

Handout Systemische Paartherapie

Jacqueline Lahm/Charlotte Werner

3.Fachsemester Modul 6a

Integratives Konzept

Gegenwart

- Das Paar und seine Krise sollen im Kontext der Gegenwart verstanden werden
- Der Blick wird auf die zentralen Lebensthemen des Paares und die Art und Weise wie sich das Paar selbst organisiert gerichtet
- Lebensthemen werden als Polaritäten formuliert
Autonomie-Bindung (Polarität von Ich und Wir)
Bestimmen-Sich anschließen (Polarität der Macht)
Geben-Nehmen (Polarität des affektiven Austausches)

Vergangenheit

- Die Vergangenheit des Paares selbst, Paar-Geschichte, Vergangenheit der beiden Partner, Herkunfts-Geschichte werden im Kontext der Vergangenheit thematisiert
- Ereignisse und Erfahrungen aus der Geschichte des Paares können zu einer bleibenden „Schieflage“ bei den drei Polaritäten führen

Zukunft

- Durch die Krise wird die Lebensorganisation des Paares durcheinandergebracht
- Chance, zu einer neuen, vielleicht besseren Balance innerhalb der drei Polaritäten zu finden

Ebenen der Problembeschreibung

Ebene 1: Dysfunktionale Interaktion

- Befasst sich mit dem Gegenwartskontext
- Krise kann als ein Problem dysfunktionaler Interaktion beschrieben werden

Ebene 2: Dysfunktionale Lebensorganisation

- Befasst sich mit dem Gegenwartskontext
- Krise kann als Problem der Lebensorganisation des Paares hinsichtlich der Polaritäten beschrieben werden

3.Ebene: Unerledigtes aus der Paargeschichte

- Bezieht sich auf den Vergangenheitskontext des Paares
- Erlebnisse und Erfahrungen aus der Vergangenheit des Paares, welche im Zusammenhang mit der gegenwärtigen Krise aktualisiert werden

4.Ebene: Unerledigtes aus den Herkunftsfamilien

- Bezieht sich auf den Vergangenheitskontext des Paares
- In der Krise werden Re-Inszenierungen von Abläufen, Rollen- und Beziehungsmuster aus der Kindheit der Partner wiederbelebt oder werden deutlich

Wechsel zwischen den Ebenen

- In der Regel wird auf der Interaktionsebene eingestiegen
→ schafft durch die Verbesserung Kontrolle oder Beruhigung der Interaktion eine wichtige Voraussetzung für den weiteren Prozess
- Fortgeschritten wird mit der Ebene, die therapeutisch aktuell wird, muss nicht immer die nächste der angegebenen Ebenen sein
- Kann auch vorkommen, dass von einer „unteren“ Ebene wieder auf eine „obere“ zurückgekehrt werden muss, um die Umsetzung in den konkreten Alltag zu vollziehen

Therapeutischer Prozess

- Klare Fokussierung dessen, worum es inhaltlich gehen soll, damit ein Veränderungsprozess stattfinden kann
- Beziehungsebene/„affektive Rahmung“
→ Der/die TherapeutIn soll eine Atmosphäre der Sicherheit für beide Partner schaffen, in der Stress ab- und Veränderungsbereitschaft aufgebaut wird

Quellen:

<https://www.dgsf.org/service/was-heisst-systemisch/familientherapie-systemische-therapie.html> (zuletzt aufgerufen am 24.10.2018)

Fiederike v. Tiedemann, Hans Jellouschek: Systemische Paartherapie- Ein integratives Konzept. Psychotherapie im Dialog, S.37-43.