

Inhaltsverzeichnis

I. Teil	Wie seelische Gesundheit erforscht wird – Methoden und Beispiele	9
	Einführung	11
1. Kapitel	Seelische Gesundheit	23
2. Kapitel	Die Männer der Grantstudie	45
3. Kapitel	Wie sie untersucht wurden	58
4. Kapitel	Gesundheit neu gefaßt: die Fähigkeit, sexuelle und aggressive Antriebe frei auszudrücken	73
II. Teil	Grundformen der Realitätsbewältigung	97
5. Kapitel	Die Anpassungsmechanismen des Ichs – eine hierarchische Gliederung	99
6. Kapitel	Sublimierung	120
7. Kapitel	Unterdrückung, Antizipation, Altruismus und Humor	137
8. Kapitel	Die neurotischen Abwehrmechanismen	165
9. Kapitel	Die unreifen Abwehrmechanismen	205
III. Teil	Die Auswirkungen der Realitätsanpassung auf die Persönlichkeitsentwicklung	251
10. Kapitel	Der Lebenszyklus des Erwachsenen	253
	<i>Raupen und Schmetterlinge</i>	253
	<i>Die Adoleszenz – zum ersten Mal auf eigenen Füßen</i>	268
	<i>Intimität und berufliche Konsolidierung</i>	278
	<i>Generativität – die zweite Adoleszenz</i>	284
	<i>Die «Bewahrer des Sinns»</i>	297
11. Kapitel	Wege zur Gesundheit	307
12. Kapitel	Erfolgreiche Anpassung	333
13. Kapitel	Im Kinde zeigt sich schon der ganze Mensch	364
14. Kapitel	Freunde, Ehefrauen und Kinder	387
	<i>Freunde</i>	390
	<i>Vaterschaft</i>	403
	<i>Ehe</i>	409
IV. Teil	Schlußfolgerungen	419
15. Kapitel	Das reife Ich	421
16. Kapitel	Noch einmal: Was ist psychische Gesundheit?	449
17. Kapitel	Zusammenfassung	470

Anhang A	Glossar der Abwehrmechanismen	481
Anhang B	Das Interview-Schema	489
Anhang C	Einstufungsskalen	492
Literaturangaben		506
Danksagung		513