

## Inhaltsverzeichnis

|   |    |
|---|----|
| Vorwort . . . . .   | 5  |
| A. Die Grundstruktur des gehemmten Menschen . . . . .                   | 11 |
| 1. Die grobe und die feine Gehemmtheit . . . . .                        | 11 |
| a) Gehemmtheit als Leid . . . . .                                       | 12 |
| b) Die gespürte Gehemmtheit . . . . .                                   | 13 |
| c) Die verborgene Gehemmtheit . . . . .                                 | 14 |
| 2. Strebung und Haltung . . . . .                                       | 15 |
| 3. Das Gehemmte, von seiner charakterlichen Seite her gesehen . . . . . | 17 |
| a) Das Besitzstreben . . . . .  | 18 |
| $\alpha$ . Das Habenwollen, die kaptative Tendenz . . . . .             | 19 |
| $\beta$ . Die „Ursachen“ der kaptativen Gehemmtheit . . . . .           | 21 |
| $\gamma$ . Das Behaltenwollen, die retentive Tendenz . . . . .          | 23 |
| b) Das Geltungsstreben, die „aggressive“ Tendenz . . . . .              | 28 |
| c) Das Sexualstreben . . . . .  | 32 |
| d) Armut, Keuschheit, Gehorsam . . . . .                                | 39 |
| e) Der Anteil der drei Hauptgebiete an der Gehemmtheit . . . . .        | 40 |
| f) Das Gehemmte als expansive Motorik, als Willensphänomen . . . . .    | 42 |
| 4. Das Hemmende . . . . .   | 43 |
| 5. Das Gehemmte, von der Seite des Lustvollen her gesehen . . . . .     | 50 |
| 6. Die Koppelungserlebnisse . . . . .                                   | 54 |
| 7. Die Gehemmtheit . . . . .  | 56 |
| a) Die Angstreflexe . . . . .   | 57 |
| b) Das „Trauma“ . . . . .   | 57 |
| c) Die Verdrängung . . . . .  | 58 |
| 8. Das Unbewußte, das Ubw. . . . .                                      | 60 |
| 9. Die Haltungen . . . . .  | 61 |
| 10. Kriterien der Gehemmtheit – Die Ambivalenz . . . . .                | 64 |
| 11. Die Streuung . . . . .  | 66 |
| 12. Die genotypische Anlage . . . . .                                   | 68 |
| 13. Der Circulus vitiosus, der „Teufelskreis“ . . . . .                 | 71 |
| 14. Die Bequemlichkeit . . . . .  | 73 |
| 15. Die Riesenansprüche . . . . .                                       | 75 |
| 16. Die Überkompensation . . . . .                                      | 79 |
| 17. Die Ersatzbefriedigungen . . . . .                                  | 81 |

