogenes Training 180
Autonomie 6, 40, 64, 146, 189, 270
Autopilotenmodus 96

B

Bedürfnis 64, 281
– Bindungsbedürfnis 239, 244
– Grundbedürfnis 37, 53
Bedürfnisbefriedigung 8, 38, 302
Begehren, Wanting 293, 305
Begleiter, wohlwollender 230
Belohnungssystem 295, 297–298,
304, 306
Beratung 27–28

– ressourcenanreichernde 33
Berentung 279
Beruf 9
Beschwerdefreiheit 6
Bewältigungskompetenz 73
Bewältigungsmodell 69
Bewältigungsprozess 70
Bewegungstraining 282
Beziehung
– intergenerationelle 282
– positive 6
– therapeutische 11, 25, 40, 148,
196, 243
Beziehungsanalyse 40
Beziehungsarbeit 25, 28
Beziehungsgestaltung 39
– motivorientierte 36, 40, 42
bildgebende Verfahren 292
Bildung 40, 66, 280
Bindung 38, 40, 238, 307–308
– desorganisierte/desorientierte 242
– sichere 241
– unsicher-ambivalente 242
– unsicher-vermeidende 242
Bindungsforschung 31
Bindungsverhaltenssystem 238
Body-Scan 100
Borderlinestörung 23, 31–32, 198
Broaden-and-Build-Theorie 11, 37, 112
Burnout 179

C

Capability-Ansatz 279, 283
Colon irritabile, Reizdarm 210
Commitment, Verbindlichkeit 255
Coping, dyadisches 258
Cortisol 240

D

Demoralisierung 40
Depression 29, 99, 103, 111, 197, 277
Diagnostik 11
– Fragebogen zur Analyse
Motivationaler Schemata
(FAMOS) 40

– Fragebogen zur Erfassung
des aktuellen körperlichen
Wohlbefindens (FAW) 12, 172
– Multidimensionale Selbstwertskala
(MSWS) 227
– Persönlichkeitsstörung 24
– Ressourcen-Checkliste 54
– Selbstbeurteilungsskalen zum
Psychologischen Wohlbefinden
(PWB) 66, 68
– Störungsdiagnostik 24
Dialog, innerer 133
Dopamin 303–305

E

Einladungsfrage 132
Einsamkeit 279, 282
Emotion 292
– Basemotion 293
– biologische Grundlage 294
Emotionsmodell 293
Emotionsregulation 240
Empathie 40, 73, 265–266, 269
Empowerment 23, 129–130, 209
Engagement 74
Entscheidungskonflikt 214
Entspannung 89, 104, 173, 175, 179,
191
EPL, Ein partnerschaftliches
Lernprogramm 253
Erhaltungstherapie 68, 103
Erregung, sexuelle 297–298
Ersatzglück 53
Erschöpfung 177
Essstörung 170, 181, 197
Euthymie 67–68, 188
– euthyme Orientierungsreaktion 85
– euthyme Therapie 84
– euthymes Erleben 84, 87
Exposition 99
Externalisierung 132
Extraversion 9, 37, 181, 306

F

Fallkonzeption 38, 128
Familientherapie, systemische 142

Faulpelz 231
 Feinfühligkeit 239, 241
 felt-sense 105
 Flourishing 7, 62, 65
 Flow 11, 51, 63, 69, 163
 Fragen, zirkuläre 146
 Freiwilligenarbeit 280
 Fremde-Situation-Test (FST) 242
 Freude 48, 50, 158, 306
 – Ausdrucksgeste 158
 – Vorfriede 166
 Freudenbiografie 159, 163
 Funktionsfähigkeit 171
 Fürsorglichkeit 32, 240

