

# Inhoudsopgave

<b>Voorwoord</b>	<b>9</b>
<b>Inleiding</b>	<b>13</b>
<b>1. Hechten is aansluiten</b>	<b>21</b>
Herinneringen	21
<i>Steun is nodig om in het heden te voelen</i>	27
<i>Haalbare stappen</i>	30
<i>Grenzen en verbinding</i>	30
Empathie als voeding voor ervaren	32
Morele groei, het geweten	34
Kerngedachten	37
<b>2. Aansluitingsvormen</b>	<b>39</b>
Lichamelijke aansluiting	39
Affectieve aansluiting	40
<i>Beelden</i>	41
<i>Empathie</i>	43
Cognitieve aansluiting	44
<i>Spiegelen en mentaliseren</i>	45
Kerngedachten	47
<b>3. Oerleegte</b>	<b>51</b>
Transpersoonlijke aansluiting	51
<i>Toenemende angst</i>	53
<i>Herinnering achteraf</i>	55
Oerleegte zonder tegenstellingen	59
<i>Zijn in de leegte</i>	61
<i>Het iets in het niets</i>	63
<i>Innerlijke kindertijd ontregeld</i>	64
<i>Twee leegten</i>	65

Menswereld met tegenstellingen	69
<i>Nummer één willen zijn</i>	70
<i>Bestaat er één werkelijkheid?</i>	71
<i>De 'vrije' wil</i>	72
De betekenis van de Oerleegte	75
Kerngedachten	79
<b>4. Bewustzijn als ontwikkelingsproces</b>	<b>81</b>
Bewustzijn: van samenvallen naar zelfreflectie	81
<i>Bewust worden</i>	85
Zelfgevoel	87
Zelfbeeld	89
Zelfbeeld versus zelfgevoel	93
<i>Functie van zelfgevoel en zelfbeeld</i>	94
<i>Zelfreflectie, het zelfgevoel bewust worden</i>	95
<i>Overgave en gezien willen worden</i>	96
Het onbewuste en het collectief onbewuste	98
Kerngedachten	102
<b>5. Loyaliteit, hechting en hechtingsstijlen</b>	<b>105</b>
Loyaliteit is trouw	106
Hechten is vertrouwen	107
<i>Trouw en ontrouw aan jezelf</i>	108
Hechtingsstijlen	109
<i>Hechtingsstijl van het kind</i>	109
<i>Hechtingsstijl van de Zorger</i>	111
<i>Hechtingsstijl van Vragers en Helper</i>	113
Kerngedachten	116
<b>6. Van loyaliteit naar overlevingsstijl</b>	<b>117</b>
Wat is een overlevingsstijl?	117
<i>Je ware ik</i>	122
DSM handboek: overzicht van verdedigingspatronen	123
Kerngedachten	128

<b>7. Bestaansleegte</b>	<b>131</b>
Bestaansangst maskeert bestaansleegte	133
Verlies van identiteit, overlevingsstijl en bezieling	139
<i>De filterfunctie van de zintuigen</i>	146
Psychose: een levend schilderij	147
<i>Op de rand van de bestaansleegte</i>	150
<i>Maskers aan de muur</i>	151
Van bestaansleegte naar Oerleegte	152
Kerngedachten	155
<b>8. Therapie is samen werken aan samenwerken</b>	<b>157</b>
De Helper	157
Overdracht en tegenoverdracht	161
<i>De kindpositie wil verbinden</i>	164
Therapeutische relatie	168
Kerngedachten	175
<b>Synopsis</b>	<b>177</b>
<b>Overdenking</b>	<b>178</b>
<b>Dankwoord</b>	<b>180</b>
<b>Begrippenlijst</b>	<b>182</b>
<b>Literatuur</b>	<b>187</b>
<b>Aanbevolen boeken</b>	<b>192</b>