

Inhalt

Vorwort	9
Aggression und Beziehung – was ist das?.....	15
1. Was ist Aggression?	15
2. Einige mit der Aggression verwandte Begriffe: Ärger, Wut, Zorn, Hass, Feindschaft, Groll	23
3. Unterschiedliche Formen von Aggression	24
3.1. Zerstörerische (destruktive) Aggressionen	25
3.2. Unterdrückte Aggressionen	27
3.3. Lebensfördernde (konstruktive) Aggressionen	29
4. Was ist Beziehung?	30
4.1. Definition	30
4.2. Der Mensch als eigenständiges und relationales Wesen.....	33
4.3. Aggression und Beziehung	36
5. Geistesgeschichtliche Wurzeln für das abwertende Verständnis von Aggressionen und Gefühlen	38
5.1. Das ganzheitliche biblische Menschenbild	38
5.2. Dualistische Tendenzen	40
5.3. Die wiedergewonnene ganzheitliche Sicht des Menschen	44
6. Zusammenfassung.....	46
Elternbotschaften über Gefühle, Aggressionen und Beziehungen.....	49
1. Die Bedeutung der Gefühle für die Persönlichkeitsentfaltung	49
2. Die Auseinandersetzung mit den Elternbotschaften über Gefühle	60

3. Elternbotschaften über Aggressionen und Beziehungen ..	62
3.1. Elternbotschaften über Aggressionen	65
3.2. Elternbotschaften über Beziehungen.....	70
 Aggressionen können Beziehungen	
fördern und zerstören.....	77
1. Aggressionen in der Beziehung zur Umwelt.....	78
1.1. Die zerstörerische Aggressivität	
gegenüber der Umwelt	78
1.2 Die Schöpfungstheologie als Basis	
einer lebensfördernden Beziehung zur Umwelt.....	81
1.3. Ethische Folgerungen für eine heilsame Beziehung	
zur Umwelt	86
2. Aggressionen in der Beziehung zu anderen Menschen ...	89
2.1. Einführung	89
2.2. Aggressionen und offene Beziehungsstörungen	102
2.2.1. Gewalttätige Aggressionen	
und Beziehungsstörungen	102
2.2.2. Aggression und Gewaltlosigkeit	115
2.3. Aggressionen und verdeckte Beziehungsstörungen...	119
1. Unklare Beziehungen.....	120
2. Die Doppelbindung	121
3. Übertriebene Reaktionen	121
4. Die Diskrepanz von Ideal und Wirklichkeit....	123
5. Verdeckte Beziehungsstörungen im Umgang	
mit Behinderten	132
6. Verdeckte Beziehungsstörungen im Umgang	
mit Kranken	137
7. Übungen zum Beziehungslernen	143
3. Aggressionen und die Beziehung zu mir selbst.....	147
3.1. Einführung	147
3.2. Die aggressive Auseinandersetzung mit der eigenen	
Vergangenheit	148

3.3. Lebensbedingungen, die Aggressionen fehlleiten können	152
3.4. Aggressionen und die authentische Selbstdarstellung ..	160
3.5. Einige Hinweise zur Einübung einer geordneten Selbstliebe.....	163
4. Aggressionen in der Beziehung zu Gott	171
4.1. Einführung	171
4.2. Schwierigkeiten bei der Auseinandersetzung mit Gott.....	172
4.3. Einige Hinweise zur Auseinandersetzung mit Gott ..	181
Eine Frucht der Aggression ist die Liebe.....	193
Literaturverzeichnis	209