

Inhalt

| | |
|---|----|
| Vorwort | 7 |
| Anerkennung und Abwehr: Grundmuster zwischenmenschlicher Beziehungen | 10 |
| Was Abwehr auslöst und wie Anerkennung wirkt | 16 |
| Vom Umgang mit Andersdenkenden, Vätern, der Öffentlichkeit und dem Selbstwert. | |
| Beispiele aus meiner Praxis | 16 |
| Schutz und Verteidigung: Funktionen von Abwehr | 33 |
| Wie wir auf Abwehr reagieren und Anerkennung ausdrücken. Die Grundmuster | 35 |
| Was die Psychologie über Abwehr sagt | 40 |
| Starke Gefühle und sachliche Argumente: unbewusste und bewusste Abwehr | 42 |
| Vermeiden, Verdrängen, Verleugnen. | |
| Wie wir abwehren | 45 |
| Wie kognitive Psychologie und Psychoanalyse Abwehr erklären | 54 |
| Schweigen, schreien, flüchten. | |
| Abwehr erkennen | 71 |

| | |
|---|-----|
| Was die Philosophie über Anerkennung sagt | 82 |
| Warum das Bewusstsein für Anerkennung entscheidend ist: Georg Friedrich Wilhelm Hegel | 85 |
| Wie viele Bedeutungen Anerkennung hat: Paul Ricoeur | 101 |
| Welche Faktoren Anerkennung beeinflussen: Heikki Ikäheimo | 129 |
| Warum Werte im Prozess der Anerkennung eine Rolle spielen: Axel Honneth | 143 |
| Was wir von der Philosophie über Anerkennung lernen | 173 |
| Wie wir Beziehungen konstruktiv gestalten können | 188 |
| Vom kreativen Umgang mit Abwehr | 188 |
| Anerkennung in der Praxis | 195 |
| Über den sinnvollen Umgang mit Abwehr und Anerkennung | 218 |
| Ein Rückblick und ein Ausblick | 218 |
| Mit Abwehr umgehen und Anerkennung leben. Ein Leitfaden | 220 |
| Drei Methoden zum Umgang mit Abwehr | 220 |
| Vier Methoden, Anerkennung zu praktizieren .. | 224 |