

Institut für Psychologische Psychotherapie  
Staatlich anerkanntes Ausbildungsinstitut  
Direktor: Prof. Dr. Rainer Sachse  
[www.ipp-bochum.de](http://www.ipp-bochum.de)  
[www.kop-bochum.de](http://www.kop-bochum.de)

# Beziehungsgestaltung

**[www.ipp-bochum.de](http://www.ipp-bochum.de)**

**[www.kop-bochum.de](http://www.kop-bochum.de)**

# **Ziele einer Beziehungsgestaltung**

# Ziele

- Beziehungsgestaltung in der Therapie ist kein Selbstzweck.
- Der direkte Einfluss von Beziehungsgestaltung auf den Therapieerfolg ist eher gering (ca. 9% Varianzaufklärung).
- Beziehungsgestaltung dient eher dazu, andere wichtige therapeutische Prozesse zu ermöglichen.

# Ziele

- Bei vielen Klienten (PD!) besteht ein hohes interaktionelles Misstrauen.
- Das zeigen die Klienten auch dem Therapeuten gegenüber.
- Daher geben die Klienten dem Therapeuten kaum relevante Informationen, klären nicht, bearbeiten nicht, vermeiden usw.

# Ziele

- Sinnvolle therapeutische Arbeit ist nur möglich, wenn Klienten dem Therapeuten vertrauen.
- Nur wenn Klienten ihrem Therapeuten vertrauen,
  - geben sie ihm persönliche, selbstwertbelastende Informationen,
  - ermöglichen sie dem Therapeuten damit ein Klienten-Modell
  - und eine Diagnose,
  - lassen die Klienten sich auf Klärung und Bearbeitung ein.

# Ziele

Daher kann man sagen:

- Beziehungsgestaltung ist sehr wichtig.
- Sie wirkt aber nur wenig **direkt** auf Erfolg.
- Sie ermöglicht Prozesse, die dann für Erfolg wesentlich sind.



# Beziehungsgestaltung

- Ein Therapeut muss bei einem Klienten aktiv Vertrauen herstellen und aufbauen.
- Vor allem bei Klienten, die Misstrauen zeigen.
- Daher muss ein Therapeut eine aktive Beziehungsgestaltung realisieren.
- Diese Beziehungsgestaltung muss nach therapeutischen Prinzipien ausgerichtet werden.
- Therapeutische Beziehungsgestaltung  $\neq$  Alltags-Beziehungsgestaltung!!

# Beziehungsgestaltung

- Durch aktive Beziehungsgestaltung stellt der Therapeut langsam, Schritt für Schritt Vertrauen her.
- Wir sagen: Er baut Beziehungskredit auf.
- Bei Misstrauen ist sein Beziehungskredit im Minus.
- Daher benötigt ein Therapeut eine längere, aktive Beziehungsgestaltung, um ein Plus im Beziehungskredit aufzubauen.

# Beziehungsgestaltung

- Hat der Therapeut Beziehungskredit, dann öffnet sich der Klient und arbeitet therapeutisch mit.
- Der Therapeut kann dann auch durch Interventionen Beziehungskredit „in Anspruch nehmen“, z.B. durch konfrontative Interventionen.
- Die den Therapeuten immer Beziehungskredit kosten!

# Beziehungsgestaltung

- Bei der Schaffung von Beziehungskredit oder Vertrauen geht es um zwei Arten von Vertrauen:
  - Personales Vertrauen
  - Kompetenzvertrauen

# Beziehungsgestaltung

- Beide Arten von Vertrauen müssen entwickelt werden.
- Im Prozess fließen die beiden Aspekte irgendwann zusammen.

# Beziehungsgestaltung

- Man kann prinzipiell zwei Arten von Beziehungsgestaltung unterscheiden:
  - Allgemeine Beziehungsgestaltung
  - Komplementäre Beziehungsgestaltung

# Allgemeine Beziehungsgestaltung

- Bei allgemeiner Beziehungsgestaltung folgt ein Therapeut allgemeinen Beziehungsstrategien.
- Diese wirken fast immer positiv.
- Sie lassen sich fast immer sofort realisieren und erfordern keine spezielle Kenntnis vom Klienten.

