

# Inhalt

<b>Der Schatten – ein Konzept von C.G. Jung</b> .....	<b>9</b>
<b>Persona und Schatten</b> .....	<b>12</b>
Die Funktion der Persona .....	15
Die Sozialisation der Persona .....	17
Die geschönte Existenz und der Schatten .....	20
<b>Der Schatten</b> .....	<b>24</b>
Der Schatten der anderen Menschen ist interessant ..	26
Der eigene Schatten ist lästig .....	29
Abwehr des Schattens .....	30
Der Doppelgänger .....	32
Schattenschwestern/Schattenbrüder .....	36
Vom Umgang mit dem alltäglichen Schatten .....	38
Ertappt bei schattenhaftem Verhalten .....	42
Die Schattenverschreibung .....	43
<b>Die «Man-Persona», der «Man-Schatten»</b> .....	<b>49</b>
<b>Der Schatten als das Fremde</b> .....	<b>52</b>
Das Fremde als das Faszinierende .....	54
Das Fremde als das Unheimliche .....	57
Der Schatten als die Fremden .....	59
Sind wir uns denn so fremd? .....	60

<b>Der kollektive Schatten</b> .....	62
Das Böse .....	63
Der kollektive Schatten und die Frage nach einer neuen Ethik .....	68
Der kollektive Schatten .....	72
Eine neue Ethik? .....	75
<b>Modelle für Schattenakzeptanz</b> .....	84
Schattenakzeptanz im Mythos .....	84
Schattenakzeptanz im Märchen .....	94
Die Akzeptanz eines komplementären Schattens über Entwicklung .....	109
Der Kampf mit dem Schatten: Gilgamesh und Enkidu .....	114
Schattenkampf – Konfliktfreundschaft .....	120
<b>Die Akzeptanz von Schatten</b> .....	124
Der komplementäre Schatten: die unbekannte Seite ..	124
Die Akzeptanz des analogen Schattens durch Kampf .....	127
<b>Was die Akzeptanz des Schattens erschwert</b> .....	130
Lieber sterben als das Gesicht verlieren .....	130
Das Schattenkonglomerat .....	136
<b>Schatten in der Beziehung</b> .....	143
Den Schatten vom anderen «verdauen lassen» .....	144
Die Delegation des Schattens .....	148
Der «gemeinsame» Schatten ist bedeutender als der «einsame» .....	149
Der Schatten der Beziehungsideale .....	153
Der Familienschatten .....	156

**Die Sprengkraft des Schattens . . . . . 160**

**Die verschatteten Frauen . . . . . 163**

**Schlußwort . . . . . 166**

**Dank . . . . . 169**

## **ANHANG**

**Anmerkungen . . . . . 173**

**Literatur . . . . . 179**