

FRANK-M. STAEMMLER

Kränkungen

Verständnis und Bewältigung
alltäglicher Tragödien

Klett-Cotta

Inhalt

1	Vorbemerkung	11
	Vom Einfluss der Kultur, der Opfermentalität und der Suche nach Würde	
2	Ohne böse Absicht	18
	Von der Unschuldsvermutung und dem Wesen der Tragik	
3	Sechs Beispiele	21
	Von einer wortlos verlassenen Frau, zurückgeschickten Aktfotos, einem verweigerten Abschiedskuss, einem unerfüllten Wunsch, einem nicht bereitgestellten Porsche und einer hintergangenen Ehefrau – mit einer Zwischen- bemerkung über Mobbing	
4	Persönlich genommen	30
	Von nicht erhaltener Aufmerksamkeit, beleidigtem Rückzug, aggressiver Flucht in die Aktivität, der Suche nach Rettern, dem Loswerden von Ärger, von Rache und »Gefühlsstürmen«	
5	Metaphern, die die Welt (be-)deuten	48
	Von körperlichem Schmerz und seelischem Leid, von Sendern und Empfängern und vom Verstehen als einem »produktiven Verhalten«	

6	Mechanik des Täter-Opfer-Schemas	55
	Von Ursachen und Wirkungen, Tätern und Opfern, von Selbstmitleid und einer vermeintlichen moralischen Überlegenheit	
7	Unterstellte Motive	61
	Von falschen Umkehrschlüssen, bösen Absichten und einem »fundamentalen Attributionsfehler«	
8	Verrückte Tauben	66
	Von Koinzidenzen und Kausalitäten	
9	Erster Wendepunkt	70
	Von der Mechanik zur Emotionalität	
10	Emotionspsychologie	72
	Von Interpretationen und dem Appetit auf Würstchen, von Situationen und Kontexten sowie von dem Versuch, Sinn zu stiften	
11	Beeinträchtigung des Selbstwerts	81
	Vom Wunsch nach Anerkennung und der »konstitutionellen Gefährdung« des Menschen, von Liebe und Kränkbarkeit, unerfüllten Achtungs- ansprüchen und der Ansprüchlichkeit des Ego	
12	Leid des Getrenntseins	95
	Vom Bedürfnis nach Verbundenheit, von emotionaler Resonanz, von abgeschlagenen Wünschen und anderen Enttäuschungen	

13	Unsichtbare Horizonte	103
	Von unterschiedlichen Perspektiven, von fehlenden Verabredungen, von der Unkontrollierbarkeit der Kommunikation und dem gemeinsamen Schaffen von Bedeutungen	
14	Bis hierhin	113
	Von der Frustration von Achtungserwartungen, von Brüchen in der Verbundenheit und vom Misslingen der Verständigung	
15	Zweiter Wendepunkt	117
	Von konkreten Menschen, von Schadensbegrenzung und von der Verhinderung von Leid	
16	Sofortmaßnahmen: Minderung von Leid	119
16.1	Die Beiträge des Einen	120
	Von Verantwortung, der Unterbrechung von Automatis- men, von engagiertem Akzeptieren und von sanfter Berührung	
16.2	Die Beiträge der Anderen	129
	Von Schuldgefühlen und Betroffenheit, von Bedauern und Mitgefühl und von Beschwichtigung und Trost	
16.3	Gemeinsame Beiträge	133
	Von günstigen Zeitpunkten, dem Umgang mit »Leichen im Keller«, der schwierigen Konkurrenz ums Verstan- denwerden, von »Ich-Botschaften«, dem ruhigen Zuhören und vom Verzeihen	
17	Prävention: Verhinderung von Leid	153
17.1	Den Anderen weniger Anlässe für Kränkungen liefern ...	155
	Von der Sicherheit der Konvention, vom Taktgefühl und von den Grenzen der »goldenen Regel«	

17.2	Die eigene Kränkbarkeit reduzieren	167
	Von erfreulicher Unsicherheit, narzisstischen Deutungsmustern, Verlassenheitsängsten, fixierten Erwartungen und der Relativierung des Ego	
18	Zu guter Letzt	190
	Vom Schutz der ›Opfer‹ und der ›Täterinnen‹ und von der Lebensform der Würde	
	Literatur	195