

INHALT

GELEITWORT ZUR NEUAUSGABE 9

VORWORT 13

1 UNSERE INNERE VIELFALT 17

2 DAS TEAM DER INNEREN KRITIKER 21

Der Kontrolleur 22

Der Perfektionist 24

Der Antreiber 26

Der Allen-Rechtmacher 27

Der Be- und Verurteiler (Richter) 29

3 PRIVATVORLESUNG 1:

JEDES ICH IST VIELE TEILE 34

4 PRIVATVORLESUNG 2:

DIE ENTSTEHUNG DER ZUNFT DER
INNEREN KRITIKER UND CO. 41

5 PRIVATVORLESUNG 3:

DER GNADENLOSE BLICK DES INNEREN BE- UND
VERURTEILERS 53

6 MIT WEM REDET EIGENTLICH DER INNERE KRITIKER? 60

7 DIE STIMME DER KRITIKER ODER:

DIE IDEE DER GUTEN ABSICHT 72

8	DAS KRITISIERTE KIND IN UNS	81
9	WAS IHR INNERER KRITIKER	
	MIT DEM ZAUBERER VON OZ ZU TUN HAT	91
10	DAS KIND HINTER DER MASKE DES KRITIKERS	97
11	DIS-IDENTIFIKATION ALS LÖSUNGSWEG	106
12	DIE INNEREN PROTEKTOREN ODER:	
	DIE ERWEITERTE »INNERE KRITIKER-TRUPPE«	114
13	SICH MIT DEM INNEREN KRITIKER ANFREUNDEN	122
14	DAS VERLETZTE INNERE KIND IN DIE GEGENWART	
	BRINGEN	134
	NACHWORT	139

ANHANG 141

Der Wohlfühlort	141
Test: Ihre inneren Kritiker	143
Die Botschaften meiner inneren Kritiker	152
Anmerkungen	153
Literaturhinweise	154