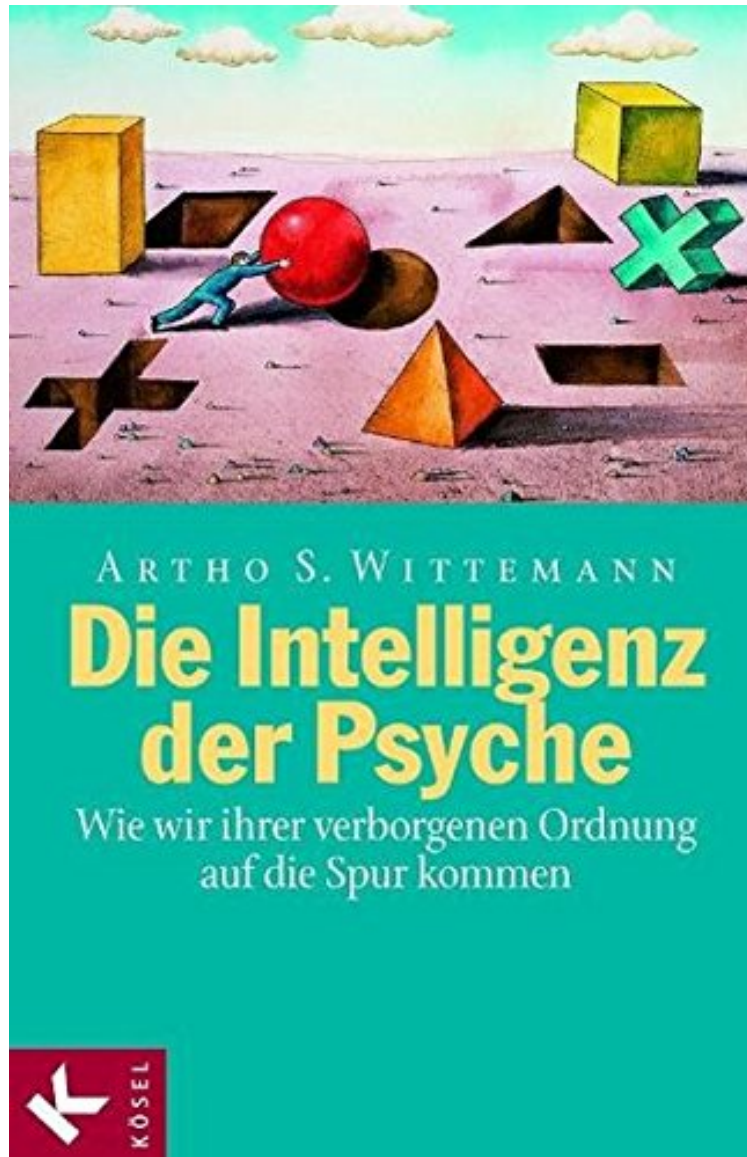


[Free] Die Intelligenz der Psyche: Wie wir ihrer verborgenen Ordnung auf die Spur kommen

Die Intelligenz der Psyche: Wie wir ihrer verborgenen Ordnung auf die Spur kommen

Von Artho Stefan Wittemann

ebooks / Download PDF / *ePub / DOC / audiobook



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation - Verkaufsrang: #185016 in BcherVerffentlicht am: 2000-03-22Abmessungen: 8.54 x .94b x 5.63l, Einband: Gebundene Ausgabe280 Seiten | File size: 17.Mb

Von Artho Stefan Wittemann : **Die Intelligenz der Psyche: Wie wir ihrer verborgenen Ordnung auf die Spur kommen** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Die Intelligenz der Psyche: Wie wir ihrer verborgenen Ordnung auf die Spur kommen:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen7 von 7 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein