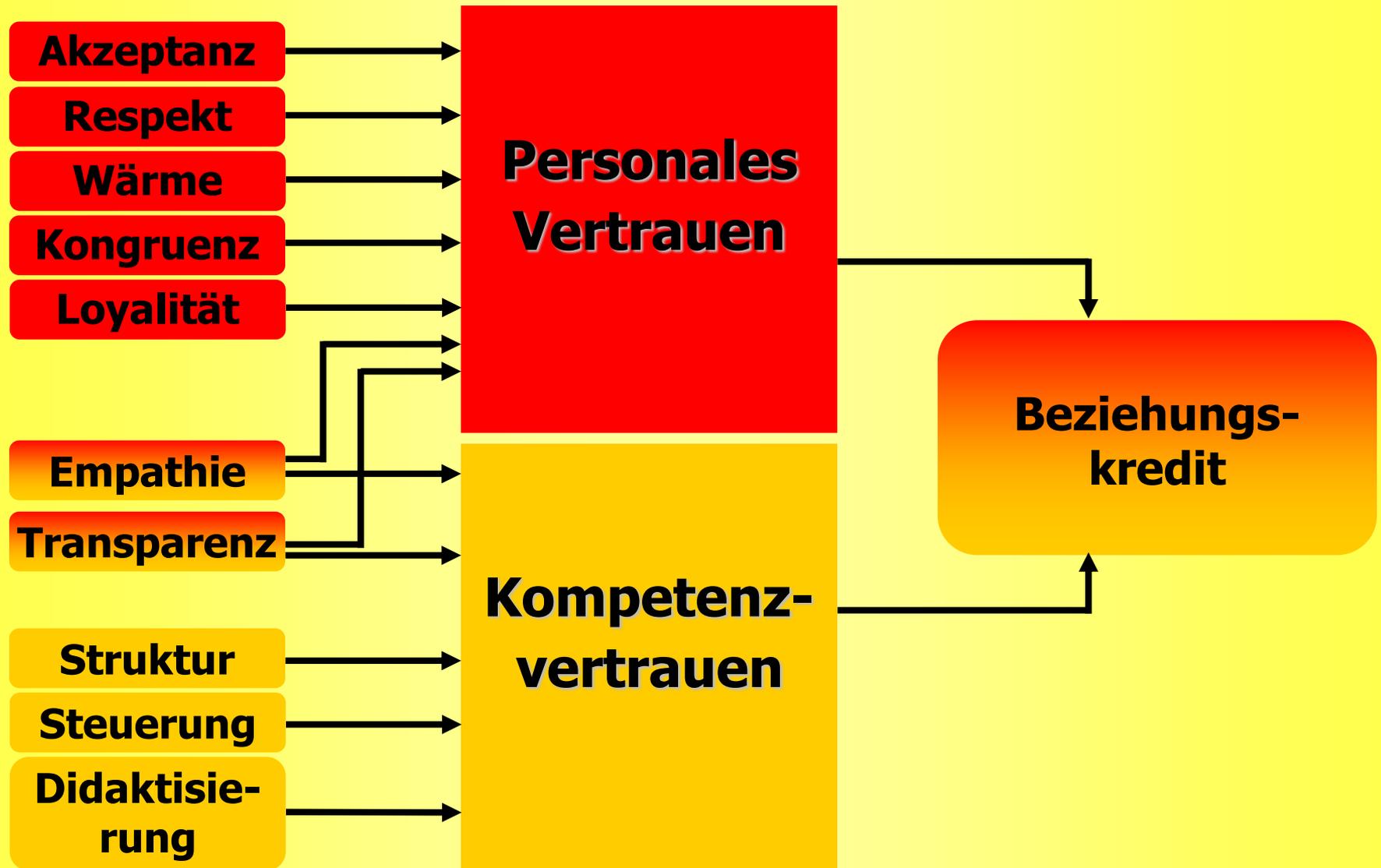
# Allgemeine Beziehungsgestaltung

- Solche therapeutischen Strategien sind z.B.:
  - Empathie
  - Akzeptanz
  - Wärme
  - Kongruenz
  - Respekt
  - Loyalität
  - Transparenz
  - Struktur
  - Steuerung
  - Didaktisierung

# Allgemeine Beziehungsgestaltung

- Die unterschiedlichen Strategien wirken zu Therapiebeginn in unterschiedlichem Maße auf den Aufbau von personellem oder Kompetenzvertrauen.
- Später im Prozess fließen dann die beiden Vertrauensarten zu einem Beziehungskredit zusammen.

