

# Inhalt \_\_\_\_\_

Vorwort _____	9
Einleitung _____	11
Abwehrmechanismen und ihre Auswirkungen _____	18
Verdrängung – der »einfachste« Abwehrmechanismus .....	18
Verdrängung und Unterdrückung – analoge Vorgänge auf verschiedenen Ebenen .....	21
Introjektion und Identifizierung – Mittel zum Aufbau der Persönlichkeit .....	23
Reaktionsbildung – das Gegenteil kommt durch .....	28
Verneinung – das Gegenteil wird behauptet .....	30
Wendung der Aggression gegen die eigene Person – wenn andere geschont werden sollen .....	32
Verschiebung – wenn es jemanden treffen soll, der weniger gefährlich oder weniger wichtig ist .....	35
Identifizierung mit dem Angreifer – man verhält sich so, daß man dem Angreifer ähnlich wird .....	37
Leugnung – wenn man sich gegen die Wahrnehmung nicht wehren kann, wehrt man sich gegen ihre Bedeutung .....	39
Projektion – Inneres soll außen sein .....	47
Projektive Identifizierung – wenn innere Maßnahmen nicht ausreichen .....	50
	5

Isolierung vom Affekt – wenn das, was man denkt, nicht unerträgliche Gefühle hervorrufen soll	
Isolierung aus dem Zusammenhang – wenn getrennt gehalten wird, was miteinander in Konflikt kommen könnte .....	54
Rationalisieren – wenn nur die vernünftigen Motive gedacht und erwähnt werden	
Intellektualisieren – wenn die Ich-Funktion des Abstrahierens eingesetzt wird, um das eigene Erleben oder das Erleben anderer nicht zu stark werden zu lassen ....	60
Ungeschehenmachen – Verbotenes, das geschehen ist, wird durch ein Zauberritual entkräftet .....	65
Magisches Denken – eine besondere Form von Kausalität wird vorausgesetzt .....	66
Rollenumkehr – Rollentausch bringt Einfluß und Macht ...	67
Altruistische Abtretung – sich mit einem anderen mitfreuen .....	70
Verdichtung – der Traumzensor schmilzt mehrere zu einem zusammen .....	71
Sublimierung – Inakzeptables wird zu Akzeptablem, wenn man es akzeptabler tut	
Ersatzbefriedigung – man nimmt, was man bekommen kann .....	72
Vermeidung – den leichteren Weg gehen .....	75
Gefühlsblockaden als Reaktionen auf Gefahren, Belastungen oder traumatische Ereignisse – Gefühle, die behindern können, werden abgeschaltet .....	77
Objektneutralisierung und Selbstneutralisierung – ein Mittel zu leichterem Verzicht .....	79
Idealisierung – auf viele Weisen und zu vielen Zwecken ...	81
Regression und Progression – Flucht entlang der Zeitachse oder sich Einstellen auf Übertragungsauslöser ...	87
Depersonalisation, Derealisation – die Wahrnehmung des eigenen Körpers oder der Umwelt wird verändert, um Schaden zu verhüten .....	90
Der Einsatz von Abwehrmechanismen bei Schwächen der Ich-Funktionen – Belastungen des Ich werden selektiv vermindert .....	93

Frühstörungen .....	95
Abwehrmechanismen bei Frühstörungen	
- was ist anders? .....	95
Das Idealisieren anderer bei narzißtischer Charakter- pathologie – ein Mittel, eigene Bedürfnisse zu stillen ....	107
Auswirkungen des Größenselbst – wenn Anspruch an die eigene Person und Wirklichkeit auseinanderklaffen .....	108
Narzißtische Entwicklungen, Über-Ich und Empathie	
- um sich einföhlen zu können, muß man es für möglich halten, daß der andere mit einem selbst vergleichbar ist .....	110
Mehrpersonensituationen – Abwehr wird zur Gemeinschaftsaufgabe .....	113
Abwehr im Dienst der Partnerwahl und des Sich-Bindens – Abwehrmechanismen helfen bei bei der Verwirklichung angeborener Verhaltens- programme .....	116
Gesellschaftsspezifische Abwehr – die Gesellschaft hat Einfluß auf die Wahl der Abwehrmittel. Ein Vergleich mit anderen Kulturen hilft, unseren Umgang mit sozialer Wirklichkeit zu verstehen .....	123
Zitierte Literatur .....	129
Ergänzende Literatur .....	134
Register .....	135