

Inhalt

Geleitwort	10
Einleitung	12
Teil I: Theoretische Grundlagen	15
1 Die Besonderheit von Paartherapie	16
Themenstellungen	17
Ergebnisse paartherapeutischer Wirkforschung	19
Spezifika des paartherapeutischen Settings	22
2 Partnerschaftliches Leben	25
Funktionen von Paarbeziehungen	25
<i>Biologische Funktionsebene</i>	26
<i>Sozioökonomische Funktionsebene</i>	27
<i>Psychische Funktionsebene</i>	28
Partnerschaft und Liebe	29
Partnerschaft und Zeit	35
3 Ein biopsychosoziales Modell partnerschaftlichen Unglücks	36
Modelltheoretische Grundannahmen	37
Einzelne Modellelemente	39
<i>Stress</i>	39
<i>Physiologisch-affektive Verarbeitung</i>	41
<i>Kognitive Verarbeitung</i>	42
<i>Coping</i>	43
<i>Narratives Selbst</i>	46
Rekursive Verknüpfung	48
Teil II: Die Praxis langsamer Paartherapie	51
4 Die Gestaltung der Therapiebeziehung	52
Empathie	54
Respekt und Wertschätzung	54

Ressourcen- und Lösungsorientierung.....	54
Kooperation	55
Neutralität.....	55
<i>Soziale Neutralität</i>	56
<i>Konstruktneutralität</i>	56
<i>Veränderungsneutralität</i>	57
<i>Methodenneutralität</i>	57
<i>Systemneutralität</i>	57
5 Die Gestaltung des paartherapeutischen Settings	59
Paartherapie als »Multilog«	61
Wechsel zwischen sternförmiger und <i>direkter Kommunikation</i>	63
<i>Verstärkung öffnender Kommunikation</i>	63
<i>Hemmung schließender Kommunikation</i>	63
Implizite Vorgehensweisen	64
Reformulierungen	64
Umformulierung von Klagen in Wünsche und Sehnsüchte.....	65
Die Betonung von Verbundenheit und Analogie.....	65
Fokuswechsel.....	66
Explizite Vorgehensweisen	66
Konfrontation	66
<i>Das Schließen metakommunikativer Vereinbarungen</i>	66
Wechsel der Perspektive.....	67
Metakommunikation.....	67
<i>Praktiken des negatives Externalisieren</i>	68
<i>Praktiken des positiven Externalisierens</i>	72
Paartherapie als Einzeltherapie in Gegenwart des Partners	73
6 Die Gestaltung des Therapieprozesses	76
Makroarchitektur des Therapieprozesses	76
Die Herstellung des Therapiesystems	76
<i>Kontextklärung</i>	77
<i>Problembeschreibung</i>	81
<i>Problemkontextualisierung</i>	82
<i>Zielklärung</i>	82
<i>Kontraktentwicklung</i>	85

<i>Stundenabschluss</i>	88
Verwirklichung des Paartherapiesystems	90
<i>Anschluss und Retrospektion</i>	90
<i>Klärung des Stundenthemas und -ziels</i>	90
<i>Problemaktualisierung</i>	91
<i>Einführung von Unterschieden</i>	91
<i>Lösungsaktualisierung</i>	92
<i>Stundenabschluss</i>	92
Die Auflösung des Paartherapiesystems	92
<i>Anschluss und Retrospektion</i>	93
<i>Festlegung des Stundenthemas »Evaluierung«</i>	93
<i>Evaluierung</i>	93
<i>Rekonstruktion der Veränderungsbeiträge</i>	93
<i>Ausblick</i>	94
<i>Verabschiedung</i>	94
Teil III: Wege der Verwandlung	95
7 Problem-Lösungs-Übergänge	96
Autonomie	97
Kooperation	98
Langsamkeit	98
Nichtlinearität	99
Einfachheit	99
Konvergenz	100
8 Die Reduktion von Stress	103
Entwickeln von Regeln und Vereinbarungen	105
Finden gemeinsamer Grenzen	106
Hilfe bei Entscheidungen	108
Stressreduktion bei kritischen Lebensübergängen	108
Hilfe bei der Bewältigung schwieriger bzw. traumatischer Lebensereignisse	109
Dekonstruktion hoher Ziele und Erwartungen	112
Stärken von Bezogenheit	115
Fördern individueller Selbstfürsorge	116
9 Die Verwandlung physiologisch-affektiver Stressverarbeitung . . .	117
Visualisierung bzw. Symbolisierung von Affekten	118
Das Gespräch mit dem verinnerlichten Partner	120

Partnerlandkarte	121
Zeitlinienarbeit	122
Skalierung	123
Übergangsrituale	123
10 Die Verwandlung kognitiver Verarbeitung	127
Die Transformation von Beschreibungen	127
<i>Metaphern</i>	127
Die Transformation von Erklärungen	129
Die Transformation von Vorhersagen	129
<i>Multiple Voices</i>	129
11 Die Transformation von Coping	131
Mustervisualisierung	133
Szenisches Zeichnen	134
Leinwandtechnik	135
Genogrammarbeit	136
Therapeutische Hausaufgaben	139
<i>Beobachtungsaufgaben</i>	139
<i>Prognoseaufgaben</i>	140
<i>Reflexionsaufgaben</i>	140
<i>Handlungsaufgaben</i>	140
12 Die Verwandlung von Liebesgeschichten	145
Liebe	145
<i>Reauthoring Conversations</i>	146
<i>Remembering Conversations</i>	146
Macht	147
<i>Fragen zu Problem- und Lösungstäterschaft</i>	147
Sinn	148
Teil IV: Spezifische Themenstellungen	149
Themenspezifische Perspektivität	150
13 Partnerschaft und sexuelles Unglück	152
Die Reduktion von Stressoren – das Schaffen guter Gelegenheiten	155

Die Transformation dominanter Affekte	156
Die Transformation von Kognitionen	157
Die Transformation von Coping	159
14 Paartherapie im Kontext von Gewalt	162
Therapeutisches Vorgehen.....	163
<i>Priorisierung des Therapieziels und eindeutige</i>	
<i>Verantwortungsübernahme.....</i>	164
<i>Schaffen einer eindeutigen Problemdefinition</i>	164
<i>Entwickeln einer Sicherheitsvereinbarung.....</i>	164
<i>Etablieren eines Frühwarnsystems</i>	165
<i>Time-out/Alternativen der Rückregulation</i>	166
<i>Einüben von Konfliktlösungsalternativen</i>	167
15 Paartherapie im Kontext von Untreue	168
Therapeutisches Vorgehen.....	170
<i>Eindeutige und uneingeschränkte Übernahme</i>	
<i>von Verantwortung.....</i>	171
<i>Herstellen von Sicherheit und Vertrauen.....</i>	173
<i>Bereitschaft zu wiederholter Konfrontation.....</i>	174
<i>Integration.....</i>	174
<i>Klärung der Dynamik, die der Affäre zugrunde lag</i>	174
<i>Abschluss</i>	175
16 And in the end	176
Literatur	180
Über den Autor.....	190