



INSTITUT SYSTEME Anne M. Lang
Tel.: 0228/ 94 93 12 0

MILTON ERICKSON INSTITUT/ M.E.G. Bonn
Leitung: Dipl.-Psych. Anne M. Lang
Tel.: 0228/ 94 93 12 2



www.institut-systeme.de - E-Mail: info@institut-systeme.de

53115 Bonn - Venusbergweg 48 - Sekretariat: 8:30-16:00

* Psychotherapeutische Praxis * Krisen-Coaching / Supervision * Krisen-Mediation * Aus- und Weiterbildung *

Anwendungsseminar:

„Bauanleitungen für Paarbeziehungen – Jedes Paar zimmert seine besondere Kiste“

– Systemisch-Lösungsorientierte-Ericksonsche Paartherapie –

Ziel der Veranstaltung:

Eine Ericksonsche Ressourcenorientierte Haltung stellt in der Paartherapie einen besonderen Rahmen dar. Diese Haltung an sich zu erfahren ist für ein Paar eine Lernerfahrung, die sie auf den gemeinsamen Umgang übertragen können. Denn eines ist gewiss, in jeder Beziehung gibt es gute und schlechte Tage und Konflikte sind zu bewältigen. Eine Beziehung kann immer fördern und lähmen; in ihr stoßen wir in elementarer Weise an die eigenen Grenzen unserer Person. Die Chancen bestehen darin zu lernen, gerade die Unterschiede der Person des Partners zur Erweiterung zu nutzen. Sie lernen in dem Seminar als PsychotherapeutIn dafür einen Hypno-Systemischen Ressourcenorientierten Zugang zu nutzen.

Inhalte:

Ein wichtiges Paarthema – gleichwohl auch jedes Partners für sich selbst – ist die Balancierung und das Verhandeln von **Autonomie/Eigenständigkeit und Nähe/Gemeinsamkeit**. An diesem Thema machen sich Vorerfahrungen in wichtigen Beziehungen fest. In einer Beziehung werden die bisherigen Strategien von Nähe und Distanzregulierung im Kontakt offenkundig und stehen zur Erweiterung an.

Viele Beziehungsphänomene beinhalten unterschiedliche eigene innere Bedürfnisse und natürlich unterschiedliche Partnerbedürfnisse. Aus diesen Unterschieden und dem Umgang damit können Zirkel entstehen, die Problemsituationen aufrechterhalten.

Paare suchen in **unterschiedlichen Phasen der Beziehung** dann eine externe Einschätzung und Unterstützung ihrer Situation und Antworten. Und unterschiedliche Phasen haben unterschiedliche Fragestellungen: so z.B. zu Beginn in der Frage nach Verbindlichkeit, Planung von Kindern und Beruf, später mit den Fragen von „Nebeneinanderherleben“ und Gefühlsverlust, Umgang mit Herkunftsfamilien und der eigenen entstehenden, Trennung und Beziehung unter Patchwork-Verhältnissen. Dazu können Fragen in Doppelbelastungen kommen, zirkulären Auswirkung von Stresssituationen, Krankheit, Tod des Partners, Fragen zunehmenden Alters. Sie wünschen sich konkrete Kommunikationsmethoden, Konfliktvermittlung und Klärung ihrer gemeinsamen Dynamik. Paartherapie ist oft auch eine letzte Hoffnung bei Trennungsambivalenz.

Der Therapiestart benötigt die gute Ankopplung zu Beiden und den Blick für das gemeinsame Beziehungssystem. Was ist der **Auftrag an die PaartherapeutIn**? Ist es in Einzelarbeit schon schwer, dies zielorientiert zu klären, gilt das für Paartherapie bei unterschiedlichen kontroversen Vorstellungen um so mehr. Ein Symptom oder ein Leiden ist aber noch lange kein Auftrag, und ein Auftrag ist noch lange kein **Ziel**, und beides wäre wichtig, um Richtung, Energie und Visionen zu bekommen und aus der Zukunft „den Arm gereicht“ zu bekommen. Wenn sich dann **Interaktionsmuster und Problemthemen** klären und **Systemische Hypothesen** helfen, flexiblere Anschauungen zu bekommen, kann es leichter sein, wieder neues Engagement zu finden. Das gilt jeweils für den Einzelnen und verwoben damit für das gemeinsame Beziehungssystem. Die **Arbeit mit Symbolen** hilft, wenn Worte nicht zu finden sind bzw. **komplexes analoges Denken** z.B. in einer Skulptur besser eine Situation erfasst. Der/Die TherapeutIn hilft **Anteile/Seiten** neu zu fokussieren, die nicht oder nur einseitig gesehen werden. Er/Sie erweitert eine Situation um die **Perspektivenvielfalt**. Er/Sie bietet

implizite Trancearbeit oder explizite Paartrancen, z.B. nach einer Systemdarstellung an, um die inneren Eindrücke zu nutzen. **Konkrete Interventionen** helfen, das Zuhören zu erleichtern, Interaktionsmuster zu unterbrechen und zu verändern. **Rituale** helfen Abschied zu nehmen von Altem und eine neue andere Realität bzw. neue gemeinsame Ziele zu festigen. Dies alles ist eingebunden in ein **Klima der Wertschätzung für Entwicklung und Erfahrungslernen**.

Ericksonsche Paartherapie bietet eine spezielles Vorgehen, da sie besonders auf die Ressourcen fokussiert. So ist jede Paarbeziehung so einmalig und das „Kunstwerk“ bzw. die von beiden gezimmerte „Kiste“. Die Ausrichtung der Aufmerksamkeit in der Konversationsarbeit mit dem Einsatz von Interventionen, die animieren die engen Perspektiven zu erweitern, ist besonders hier hilfreich.

Das Paar wird aus der Krise lernen, wenn es gelingt, sich als Partner in ihrem Bezug zu einander zu erweitern und Unterschiede anders zu begegnen.

Entscheidet sich das Paar die Paartherapie zur Neuorientierung in der Beziehung zu nutzen, so haben beide wieder eine Brücke gefunden. Dieser Übergang kann noch schwer sein, wenn Verletzungen, Misstrauen und Enttäuschungen, alte Konflikte, die in der Krise noch härter erschienen, hinter sich zu lassen sind bzw. sich verändern durch Perspektivenwechsel, neue Rahmgebung, Beendigungsrituale usw.. Gerade hier ist es dann wichtig die Neuausrichtung zu verankern.

Wie auch immer die Entwicklung weitergeht (Studien über Paartherapie allgemein gehen von 40% Trennungen nach Paartherapie aus), formulieren doch die meisten Partner in diesen Studien einen Gewinn für sich selbst aus der Paartherapie.

Didaktik:

Demonstrationen von Tools und Paargesprächssequenzen, Fallbeispiele, Aufgreifen ihrer Fallbeispiele, Handout

Referentin:

Lang, Anne M., Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin

Preis:

250 € (230 € für M.E.G.-Mitglieder) zzgl. Tagungshausgebühr

Organisation, Information und Anmeldung:

Milton Erickson Institut M.E.G. Bonn, Venusbergweg 48, 53115 Bonn
Telefon: 0228/9493122, Fax: 0228/9493127, info@institut-systeme.de