

## Inhalt

|   |     |
|---|-----|
| Vorbemerkungen .....  | 9   |
| Einleitung:   |     |
| Der Charakter – wie er entsteht, was er ermöglicht –<br>was er verhindert ..... | 13  |
| <br>  |     |
| <b>I Der schizoide Charakter</b>  |     |
| <i>Bejahungsdefizit in allen Lebensvollzügen</i> .....                          | 23  |
| 1. Überleben statt leben .....  | 31  |
| 2. Sich einigeln und isolieren .....  | 40  |
| 3. Angst vor der Nähe .....   | 44  |
| 4. Mit sich und der Welt uneins sein .....                                      | 52  |
| 5. Mißtrauen .....  | 56  |
| 6. Sinnverlust durch Entsinlichung .....  | 58  |
| 7. Zweifel und Verzweiflung .....   | 65  |
| 8. Cool sein .....  | 74  |
| 9. Mit der Panik aus dem Gefühl kommen .....                                    | 77  |
| <br>  |     |
| <b>II Der orale Charakter</b>   |     |
| <i>Unlust sich das Notwendige zu nehmen</i> .....                               | 81  |
| 1. Unverkräftete Versagenserlebnisse .....                                      | 89  |
| 2. Sehnsucht .....  | 92  |
| 3. Keine Lust um was zu bitten .....  | 97  |
| 4. Vieles ist unangenehm .....  | 106 |
| 5. Begehrlichkeit und Unzufriedenheit .....                                     | 113 |
| 6. Es ist immer zu wenig .....  | 115 |
| 7. Depression .....   | 120 |
| 8. Sucht .....  | 125 |
| <br>  |     |
| <b>III Der psychopathische Charakter</b>  |     |
| <i>Machen und Haben über Sein und Werden stellen</i> ...                        | 139 |
| 1. Der funktionalisierte Mensch .....   | 143 |
| 2. In die Vollen gehen, schnell mal was erleben .....                           | 146 |
| 3. Der Alleskönner und Selfmademan .....  | 154 |
| 4. Mächtige müssen manipulieren .....   | 164 |

|   |     |
|---|-----|
| 5. Was Besonderes sein .....                            | 169 |
| 6. Viel Outfit, wenig Infit .....                       | 175 |
| 7. Verführte und Verführer .....                        | 176 |
| 8. Fallangst, die verleugnete Angst .....               | 191 |
| 9. Paranoia, der ganz alltägliche Verfolgungswahn ..... | 194 |
| 10. Neid und Eifersucht .....                           | 198 |

#### **IV Der masochistische Charakter**

|   |     |
|---|-----|
| <b>Zu vieles zu lange behalten</b> .....              | 207 |
| 1. Die Lebendigkeit in Fesseln legen .....            | 212 |
| 2. Perfekt und ordentlich sein .....                  | 220 |
| 3. Anpassung, sich Leistungszwängen unterwerfen ..... | 224 |
| 4. Dulden und Ertragen .....                          | 229 |
| 5. Alles richtig machen müssen .....                  | 231 |
| 6. Sich schwertun und Beschwerden .....               | 237 |
| 7. Aus Spaß leiden müssen? .....                      | 246 |
| 8. Sammeln und Behalten .....                         | 249 |
| 9. Hemmungen und Schamgefühle .....                   | 254 |
| 10. Schuldgefühle .....                               | 261 |
| 11. Ärger und Rechthabereien .....                    | 269 |

#### **V Der rigide Charakter**

|   |     |
|---|-----|
| <b>Mit <i>Hingabe</i> zurückhalten</b> .....            | 275 |
| 1. Genitalität .....                                    | 281 |
| 2. Wenn Hingabe zurückgewiesen wird .....               | 286 |
| 3. Zurückhaltung aus Angst vor neuen Verletzungen ..... | 291 |
| 4. Sexuell verwirrt sein und Verwirrung stiften .....   | 302 |
| 5. Hysterie .....                                       | 309 |

|  |     |
|--|-----|
| Hinweise, um die Thematik zu vertiefen –<br>durch Lesen, durch Selbsterfahrung, durch Therapie ..... | 315 |
|--|-----|