machtvolles Instrument zur Selbsterkenntnis. Von Kankin Gawain Dieses Buch ist jeden Cent seines doch sehr hohen Preises wert. Ich konnte es nicht "in einem durch" lesen sondern habe es immer wieder dankbar und voller Ehrfurcht zur Hand genommen, um es je für zehn Seiten weiter zu rezipieren und meinem Geist die Möglichkeit zu geben, es sich Stück um Stück anzueignen. Es ist wirklich voller Weisheit. Zu seiner Einordnung: obwohl es bis an die Grenze zum spirituellen Erfahrungsraum geht, beschäftigt es sich hauptsächlich mit der psychischen Ebene der menschlichen Erfahrung - es bedarf also keiner besonderen Vorkenntnisse, um es, ausgehend von einem gewissen Alltagsverständnis seelischer Vorgänge, mit Gewinn zu lesen. Die theoretischen Wurzeln des Werkes liegen in der jung'schen analytischen Psychologie, welche von anderen Psychotherapeuten dann zur "Voice Dialog"-Methode weiterentwickelt wurde. In diesem Modell geht man davon aus, dass der Mensch mit seiner Umwelt, aber auch mit sich selbst, jeweils vermittelt unterschiedlicher "Persona" in Verbindung tritt. Jede dieser Personae, dieser inneren Personen, bzw. "Stimmen", hat ihre eigenen Neigungen, Fähigkeiten, Sichtweisen. Durch die "Voice-Dialog"-Methode begibt man sich in einen erforschenden, aber von Wertschätzung und Respekt getragenen, "Dialog" mit diesen inneren "Stimmen" und vermag so zu erkennen, von welchen Bewusstseinsinformationen (Persona) man am meisten bestimmt wird, welchen man welche Aufgaben im Leben zugeteilt oder berlassen hat, und man erfährt in diesem Prozess der Bewusstwerdung auch, dass es sogar Personae gibt, die nie an der (Bewusstseins-)Oberfläche auftauchen aber dennoch, quasi aus dem Hintergrund, unser Leben machtvoll bestimmen. Ich hoffe, dass diese kleine Erläuterung das Interesse zahlreicher Leser weckt; das Werk selbst geht noch viel tiefer, und den geneigten Leser erwarten zahllose "Aha-Erlebnisse". Für mich stellt es eine der wichtigsten Methoden der Selbsterkenntnis und Selbstintegration dar, welche im skandinavischen Abendland entwickelt wurden. Als Ergänzung zur hier vorgestellten Methode möchte ich außerdem noch die sog. "Gewaltfreie Kommunikation" aus der Tradition der humanistischen Psychologie empfehlen und dazu noch die neueste Weiterentwicklung der Verhaltenstherapie mit dem Namen "Akzeptanz- und Commitment-Therapie", wie sie z.B. im Buch "Wer dem Glück hinterher rennt, läuft daran vorbei" vorgestellt wird.

4 von 6 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Monotoner Inhalt Von Benji Anfangs hat mir das Buch mit seiner Erläuterung zur Intelligenz der Psyche sehr gut gefallen und es wurde einige interessante Inhalte und Erkenntnisse preisgegeben. Man kann sich schnell dabei beobachten, wie man parallelen zu seiner eigenen Denkweise findet und Begründungen für gewisse Handlungen erläutert bekommt. Die Beispiele werden ausführlich und wirklich einfach dargestellt und sind so für jedermann der nur etwas Hausverstand besitzt leicht nachvollziehbar. Leider hatte meine Freude auf das Buch ab etwas mehr als der Hälfte einen leichten Knick bekommen, da es sehr schnell monoton wird. Immer wieder wiederholen sich die vorangegangenen Erläuterungen anhand von "neuen" Beispielen die im Endeffekt dieselbe Aussage vermitteln wollten. Das Lesen fällt so zunehmend schwerer und man erwischt sich dabei wie man mehr oder minder die weiteren Absätze unkonzentriert durchrät. Fazit: Als kleines Leseschmankerl zwischendurch ist dieses Buch sicherlich ein netter Zeitvertreiber. Wer sich allerdings genauere Erläuterung zur Psyche des Menschen erwartet, ist mit einem anderen Buch sicherlich besser beraten. Daher leider nur 2 Sternchen.

44 von 46 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Eine völlig neue Sichtweise zum Verständnis der Psyche Von Ein Kunde Dieses spannend und humorvoll geschriebene Buch beschreibt einen völlig neuen, geradezu genialen und revolutionären Ansatz zum Verständnis der menschlichen Psyche. Und das auf höchst anschauliche und leicht nachvollziehbare Weise: Alle Kräfte, die in unserer Psyche wirken, sind Ausdruck unterschiedlicher innerer Personen, die eigenständig denken, fühlen und handeln und damit meist unbewusst unser Leben bestimmen. Sie entstanden aus einer existenziellen Notwendigkeit und aus einer tiefen Liebe zur Person. Deren Bewusstwerdung und Würdigung - statt Bekämpfung bzw. Defamierung als Abwehr, Widerstand, Blockade, Kontrolle ... - setzt einen tiefgreifenden Wandlungsprozess in Gang. Diese inneren Personen folgen einer inneren Ordnung: einige haben viel zu sagen, andere nichts zu melden; einige sind offensichtlich, andere arbeiten von einem geheimen Versteck aus; einige sind bewusst, andere unbewusst; ... Diese Ordnung zu entdecken, ist die Intelligenz unserer Psyche und die des Autors deutlich werden. Alle inneren Personen sind ihrer Grundqualität nach einem der "5 Kontinente" zuzuordnen, die sich wiederum alle überlappen: Kind (z.B. verletzbare Anteile), Gott (spirituelle Energien), Mann (z.B. logisch-rationale Seite), Frau (z.B. intuitiv-emotionale Seite), Tier (Instinktkräfte). Selbstwerdung bedeutet das Erschließen des gesamten Potentials eines jeden der 5 Kontinente. Dies soll keine Zusammenfassung des Buchs sein, sondern nur ein kurzes Anreihen wichtiger Themen. Man muss es als Ganzes lesen, sonst entgeht einem der sinnvolle Zusammenhang. Und auch der Humor und die Leichtigkeit, die für ein Sachbuch dieser Branche eher ungewöhnlich sind. Für den Laien ist es gut nachvollziehbar. Er wird einiges über sich selbst entdecken. Den Fachmann lädt es ein, völlig umzudenken und Grundstätzliches in Frage zu stellen. In meiner praktischen Tätigkeit als rztliche Psychotherapeutin erlebe ich seit der Anwendung dieses neuen Therapieansatzes, da diese Sichtweise der Einzigartigkeit eines Individuums viel eher gerecht wird als mein psychoanalytisches Verständnis.

