

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