# Allgemeine Beziehungsgestaltung



# Komplementäre Beziehungsgestaltung

- Komplementäre Beziehungsgestaltung bedeutet, dass
  - ein Therapeut feststellt, welche zentralen Beziehungsmotive ein Klient aufweist,
  - diese Motive im Therapieprozess befriedigt („füttert“)
  - und zwar im Rahmen therapeutischer Regeln!

# Komplementäre Beziehungsgestaltung

- Komplementäre Beziehungsgestaltung ist erst dann möglich, wenn ein Therapeut eine belegte Hypothese über die Beziehungsmotive des Klienten hat.
- Komplementäre Beziehungsgestaltung ist motiv-spezifisch: Es wird also **nicht** jedem Klienten das gleiche Beziehungsangebot gemacht!

# Komplementäre Beziehungsgestaltung

- Für komplementäre Beziehungsgestaltung gilt:
  - Sie wirkt sowohl auf die Bildung von personalem, als auch von Kompetenz-Vertrauen.
  - Letztlich wirkt sie in hohem Maße auf den Aufbau von Beziehungskredit.

# Komplementäre Beziehungsgestaltung

**Personales  
Vertrauen**

**Komplementäre  
Beziehungs-  
gestaltung**

**Kompetenz-  
vertrauen**

**Beziehungs-  
kredit**



# Beziehungsmotive

# Beziehungsmotive

- Beziehungsmotive sind die Grundmotive der authentischen Regulationsebene.
- Auf der höchsten Hierarchieebene sind sie sehr allgemein gefasst.
- Auf der Ebene der interaktionellen Ziele sind die konkret operationalisiert.

# Beziehungsmotive

- Man kann sechs Beziehungsmotive unterscheiden:
  - Anerkennung
  - Wichtigkeit
  - Verlässlichkeit
  - Solidarität
  - Autonomie
  - Grenzen/Territorialität

# Beziehungsmotiv: Anerkennung

- Motiv nach „Anerkennung, Zuwendung, Liebe“
- Es ist ein Motiv,
  - von Interaktionspartnern gemocht und geschätzt zu werden;
  - von Interaktionspartnern geachtet und respektiert zu werden;
  - von Interaktionspartnern positiv definiert zu werden.

# Beziehungsmotiv: Anerkennung

- Motiv nach „Anerkennung, Zuwendung, Liebe“
- Positive Rückmeldungen sind z.B.:
  - Du bist ok.
  - Wir mögen Dich.
  - Wir akzeptieren Dich als Person.
  - Du kannst XY.
  - Wir trauen Dir etwas zu.
  - Wir sind stolz auf Dich.

# Beziehungsmotiv: Anerkennung

- Negative Rückmeldungen sind z.B.:
  - Du bist nicht ok.
  - Du bist nicht so ok, wie Du bist.
  - Du bist als Mädchen / als Junge nicht ok.
  - Du bist ein Versager.
  - Wir trauen Dir nichts zu.
  - Wir schämen uns für Dich.
  - Wir verachten Dich.

# Beziehungsmotiv: Anerkennung

- Wie bei allen Beziehungsmotiven muss die Rückmeldung nicht in erster Linie verbal erfolgen;
- sie kann stark non-verbal oder para-verbal erfolgen oder dadurch, dass Informationen nicht gegeben werden (z.B. zeigt das Kind den Eltern stolz ein Bild; die Eltern reagieren aber gar nicht darauf).
- Auch müssen die Rückmeldungen nicht massiv erfolgen.
- Es kann auch schwach negative Rückmeldungen über einen langen Zeitraum hinweg konsistent geben.
- Klienten haben hier oft falsche Such-Modelle.

