

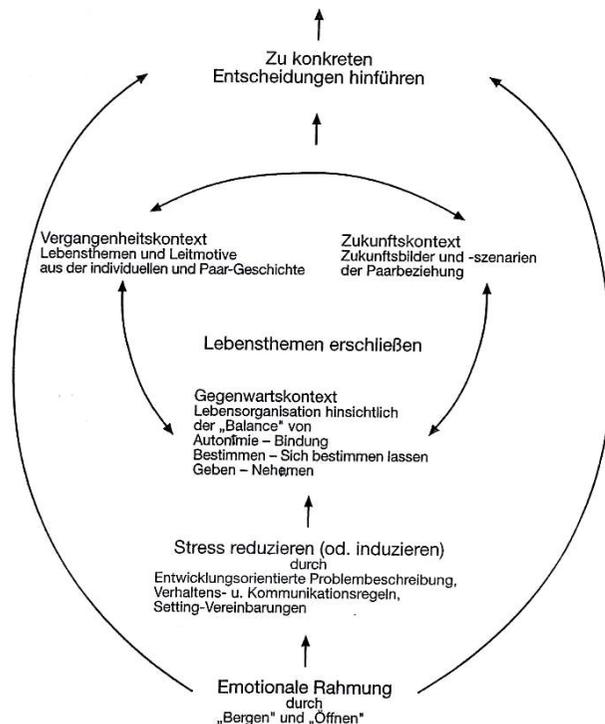
1. Geschichtliche Aspekte und „Grundbegriffe“

- Paartherapie: 1) psychoanalytisches 2) tiefenpsychologisches 3) systemisches – Konzept
- Psychoanalytische Tradition + lösungsorientierte Kurzzeittherapie: Pole, aus denen die systemisch-integrative Paartherapie entstand
- systemisch in Paartherapie: systemisch \leftrightarrow med. lineares Modell
- „vollständiger Auftrag“ kann zu Beginn nicht sofort erschlossen werden, sondern muss peu á peu verstanden werden
- *Systemisches Fallverstehen*: Begegnungssachse (dominant) und Wissens- Handlungsachse \rightarrow fließender Wechsel

2. Genogramm:

- Mehrgenerationen-Perspektive, um psychische Probleme und Verhaltensauffälligkeiten zu verstehen

3. Lebensthemen erschließen



- Emotionen: wichtiger Teil der Paarbeziehungen \rightarrow besonders Intimität (als Voraussetzung von Liebe und Sexualität)
- Ziel: Logik der Emotionen von Denken + Handeln zusammen zu fügen
- Affektive Bindung/Abgründe erleben \rightarrow Partner „sehen“/„hören“
- Verankerung der Paarprobleme mit der Emotionen bzw. in den Emotionen verbunden mit körperlichen Reaktionen
- Emotionale Rahmung: Überbelastung vermeiden & aktuelle Aufgabe des Therapeuten
- Stressinduktion/ -reduktion
- Setting
- Gegenwartskontext: Problem, das das gegenwärtige Zusammenleben des Paares beeinträchtigt
- Vergangenheitskontext: Zusammenhang aus der familiären Vergangenheit+Beziehung
- Zukunftskontext: Szenarium des Zusammenlebens in der Zukunft entwerfen

4. Entwicklungsorientierte Problembeschreibung

- Würdigung des Bisherigen: Was hat das Paar bisher gemeinsam geleistet?
- Systemischer Zusammenhang: Problem wird mit der Beziehung als Ganzes in Zusammenhang gestellt
- Sinn und Bedeutung der Krise: Problem bekommt einen Bedeutungszusammenhang/ einen spezifischen Sinn
- Entwicklungsperspektive: Problem wird in eine Zukunftsperspektive hineingestellt, die die Chance zur Weiterentwicklung sichtbar macht

5. Problembeschreibung als fortlaufender Prozess

- Ebene der dysfunktionalen Interaktion: Vordergründiges Problem \rightarrow Paar kann es benennen
- Ebene der Lebensorganisation: Wie organisiert das Paar sein Zusammenspiel hinsichtlich der Polaritäten

- Ebene des Unerledigten aus der Paargeschichte:
Jetztige Krise hat Wurzeln in Geschichte
- Ebene des Unerledigten aus der Herkunftsfamilie:
Aktuell durch Re-Inszenierung von Abläufen/ Rollen/
Beziehungsmustern aus der Kindheit

6. Typische Themen der Paartherapie

6.1 Autonomie und Bindung

- Wurzel-Flügel-Dialektik
- Ausbalancierung beider Pole! / Aber: gesellschaftliche Einflüsse
beeinträchtigen Spielraum des Paares
- Was wurde bzgl. "Wurzeln + Flügel" zu Hause (Herkunftsfamilie)
erlebt?

6.2 Gender:

- Mann + Frau als Gleichgestellte → Realität: ungleiche
Machtverhältnisse
- Nicht Defizite, sondern kontextuelle Begrenzungen diskutieren

6.3 Sexualität / Intimität / Untreue / Zweitehen

Sexualität und Intimität:

- Sexualität immer im Kontext mit Themen (z.B. Machtverhältnisse)
verstehen
- Gegensatz: Sicherheit ↔ Sehnsucht nach Fremdheit / Erregung
- sexuelle Außenbeziehung als Möglichkeit
- nicht als Sonderfall betrachten; Scham in Therapie mildern

Untreue als Chance?

- Viele Faktoren, die Ehen früher zusammenhielten, fallen weg und
verlieren Wirksamkeit → Beziehungen sind instabiler!
- Außenbeziehung = Ausgleichsversuch
- Paare sollten Entwicklungsraum schaffen, um keine voreiligen
Entscheidungen zu treffen

Neue Partnerschaften nach Trennung und Scheidung

- Zweitehen meist instabiler - Warum? → 4 Punkte, in denen sich
Zweitehen unterscheiden
- I. 'Kinder': (wenig Zeit als Paar)
- II. 'Stief-Elternteil': (Beziehung statt Erziehung)
- III. 'Normalität': ("Living apart together")
- IV. 'Aussöhnung': (mit alter Beziehung)
- Ermutigung zur Suche nach neuen, ungewohnten Möglichkeiten

6.4 Modernes Leben und seine Auswirkungen auf Paare

- I. Ressource Zeit
- II. "Drei-Karrieren-Familien"
- III. traditionelle Erwartungen in veränderten soz. Strukturen
- IV. "neue Dreieck": Frau, Mann, moderne Technologien
- I.: Zeitknappheit u. unterschiedliche Lebensrhythmen
- gemeinsame Zeitinseln schaffen
- IV.: neue Technologien verändern Intimität von Paaren
- „zeitgenössische Paartherapie“ → handfeste Vereinbarungen

6.5 Sucht (Alkoholabhängigkeit)

Modell A: Alkoholabhängigkeit als Krankheit:

- Alkoholismus = Realität / Partner meist auch "abhängig"
- Alkoholabhängigkeit = Funktion den Beteiligten das zu geben,
was sie auf eine andere Weise nicht bekommen haben!

Modell B: Alkoholabhängigkeit als Auffassungssache:

- Erst durch Klassifizierung zum Problem
- Eigenverantwortlichkeit / Angebot von Wahlmöglichkeiten
- 'maßgeschneidertes Vorgehen'; Kontextsensibilität

6.6 Paarbeziehung und Krankheit:

- subjektive+ psychosomatische (psychische Ursachen)
Krankheitstheorien
- Vermeidung, dass ein Beziehungskonflikt dahinter steckt
→ besser: gemeinsame Krankheitsbewältigung