|   |     |
|---|-----|
| 18. Die Verdrängung von Angst- und Schuldgefühlen. Angst und Schuldgefühle als Haltung . . . . .      | 83  |
| 19. Die Welt der ursprünglichen Haltungen und der Einbruch der erworbenen in diesen Bereich . . . . . | 84  |
| 20. Das Lebensgefühl . . . . .  | 87  |
| 21. Das geistige Erleben . . . . .  | 89  |
| 22. Krankheit oder Irrtum? . . . . .  | 91  |
| 23. Die Korrektur der Gehemmtheit . . . . .   | 93  |
| <br>  |     |
| B. Das Sichtbarwerden des Gehemmten . . . . .   | 98  |
| 1. Das Wünschen und Planen . . . . .  | 98  |
| 2. Das sogenannte „freie Assoziieren“ – Die Einfälle . . . . .  | 101 |
| 3. Das phantasierende Denken . . . . .  | 104 |
| 4. Die Phantasie und die Bilder . . . . .   | 111 |
| 5. Die Tagträume . . . . .  | 115 |
| 6. Die Träume . . . . .   | 118 |
| a) Die klaren, verständlichen Träume . . . . .  | 118 |
| Ihr kompensatorischer Charakter . . . . .   | 119 |
| Die Wirkung von Furcht- und Schuldgefühlen . . . . .  | 119 |
| b) Die dunklen, verworrenen Träume . . . . .  | 119 |
| c) Das leider sogenannte Deuten der Träume . . . . .  | 122 |
| Das Sammeln der Einfälle zu den Details . . . . .   | 122 |
| Die Tertia comparationis . . . . .  | 124 |
| Die Einordnung von Einfällen und Traum in das Gesamterleben des Träumers . . . . .                    | 125 |
| Die Bedeutung der maßlos expansiven Träume . . . . .  | 126 |
| d) Die Allegorie im Traum . . . . .   | 129 |
| e) Der sexuell-symbolische Traum . . . . .  | 132 |
| f) Die Verifikation des Symbolcharakters . . . . .  | 135 |
| g) Die Entsymbolisierung von Träumen . . . . .  | 136 |
| α) die spontane . . . . .   | 136 |
| β) die „technisch“ beabsichtigte Entsymbolisierung . . . . .  | 142 |
| h) Die Erklärung für die relative Häufigkeit von Sexuellem im Traum . . . . .                         | 144 |
| <br>  |     |
| C. Erscheinungsweisen des gehemmten Menschen . . . . .  | 148 |
| a) Laster . . . . .   | 150 |
| 1. Die Habgier . . . . .  | 151 |
| 2. Der Geiz . . . . .   | 153 |
| 3. Die Verschwendungssucht . . . . .  | 154 |
| 4. Die Ungeduld . . . . .   | 156 |
| 5. Neid und Eifersucht . . . . .  | 157 |
| 6. Die Herrschsucht . . . . .   | 163 |
| 7. Der Jähzorn . . . . .  | 165 |
| 8. Die Eitelkeit . . . . .  | 167 |
| 9. Der Don Juan . . . . .   | 169 |
| 10. Die Dirne . . . . .   | 174 |

|  |     |
|--|-----|
| 11. Die Dysphorie . . . . .  | 179 |
| 12. Schuld oder Irrtum? . . . . .                                  | 181 |
| b) Erlebnisweisen . . . . .  | 183 |
| 1. Sarkasmus, Ironie, Humor . . . . .                              | 185 |
| 2. Die Temperamente . . . . .                                      | 188 |
| 3. Der kontemplative Mensch . . . . .                              | 191 |
| 4. Das mystische Erleben . . . . .                                 | 196 |
| 5. Die Askese . . . . .  | 201 |
| 6. Die Sublimierung . . . . .                                      | 207 |
| 7. Die Sehnsucht nach dem Androgynen, nach dem Magischen . . . . . | 209 |
| c) Typische Entwicklungsbilder . . . . .                           | 213 |
| 1. Das stille Kind . . . . .                                       | 213 |
| 2. Das überlaute Kind . . . . .                                    | 221 |
| 3. Der gehemmte Jugendliche . . . . .                              | 225 |
| 4. Der Duckmäuser, der Streber . . . . .                           | 226 |
| 5. Der haltlose Jugendliche . . . . .                              | 227 |
| 6. Der Vagabund . . . . .  | 229 |
| 7. Die Pubertät . . . . .  | 230 |
| 8. Der Gefügige . . . . .  | 235 |
| α) Der Unterwürfige . . . . .                                      | 235 |
| β) Der Gesellschaftslöwe . . . . .                                 | 237 |
| γ) Der Ultrakonservative . . . . .                                 | 238 |
| 9. Der „unschuldig Verfolgte“ . . . . .                            | 240 |
| 10. Der Lügner . . . . .   | 243 |
| 11. Der Hochstapler . . . . .                                      | 245 |
| 12. Der unberufene Prophet . . . . .                               | 248 |
| 13. Der ultraradikale Kritiker . . . . .                           | 249 |
| D. Die krankhaften Folgen der Gehemmtheit . . . . .                | 251 |
| 1. Die Entstehungsbedingungen der krankhaften Folgen . . . . .     | 252 |
| 2. Die Angst . . . . .   | 262 |
| 3. Die neurotischen Schuldgefühle . . . . .                        | 268 |
| 4. Die Depression . . . . .  | 274 |
| 5. Die Zwangsercheinungen . . . . .                                | 285 |
| 6. Die körperlichen Krankheitsfolgen der Gehemmtheit . . . . .     | 292 |
| 7. Die Geisteskrankheiten . . . . .                                | 299 |
| E. Die Heilung des Gehemmten . . . . .                             | 304 |
| Nachwort . . . . .   | 315 |
| Sachverzeichnis . . . . .  | 316 |