

Marie-France Hirigoyen

Die Masken der Niedertracht

Seelische Gewalt im Alltag und
wie man sich dagegen
wehren kann

*Aus dem Französischen
von Michael Marx*



Verlag C.H.Beck München

Inhalt

Einführung.	9
---------------------	---

I.

Die perverse Gewalt im Alltag

1. Die private Gewalt	23
<i>Die perverse Gewalt gegenüber dem Lebenspartner</i>	23
<i>Die Herrschsucht</i>	23
<i>Die Gewalt</i>	30
<i>Die Trennung</i>	42
<i>Die seelische Gewalt in den Familien</i>	51
<i>Die mittelbare Gewalt</i>	52
<i>Die unmittelbare Gewalt</i>	59
<i>Der latente Inzest</i>	66
2. Die Gewalt am Arbeitsplatz	68
<i>Worum geht es?</i>	69
<i>Wer wird aufs Korn genommen?</i>	72
<i>Wer greift wen an?</i>	73
<i>Ein Kollege greift einen anderen Kollegen an</i>	74
<i>Ein Vorgesetzter wird vom Untergebenen</i> <i>angegriffen</i>	78
<i>Ein Untergebener wird von einem Vorgesetzten</i> <i>angegriffen</i>	79
<i>Wie man ein Opfer daran hindert zu reagieren</i>	80
<i>Das Verweigern unmittelbarer Kommunikation</i>	81
<i>Herabwürdigen</i>	82
<i>Diskreditieren</i>	83
<i>Isolieren</i>	83
<i>Schikanieren</i>	85

<i>Den anderen zu einem Fehler verleiten.</i>	85
<i>Sexuelle Belästigung.</i>	85
<i>Der Ansatzpunkt des Quälens.</i>	87
<i>Der Machtmißbrauch.</i>	87
<i>Die perversen Machenschaften.</i>	91
<i>Das Unternehmen, das gewähren läßt.</i>	99
<i>Das Unternehmen, das die perversen Methoden geradezu fördert.</i>	105

II.

Die perverse Beziehung und die Protagonisten

3. Die perverse Verführung	115
4. Die perverse Kommunikation	121
<i>Die unmittelbare Kommunikation verweigern</i>	121
<i>Die Sprache entstellen.</i>	123
<i>Lügen.</i>	126
<i>Mit Sarkasmus, Spott und Verachtung umgehen</i>	128
<i>Vom Paradox Gebrauch machen.</i>	132
<i>Herabsetzen.</i>	136
<i>Trennen, um besser herrschen zu können</i>	137
<i>Seine Herrschaft auf zwingen.....</i>	139
5. Die perverse Gewalt	143
<i>Der Haß wird gezeigt.</i>	143
<i>Die Gewalt wird ausgeübt.</i>	146
<i>Der andere wird in die Enge getrieben.</i>	149
6. Der Aggressor	152
<i>Die narzißtische Perversion.</i>	152
<i>Der Narzismus.</i>	154
<i>Der Übergang zur Perversion.</i>	156
<i>Der Größenwahn.</i>	157
<i>Die Vampirwerdung.</i>	159
<i>Die Unverantwortlichkeit.</i>	162
<i>Die Paranoia.</i>	164

7. Das Opfer.166
<i>Das Opfer als Objekt.</i>166
<i>Weshalb wurde es ausgewählt.</i>167
<i>Ist es Masochismus?.</i>169
<i>Seine Skrupel.</i>172
<i>Seine Vitalität.</i>175
<i>Seine Durchsichtigkeit.</i>176

III.

Folgen für das Opfer und Übernahme der Verantwortung

8. Die Folgen der Phase des beherrschenden Einflusses.182
<i>Der Verzicht.</i>182
<i>Die Verwirrung.</i>183
<i>Der Zweifel.</i>184
<i>DerStreß.</i>186
<i>Die Angst.</i>187
<i>Die Vereinsamung.</i>188
9. Die längerfristigen Folgen.190
<i>Der Schock.</i>190
<i>Die Dekompensation.</i>191
<i>Die Trennung.</i>194
<i>Die spätere Entwicklung.</i>196
10. Praktische Ratschläge für Paare und Familien . . .	201
<i>Erkennen.</i>	201
<i>Handeln.</i>	203
<i>Innerlich widerstehen.</i>	203
<i>Die Justiz einschalten.</i>	204
11. Ratschläge für Unternehmen.	207
<i>Erkennen.</i>	207
<i>Unterstützung finden innerhalb des Unternehmens</i>	208
<i>Psychisch widerstehen.</i>	209

<i>Handeln.</i>	212
<i>Die Justiz einschalten.</i>	214
<i>Das seelische Quälen.</i>	214
<i>Die sexuelle Belästigung.</i>	216
<i>Die Vorbeugung ausbauen.</i>	217
12. Die Betreuung der Opfer als Patienten	219
<i>Wie heilen?.</i>	219
<i>Die Wahl des Psychotherapeuten.</i>	219
<i>Die Perversion beim Namen nennen.</i>	221
<i>Sich befreien.</i>	222
<i>Sich frei machen von Schuldgefühl.</i>	223
<i>Herausfinden aus dem Leiden.</i>	226
<i>Heilen.</i>	227
<i>Die verschiedenen Psychotherapien.</i>	229
<i>Die kognitiven Verhaltenspsychotherapien</i>	229
<i>Die Hypnose.</i>	231
<i>Die systemischen Psychotherapien.</i>	232
<i>Die Psychoanalyse.</i>	234
Schlußbemerkung	236
Bibliographie.	239