

# 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**

<b>8</b>	<b>DAS KRITISIERTE KIND IN UNS</b>	<b>81</b>
<b>9</b>	<b>WAS IHR INNERER KRITIKER MIT DEM ZAUBERER VON OZ ZU TUN HAT</b>	<b>91</b>
<b>10</b>	<b>DAS KIND HINTER DER MASKE DES KRITIKERS</b>	<b>97</b>
<b>11</b>	<b>DIS-IDENTIFIKATION ALS LÖSUNGSWEG</b>	<b>106</b>
<b>12</b>	<b>DIE INNEREN PROTEKTOREN ODER: DIE ERWEITERTE »INNERE KRITIKER-TRUPPE«</b>	<b>114</b>
<b>13</b>	<b>SICH MIT DEM INNEREN KRITIKER ANFREUNDEN</b>	<b>122</b>
<b>14</b>	<b>DAS VERLETZTE INNERE KIND IN DIE GEGENWART BRINGEN</b>	<b>134</b>
	<b>NACHWORT</b>	<b>139</b>
<b>ANHANG</b>	<b>141</b>	
	Der Wohlfühlort	141
	Test: Ihre inneren Kritiker	143
	Die Botschaften meiner inneren Kritiker	152
	Anmerkungen	153
	Literaturhinweise	154