

Inhalt

Vorwort	5
Kapitel 1. Ein Bummel durch den Kostümverleih der Ausreden	15
Ein Blick in den Spiegel.....	17
Was ist eine Ausrede?.....	19
Einige übliche Ausreden.....	20
Ich bin's nicht gewesen.....	20
Leugnen.....	20
Alibis.....	20
Schuldverlagerung.....	20
»So schlimm war's nicht«.....	22
Verharmlosung.....	22
Rechtfertigung.....	22
Reduktion.....	23
»Ja, aber...«.....	23
»Ich konnte nichts dafür«.....	24
»Ich wollte das nicht«.....	24
»Das war nicht wirklich ich«.....	25
Eine Vorschau auf die Maskerade der Ausreden.....	25
Kapitel 2. Der philosophische Hintergrund zum Maskenspiel der Ausreden	26
Philosophische Kernpunkte.....	27
Bestimmung und Auswahl.....	28
Bestimmung.....	28
Auswahl.....	29
Die praktische Lösung.....	30
Verantwortlichkeit und Freiheit.....	32
Die Verbindung von Freiheit und Verantwortlichkeit.....	32
Der Vorteil der Auswahl.....	33
Der Nachteil von Auswahl.....	33
Verantwortlichkeit und Durchführbarkeit.....	34
Der moderne Zwiespalt.....	34
Wenn Auswahlmöglichkeiten überhandnehmen.....	35
Mehr Schauplätze.....	35
Mehr Handlung.....	37
Eigene Zeilen verfassen.....	39
Welches Publikum.....	40
Die Verantwortungskrise.....	40
Weit entfernte Ereignisse.....	41
In ferner Zukunft liegende Ereignisse.....	42
Bedeutende Ereignisse.....	43

Trick 17.....	44
Ver-Antwort-ung.....	45
Macht und Technologie.....	45
Macht und Anzahl.....	46
Die Verkleidungslösung.....	47
Ausreden beim Meinungsstreit.....	48
Das Ausmaß der Zwiespältigkeit.....	49
Vom Haken loskommen.....	50
Kapitel 3. Die Theorie der Ausrede: Ein positives Image für sich selbst und die anderen.....	51
Eine gute Vorstellung: Ein positives Image fürs Publikum.....	51
Definition der Selbstbilder.....	52
Motive für gute Kritik.....	54
Persönlichkeitstheoretiker und Psychotherapeuten zum Begriff der Selbstachtung	55
Sozialpsychologische Zuschreibungstheoretiker.....	57
Der Bezug zum Publikum: Für wen sind die positiven Bilder?..	61
Für das Publikum draußen spielen.....	62
Für das Publikum im einzelnen Menschen spielen.....	64
Für das Publikum im Menschen und für die Zuschauer außerhalb spielen: rotierende Bilder.....	66
Schlechte Kritik: Das Selbstbild ist bedroht.....	69
Schauspieler und ihre Darstellungen: ein Modell.....	69
Schlechte Leistungen.....	70
Klare Richtlinien.....	70
Absicht.....	71
Anderen oder sich selbst Schmerz zufügen.....	71
Statistische Seltenheit.....	72
Die Wichtigkeit der Rolle.....	72
Die Macht des Kritikers.....	73
Die Verknüpfung mit der Verantwortung.....	73
Zustimmung oder Übereinstimmung.....	74
Beständigkeit.....	74
Unterschiedlichkeit.....	75
Die Wechselwirkung von Verantwortung und Fehlleistungen...	76
Die Aufrechterhaltung der Selbstbilder: Die »Rolle« von Ausreden. Definition und erweitertes Modell.....	78
Minderung der offensichtlichen Verantwortlichkeit (»Ich war's nicht«).....	80
Unschuld.....	80
Anschuldigung.....	81