# Beziehungsmotiv: Anerkennung

- Positive Rückmeldungen führen zu positiven Einträgen im Selbst-Schema, z.B.:
  - ich bin ok;
  - ich verfüge über bestimmte Fähigkeiten;
  - ich bin erfolgreich;
  - ich bin liebenswert.
- Personen mit positiven Interaktionserfahrungen sind demnach solche, die sich selbst positiv sehen und sich selbst positiv und akzeptierend gegenüberstehen.

# Beziehungsmotiv: Anerkennung

- Positive Rückmeldungen führen auch zu positiven Einträgen ins Beziehungs-Schema:
  - Beziehungen sind angenehm, förderlich;
  - in Beziehungen werde ich geliebt und geachtet;
  - in Beziehungen werde ich respektiert, nicht abgewertet  
u.a.
- Personen mit diesen positiven Interaktionserfahrungen sind demnach solche, die auch Beziehungen positiv einschätzen: Sie erwarten, dort Zuwendung und Liebe zu finden, Respekt und Akzeptierung.
- Sie haben damit ein Konzept, dass sich Beziehungen lohnen.

# Beziehungsmotiv: Anerkennung

- Negative Rückmeldungen bezüglich dieses Motivs führen zu negativen Einträgen ins Selbst-Schema:
  - ich bin nicht ok;
  - ich bin nicht liebenswert;
  - ich bin ein Versager;
  - ich kann nichts usw.
- Personen mit diesen negativen Interaktionserfahrungen zeigen damit eine negative Selbsteinschätzung: sie trauen sich selbst wenig zu, finden sich nicht akzeptabel, halten sich selbst für Versager u.a.; oft können sie sich selbst auch nicht leiden, werten sich selbst ab u.a.

# Beziehungsmotiv: Anerkennung

- Negative Rückmeldungen führen auch zu negativen Einträgen im Beziehungskonzept, z.B.:
  - in Beziehungen erhalte ich keine Anerkennung;
  - Beziehungen sind nicht förderlich;
  - in Beziehungen wird man abgewertet;
  - wenn man eine enge Beziehung hat, ist man verletzlich u.a.

# Beziehungsmotiv: Anerkennung

- Personen mit dieser Interaktionserfahrung haben damit auch eine eher zurückhaltende bis ablehnende Haltung Beziehungen gegenüber: Beziehungen werden als nicht erforderlich angesehen, in massiven Fällen sogar als bedrohlich.
- Oft bilden sich hier weitere Überzeugungen aus wie:
  - man muss autonom bleiben;
  - man kann sich nur auf sich selbst verlassen;
  - am besten bleiben Beziehungen unverbindlich u.a.

# Beziehungsmotiv: Wichtigkeit

- Motiv nach Wichtigkeit
- Es ist das Motiv,
  - im Leben eines Interaktionspartners von Bedeutung zu sein, eine Rolle zu spielen;
  - für einen Interaktionspartner eine Bereicherung seines Lebens zu sein;
  - für eine andere Person einen Wert zu haben, wertvoll und wichtig zu sein.

# Beziehungsmotiv: Wichtigkeit

- Motiv nach Wichtigkeit
- Positive Rückmeldungen sind z.B.:
  - ich bin gern mit Dir zusammen;
  - ich habe Zeit für Dich;
  - ich spiele gerne mit Dir;
  - Du bist eine Bereicherung für mein Leben;
  - Deine Anwesenheit erzeugt bei mir positive Gefühle.

# Beziehungsmotiv: Wichtigkeit

- Negative Rückmeldungen sind z.B.:
  - ich habe keine Zeit für Dich;
  - ich bin nicht gern mit Dir zusammen;
  - Du störst mich;
  - Du bist eine Last für mich;
  - wenn Du nicht wärst, hätte ich Karriere machen können;
  - seit Du da bist, bin ich krank;
  - wir haben leider vergessen, Dich rechtzeitig abzutreiben u.ä.

