

Bärbel Mechler

Mein (Ex-)Partner ist ein Psychopath

Wege aus der Opferfalle

Haben Sie Fragen an Bärbel Mechler?
Anregungen zum Buch?
Erfahrungen, die Sie mit anderen teilen möchten?

Nutzen Sie unser Internetforum:
www.mankau-verlag.de



Inhalt

Vorwort	9
<i>Beziehung mit einem Psychopathen</i>	13
Ich halte an dem Menschen fest, der mich zerstört	17
Früher hat er mich geliebt	25
Das psychopathische Beuteschema	26
Die Eroberungsphase	28
Der Partner als ewiger Sündenbock	30
Das Spiel mit Nähe und Distanz	32
Affären mit verheirateten Partnern	34
Sexualität und Fremdgehen	41
Wie gehen Angehörige mit extremen Situationen um?	44
<i>Die psychopathische Wesensstruktur</i>	49
Entstehung psychopathischen Verhaltens	50
Das psychopathische Instrumentarium	53
Psychopathische Besonderheiten	77
Psychopathische Schwachstellen	90
Was Betroffene berücksichtigen sollten	93
Hoffen Sie nie auf Mitgefühl	98
Aussichtslose Bemühungen	101
Als Opfer allein auf weiter Flur	104
Die Tropffolter	109
Die verhängnisvolle Erziehung zum Erdulden	112
Gegen Schuldgefühle ankämpfen	117
<i>Ihre Aufgaben</i>	123
Schützen Sie Ihre Gefühle	124
Setzen Sie Grenzen	127
Stellen Sie sich der Angst	130

Lernen Sie, Nein zu sagen	132
So kommunizieren Sie mit Psychopathen	137
<i>Trennungen von psychopathischen Partnern ...</i>	159
Sie beabsichtigen die Trennung	161
Der Psychopath trennt sich	187
<i>Gemeinsame Kinder</i>	207
Trennung mit gemeinsamen Kindern	213
<i>Der Kampf mit Institutionen</i>	235
Gerichtsverhandlungen	236
Das alleinige Sorgerecht	266
Sind immer beide schuld?	269
Kosten produzieren	270
Psychopathische Strategien vor Gericht	271
Ihre Gegenstrategien vor Gericht	277
Mediation	291
Das Jugendamt	300
Die Wahl des Rechtsanwalts	306
Ein Paradebeispiel mit gutem Ende	316
<i>Wegweiser in eine neue, erfüllende Beziehung ...</i>	323
Die ersten Schritte zueinander	327
Die Beziehung mit Bedacht entwickeln	336
Erkennen und würdigen Sie Ihre Qualitäten	357
Blicken Sie den Fährnissen ins Auge	362
Die Beziehung regelmäßig aktualisieren	364
Unterschiede beleben die Beziehung	365
Zu guter Letzt: Vergebung	371
Zur Autorin	376
Quellenangaben	377
Stichwortregister	378