

Inhalt

<i>Vorwort</i>	11
Teil Eins: Was sind negative Gedanken und woher kommen sie?	17
1: Der Dämon der Infamie.....	19
2: Negative Gedanken in Bezug auf Kinder.....	37
3: Wie kann ich sicher sein, dass es nur Gedanken sind?.....	51
4: Woher kommen die negativen Gedanken?.....	67
Teil Zwei: Die Behandlung negativer Gedanken	95
5: Der Angst in die Augen sehen: Konfrontationsbehandlung	97
6: Negative Gedanken auf den Prüfstand: kognitive Therapie.....	117
7: Blasphemische Gedanken.....	133
8: Medikamente gegen negative Gedanken.....	141
9: Schreiten Sie zur Tat	153
<i>Anmerkungen</i>	171
<i>Register</i>	179