# Beziehungsmotiv: Wichtigkeit

- Positive Rückmeldungen bezüglich dieses Motivs führen zu positiven Einträgen im Selbst-Schema, z.B.:
  - ich bin wichtig;
  - ich habe anderen Personen etwas zu bieten;
  - ich habe positive Eigenschaften, die von anderen geschätzt werden.
- Personen mit positiven Interaktionserfahrungen haben damit Selbst-Schemata, die sie im Hinblick auf ihren „Wert für andere“ oder ihre Chancen auf eine Beziehung optimistisch stimmen: Die Person schätzt Ihren „Marktwert“ der Beziehungen hoch ein.

# Beziehungsmotiv: Wichtigkeit

- Personen mit positiver Interaktionserfahrung schätzen damit auch Beziehungen positiv ein: Sie erwarten, ernst genommen zu werden, sie erwarten, dass der Partner mit ihnen glücklich ist u.ä.
- Positive Rückmeldungen bezüglich dieses Motivs führen auch zu positiven Einträgen ins Beziehungs-Schema, z.B.:
  - andere finden mich attraktiv;
  - ich habe anderen etwas zu bieten;
  - ich kann im Leben anderer Personen eine wichtige Rolle spielen;
  - ich werde ernst genommen u.a.

# Beziehungsmotiv: Wichtigkeit

- Negative Rückmeldungen bezüglich dieses Motivs führen zu negativen Einträgen im Selbst-Schema:
  - ich bin nicht wichtig;
  - ich habe anderen Personen nichts zu bieten;
  - ich habe Eigenschaften, die andere abstoßen.
- Personen mit diesen negativen Interaktionserfahrungen zweifeln daran, anderen Personen in Beziehungen etwas zu bieten zu haben: Sie glauben, dass sie keine Eigenschaften aufweisen, die sie für Interaktionspartner wichtig machen könnte. Oder sie glauben sogar, dass sie Eigenschaften haben, die andere abstoßen.

# Beziehungsmotiv: Wichtigkeit

- Negative Rückmeldungen führen auch zu negativen Einträgen im Beziehungs-Schema, z.B.:
  - ich habe keine Bedeutung im Leben anderer;
  - andere finden mich nicht attraktiv;
  - ich bin für andere ein Störfaktor;
  - ich bin in Beziehungen toxisch;
  - ich belästige andere;
  - ich kann von anderen nicht ernst genommen werden.

# Beziehungsmotiv: Wichtigkeit

- Personen mit diesen negativen Interaktionserfahrungen zweifeln daran, dass sich vom Partner aus positive Beziehungen entwickeln werden: Sie nehmen an, dass der Partner sie nicht wichtig nehmen wird, sie nicht ernst nehmen wird, ihnen nur wenig Aufmerksamkeit und Zeit widmen wird u.ä.

# Beziehungsmotiv: Verlässliche Beziehung

- Motiv nach verlässlicher Beziehung
- Es ist das Motiv,
  - dass eine Beziehung zu einem wichtigen Interaktionspartner verlässlich ist: dass sie auch morgen noch existiert, wenn sie heute besteht.
  - dass die Beziehung nicht „kündbar“ ist;
  - dass die Beziehung belastbar ist, nicht durch Krisen in Frage gestellt werden kann.

# Beziehungsmotiv: Verlässliche Beziehung

- Motiv nach verlässlicher Beziehung
- Positive Rückmeldungen sind z.B.:
  - ich bin bei Dir;
  - die Beziehung zu Dir ist mir wichtig;
  - Krisen erschüttern die Beziehung nicht, stellen sie nicht in Frage;
  - Kritik erschüttert die Beziehung nicht;
  - man kann sich streiten, ohne die Beziehung zu gefährden.

# Beziehungsmotiv: Verlässliche Beziehung

- Negative Rückmeldungen sind z.B.:
  - wenn Du nicht spurst, kommst Du ins Heim / ins Internat;
  - jetzt mag ich Dich nicht mehr (Bestrafung durch „Liebesentzug“)
  - jetzt ist der Ofen aber aus!;
  - wenn Du Dich so verhältst, bist Du nicht mehr meine Tochter / mein Sohn! u.ä.

