

# Inhalt

Vorwort .....	9
Hinweis zum Download der Arbeitsmaterialien .....	15
<b>1 Einführung .....</b>	<b>17</b>
1.1 Trennung und Scheidung als gesellschaftliche Realität .....	17
1.2 Was führt Paare in die Trennung? .....	21
1.3 Bewältigungsanforderungen in der Trennung .....	27
1.4 Welche Hilfe bietet die Gruppe? .....	32
<b>2 Allgemeines zum Gruppenverfahren .....</b>	<b>34</b>
2.1 Gruppenverfahren gestern und heute .....	35
2.2 Die Gruppe als Lernort und therapeutisches Instrument .....	40
2.3 Ausgewählte Merkmale der Gruppe .....	43
2.3.1 Normen .....	43
2.3.2 Rollen .....	45
2.3.3 Kohäsion .....	46
2.3.4 Stadien der Gruppenentwicklung .....	47
2.3.5 Gruppenleitung .....	57
<b>3 Prinzipien der Gruppenarbeit mit Getrennten   und Geschiedenen .....</b>	<b>59</b>
3.1 Ziele und Inhalte .....	59
3.2 Therapeutische Wirkfaktoren und Arbeitsweisen .....	60
3.2.1 Empowerment .....	60
3.2.2 Lösungsorientierung .....	61
3.2.3 Ressourcenorientierung .....	62
3.2.4 Prozessorientierung .....	65
3.2.5 Zeitliche Orientierung .....	66
3.2.6 Strukturelle Orientierung .....	68
3.3 Persönliche und fachliche Voraussetzungen .....	69
3.4 Anregungen zur Selbstreflexion .....	71

<b>4</b>	<b>Planung und Vorbereitungsphase der Gruppe</b> .....	<b>74</b>
4.1	Eingangsgespräche .....	74
4.2	Zusammensetzung der Gruppe .....	76
4.3	Gruppengröße, Zeit und Raum .....	78
<b>5</b>	<b>Interventionen und Übungen</b> .....	<b>79</b>
<b>5.1</b>	<b>Modul 1 Anfangs- und Orientierungsphase</b> .....	<b>81</b>
5.1.1	Baustein Kennenlernen .....	81
5.1.2	Baustein Eigene Ziele und Gruppenregeln .....	86
5.1.3	Baustein Persönliche Trennungsgeschichte .....	89
5.1.4	Baustein Trennungsursachen und Folgeprobleme ....	95
5.1.5	Baustein Faire Trennung .....	99
5.1.6	Baustein Ressourcen – Stärkung für den Trennungsweg	107
<b>5.2</b>	<b>Modul 2 Mitten im Geschehen</b> .....	<b>116</b>
5.2.1	Baustein Standortsuche .....	117
5.2.2	Baustein Emotionale Befindlichkeiten .....	125
5.2.3	Baustein Verletztheit und Schmerz .....	128
5.2.4	Baustein Trauer und Wut .....	135
5.2.5	Baustein Schuld und Schuldgefühle .....	146
5.2.6	Baustein Alleinsein und Einsamkeit .....	153
5.2.7	Baustein Selbstwert und Selbstfürsorge .....	159
5.2.8	Baustein Blickpunkt Kinder .....	167
5.2.9	Baustein Alltagsbelastungen .....	171
5.2.10	Baustein Biografische Spurensuche .....	177
5.2.11	Baustein Lösung und Abschied .....	180
<b>5.3</b>	<b>Modul 3 Abschieds- und Abschlussphase</b> .....	<b>195</b>
5.3.1	Baustein Neuorientierung .....	195
5.3.2	Baustein Beziehungsweisen .....	202
5.3.3	Baustein Offene Themen und persönliche Bilanzierung	209
5.3.4	Baustein Gruppenabschluss .....	214
<b>6</b>	<b>Nachwort</b> .....	<b>218</b>
	Dank .....	219
	Literatur .....	220