

# Inhalt

Vorwort von Rudolf Sanders.....	9
Einführung: Von der Notwendigkeit klarer Strukturen.....	13
<b>1. Wenn Liebe zum Trauma wird: Risikoanalyse für Grenzpaare .....</b>	<b>19</b>
1.1 Was zeichnet Grenzpaare besonders aus? .....	21
1.1.1 Wie wirken Grenzpaare in der Paararbeit? .....	22
1.1.2 Welche Bedeutung haben grenzsetzende Rahmenbedingungen?.....	26
1.1.3 Mit welchem Auftrag erscheinen Grenzpaare zur Paarberatung?.....	30
1.1.4 Was ist bei der Diagnostik zu beachten? .....	34
1.2 Der Grenzpaartest: Durchführung und Auswertung.....	36
1.3 Das strukturierte Grenzpaarinterview .....	48
1.4 Welche Beziehungsmodelle verdeutlichen Ausgangspunkt und Ziel? .....	51
1.5 Das Beziehungsmodell der traumabedingten Grenzverletzung .....	56
1.6 Der Reiseplan für die traumasensible Grenzpaartherapie (TSGPT).....	62
<b>2. Vier Ausprägungen grenzverletzender Beziehungsmuster .....</b>	<b>65</b>
2.1 Einführung in den Behandlungsablauf des Grenzverletzungszirkels.....	67
2.1.1 Die Erstellung der Krisen-Skripte.....	69
2.1.2 Die Erstellung der Emotions-Skripte .....	72
2.1.3 Die Betrachtung der Trauma-Triade .....	74
2.2 Die Bedeutung der Grenzverletzungsmuster – Fallgeschichten .....	77
2.2.1 Fallgeschichte 1: Anton und Vicky – das unlösbare Band grenzverletzender Eltern .....	77
2.2.2 Fallgeschichte 2: Ilse und Bill – Trennungsambivalenz wegen enttäuschter Erwartungen .....	113
2.2.3 Fallgeschichte 3: Hanno und Marlis – Affärenneigung: Das Dilemma der Gefühlsvermeidung.....	146
2.2.4 Fallgeschichte 4: Gitta und Daniel – die Botschaft der Sexualstörung .....	181
2.3 Grenzpaardynamiken im Vergleich .....	220
2.3.1 Die Paardynamiken .....	220
2.3.2 Die Kindheitsdynamiken.....	222
2.3.3 Quintessenz.....	224

<b>3.</b>	<b>Paradoxe Gebote und die Zwickmühle der Trauma-Triade .....</b>	<b>225</b>
3.1	Die stabilisierende Funktion der Verachtungsdynamik .....	227
3.2	Gustav und Uschi: Inkongruenz als Wurzel des Grenzpaarübels .....	231
3.3	Sechs Erscheinungsbilder inkongruenter Beziehungskonstellationen.....	235
3.3.1	Distanzierte Verachtung: Eine befürchtete Okkupierung führt zur Abwehr von Empathie.....	238
3.3.2	Selbstzerstörerische Selbstverachtung: Selbstsabotage führt zu destruktiver Abhängigkeit .....	239
3.3.3	Isolierte Verachtung: Enttäuschte Abwendung wegen vorenthaltener Verbindung .....	240
3.3.4	Aufopfernde Selbstverachtung: Unterwürfiges Kümmern schürt herablassende Zurückweisung .....	241
3.3.5	Ohnmächtige Selbstverachtung: Konformität vereitelt Spontaneität.....	244
3.3.6	Projektive Verachtung: Reinszenierung von Distanz aus Angst vor unterstelltem Verrat .....	245
3.4	Zermürbt zwischen Vater und Mutter: Die Trauma-Triaden-Methode.....	247
3.4.1	Oliver und Dagmar: Distanzierte Verachtung.....	251
3.4.2	Ava und Sinah: Selbstzerstörerische Selbstverachtung.....	253
3.4.3	Nelly und Max: Isolierte Verachtung .....	255
3.4.4	Martha und Ruben: Selbstaufopfernde Selbstverachtung.....	258
3.4.5	Lorenz und Anita: Ohnmächtige Selbstverachtung.....	260
3.4.6	Uta und Josh: Projektive Verachtung .....	263
3.5	Die kongruente Affektspiegelung in der Paartherapie-Triade.....	268
<b>4.</b>	<b>Das Beziehungsmodell der vier Grenzverletzungswunden .....</b>	<b>269</b>
4.1	Gelingende Grenzpaarbegleitung: Wirkfaktor „Beziehungsmodell“ .....	270
4.2	Das Beziehungsmodell der Grenzverletzung .....	274
4.2.1	Beziehungserfahrungen durch paradoxe Gebote .....	275
4.2.2	Überlebensmuster des Pseudo-Ich.....	276
4.2.3	Vermeidung der Surrogat-Funktion.....	277
4.2.4	Instabile und dysfunktionale Reaktionen .....	278
4.3	Sechs Interaktionsstrukturen bei Grenzverletzungserfahrungen .....	280
4.3.1	Grenzverletzte Angststruktur – selbstzerstörerische Selbstverachtung ...	283
4.3.2	Grenzverletzte Trauerstruktur – selbstaufopfernde Selbstverachtung .....	286
4.3.3	Grenzverletzte Ärgerstruktur – distanzierte Verachtung.....	290
4.3.4	Grenzverletzte Schuldstruktur – isolierte Verachtung.....	294