# Beziehungsmotiv: Verlässliche Beziehung

- Positive Rückmeldungen haben vor allem positive Einträge ins Beziehungs-Schema zur Folge, z.B.:
  - Beziehungen sind verlässlich;
  - Beziehungen sind stabil;
  - Beziehungen sind belastbar;
  - Beziehungen sind wichtiger als Auseinandersetzungen.

# Beziehungsmotiv: Verlässliche Beziehung

- Eine Person mit dieser positiven Interaktionserfahrung kann in Beziehungen eine angemessene Streitkultur entwickeln: Sie kann ihre Meinung äußern, auch wenn diese negativ ist, weil sie weiß, dass die Beziehung einen Streit aushalten wird.
- Negative Rückmeldungen bezüglich dieses Motivs führen zu negativen Einträgen ins Beziehungs-Schema:
  - Beziehungen sind nicht verlässlich;
  - jeder Streit stellt die Beziehung in Frage;
  - wenn ich meine Bedürfnisse äußere, kann das schon die Beziehung gefährden u.ä.

# Beziehungsmotiv: Verlässliche Beziehung

- Personen mit dieser negativen Interaktionserfahrung haben keine Streitkultur: Sie trauen sich nicht, eigene Meinungen zu äußern, aus Angst, damit die Beziehung in Frage zu stellen; oder sie passen sich den Wünschen des Interaktionspartners an, um die Beziehung nicht zu gefährden.

# Beziehungsmotiv: Solidarität

- Motiv nach solidarischer Beziehung
- Es ist das Motiv,
  - dass sich jemand um mich kümmert, für mich da ist, wenn ich ihn brauche;
  - dass ich Hilfe bekomme, wenn ich welche brauche, weil ich krank bin, in der Klemme stecke, es mir schlecht geht usw.
  - dass ich Schutz und Unterstützung erhalte, wenn ich angegriffen werde.

# Beziehungsmotiv: Solidarität

- Positive Rückmeldungen sind z.B.:
  - wenn ich krank bin, nimmt sich der Interaktionspartner Zeit und kümmert sich;
  - wenn ich vom Lehrer kritisiert werde, dann werde ich verteidigt;
  - wenn ich Probleme habe, ist jemand da, der mir zuhört und der mir hilft;
  - wenn es mir schlecht geht, dann ist jemand da, um mich zu trösten usw.

# Beziehungsmotiv: Solidarität

- Negative Rückmeldungen sind z.B.:
  - ich muss ins Krankenhaus und niemand besucht mich;
  - mir geht es schlecht, aber niemand kümmert sich um mich;
  - ich habe Probleme, aber niemand unterstützt mich (ich bekomme z.B. keine Unterstützung, wenn ich Probleme in der Schule habe);
  - ein Lehrer kritisiert mich und mein Vater sagt: Wenn der nicht spurt, hauen Sie ihm richtig eins um die Ohren;
  - die Nachbarin beschwert sich über mich und ich bekomme Stubenarrest, ohne dass meine Meinung überhaupt nur gehört wird u.ä.

# Beziehungsmotiv: Solidarität

- Positive Rückmeldungen führen zu positiven Einträgen ins Beziehungs-Schema, z.B.:
  - ich kann mich darauf verlassen, dass ein Partner mir hilft, wenn ich Hilfe brauche;
  - ich werde Schutz bekommen, wenn ich angegriffen werde;
  - wenn es mir schlecht geht, ist jemand für mich da u.ä.

# Beziehungsmotiv: Solidarität

- Personen mit solchen positiven Interaktionserfahrungen fühlen sich in Beziehungen geborgen und aufgehoben: Sie haben das Gefühl, nicht allein zu sein, das Gefühl, dass der Partner im Ernstfall an ihrer Seite steht. Und sie haben nicht den Eindruck, dass sie sich nur auf sich selbst verlassen können.

# Beziehungsmotiv: Solidarität

- Negative Rückmeldungen führen zu negativen Einträgen ins Beziehungs-Schema, z.B.:
  - wenn ich jemanden brauche, ist keiner da;
  - ich kann mich auf niemanden verlassen;
  - ich werde keine Hilfe erhalten;
  - ich kann mich nur auf mich selbst verlassen.