Leistungen später anpassen (»So schlimm ist es doch gar nicht«)	81
Nichts Böses sehen, nichts Böses hören.....	82
Die Richtlinien für eine »schlechte« Leistung manipulieren.....	83
Die Quellen negativen Feedbacks in Frage stellen.....	83
Die übertragene Verantwortlichkeit verringern (»Ja, aber...«).....	84
Die Zustimmung erhöhen.....	84
Die Beständigkeit verringern.....	86
Die Unterschiedlichkeit hervorheben.....	87
Ausnahmen, die nicht unbedingt Ausnahmen sind (»Wenn Becheidenheit der beste Weg ist«).....	88
Untersuchungen an Lehrern.....	89
Untersuchungen über die Entkräftigung von Ausreden.....	90
Ausreden und verwandte Systeme.....	91
Ausreden und Verteidigungsmechanismen.....	91
Ausreden und das Recht.....	93
Die Vorstellung innerhalb der Vorstellung: Weitere Dimensionen im Gebrauch von Ausreden.....	94
Bewußtsein.....	94
Bekennntnis oder Augenscheinlichkeit.....	97
Wirksamkeit und Durchdringung.....	97
Die Ausrede tritt auf.....	98
Kritik: Die Vorstellung geht weiter.....	99

Kapitel 4. Rückwirkende Ausreden – Maskenkostüme für die Vergangenheit	100
Definition.....	100
Beispiele.....	101
Fall 1: Die Zeugen des Kitty Genovese-Mordfalls.....	101
Fall 2: Die Soldaten des Massakers von My Lai.....	102
Fall 3: Wenn eine Prophezeiung nicht eintrifft.....	103
Fall 4: Der High School-Student, der sich nicht bemüht.....	104
Die Verminderung offensichtlicher Verantwortung.....	105
Unschuld (»Ich war's nicht«).....	106
Schuldverlagerung (»Ich war's nicht, es war...«).....	107
»Der Computer ist schuld«.....	107
»Dieser Dummkopf war's«.....	108
»Sie haben verloren«.....	109
Die Kunst grausamer Entdeckungen.....	111
Neuausrichtungen.....	113
Nichts Böses sehen, nichts Böses hören.....	113
Die Untersuchungen zum Kitty Genovese-Mordfall.....	114
Untersuchungen zur stufenweisen Verringerung von Wahl/Qual.....	117
Untersuchungen über das Infragestellen der Opfer.....	118

Manipulation der Richtlinien für »schlechte« Leistungen.....	120
Die Deutlichkeit der Richtlinien angreifen.....	120
Die Erwartungen zurückschrauben.....	121
Etwas zur Gewohnheit werden lassen: Die Richtlinien anpassen.....	122
Entlastende moralische Begründungen.....	123
Die Quellen negativen Feedbacks in Frage stellen.....	124
Infragestellen des bewertenden Instrumentariums.....	125
Infragestellen der bewertenden Person.....	126
Verminderung der umgewandelten Verantwortlichkeit.....	130
Übereinstimmung erwecken.....	130
Die Schwierigkeit der Aufgabe und Glück.....	131
Nötigung.....	133
Geteiltes Leid ist halbes Leid (oder auch: Gleich und gleich gesellt sich gern).....	135
Wer leidet, sucht nach noch unglücklicherer Gesellschaft.....	143
Die Beständigkeit verringern.....	145
Vorsätze wie: »Ich wollte eigentlich nicht...«.....	145
Anstrengung: »Ich versuchte es nicht«.....	146
Die Andersartigkeit hervorheben.....	149
Die Aufmerksamkeit ablenken.....	149
Absonderung.....	150
Dreifach- und Doppelspiele.....	151
Der Prozeß, die interne Verantwortlichkeit auf die externe Verantwortlichkeit umzulenken.....	153
Kapitel 5. Vorbeugende Ausreden: Verkleidungen für die Zukunft.....	156
Definition.....	156
Beispiele.....	157
Fall 1: Der »verletzte« Athlet.....	157
Fall 2: Der »zu müde« Liebhaber.....	158
Fall 3: Der Zauderer.....	159
Fall 4: Der Ausreden-Apparat.....	160
Verringerung der offensichtlichen Verantwortlichkeit.....	162
Bereiche von Fehlleistungen oder Fehlverhalten vermeiden.....	162
Schuldzuweisung durch Neuausrichtung.....	164
Leistungen eine neue Richtung geben.....	165
Nichts Böses sehen, nichts Böses hören.....	166
Kein Problem, keine Hilfe.....	166
Infragestellen des Opfers.....	166
Manipulation der Richtlinien für eine Fehlleistung.....	168
Die Deutlichkeit der Richtlinien angreifen.....	168
Die Erwartungen in bezug auf die Richtlinien verringern.....	168