Kurzbeschreibung Ein neues Bild der menschlichen Psyche Oft genügt schon ein falsches Wort, und wir geraten völlig aus dem Gleichgewicht. Warum das so ist, bleibt uns häufig selbst ein Rätsel. Wir spüren nur, dass es in unserem Inneren offenbar Kräfte gibt, die uns hin und her reißen und denen wir uns hilflos ausgeliefert fühlen. Artho Stefan Wittemann

zeigt in diesem Buch, dass dem Chaos der Psyche eine verborgene Ordnung zugrunde liegt. Analog der allgemeinen Chaos-Theorie funktioniert die Psyche wie ein unberechenbares, lebendiges und doch bestimmten Regeln folgendes komplexes System. Dieses System besteht aus vielen sich gegenseitig bedingenden und aufeinander einwirkenden Bausteinen: den Inneren Personen. Jede dieser Inneren Personen besetzt in der Psyche konkret darstellbare Rume so wie auch die Mitglieder eines Familiensystems bei Familienaufstellungen ihren richtigen Platz finden.

Autorenkommentar Gibt es eine Ordnung im Chaos der Psyche? Die menschliche Psyche hnel einem Labyrinth, in dem man sich rasch verirren kann. Niemand hat die Strukturen seiner Psyche selbst gewhlt. Sie entstehen ohne unser bewusstes Zutun, und eines Tages, wenn wir anfangen uns zu fragen: Wer bin ich? finden wir uns wieder in einem enorm komplexen, dynamischen, oft in sich selbst widersprchlichen System von Gedanken, Gefhlen, inneren Bildern, Krperempfindungen und Energien und wir haben keine Ahnung, wie all das zusammenhngt: Wir sind hineingeworfen in uns selbst. Whrend meiner langjhrigen psychotherapeutischen Arbeit wurde mir immer klarer, dass wir kein umfassendes Erklrungsmodell der Psyche besitzen, das alle Phnomene der Psyche auf positive Weise integriert. Gleichzeitig erkannte ich, wie einfach die Orientierung im inneren System wird, wenn man die Psyche als Tummelplatz der verschiedensten "Inneren Personen" betrachtet, die sich gegenseitig beeinflussen, und die - wie alles in der Natur - um einen guten Platz im System ringen. Zu meinem Glck hatte ich die "Voice Dialogue Methode" zur Verfugung, mit deren Hilfe man die verschiedenen Inneren Personen einzeln ansprechen, und in ihrer Tiefe untersuchen kann. Aus diesen Betrachtungen ergab sich ber viele Jahre hinweg ein immer deutlicheres Bild der gesamten Psyche als ein sich selbst organisierendes und regulierendes System, wie wir es berall in der Natur finden. Die eigene, meist verborgene Ordnung der Innenwelt zu entdecken, und sie aktiv, gezielt und respektvoll beeinflussen zu knnen, ist eine enorme Erleichterung fr den Menschen - eine Erlsung von dem Ausgeliefertsein an die selbstndigen Bewegungen der eigenen Psyche. So haben wir die Mglichkeiten und das Werkzeug, mit den Widersprchen der eigenen Natur umzugehen, der angelegten inneren Vielfalt gerecht zu werden und sie zum Blhen zu bringen, und bewusster Einfluss zu nehmen auf unsere Lebens- und Entscheidungsprozesse. Erst dann knnen wir der Chance und Aufgabe, die wir uns selbst sind, gerecht werden - und uns vom "berleben" hin zur "Entfaltung" bewegen.

ber den Autor und weitere Mitwirkendegeb. 1956, ist Heilpraktiker und leitet eine psychotherapeutische Praxis sowie das Institut fr Individual-Systemik. Er ist Dozent am Zentrum fr Individual- und Sozialtherapie (ZIST) in Penzberg. Seit vielen Jahren beschftigt er sich intensiv mit der systemischen Natur der menschlichen Psyche.