

Obsah

Předmluva k českému vydání	8
Poznámka úvodem	10
Poděkování	13
Jazyková poznámka	14
1. Navždy tvůj – nebo navždy sám?	15
Písničky pro děti	15
Konflikty mezi symbiózou a autonomií	18
Pracovní hypotézy	20
2. Co je to „symbióza“?	23
Vzájemná užitečnost	23
Lovec a kořist	25
Konkurence a dělba práce	25
Prvotní emoce	27
Zrcadlové neurony a symbióza	31
3. Symbióza jako psychologická koncepce	33
4. Co je autonomie?	41
Davovost, nebo jedinečnost?	41
Vývoj individuality a subjektivity	43
Svoboda od závislostí	44
Vnější a vnitřní svoboda	45
Vytváření vlastního já	46
Pseudoautonomie	48
Pravá autonomie	49

5. Konstruktivní a destruktivní formy symbiózy	51
Konstruktivní formy symbiózy	51
Destruktivní formy symbiózy.	56
Konstruktivita a destruktivita vztahu mezi rodiči a dítětem	66
Spirála růstu	67
6. Traumata jako příčiny psychických poruch	69
Teorie vztahové vazby a teorie traumatu	69
Model duševního štěpení	74
Trauma a symbióza	87
7. Symbióza mezi rodiči a dětmi	89
Symbióza matky s dítětem	89
Symbióza dítěte s matkou	91
Traumatizované matky a traumatizované děti	94
Traumatizování otcové a traumatizované děti	107
8. Symbiotické trauma	113
9. Symbiotická zapletení	119
Symbiotická zapletení mezi sourozenci	120
Symbiotická zapletení mezi partnery	122
Symbiotické zapletení s celou rodinou	130
Symbiotická zapletení v nacionální rovině	133
Symbiotická zapletení se spolky (např. se sportovními kluby).	137
Ekonomika, peníze a symbiotická zapletení	138
Symbiotická zapletení pachatelů a obětí	144
Chorobná závislost a symbiotické zapletení.	154
„Psychóza“, „schizofrenie“ a symbiotická zapletení.	160
Tělesné „nemoci“ a symbiotická zapletení	176
10. Konstelace traumatu se zaměřením na narušené vazby	187
Naslouchat a nehodnotit.	187
Získat důvěru	188
Od rodinných konstelací ke konstelacím traumatu	189
Práce se záměrem	194
Role terapeuta	201
Konstelační práce v individuálním sezení.	202
Teoretický základ a pracovní hypotézy.	206

11. Vymanění ze symbiotických zapletení	209
Terapeutický doprovod	209
Terapeutická scestí	211
Konstelace a symbiotické trauma	215
Jak porozumět symbiotickému zapletení	216
Pochopit a přijmout existenci traumat	219
Duševně pracovat na traumatu	221
Vzdát se iluzí o rychlém uzdravení.	224
Vzdát se symbioticky přejatých pocitů.	227
Dostat do popředí zdravé části	228
Rozvíjet zdravý cit pro vlastní tělo.	229
Rozvíjet zdravou vůli	230
Vydržet se sebou	234
Nezachraňovat druhé ani nehledat zachránce pro sebe	235
Opouštět partnery, kteří druhé symbioticky zaplétají	239
Vytvořit si odstup od traumatizovaných rodičů	240
Nebýt obětí ani pachatelem	247
Uzavřít své dětství	249
Navazovat dobré nové vztahy	253
Začít se zdravě vymezovat	253
Dospět k sexuálnímu sebeurčení	255
Nezvratně jasno	257
Milovat mimo trauma a symbiotické zapletení	258
12. Naděje	263
Literatura	266