

Inhalt

Gebrauchsanweisung	9
Benutze ich Doublebinds? – Fragebogen	14
Einführung in das systemische Denken	
<i>Was ist Systemik?</i>	23
<i>Autopoiese oder sind wir etwa nur „triviale Maschinen“?</i>	29
<i>Das Konzept der Nützlichkeit</i>	35
Die Kommunikationstheorie nach Watzlawick	
<i>Mein Helferteam: Winnie der Pu und seine Freunde</i>	41
<i>Wer sagt hier „Niemand!“ oder was ist Kommunikation?</i>	42
<i>Du dummer alter Bär –</i>	
<i>Der Inhalts- und der Beziehungsaspekt</i>	44
<i>War es Pu oder Ferkel? Die willkürliche Interpunktion</i>	49
<i>Das Rätsel um den Balzrück:</i>	
<i>digitale und analoge Kommunikation</i>	52
<i>Symmetrische und komplementäre Interaktionen</i>	55
Die Faszination des Paradoxen	57
Die Entdeckung des Doublebinds –	
die Forschung des Gregory Bateson	65
Der Doublebind	71
<i>Das klassische Doublebindmuster</i>	72
<i>Wodurch entstehen Doublebinds?</i>	81
<i>Die Regeln im Doublebind-System</i>	85
„Ich hab dir nie einen Rosengarten versprochen“	
<i>Paradoxe Kommunikation am Beispiel einer</i>	
<i>schizophrenen Erkrankung</i>	94
Der Mensch im Doublebind-System	106
<i>Lösungsstrategien in Doublebind-Familien</i>	107
<i>Auswirkungen von Doublebinds auf Partnerschaften</i>	116

Meine beiden Männer – von Waltraut Kurz	124
Doppelwirklichkeiten und Doublebinds in Organisationen von Dr. Christel Kumbruck und Dr. Erika Kleestorfer	146
1. Die Doppelnatur von Doublebinds	149
2. Doppelwirklichkeiten in Organisationen	
2.1 <i>Normwidersprüche</i>	150
2.2 <i>Doppelte Wirklichkeit</i>	154
2.3 <i>Zweifachheit</i>	156
2.4 <i>Doppelspitzen</i>	160
2.5 <i>Familienunternehmen</i>	162
2.6 <i>Psychotische Organisationen</i>	165
2.7 <i>Das Neue als Verrat</i>	168
2.8 <i>Wer hat Angst vorm bösen Spiel</i>	173
Zusammenfassung	176
Hilfe zur Selbsthilfe – Lernen Sie sich kennen!	177
Ich wünsche mir so sehr, endlich sicher zu sein! Erwachsene Kinder aus Doublebind-Familien berichten	187
Angstfrei auf der Autobahn Die Heilung einer Angststörung, Les McBride	198
Schlüssel zur Auswertung des Fragebogens	202
Literaturverzeichnis	204