

Inhalt

Vorwort	7
Der Schatten – ein Konzept von C. G. Jung	9
Persona und Schatten	11
Die Funktion der Persona	13
Die Sozialisation der Persona	15
Die geschönte Existenz und der Schatten	17
Der Schatten	20
Der Schatten der anderen Menschen ist interessant.	22
Der eigene Schatten ist lästig	24
Abwehr des Schattens	25
Der Doppelgänger	26
Schattenschwestern/Schattenbrüder	29
Vom Umgang mit dem alltäglichen Schatten	31
Ertappt bei schattenhaftem Verhalten	34
Die Schattenverschreibung	35
Die »Man-Persona«, der »Man-Schatten«	39
Der Schatten als das Fremde	42
Das Fremde als das Faszinierende	43
Das Fremde als das Unheimliche	46
Der Schatten als die Fremden	47
Sind wir uns denn so fremd?	48
Der kollektive Schatten	50
Das Böse	51
Der kollektive Schatten und die Frage nach einer neuen Ethik	55
Der kollektive Schatten	58
Eine neue Ethik?	60

Modelle von Schattenakzeptanz	67
Schattenakzeptanz im Mythos	67
Schattenakzeptanz im Märchen	74
Über Entwicklung zur Akzeptanz eines komplementären Schattens	87
Der Kampf mit dem Schatten: Gilgamesch und Enkidu	91
Schattenkampf – Konfliktfreundschaft	95
 Die Akzeptanz des komplementären und des analogen Schattens	99
Der komplementäre Schatten – die unbekannte Seite	99
Die Akzeptanz des analogen Schattens durch Kampf	101
 Was die Akzeptanz des Schattens erschwert	104
Lieber sterben, als das Gesicht zu verlieren	104
Das Schattenkonglomerat	109
 Der Schatten in der Beziehung	114
Den Schatten vom anderen »verdauen lassen«	115
Die Delegation des Schattens	118
Der »gemeinsame« Schatten ist bedeutender als der »einsame«	119
Der Schatten der Beziehungsideale	122
Der Familienschatten	124
 Die Sprengkraft des Schattens	128
 Die verschatteten Frauen	131
 Schluss	133
 Dank	136
 Anhang	137
Anmerkungen	137
Literatur	141