

Inhalt

1	Einleitung: Das Vorhaben	9
2	Grundlegende Begrifflichkeiten	12
3	Die Grundlagen von Paartherapie	15
3.1	Die Probleme der Definition.	15
3.2	Was ist eine Beziehung?	16
3.3	Was ist Interaktion?	17
3.4	Was macht eine gute Beziehung aus?	22
3.5	Was macht eine problematische Beziehung aus?	23
3.6	Was heißt das für eine Paartherapie?	25
3.7	Paartherapie: Ein dynamischer und komplexer Prozess.	26
4	Zentrale Problembereiche in Partnerschaften	29
4.1	Reziprozität	30
4.2	Kompromissbereitschaft.	31
4.3	Kommunikation	34
4.4	Beziehungsmotive	37
4.4.1	Anerkennung	37
4.4.2	Wichtigkeit	38
4.4.3	Verlässlichkeit	38
4.4.4	Solidarität	39
4.4.5	Autonomie	39
4.4.6	Grenzen und Territorien	40
4.4.7	Fazit.	41
4.5	Schemata.	41
4.5.1	Der Schema-Begriff.	41
4.5.2	Dysfunktionale Schemata.	42
4.5.3	Kompensatorische Schemata	43
4.5.4	Partner-Schemata	44
4.6	Macht und Status	45
4.7	Bereitschaft zum Verzeihen	47
4.8	Zuneigung, Zärtlichkeit und Sexualität	48
4.8.1	Zuneigung.	48
4.8.2	Zärtlichkeit	49
4.8.3	Sexualität	49
4.9	Getroffene Vereinbarungen	50
4.10	Gemeinsamkeiten	51

4.10.1	Gemeinsame Interessen und Ziele	51
4.10.2	Gemeinsame Hobbys und Aktivitäten	52
4.11	Streitkultur	52
5	Grundlegende Aspekte der Paartherapie.	54
5.1	Ziele der Paartherapie	54
5.2	Indikation zur Paartherapie	54
5.3	Zugang zur Paartherapie.	55
5.4	Ein oder zwei Therapeuten	56
5.5	Kommunikationsachsen	57
6	Therapeutischer Umgang mit schwierigen Interaktionssituationen	58
6.1	Grundideen	58
6.2	Beziehungskredit	61
6.3	Interventionen aus der Klärungsorientierten Psychotherapie	61
6.4	Das Anleiten von Klärungsprozessen	62
6.5	Modellbildung	63
6.6	Steuerung des Interaktionsverhaltens	64
6.7	Einführen von Regeln	65
6.8	Moderatorfunktion des Therapeuten	66
6.9	Einbringen von Experten-Wissen	67
6.10	Unterbrechen und Transparentmachen von Hochschaukelungsprozessen	68
6.11	Einstellungen und Kompetenzen des Therapeuten	69
7	Prinzipien und Regeln der Paartherapie	72
7.1	Prinzipien	72
7.1.1	Zu dem Problem gehören immer zwei	72
7.1.2	Kompromisse sind nötig	73
7.1.3	Zukunftsorientierung	73
7.1.4	Offenheit	74
7.2	Regeln	74
7.2.1	Basisregeln	74
7.2.2	Regeln bei Bedarf.	75
8	Ablauf einer Klärungsorientierten Paartherapie	78
8.1	Prozessziele	78
8.2	Therapiephasen	79
9	Phase 1: Einzelsitzungen.	82
10	Phase 2: Erarbeitung der Problemliste	85
10.1	Das therapeutische Vorgehen	85
10.2	Therapeutisches Beispiel für Phase 2	87
10.2.1	Das Transkript	87
10.2.2	Kommentar	91
11	Phase 3: Bearbeitung aktueller Konflikte und Probleme	94
11.1	Die Ausgangssituation und Ziele der Phase 3	94

11.2	Das therapeutische Vorgehen	97
11.3	Therapeutische Interventionen in Phase 3	98
11.3.1	Klärungsorientierte Interventionen	98
11.3.1.1	Paraphrasieren	98
11.3.1.2	Verbalisieren	99
11.3.1.3	Explizieren	100
11.3.1.4	Verständnisfragen	100
11.3.1.5	Konkretisierende Fragen	101
11.3.1.6	Vertiefende Fragen	101
11.3.2	Konfrontative Interventionen	102
11.3.3	Lösungsorientierte Interventionen	103
11.3.4	Interaktionelle Interventionen	103
11.3.4.1	Etwas als Eindruck der Person markieren	104
11.3.4.2	Übersetzen	104
11.3.4.3	Interaktionsaspekte salient machen	105
11.3.5	Interaktionssteuernde Interventionen	106
11.3.5.1	Aufgaben geben	106
11.3.5.2	Bei einem Thema halten oder zum Thema zurückbringen	107
11.3.5.3	Stoppen und unterbrechen	107
11.3.5.4	Basis-Strategie	108
11.3.5.5	Strategie: Worum geht es eigentlich?	109
11.3.5.6	Prinzipien des therapeutischen Vorgehens in Phase 3	109
11.4	Therapeutisches Beispiel für Phase 3	111
11.4.1	Das Transkript	111
11.4.2	Kommentar	125
11.5	Reflexion des Beispiels	131
11.5.1	Was wird aus dem Beispiel deutlich?	131
11.5.2	Die wichtigsten Punkte des therapeutischen Vorgehens	133
11.5.2.1	Klären und Lösen	133
11.5.2.2	Kompromisse bilden	133
11.5.2.3	Konfrontationen	135
11.5.2.4	Expertise einbringen	135
11.6	Ein spezielles Thema vor allem in Phase 3: Trennung	137
12	Phase 4: Verstehenstraining/Vertieftes Verständnis	138
12.1	Zielsetzung	138
12.2	Das therapeutische Vorgehen	139
12.2.1	Sinn des Vorgehens	139
12.2.2	Ablauf des Vorgehens in Phase 4	140
12.3	Implikationen	143
12.4	Therapeutisches Beispiel für Phase 4	144
12.4.1	Transkript	144
12.4.2	Kommentar	153

13	Phase 5: Klären biographischer Schemata	156
13.1	Ziele des Vorgehens	156
13.2	Das therapeutische Vorgehen.	158
13.3	Illustration an einem Transkript	159
	13.3.1 Das Transkript	159
	13.3.2 Kommentar	177
14	Besondere Fragen der Paartherapie	180
14.1	Der Abschluss der Therapie	180
14.2	Unkooperative Partner	180
14.3	Gewalt in der Partnerschaft	182
15	Psychotherapie mit homosexuellen Paaren (Prof. Dr. Philipp Hammelstein)	183
15.1	Grundsätzliches zur Psychotherapie mit homosexuellen Klienten	183
15.2	Der Einfluss des Minoritätsstress	184
15.3	Ausmaß und Umgang mit internalisierter Homosexualität	187
15.4	Gestaltung von Sexualität im Rahmen des Risikos sexuell übertragbarer Infektionen	189
15.5	Empfehlungen	191
	Literatur.	192