

Inhalt

Vorwort der Verfasserin	5
Anmerkung der Übersetzerin	7
1. Aktivität – ein grundlegendes Bedürfnis	8
Wie Aktivität sich entwickelt · Selbstachtung · Die Beherrschung der Angst · Konfrontation mit der Realität · Zielgerichtete, direkte Aktivität · Vitalität in unserer Gesellschaft	
2. Weibliche Passivität – eine Halbwahrheit	35
Die komplexe Sexualität der Frau · Weiblicher Masochismus: Abhängigkeit von der Mutter · Weiblicher Sadismus – eine Vorspiegelung nicht vorhandener Kraft · Weibliche Aggressivität – nur eine Fassade · Die Bindung an den mütterlichen Vater · Lösungsmöglichkeiten	
3. Passive Männer und Partnerinnen	68
Zwei Typen der passiven männlichen Persönlichkeit · Versteckte Passivität des Mannes · Fehler in der Partnerwahl · Vorzeitige Ejakulation · Männliche Passivität und die Neigung zur Homosexualität · Wie man männliche Passivität entdeckt und behandelt	
4. Reaktionen bei Angst und Gefahr	90
Ist Angst Hilfe oder Hindernis? · Die wichtige Pause zwischen Alarm und Resignation · Die Konzentration wird verlagert: von der Gefahr auf die Rettung · Der Ausweg aus der Verwirrung · Die Gefahr einkreisen · Korrektur von Größenverzerrungen	
5. Aktive Liebe	128
Definition von Austausch und Gegenseitigkeit · Schutz vor dem Verlassenwerden · Wie lassen sich Selbst-Differenzierung und enge Vertrautheit vereinbaren? · Was führt zu echtem Austausch? · Wie man aus dem narzistischen Kokon ausschlüpft	

6. Positive menschliche Kontakte: die Ehe	167
Überraschende Reaktionen und ihre Wirkung · Der Übergang vom »Was« zum »Warum«	
7. Aktives Denken	188
Gedankenleere und Gedankenfülle · Wie man stereotype Phrasen vermeidet · Was Diskrepanzen und Inkonsistenzen verraten können · Selbstkritik statt Suche nach dem Schuldigen · Nicht die Größe, der Inhalt ist wichtig	
8. Die passiven Ausweichmanöver	213
Wie wirkt sich Passivität aus? · Wann und warum fing es an? · Hat Passivität einen Sinn?	
9. Subjektive Vorteile der Passivität	228
Die Welt ist mir etwas schuldig · Schweigend strafen durch passive Resistenz und Verdrießlichkeit · Passivität als psychologisches Alibi · Andere Vorteile der Passivität · Behandlungsvorschläge	
10. Auswege aus dem Wirrwarr der Semantik	245
Sprachlicher Ausdruck und seine Bedeutung in der Psychotherapie · Oberflächliche Verallgemeinerungen fälschen die Realität · Klischees und abgedroschene Weisheiten – Ausdruck von Passivität	