# Beziehungsmotiv: Solidarität

- Personen mit diesen negativen Interaktionserfahrungen fühlen sich in Beziehungen nicht geborgen; sie haben den Eindruck, dass ihr Partner sich nicht um sie kümmern wird, wenn sie Hilfe brauchen. Das führt zu einem Vorbehalt gegenüber der Beziehung: Man muss immer ein gewisses Ausmaß an Autonomie bewahren, um sich im Ernstfall selbst helfen zu können.

# Beziehungsmotiv: Autonomie

- Motiv nach Autonomie und nach persongerechter Förderung der eigenen Autonomie
- Es ist ein Motiv
  - danach, selbst zu bestimmen: die Freunde, die Kleidung, die Freizeit; ein Bedürfnis, eigene Entscheidungen zu treffen und das Leben selbst zu gestalten.
  - danach, als Kind oder Jugendlicher so viel Autonomie zu erhalten, wie man will und verkraften kann, also weder unter- noch überfordert zu werden.

# Beziehungsmotiv: Autonomie

- Positive Rückmeldungen sind, in Übereinstimmung mit dem Selbstbestimmungs-Bedürfnis, dem Kind oder Jugendlichen Autonomie-Bereiche einzuräumen, z.B.:
  - sich alleine anzuziehen;
  - sich Freunde selbst zu wählen;
  - die eigene Kleidung selbst zu bestimmen;
  - die Einrichtung des eigenen Zimmers zu bestimmen u.ä.

# Beziehungsmotiv: Autonomie

- Negative Rückmeldungen sind:
  - das Kind einzuschränken (Over-Protectiveness):  
Dem Kind eigene Kleidung, Freunde u.a. vorzuschreiben, obwohl das Kind das nicht mehr will;
  - das Kind zu kontrollieren: das Kind ständig zu überwachen, in seiner Bewegung einzuschränken;
  - dem Kind zu viel Autonomie zu geben (/z.B. eigenen Schlüssel haben und Essen selber kochen, obwohl sich das Kind davon überfordert fühlt).

# Beziehungsmotiv: Autonomie

- Positive Rückmeldungen führen zu positiven Einträgen ins Selbstschema, z.B.:
  - ich kann über mein Leben bestimmen;
  - ich darf die Aspekte, die mir wichtig sind, selbst entscheiden;
  - ich habe Entscheidungsfreiheit.
- Personen mit positiven Interaktionserfahrungen zeigen damit eine internale Kontrollüberzeugung: Sie sehen sich als „origin“ ihrer Taten und können so auch Verantwortung für ihr Handeln übernehmen.

# Beziehungsmotiv: Autonomie

- Positive Rückmeldungen führen auch zu positiven Einträgen ins Beziehungs-Schema:
  - in Beziehungen habe ich eigenen Entscheidungsraum.
  - selbst wenn ich eine Beziehung eingehe, kann ich noch wichtige Aspekte meines Lebens selbst bestimmen.
- Personen mit dieser Interaktionserfahrung fühlen sich in Beziehungen nicht eingeschränkt; sie reagieren aber auf reale Einschränkungen oft auch mit einer Verteidigung ihrer Freiheiten.

# Beziehungsmotiv: Autonomie

- Negative Rückmeldungen bezüglich dieses Motivs führen zu negativen Eintragungen ins Selbst-Schema:
  - ich kann nicht über mein Leben bestimmen;
  - ich werde von außen kontrolliert;
  - ich werde fremdbestimmt; u.ä.
- Personen mit dieser negativen Interaktionserfahrung weisen damit eine starke externale Kontrollüberzeugung auf: Sie fühlen sich fremdbestimmt und das führt oft auch dazu, wenig Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen.

# Beziehungsmotiv: Autonomie

- Negative Rückmeldungen führen auch zu negativen Einträgen im Beziehungskonzept, z.B.:
  - ich werde vom Partner kontrolliert;
  - ich werde vom Partner eingeschränkt;
  - eine Beziehung einzugehen bedeutet, seine Freiheit zu verlieren, u.ä.

