



# Systemische Paartherapie

Theorie, Methodik und Kontexte des therapeutischen  
Beratungsgesprächs

Dr. Wolfgang Schrödter

10.05.2012

Ein Referat von  
Fredrik Kempf, Jule Pater und Matthias Schäfer

# Gliederung

- Geschichtliche Aspekte und Vertreter
- Systemische Paartherapie – ein integratives Konzept
  - Was heißt „systemisch“
- Prozessmodell
- Behandlungsverlauf
- Typische Themen der Paartherapie

# **GESCHICHTLICHE ASPEKTE**

# Vertreter

- Rosmarie Welter-Enderlin



- Hans Jellouschek

# Geschichtliche Aspekte

- Lange keine theoretische Grundlage für Paartherapie
- Kaum Theorien oder Therapiemodelle
- Paare vorwiegend in der Rolle als Eltern
  
- sozialer Konstruktivismus
- Kybernetik

- Stiefkind der Systemtherapie
- konstruktivistische Wende
- Paartherapie=Paarberatung

In Abgrenzung zu:

- psychoanalytische Tradition
- Lösungsorientierte Kurztherapie

# **KONZEPT DER SYSTEMISCHEN PAARTHERAPIE**

# Was heißt „systemisch“

- Erschließen von Lebenslagen im Kontext sozialer und historischer Rahmenbedingungen
- Mensch und sein Verhalten kann nur in Fragmenten verstanden werden
- Sinnstrukturen bzw. Grundorientierungen erkennen
- Erzeugung neuer Lebensentwürfe



# „Systemische“ Herangehensweise

- Rahmenbedingungen wie Biologie und Umwelt bzw. Kultur prägen Leben
- Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft miteinander verbinden
- Genogramm  
(anhand von Fragebogen)

---

Das Feld theoretischen  
Wissens und seiner  
philosophischen Grund-  
lagen (Menschenbilder)

die individuelle Lebens-  
praxis als problematische  
beschrieben



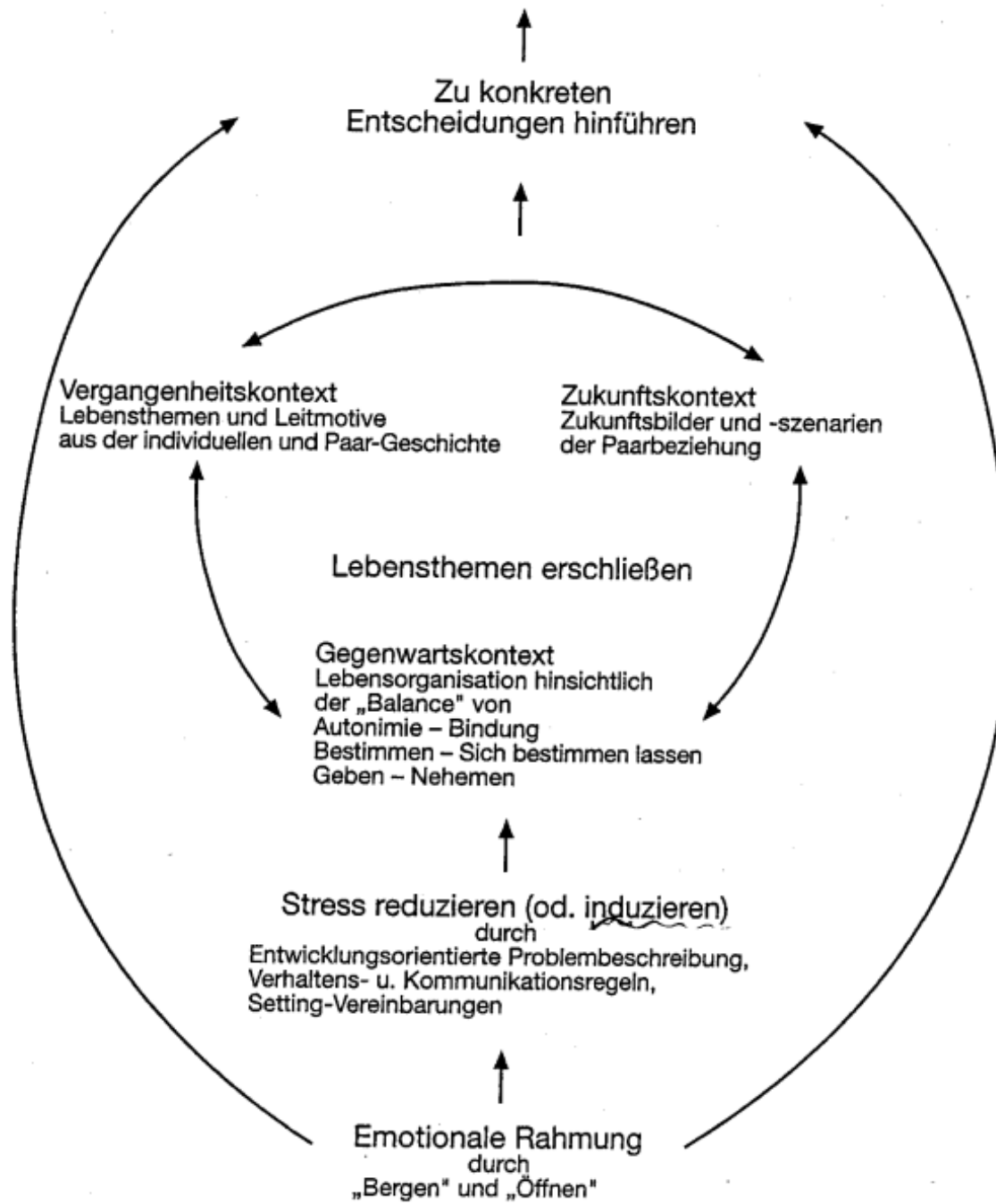
Der/die Professionelle  
im organisatorischen  
und im persönlichen  
Kontext