G

Geborgenheit 238, 302
 Gefühlsarbeit 28
 Genuss 85, 171, 189
 Genussfähigkeit 198
 Genussfreude 172
 Genussregel 87, 190
 Geschenk 165
 Geschlecht 173, 181
 Gesundheit 171, 279
 – Modell von Gesundheit und Krankheit 80–81
 – seelische 6, 10, 46, 80, 251
 Gesundheitsförderung 64, 180, 251
 Gesundheitsindikator, objektiver 181
 Gesundheitskriterium, objektives 171
 Gesundheitspsychologie 23, 142
 Gesundheitssystem 4, 82, 128
 Glück 5, 46, 48, 115, 277, 305
 – Erfüllung 49
 – Ersatzglück 47
 – Glückseligkeit 48
 – Glücksfähigkeit 53
 – Hochgefühl 51
 – Scheinglück 47
 Grundbedürfnis 65
 Gruppentherapie 26, 188, 195

H

Handeln, prosoziales 265
 HEDE-Kontinuum 80
 Hedonic-Treadmill-Theorie 12
 Heilung 50
 – psychischer Heilungsprozess 39, 52
 Herzkrankheiten, koronare 268
 Hirnstruktur 294

Hoffnung 40, 70, 134
 Humor 73, 116, 277
 Humortraining 116, 283
 Hypnose 208
 – Praxishinweise 219
 – Selbsthypnose 210
 Hypnotherapie
 – Stereotiefensuggestion 180
 Hypochondrie 177

I

Identität 63
 Identitätsbeschädigung 64
 Identitätsbildung 63
 Identitätsdiffusion 64
 Identitätserzählung 135
 Identitätsgefühl 69, 205
 Identitätstheorie 63
 Imagination 72, 160, 191, 193, 208
 – Wegwerftechnik 216
 Integratives Modell der Stärken und Vulnerabilität 278
 Internetstudie 72, 111, 115
 Intervention
 – Krisenintervention 31
 – positive 111
 – ressourcenorientierte 41
 – stärkenorientiert 115

K

Kapital, soziales 279
 Kernspintomografie, funktionelle 292
 Kleine Schule des Genießens 85, 188, 198
 Kohärenzgefühl/Kohärenzsinn 83, 280
 – SOC-Skala 84
 Kommunikationskompetenz 257
 Kommunikationstraining 254
 Kompetenz 9, 257
 – soziale 241
 Konfrontation 25
 Konfrontationstherapie 308
 Kongruenz 38
 Konsistenz 38
 Konstruktivismus
 – kognitiver 123
 – sozialer 123–124
 Kontrolle 38, 40
 Kontrollüberzeugung 9
 Kooperation 141
 Körperbild 170
 Körperdysmorphie Störung 170

Körperempfindung, angenehme 171, 174, 176
 Körperkoordination 175
 Körpertherapie 170
 Körperwahrnehmung 174
 Krebserkrankung 212
 Kritiker, innerer 231
 Kultur 106, 112, 127, 196, 250, 278

L

Lächelinteraktion 159
 Langlebigkeit 66
 Lebensbedingung, ökonomische 278
 Lebensbewältigungskompetenz 8
 Lebensinvestment, persönliches 9
 Lebensperspektive 26, 29, 64
 Lebensqualität 5, 11, 63, 173, 277
 – gesundheitsbezogene 5
 Lebenssinn 7, 63, 68
 – Entwicklung von Sinn 70
 – in Krisenzeiten 69
 – prosoziales Verhalten 69
 – Sinn stiftende Lebensbereiche 69
 Lebensziel 63–64, 203, 214
 Lebenszufriedenheit 47, 49, 111–113, 181, 251, 277, 281
 Liebe 306
 Liebesfähigkeit 6, 9
 limbisches System 294, 303
 Lob 89
 Lösungsorientierung 126, 133, 135
 Lust 8, 46, 85
 – sexuelle 297
 Lustgewinn 38

M

Massagebehandlung 306
 Meditation 96, 171, 306
 – Atemmeditation 100, 105
 – formell 100
 – informell 100
 Mentalisierung 240, 246
 Metaanalyse 29, 71, 102, 111, 220, 277–278, 280, 282, 297
 Metapher 213
 Mindfulness-based Cognitive Therapy (MBCT) 103
 Mindfulness-based Stress Reduction (MBSR) 98, 100
 – Kursablauf 100
 Mitgefühl 72, 106

