

Inhalt

Einleitung: (Kein) Land in Sicht!	9
I. TEIL	
Paartherapie und Paarberatung sind wirksam	15
1. Stand der Ergebnis- und Prozessforschung zur Paartherapie und Paarberatung	15
2. Prozessmodelle paartherapeutischen Handelns	21
3. Die Metapher des Navigierens auf Sichtweite	30
4. Landkarten und Landmarken	33
5. Pendeln und Driften zwischen Polen	36
6. Wirkfaktoren	38
7. Das Paarsetting als zusätzlicher Wirkfaktor	41
II. TEIL	
Navigieren auf Sichtweite	43
1. Die Rolle des Therapeuten zwischen Planbarkeit und Unvorhersehbarkeit	43
1.1 Steuermannskunst: Die strukturierende und improvisierende Rolle des Therapeuten	43
1.2 Leitregeln der Strukturierung	48
1.3 Leitregeln zur Improvisation	53
1.4 Komplexität und Einfachheit	57

1.5	Gäste an Bord: Die Bereitschaft zur Begegnung	59
1.6	Wer macht was: Die Aufteilung der Verantwortung . .	62
2.	Problemaktualisierung und Intentionsrealisierung zwischen Wirklichkeit und Möglichkeit	64
2.1	Landkarten: Prozesssteuerung zwischen Wirklichkeit und Möglichkeit	64
2.2	Veränderung wagen oder am Vertrauten festhalten . .	70
2.3	Wetterbericht: Regeln und Techniken der Problemaktualisierung	73
2.4	Bildermalen	74
2.5	Die Partner zeigen, wie sie zueinander stehen	78
2.6	Wirklichkeits- und Möglichkeitsfragen	86
3.	Positions- und Zielbestimmung zwischen Situationsklärung und Intentionsveränderung	95
3.1	Willkommen an Bord: Kontaktaufbau	96
3.2	Einladungen erfragen	98
3.3	Ressourcenaktivierung vom ersten Moment an	100
3.4	Der Startpunkt: Problem- und Situationsklärung . . .	103
3.5	Regeln und Lenkungstechniken	112
3.6	Wohin geht die Reise? Sichten von Eingangserwartungen und Zielen	118
3.7	Leitregeln für die Therapieplanung und den Therapieprozess	125
4.	Aktive Hilfe zur Problembewältigung zwischen Nicht-anders-Können und Besser-Können	128
4.1	Der Wirkfaktor aktive Problembewältigung	128
4.2	Fahrt aufnehmen: Motivieren und Begleiten vom Nicht-anders-Können zum Besser-Können	130
4.3	Kompetenz- und bewältigungsorientierte Interventionen	134

4.4	Wind säen: Individuelle und paarspezifische Ressourcen zur Problembewältigung	152
4.5	Landgänge: Der Transfer in den Alltag	160
5.	Selbst- und Beziehungsklärung zwischen mutigem Hineingehen in soziale Räume und vorsichtigem Eintreten in Innenwelten	163
5.1	Die Wechselbeziehung zwischen Selbst- und Beziehungsklärung	163
5.2	Die Crew: Die Beziehung im Fokus der Klärung	166
5.3	Die Mitglieder: Beziehungsklärung mit dem Fokus auf den Partner	184
5.4	Im Laderaum: Vertiefen und Emporheben	185
5.5	Gefühls- und Beziehungsklärung durch Telearbeit ..	195
6.	Fortlaufende Kursbestimmung zwischen Kurs halten und Kurs korrigieren	211
6.1	Routen: Ähnlichkeiten und Unterschiede von Therapieverläufen	211
6.2	Auf hoher See: Die Mittelphase der Therapie	212
6.3	Navigieren zwischen Kurshalten und Kursänderung und zwischen Veränderung und Akzeptanz	214
6.4	Stagnierende Winde und Stromschnellen	219
6.5	Ankommen: Beendigung von Therapien	233
7.	Methodeneinsatz zwischen sprachlichen und analogen Mitteln	237
7.1	Der konzeptorientierte Einsatz von Methoden	237
7.2	Reiseerinnerungen: Nachhaltigkeit erzeugen	239
7.3	Transportgut: Die »Big-Five«-Elemente erlebnisaktivierender Methoden	243
7.4	Die Integration von Beziehung und Methoden	250

III. TEIL

Die Herausforderungen der Postmoderne

an die Paartherapie 253

1. Paartherapie in Zeiten maximaler Freiheiten und
individueller Entscheidungen 253

1.1 Informierte Klientenschaft 255

1.2 Beziehungsbiografien im sozialen Wandel 256

1.3 Wandel der Werte 260

1.4 Vereinbarkeit von Beruf und Familie 263

1.5 Die Multimedialisierung der Liebe 266

1.6 Kinderwunsch und Reproduktionsmedizin 268

1.7 Sex und Liebe 269

1.8 Liebe im Alter 271

1.9 Resümee: Paartherapie im Spannungsfeld
gegensätzlicher Pole 272

Literaturverzeichnis 274