Anpassung: Die Richtlinien so gestalten, daß sie passen.....	169
Entschuldigende moralische Begründung.....	170
Die Quellen negativen Feedbacks in Frage stellen.....	171
Infragestellen der äußeren Umstände.....	171
Die Kritiker in Frage stellen.....	172
Verringerung der umgewandelten Verantwortlichkeit.....	174
Das Erwecken von Zustimmung oder Übereinstimmung.....	175
»Jeder macht's«.....	175
»Niemand hätte das gekonnt«: Die Schwierigkeit der Aufgabe.....	176
Die Beständigkeit verringern.....	177
»Ich werd's nur jetzt tun«.....	177
»Ich werd's nicht 'mal versuchen«.....	178
Die Unterschiedlichkeit hervorheben.....	179
Selbstbenachteiligung: Techniken des Doppel- und Dreifachspiels	180
Gedanken zu vorbeugenden Ausreden.....	185
Kapitel 6. Sich herausreden: Individuelle Unterschiede.....	187
Die Verantwortlichkeit nach außen verlagern: Das Fallbeispiel von Willie B.....	188
Einführung und Durchbruch des Begriffs des Steuerungsortes...	190
Die Empfindlichkeit eines Menschen mit externem Steuerungsort gegenüber negativem Feedback.....	192
Ausreden bei Menschen mit externem Steuerungsort.....	193
Zuweisung von Verantwortlichkeit.....	194
Dem Zufall vor der Geschicklichkeit den Vorzug geben.....	195
Vernunftgemäße Erklärungen.....	197
Saure Trauben.....	197
Verringerte Anstrengung.....	198
Ausreden bei defensiven Menschen mit externem Steuerungsort	199
Messungen »defensiver« Außenorientierung.....	200
Der empirische Beweis.....	201
Schlußbemerkungen.....	203
Kapitel 7. Mißratene Ausreden.....	206
Fragen, die sich auf charakteristische Dimensionen von Ausreden beziehen	207
Extremismus	207
Umfang.....	209
Stabilität	210
Über den Gebrauch von Ausreden.....	212
In Ermangelung einer guten Ausrede.....	216

Zusammenfassung des Kontinuums anpaßbarer/nicht anpaßbarer Ausreden.....	218
Modelle zur Anpaßbarkeit und Nichtanpaßbarkeit.....	218
Das psychoanalytische Modell – Freud.....	219
Sozialanalytische Modelle.....	221
Karen Horney.....	221
Alfred Adler.....	224
Das Moralmmodell – O.H. Mowrer.....	229
Humanistische Modelle.....	232
Carl Rogers.....	232
Abraham Maslow.....	235
Das existentielle Modell.....	238
Das behavioristische Modell.....	243
Zusammenfassung.....	247
Anormales Verhalten und Ausreden.....	248
Krankheitsverhalten als allgemeine Kategorie.....	248
Der strategische Einsatz psychiatrischer Symptome.....	250
Die Bedeutung der Etikettierung bei der Förderung kranker Rollen.....	254
Alkoholkonsum als Ausredenstrategie.....	256
Mit Trinken verbundene Erwartungshaltungen.....	257
Selbstbenachteiligung und Alkoholkonsum.....	259
Zusammenfassung: Alkoholkonsum als Ausredenstrategie.....	263
Depression und Ausreden.....	264
Das Gegenteil bewirkende Erkenntnisse und Wahrnehmungen bei Depressionen.....	264
Depression als zwischenmenschliche Strategie.....	267
»Persönlichkeitstypen« und Depression.....	268
Depressive Symptome als Strategien.....	270
Depression und Ausreden – eine Zusammenfassung.....	274
Schlußbemerkungen.....	275
Wie erklärt sich der paradoxe Einsatz von Symptomen als Ausrede?.....	275
Allgemeine Perspektiven.....	277
Kapitel 8. Maßnahmen gegen Ausreden.....	278
Endpunkte vor den Anfängen.....	278
Die Frage der »Endpunkte«.....	279
Das psychoanalytische Modell.....	279
Die sozialanalytischen Modelle.....	281
Karen Horney.....	281
Alfred Adler.....	282
Mowrers Moralmmodell.....	284
Humanistische Modelle.....	286
Carl Rogers und die klientenbezogene Therapie.....	286
Abraham Maslow.....	287

