

# Inhalt

<b>Einleitung</b> .....	9
<b>Kapitel 1</b>	
<b>Definitionen von Eifersucht</b> .....	11
<b>Kapitel 2</b>	
<b>Die Abhängigkeit der Eifersucht vom historischen und kulturellen Kontext</b> .....	13
<b>Kapitel 3</b>	
<b>Eifersucht in der Allgemeinbevölkerung</b> .....	17
<b>Kapitel 4</b>	
<b>Typische Eifersuchtsphänomene</b> .....	19
<b>Kapitel 5</b>	
<b>Exzessive Eifersucht</b> .....	31
5.1 Formen exzessiver Eifersucht .....	31
5.2 Häufigkeit exzessiver Eifersucht .....	38
5.3 Exzessive Eifersucht und Alkoholprobleme .....	39
5.4 Selbst- und Fremdgefährdung bei exzessiver Eifersucht .....	40

## **Kapitel 6**

<b>Erklärungsansätze für normale und exzessive Eifersucht</b> .....	43
6.1 Psychodynamische Erklärungsansätze .....	43
6.2 Evolutionstheoretischer Erklärungsansatz .....	44
6.3 Kognitiv-verhaltenstherapeutischer Erklärungsansatz .....	47

## **Kapitel 7**

<b>Allgemeine Bemerkungen zu Diagnostik und Therapie bei Eifersuchtsproblemen</b> .....	51
7.1 Behandlungskontexte .....	51
7.2 Diagnostik .....	51
7.3 Behandlungsoptionen .....	52

## **Kapitel 8**

<b>Selbsthilfe und therapeutische Interventionen bei zwanghafter Eifersucht</b> .....	55
8.1 Verhaltensanalyse .....	55
8.2 Kognitive Umstrukturierung .....	59
8.3 Die Kontrollillusion .....	67
8.4 Konsequenzen des Kontrollverhaltens .....	71
8.5 Lebensgeschichtliche Hintergründe der Kontrollillusion .....	73
8.6 Selbstwertprobleme und exzessive Eifersucht .....	80
8.7 Die Tücken und Sackgassen eifersüchtiger Denkprozesse .....	85
8.8 Radikale Akzeptanz: Ein alternativer Umgang mit Eifersuchtsgedanken und -gefühlen .....	90
8.9 Exposition und Reaktionsverhinderung .....	93

<b>Kapitel 9</b>	
<b>Paartherapie</b> .....	109
<b>Kapitel 10</b>	
<b>Zusammenfassung</b> .....	121
<b>Literatur</b> .....	123