

# Inhalt

Vorbemerkung . . . . .	9
------------------------	---

## **Teil A: Die acht Wege . . . . . 13**

1 Der erste Weg: Zur Quelle gehen – Diagnostik . . . . .	14
1.1 Verständnis ist nicht Entschuldigung . . . . .	14
1.2 Die vier Monster der Entwürdigung . . . . .	16
1.2.1 Die Gewalt . . . . .	16
1.2.2 Die Erniedrigung . . . . .	20
1.2.3 Die Beschämung . . . . .	22
1.2.4 Ins Leere gehen . . . . .	24
1.3 Giftige Atmosphäre . . . . .	27
1.4 Zugänge zum Verständnis . . . . .	29
1.4.1 Die Belastungspyramide . . . . .	29
1.4.2 Zu viel, zu wenig . . . . .	32
1.4.3 Die Weisheit der Kinder . . . . .	34
2 Der zweite Weg: Rahmung. . . . .	36
2.1 Sichere Orte . . . . .	36
2.2 Täterkontakt? . . . . .	40
2.3 Strukturen . . . . .	42
2.4 Gerechtigkeitssinn . . . . .	45
2.5 Beziehungsprofessionalität . . . . .	47

3	Der dritte Weg: Neue Beziehungserfahrungen statt Bindungsstörung . . . . .	49
3.1	Bindungstheorie und Bindungsstörungen . . . . .	49
3.2	Die drei Bindungsstörungen . . . . .	51
3.2.1	<i>Unsicher-vermeidendes Bindungsverhalten</i> . . . . .	51
3.2.2	<i>Unsicher-ambivalentes Bindungsverhalten</i> . . . . .	52
3.2.3	<i>Desorganisiertes Bindungsverhalten</i> . . . . .	53
3.2.4	<i>Folgen von Bindungsstörungen</i> . . . . .	55
3.3	Was Kinder mit Bindungsstörungen brauchen. . . . .	57
3.4	Meinhaftigkeit in der Zwischenleiblichkeit . . . . .	60
3.5	Spürende Begegnungen . . . . .	63
3.6	Triangel und andere Zwischenschritte . . . . .	72
3.7	Wie geht Trösten? . . . . .	74
4	Der vierte Weg: Tridentität – Nähren, Spiegeln, Gegenüber-Sein . . . . .	76
4.1	Das Tridentitätskonzept . . . . .	76
4.2	Das Nähren . . . . .	77
4.3	Das Spiegeln . . . . .	80
4.4	Das Gegenüber-Sein . . . . .	83
4.5	Tridentitäts-Diagnostik . . . . .	85
5	Der fünfte Weg: Ich-Aufbau . . . . .	88
5.1	Bedeutungsräume . . . . .	88
5.2	Die fünf wichtigsten Bedeutungsräume . . . . .	89
5.3	Verletzungen und Schutz des öffentlichen Raums . . . . .	94
5.4	Verletzungen und Schutz des persönlichen Raums . . . . .	96
5.5	Verletzungen und Schutz des intimen Raums . . . . .	98
5.6	Stärkung des inneren Kerns . . . . .	100
5.7	»Ich bin ich« und andere Wege der Ich-Stärkung . . . . .	103

6	Der sechste Weg: Konstruktive Wirksamkeitserfahrungen . . .	106
6.1	Das Gefühl chronischer Wirkungslosigkeit . . . . .	106
6.2	Die Folgen . . . . .	108
6.3	Destruktive und konstruktive Wirksamkeitsbemühungen . . . . .	110
6.4	Quellen der Aggressivität, Umgang mit Aggressivität . . .	112
6.4.1	<i>Fluch und Segen der Aggressivität</i> . . . . .	112
6.4.2	<i>Quellen überbordender Aggressivität</i> . . . . .	114
6.4.3	<i>Erregungsdiagnostik</i> . . . . .	117
6.4.4	<i>Deeskalation</i> . . . . .	119
6.5	Verkehrsschilder und Stopp-Übungen . . . . .	121
6.6	Beziehungswirksamkeit . . . . .	122
7	Der siebte Weg: Das große UND . . . . .	124
7.1	Widersprüchlichkeiten akzeptieren und leben . . . . .	124
7.2	Partielle Offenheit . . . . .	127
7.3	Synchrontransfer . . . . .	127
7.4	Die Beziehungsraute . . . . .	129
7.5	Das UND-Triptychon . . . . .	132
8	Der achte Weg: Worte und mehr für Gefühle und Beziehungen . . . . .	134
8.1	»Brutal«, »krass« und andere Nicht-Worte . . . . .	134
8.2	Gefühlssterne . . . . .	139
8.3	Musik . . . . .	141

**Teil B: Zur diagnostischen Vertiefung:  
das Trauma-Differenzierungsmodell und mehr . . . . . 145**

1	Belastung und Hochbelastung . . . . .	146
2	Hochbelastung und Trauma . . . . .	147
3	Hochbelastung, Trauma und Komplextraumata . . . . .	151
4	Komplextraumata und Intensivpädagogik . . . . .	153

**Teil C: Selbstfürsorge der Begleiter/innen. . . . . 155**

1	Resonanz und Zwischenleiblichkeit – würdigen, was ist . . . . .	156
2	Wer tröstet die Tröstenden? . . . . .	158
3	Mein sicherer Ort . . . . .	159
4	Meine Fallen. . . . .	159
5	Fachkompetenz und Herzkompetenz . . . . .	160
	Literatur . . . . .	163