Das existentielle Modell.....	288
Das Verhaltensmodell.....	289
Schlußbemerkungen zu den therapeutischen Zielen.....	291
Die Frage der Bewertung.....	292
Anzeichen strategischer Entschuldigungen.....	293
Die psychometrische Annäherung.....	296
Die Ausrede selbst bewerten.....	298
Es ist wichtig, eine »neigungsorientierte Diagnose« bei Ausreden zu vermeiden.....	301
Schlußbemerkungen zur Bewertung.....	302
Die Frage der »Mittel«.....	302
Bei der Behandlung von Ausreden das Bewußtsein erwecken....	303
Den Gebrauch von Ausreden stärker bewußt machen.....	304
Die Faktoren, die zu Ausreden führen, stärker bewußt machen.....	308
Neue, besser anpaßbare Verhaltensweisen lernen (wertende Drohungen verringern).....	311
Die Behandlung von Ausreden, die durch offensichtlich mangelndes Verhaltensgeschick hervorgerufen sind.....	313
Die Behandlung von Ausreden, die durch »versteckte« Fertigmängel verursacht sind.....	317
Kontraproduktive selbstbezogene Schemata verbessern.....	323
Den Therapeuten akzeptieren und positiv sehen.....	324
Erwecken von Zustimmung und Übereinstimmung.....	325
Die Unterschiedlichkeit hervorheben.....	327
Zum Kontakt mit anderen ermutigen.....	328
Objektives Selbstbewußtsein abbauen.....	330
Unrealistisch hohe Richtlinien herabsetzen.....	332
Schlußbemerkungen zur Frage der therapeutischen Mittel.....	333
Wenn Ausreden der Therapie Widerstand leisten.....	333
Den Widerstand gegen sich selbst richten.....	334
Widerstand abbauen, indem man ihn akzeptiert.....	336
Sich des Widerstands des Klienten bemächtigen.....	339
Widerstand und psychische Reaktanz (Blindwiderstand).....	341
Schlußbemerkungen zum Umgang mit ausredengestütztem Widerstand.....	342
Zusammenfassung und Schlußfolgerungen.....	343
Kapitel 9. Welchen Wert besitzen Ausreden?.....	345
Institutionen und der Gebrauch von Ausreden.....	345
Institutionen für Geisteskrankheiten als Ausreden-Verkäufer....	346
Die Gerichte als Ausreden-Verkäufer.....	348

Organisatorische Ausreden.....	350
Zwei Welten ohne Ausreden.....	352
Alles, was nicht verboten ist, ist erzwungen.....	353
Selbstlosigkeit.....	354
Auf der Suche nach Gnade.....	355
Die Grenzen erkennen.....	356
Für gesellschaftliches Wohlbehagen sorgen.....	357
Die Risikobereitschaft fördern.....	357
Die Achtung bewahren.....	357
Literaturverzeichnis.....	359
Stichwortverzeichnis.....	397