

Inhalt

Einleitung	7
------------------	---

Kapitel 1: Die Ursprünge des Verlassenwerdens 11

Verlassenwerden, Verlassenheitsneurose, Zurückweisung: einige Orientierungshilfen	11
Von der Verlassenheit zur frühen Erfahrung des Verlassenwerdens	20
Was geht im Fötus, im Neugeborenen oder im Kind vor, wenn sie verlassen werden?	28
Die »Denke«: Definition	35

Kapitel 2: Sich verlassen fühlen 51

Pascale: »Ich bin Super-Pascale!«	52
Pedro: »Meine Mutter hat nie zu mir gesagt, dass sie mich liebt«	59
Anne: »Ich trinke mir Mut an ...«	67
Louis: »Die Frauen lassen mich immer nur leiden!«	71
Erläuterungen	78

Kapitel 3: Das Sozialverhalten verlassener Personen 85

Der Hypersoziale	86
Der Hyperaggressive	88

Rückzug in sich selbst	91
Angst vor der Einsamkeit	93
Selbstverleugnung	97
Gier nach Anerkennung	100
Zusammenfassung	103

Kapitel 4: Das Gefühlsleben verlassener Personen 105

Eroberung um jeden Preis	106
Emotionale Abhängigkeit	110
Fehlendes Selbstwertgefühl	111
Angst und Schuldgefühle wegen einer Trennung	114
Die gewollte Zurückweisung	118
Zusammenfassung	120

Kapitel 5: Was tun, um von der Verlassenheit zu genesen? 125

Das Paradoxe am Verlassenen	127
Der klassische medizinische Weg: Krankheit als Verhängnis	129
Der alternative medizinische Weg: Krankheit als Chance	142
Die OGE-Methode	152
Schlusswort: Alles ist Liebe	184
Anmerkungen	187
OGE-Seminare	188
Register	189