4.3.5	Grenzverletzte Schamstruktur – ohnmächtige Selbstverachtung .....	298
4.3.6	Grenzverletzte Verachtungsstruktur – projektive Verachtung .....	301
4.4	Potenzierende Problematiken ausbalancieren .....	305
4.5	Geisterbahn und Traum(a)-Schloss – Metaphern für die Grenzpaardynamik .....	310
4.5.1	Die Monsterübung für die Paarbeziehung .....	312
4.5.2	Die Monsterübung für die Herkunftsfamilie .....	315
4.6	Bella und Brutus: Monster sucht Dompteuse – Dompteuse sucht Monster .....	319
4.7	Vom Wahrnehmungstabu der Grenzverletzung zur Wirkung auf das Paar .....	335
<b>5.</b>	<b>Der Integritätskompass: Allianz der Hoffnung .....</b>	<b>337</b>
5.1	Integrität – die vier Faktoren der Hoffnung .....	340
5.2	Kohärente Integriertheit .....	341
5.2.1	Die Timeline der Seelenreise .....	342
5.2.2	Lore begleitet Utas sexuelle Seelenreise .....	346
5.3	Rücksichtsvolle Rechtschaffenheit .....	350
5.3.1	Die integrale Entscheidungsfindung .....	353
5.3.2	Jellas und Pascals Bemühen um eine integrale Entscheidung .....	361
5.4	Ethische Unbestechlichkeit .....	365
5.4.1	Die absichtsvolle Beziehungsvereinbarung .....	367
5.4.2	Karola und Umberto erfinden einen Integritätskalender .....	370
5.5	Unversehrte Ganzheit .....	373
5.5.1	Die Grenzsetzungsanalyse .....	375
5.5.2	Jan und Jannika finden ihre Berufung .....	380
5.6	Die Integritätsevaluation: Was Fachpersonen wissen und beherrschen sollten .....	384
<b>6.</b>	<b>Von der Geisterbahn zum Traum(a)-Schloss: Der Fünf-Stationen-Behandlungsplan .....</b>	<b>389</b>
6.1	Bevor das Abenteuer beginnen kann – Bestandsaufnahme .....	395
6.2	Die Wiederholungsschleife erkennen – der Zirkel der Grenzverletzung... ..	396
6.3	Kongruente BAHNung – Entgleisungsdynamiken entschlüsseln .....	404
6.4	Vom Grenzpaar zum Königspaar – Inventur des Traum(a)-Schlosses .....	406
6.5	Aufbau der vier Integritätstugenden – Abgleich der gemeinsamen Route .....	409

Zum Abschluss ..... 415

Der Online-Kurs: Begleitmaterialien zum Buch

*Grenzpaare in der traumasensiblen Paartherapie*..... 417

Literatur..... 419

Index ..... 423