Handwerksregeln  
und  
Handwerkszeug

# „Systemische“ Herangehensweise

- Therapeutische Triade
- Der Klient ist der Experte
- Emotionale Rahmung
- „Die Melodien des Paartanzes“

# **PROZESSMODELL DES PAARTHERAPEUTISCHEN HANDELNS**



Zu konkreten Entscheidungen hinführen

Vergangenheitskontext  
Lebensthemen und Leitmotive  
aus der individuellen und Paar-Geschichte

Zukunftskontext  
Zukunftsbilder und -szenarien  
der Paarbeziehung

Lebensthemen erschließen

Gegenwartskontext  
Lebensorganisation hinsichtlich  
der „Balance“ von  
Autonomie – Bindung  
Bestimmen – Sich bestimmen lassen  
Geben – Nehmen

Stress reduzieren (od. induzieren)  
durch  
Entwicklungsorientierte Problembeschreibung,  
Verhaltens- u. Kommunikationsregeln,  
Setting-Vereinbarungen

Emotionale Rahmung  
durch  
„Bergen“ und „Öffnen“

# **THERAPEUTISCHE VORGEHENSWEISEN**

# Therapeutische Vorgehensweise

- Keine pauschalen Antworten auf allgemeine Problemfälle!

Ideenentwicklung erst möglich bei konkretem Fall:

- Einmaliges Paar
- Spezifische Situation
- Sinnstrukturen und Leitmotive kennen

# Therapeutische Vorgehensweise

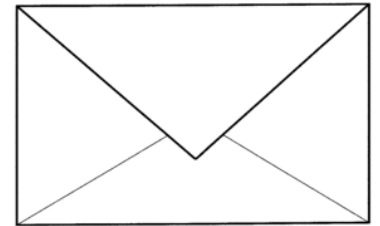
1. Vorphase einer Paarberatung
2. Erstgespräch und Aufnahmephase
3. Fragebogen
4. Weiterer Beratungsverlauf





# 1. Vorphase einer Paarberatung

- Telefonische Anmeldung beim Sekretariat & Schilderung des Anliegens des Klienten
  - Rückruf & Terminvereinbarung
  - Brief / Email
    - Terminbestätigung
    - (einkommensorientierte) Honorarvorschläge
- Hinweise:
- Therapieart: Systemische Therapie
  - Gesprächsdauer: ca. 90 min. alle 3-4 Wochen
  - Videoaufzeichnung!
  - Verschwiegenheit



## 2. Erstgespräch und Aufnahmephase

- Vorstellung des Therapeuten
- Erfragung der äußeren Daten (Wohnsituation, Beruf, Datum des Zusammenziehens etc.)
- Entscheidung zur Paartherapie: Warum?



