

## **ANLAGE 1**

### **Inspirationen um eine Paartherapie einzuschätzen:**

Psychotherapeut/innen sind Menschen mit ihren eigenen Fähigkeiten und Begrenzungen. Professionalität schützt nicht vor Meinungen und Haltungen, zumal in den verschiedenen Methoden und Arbeitsweisen von Psychotherapie selbst, ebenfalls wieder Meinungen und Haltungen von Menschen und ihren Konzepten stecken. Innerhalb der Zunft ist z.B. ein klassisch freudianischer Ansatz, heute heftig umstritten. Dennoch wird immer noch danach gearbeitet. Jede Therapierichtung hat ihre Stärken und Schwächen. Für alle Therapeut/innen gilt dasselbe. Therapeutische Professionalität ist also nie „objektiv“ richtig. Sie ist immer subjektiv. Das sollten beide Seiten klar sehen.

### **Im therapeutischen Rahmen sind folgende Fragen nützlich:**

- Wurde zu Beginn ein angepeiltes ( nicht garantiertes) Therapieziel erarbeitet und benannt?
- Wird darauf zur Überprüfung von Zeit zu Zeit Bezug genommen?  
Dies verhindert „unendliche Geschichten“ ohne nennenswerte Ergebnisse.
- Welche Methoden werden in der Paartherapie eingesetzt?
- Werden diese Methoden auch in Ihren Grenzen gesehen?
- Wie werden im Rahmen der Paartherapie Eigenverantwortung und Konfrontation als praktische Arbeitsansätze eingesetzt?

Es gibt Therapieformen und Therapeuten die sich in Schuldzuweisungen und Opferkulten verlaufen. Oder Konfrontation wird mit Aggressivität gleichgesetzt. Beides deckelt nur und ist nicht lösungsorientiert.

- **Wird in der Therapie „verstehen“ mit Veränderung gleichgesetzt?**

Verstehen ist noch keine Veränderung. Verstehen ist verstehen. Veränderung braucht ein anderes handeln. Gibt die Therapie Anleitung dazu?

- **Spielen in der Therapie eigene Erfahrungen der beratenden Person eine Rolle?**

Erziehungsberatungen durch kinderlosen Menschen und Paarberatung von Menschen die als single leben oder dreimal geschieden sind, sind fragwürdig.

- **Spielen in der Therapie geschlechtsspezifische Sichtweisen eine Rolle?**

Männer und Frauen leben in unterschiedlichen Konfliktwelten und haben andere Probleme und Bedürfnisse. Es gibt keine geschlechtsneutralen Lösungen.

- **Spielen „Widerstände“ und „Projektionen“ als Argumente in Prozessen eine Rolle?**

Natürlich gibt es beides. Doch diese Phänomene können auch als Totschlagargumente in Auseinandersetzungen eingesetzt werden. Persönliche Wahrnehmung muss respektiert werden.

- **Spielt bei der Ursachendeutung nur persönliches Fehlverhalten oder frühkindliche Prägung Betroffener eine Rolle?**

Das sind sehr enge Konzepte die gesellschaftliche Faktoren und transgenerationale Wirkungen nicht einbeziehen. Das ist nicht überzeugend.

- **Lässt das Therapiekonzept spirituelle Aspekte des Lebens zu?**

Wenn nicht, was sind die obersten Werte dieser Arbeit? Naturwissenschaftlich geprägte Therapiekonzepte tun sich schwer mit Werten und Menschen. Naturwissenschaft analysiert

- **Wird in den Sitzungen ein höflich freundlicher Schein aufgebaut, der im Alltag nicht wahr ist?**

Wenn der tatsächliche Alltag kein ehrliches Thema ist, ist das Ganze zur ein Popanz.

- **Wird hauptsächlich lösungsorientiert gearbeitet oder meist nur gedeutet und erklärt?**

Ein Problem das nur erklärt wird, wird dadurch noch lange nicht gelöst. Aber nur darum geht es.