# Beziehungsmotiv: Autonomie

- Überforderungen im Bereich Autonomie können zu Schemata führen wie:
  - ich muss alles allein machen;
  - ich muss dafür sorgen, dass ich unabhängig bleibe; o.ä.
- Personen mit derart negativen Interaktionserfahrungen fühlen sich in Partnerschaften oft eingeeengt, kontrolliert, fremdbestimmt oder sie sehen Partnerschaften als unverbindlich an: In jedem Fall zeigen sie damit aber Vorbehalte gegen eine engere Bindung.

# Beziehungsmotiv: Grenzen

- Motiv nach eigener Domäne oder der Unverletzlichkeit der eigenen Grenzen
- Es ist ein Motiv,
  - eine eigene Domäne, ein eigenes Territorium definieren zu können;
  - über das man selbst verfügt und bei dem man bestimmen kann, wer eintreten darf und wer nicht;
  - und dessen Grenzen sicher sind und von anderen respektiert werden.

# Beziehungsmotiv: Grenzen

- Positive Rückmeldungen sind z.B.:
  - wenn das Kind seinen Schreibtisch als seine Domäne definiert, dass niemand daran geht;
  - dass eigene Bereiche wie Briefe, Tagebücher, Aufzeichnungen nicht eingesehen werden;
  - dass Erwachsene klopfen, wenn sie das Zimmer betreten;
  - dass die Grenzen des eigenen Körpers vollständig respektiert werden.

# Beziehungsmotiv: Grenzen

- Negative Rückmeldungen sind z.B.:
  - Mama räumt den Schreibtisch des Kindes auf;
  - Mama liest Briefe oder Tagebücher;
  - Mama schmeißt ohne Zustimmung des Kindes Stofftiere weg;
  - Vater verübt sexuellen Missbrauch;
  - Vater schlägt das Kind (Gewalt-Missbrauch).
- Positive Rückmeldungen führen zu positiven Eintragungen im Selbstkonzept, z.B.:
  - ich bestimme selbst über meine Domäne;
  - ich kann meine Grenzen gut verteidigen, u.ä.

# Beziehungsmotiv: Grenzen

- Positive Rückmeldungen führen auch zu positiven Eintragungen ins Beziehungs-Schema:
  - andere respektieren meine Grenzen;
  - wenn ich einem Partner eine Grenze aufzeige, dann respektiert er diese;
  - mein Territorium ist sicher.
- Personen mit dieser Interaktionserfahrung halten ihre Domäne auch in Beziehungen für sicher: Sie gehen davon aus, dass Partner Grenzen respektieren, sie vertrauen dem Partner diesbezüglich.

# Beziehungsmotiv: Grenzen

- Negative Rückmeldungen führen zu negativen Einträgen im Beziehungs-Schema, z.B.:
  - ich kann meine Grenzen nicht verteidigen;
  - ich kann meine Domäne nicht schützen.
- Personen mit solchen Interaktionserfahrungen sind unsicher, was ihre Kompetenzen zum Schutz ihrer Grenzen betrifft; sie sind daher sehr sensibel gegen alle Anzeichen von Grenzverletzung und reagieren auf vermeintliche Grenzüberschreitungen allergisch.

# Beziehungsmotiv: Grenzen

- Negative Rückmeldungen führen auch zu negativen Einträgen ins Beziehungs-Schema, z.B.:
  - mein Partner wird meine Grenzen nicht respektieren;
  - Interaktionspartner gehen über Grenzen und richten im Territorium Schaden an.

# Beziehungsmotiv: Grenzen

- Personen mit dieser Interaktionserfahrung sind daher Partnern gegenüber sehr misstrauisch, lassen sich nicht „in die Karten gucken“, verteidigen ihre Grenzen absolut und bestehen oft kleinlich auf der Einhaltung von Grenzen.
- Ganz besonders traumatisierend wirkt die Überschreitung der körperlichen Grenzen durch Gewalt-Missbrauch oder sexuellen Missbrauch.