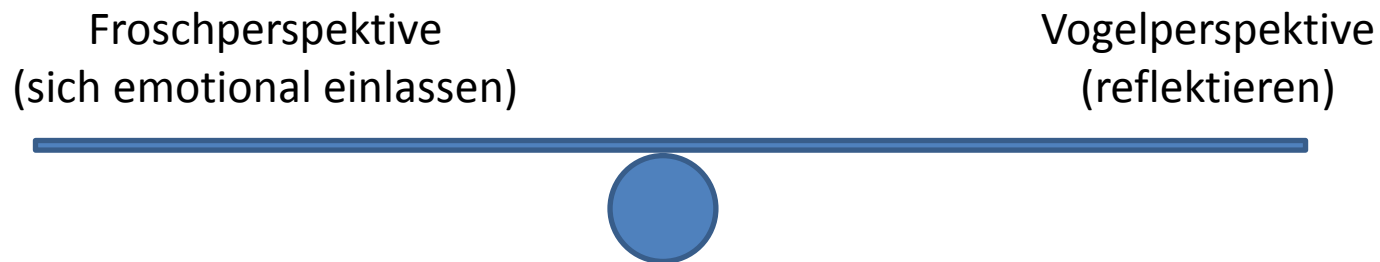
- Aufweichphase/Direkteinstieg
- Stress nutzen → Innenperspektive erreichen



- Ermutigende Beschreibung der Lage von Therapeut → „dritter Weg“

## 2. Erstgespräch und Aufnahmephase

- „Therapeutischer Balanceakt zwischen emotionaler Nähe und Distanz in Verbindung mit professioneller Reflexion“



# 3. Fragebogen

- Nach erster Sitzung
- Zweck des Fragebogens:
  1. **Selbstreflektion** der Partner
  2. **Mitteilung** an Paar: Zusammenhänge zw. Gefühlen, Biographie, gesellschaftlichen Strukturen
  3. Hinweis auf **kritische Themen**, die **allgemein** in jeder Paarbeziehung gültig sind.

**Fragen an Frauen und Männer, die zu mir in Beratung/Therapie kommen:**

Name: .....

Adresse: .....

Geburtsdatum: .....

Beruf/Stellung: .....

Verheiratet/  
zusammenlebend mit: ..... seit .....

Geschieden von: ..... seit .....

Kinder Geb. Ihre Gefühle für jedes Kind\*

.....  
.....  
.....

**Die wichtigsten Bezugspersonen aus Ihrer Kindheit:**

Name (Vorname genügt)	Geb.jahr	Ev. Todesjahr	Ihre Gefühle für diesen Menschen*
Mutter .....			
Vater .....			
Stief- bzw. Adoptiv-Eltern: Mutter .....			
Vater .....			
Großeltern: .....			
Andere wichtige Bezugspersonen: .....			
.....			
Geschwister			
1. ....			
2. ....			
3. ....			
4. ....			
5. ....			

1b) Auf welchen Gebieten zeigen sich Ihre Anliegen?

Bitte ankreuzen

am wenigsten (0)	am meisten (5)	0	1	2	3	4	5
- Unterschiedliche Entwicklung Frau/Männ	.....						
- Kommunikation	.....						
- Zeit füreinander (entspanntes Zusammensein)	.....						
- Sexualität	.....						
- Nähe - Emotionale Intimität/Geborgenheit	.....						
- Distanz - „Raum“ für sich selber/Autonomie	.....						
- Aufgabenverteilung Paar (Haushalt/Kinder/Arbeit)	.....						
- Kinderprobleme	.....						
- Außereheliche Beziehung (von wem)	.....						
- Beziehung zu Herkunftsfamilie	.....						
- Arbeitszufriedenheit	.....						
- Beanspruchung durch Arbeit (Frau/Mann)	.....						
- Finanzen (Einkommen/Ausgaben)	.....						
- Wohnsituation	.....						
- Entscheidungsfindung (welche)	.....						
- Körperliche Symptome (welche)	.....						
- Psychische Symptome (welche)	.....						
- Gewalt	.....						
- Suchtprobleme	.....						
- Andere Probleme (welche)	.....						

Was wäre

das Beste: .....

das Schlimmste: .....

das durch die Therapie geschehen könnte?