Modell der sozial-emotionalen
 Selektivität 278
 Mögen, Liking 293, 305
 Multiple Sklerose 151
 Musik 306

N

Narration 122, 127
 Narrativ 159
 Netzwerk, neuronales 293–294
 Neurofeedback 299
 Neurotizismus 9, 99
 Neurotransmitter 303
 Nische, hedonistische 88
 Nucleus accumbens 296

O

Optimismus 9, 280–281
 – von Therapeuten 25
 Orgasmus 297
 Oxytocin 239, 302–303, 307, 309

P

Paarlife 253–254
 Paartherapie 150, 250–251
 Panikstörung 175
 Paradox, hedonistisches 85
 Parkinson-Syndrom 304
 Partnerschaft 266
 Partnerschaftspflege 250–252, 254
 Passung 41
 – optimale 10
 Persönlichkeitsstörung 25, 30, 170
 Perspektivenwechsel 73, 213, 269
 Positive Psychologie 4–5, 12, 52, 110,
 281
 Positivity Ratio 6
 Positronenemissionstomografie
 (PET) 305
 Posttraumatische Reifung/
 Posttraumatic Growth 71
 – Brustkrebs 72
 – Posttraumatic Growth Inventory
 (PTGI) 71
 – Querschnittslähmung 71
 Posttraumatische
 Verbitterungsstörung 72
 Präsenz 99, 105
 Prävention 65, 67, 91, 129, 173,
 251–252, 281

– für Paare 252
 – Rückfallprävention 68
 Priming 36
 – Annäherungspriming 38
 – motivationales 36
 Problemlösekompetenz 257
 Problemlösetraining 254
 Problemlösung 64, 147
 Progressive Muskelrelaxation 180
 Psychologisches Wohlbefinden/
 Psychological Well-being 7
 Psychoonkologie 71
 Psychotherapie 23, 29
 – achtsamkeitsbasierte 99
 – bindungstheoretisch
 informierte 246
 – gesprächspsychotherapeutische
 29, 105
 – mentalisierungsgestützte 31
 – narrative 126, 132, 134
 – psychodynamische 27–29
 – ressourcenorientierte 23, 30
 – sozialkonstruktive 126
 – störungsspezifische 43
 – strukturbegleitende 30
 – systemische 123, 140
 – tiefenpsychologische 105
 – verhaltenstherapeutische 27–28

R

Ratgeber, für Paare 254
 Raynaud-Erkrankung 212
 Reaktanz 26
 Reflecting Team 133, 143
 Reframing 141, 152
 Reiz
 – sexueller 292, 296
 Religiosität 69
 Reminiszenz 282–283
 Resilienz 280
 Ressource 23, 37, 50, 53, 142, 278
 – externe 50, 142
 – intrapsychische 50, 54, 142
 – Ressourcen-Checkliste 12
 Ressourcenaktivierung 24, 36, 39, 42,
 132
 Ressourcenanalyse 207
 Rhinitis, allergische 212
 Rückfall 30, 32
 Rückfallforschung 32
 Rückfallprophylaxe 99, 103
 Rückmeldung 130, 133–134

S

Salutogenese 80, 209
 Schadenfreude 162, 165–166
 Scheidungsprädiktor 256
 Schizophrenie 198
 Schlafstörung 198
 Schmerz 211
 Schmerzbewältigung 212
 Schmerzstörung, somatoforme 198
 Selbstaktualisierung 6, 9
 Selbstakzeptanz 6, 226, 230, 234
 Selbstbeobachtung 67, 174
 Selbstbestimmungstheorie 64, 209
 Selbstbild 113, 136
 – idealisiertes 218
 Selbstfürsorge 84, 106, 270
 Selbstkontrolle 210–211, 216
 Selbstregulation 69, 170, 174
 Selbstsicherheit 218
 Selbsttransformation 52
 Selbsttranszendenz 9
 Selbstvertrauen 40, 158, 217
 Selbstverwirklichung 9, 63
 Selbstwert 38, 228
 – bereichsspezifisch 227
 – global 227
 Selbstwertgefühl 6
 Selbstwirksamkeit 209, 280
 Sexualität 299
 Signaturstärke 113
 Sinn 40
 Sinn-für-Humor-Skala 117
 Sinnerfülltheit 6
 SOK-Modell 10, 278
 Sozialkontakt 28, 40, 66, 140, 144, 151,
 180, 279, 306
 Spaß 158
 Spiritualität 69, 281
 Sport 180
 Sprache 131
 – Sprachfigur 131–132
 Stärke 7, 63
 – Charakterstärke 50, 113
 – Signaturstärke 115
 Straftäter 24
 – dissoziale 26
 Stress 176, 240
 – ACTH 308
 Stressbewältigung 66, 72, 106, 258,
 282, 308
 Sucht 298, 306
 Suggestion 210–212, 216, 220
 Supervision 33

T

- Teilhabe 276
- Temperamentsfaktoren 9
- Therapeut 40
 - ängstlich-vermeidend 244
 - positive Resonanz 65
 - story-dealer 127, 134
 - therapeutische Haltung 28, 105, 122, 128
- Therapiebeziehung 30
- Therapieepisode,
 - veränderungsrelevante 27
- Therapiemotivation 31, 73
- Therapieoptimismus 27
- Therapieverlauf 30
- Therapieziel 13, 27, 85, 103, 147, 176, 188, 195, 204–205
 - Analyse 206–207
 - Funktion 206
- Tiefenstimulation 305
- Tinnitus, chronischer 179, 194
- Transparenz 28, 71
- Transzendenz 116
- Trauer 193, 279, 283
- Tugend 7, 113
 - Kardinaltugend 50

U

- Übertragungsdeutung 29–30
- Umweltfaktor 10
- Undoing-Hypothese 11
- Utilitarismus 48
- Utopie 48

V

- Values in Action Inventory of Strengths (VIA-IS) 7, 113
- Verantwortlichkeit 271
- Vergebung 74, 264–265
- Vergebungsbereitschaft 265, 268
- Vergebungsprozess 268
- Vergleichsniveautheorie 8
- Verhaltensanalyse 188
- Verhaltensregel 233
- Verhaltenstherapie 4, 188
 - kognitive 12, 67–68, 123
- Verhältnisse, gesellschaftliche 10, 135, 278
- Vermeidungsziele 204
- Verstärker

- primärer 293
- sekundärer 293
- Vertrauen 309
- Verwitwung 279, 282
- Verzeihen 264, 282
- Videoanalyse 28
- Videoaufzeichnung 27
- Vitalität 64, 171, 175–176, 181, 271

W

- Weisheit 72
 - Berliner Weisheitsmodell 73
 - Weisheits-Kompetenzen 73
 - Weisheitstherapie 73
- Well-Being-Therapie 12, 67
- Wertvorstellung 232
- Widerstand 42, 141, 234
- Widerstandsquelle, generalisierte 81
- Wohlbefinden 5, 36, 97, 106, 152, 271, 276, 292, 309
 - aktuelles 6, 11, 13
 - buddhistische Auffassung 97
 - emotionales 7
 - eudaimonisches 62
 - habituelles 6, 49
 - hedonisches 62
 - körperliches 6, 170
 - psychisches 6, 251
 - psychologisches/Psychological Well-Being 65
 - soziales 7, 63
 - subjektives 6, 10, 62, 99, 112, 205, 296
- Wunder- bzw. Zielklärungsfrage 132
- Würde 71, 97, 270

Y

- Yoga 100–102

Z

- Zahnärztliche Behandlung 213
- Ziel
 - Annäherungsziel 38, 40, 147
 - intrinsisches 63
 - Langzeitziel 215
 - Vermeidungsziel 38, 40
 - Zielanpassung 279
- Zürcher Stärken Programm 115
- Zwang 126
- Zwei-Prozess-Modell 37, 39, 43