# Auswertung Video & Fragebogen

- Gefühlslage, Problembeschreibung, Wünsche, Ressourcen, Stressoren
- Gemeinsame & gegensätzliche Bewertungen vergleichen
- Häufig: „Ihre Welt“ vs. „Seine Welt“ (Z.B.: bei Themen wie Kommunikation, Sexualität und Intimität)

# 4. Weiterer Beratungsverlauf

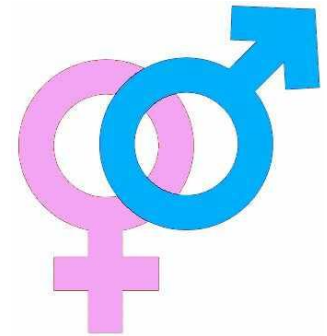
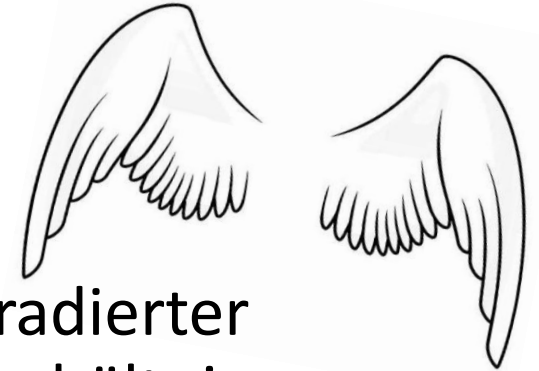
- „Therapievertrag“ wird jede Sitzung neu verhandelt
- Gesamtdauer der Paartherapie: meist 1-2 Jahre → immer wieder selbst verhandelt vom Paar
- Beim Schlussgespräch: Bitte um Rückmeldung ein halbes Jahr später



# **TYPISCHE THEMEN DER PAARBERATUNG**

# Typische Themen der Paartherapie

- **Autonomie** und **Bindung**
- **Intimität** und **Sexualität**
- **Gender**: Erstarrung bzw. Aufweichung tradierter Geschlechtervorstellungen und Machtverhältnisse
- **Modernes Leben** und seine Auswirkung auf Paare
- **Untreue** als Chance?
- Im **zweiten Anlauf**: Neue Partnerschaften nach Trennung und Scheidung
- **Sucht**
- **Krankheit**



**QUELLEN**

# Quellen

## Hauptliteratur:

- R. Welter-Enderlin, H. Jellouschek: Systemische Paartherapie. In: M. Wirsching, P. Scheib (Hrsg.): Paar- und Familientherapie (s.o.).
- R. Welter-Enderlin (1995): Systemische Paartherapie. Verstehen und Handeln in der Begegnung. System Familie, 8(1995)

## Weitere Literatur:

- A. Ebbecke-Nohlen: Systemische Paartherapie – Das Balancieren von Gemeinsamkeiten und Unterschieden. Psychotherapie im Dialog, Nr. 2 (2000)
- F. v. Tiedemann, H. Jellouschek: Systemische Paartherapie – Ein integratives Konzept. Psychotherapie im Dialog , Nr. 2 (2000).

## Internetquellen:

- <http://www.dgsf.org/themen/was-heisst-systemisch>
- [http://de.wikipedia.org/wiki/Systemische\\_Beratung](http://de.wikipedia.org/wiki/Systemische_Beratung)
- <http://www.gsbev.de/index.php/component/content/article/12-systemisch-konstruktivistischer-ansatz>

Die Schaubilder und der Fragebogen stammen aus den Artikeln von Welter-Enderlin (s.o.)

## Bilder (der Reihe nach):

- <http://www.van-leeuwen.de/family.jpg>
- <http://www.systemmagazin.de/serendipity/uploads/Welter-Enderlin.jpg>
- <http://www.privatpraxis-boeken.de/wp-content/uploads/2012/03/paarberatung.jpg>
- [http://media.4teachers.de/images/thumbs/image\\_thumb.6822.png](http://media.4teachers.de/images/thumbs/image_thumb.6822.png)
- Flügel: <http://www.malvorlagen.cc/images/malvorlage/Fluegel-446085.jpeg>
- Gender: <https://encrypted-tbn1.google.com/images?q=tbn:ANd9GcRFwSDBOjGAw4WUQfS92hHTwSIMEyWrXAXiR4cf-Jgvl6tYx9un>
- Internetsymbole: <http://mygoal.de/de/wp-content/uploads/2010/11/safari-explorer-firefox.jpg>