

Ausgewählte Determinanten erfolgreicher psychologischer Paarberatung

– Ein Erfahrungsbericht aus der psychologischen Praxis

Selected Determinants Having an Effect on Successful Psychological Couples Counselling – A Psychological Practice Experience Report

Karin Theresia Balluch

Themenschwerpunkt Paarbeziehungen

Zusammenfassung

In diesem Erfahrungsbericht aus der psychologischen Praxis werden für einen erfolgreichen psychologischen Paarberatungsprozess wahrgenommene Determinanten dargestellt. Zuerst erfolgt jeweils ein kurzer Einblick in ausgewählte Themen, aus denen Paarberatung in Anspruch genommen wird. Danach wird über die Vorteile psychologischer Paardiagnostik berichtet und zur Zusammenarbeit mit KollegInnen und Nachbardisziplinen angeregt.

Abstract

This psychological practice experience report presents determinants perceived from a successful psychological couples counseling process. First, a short overview is given of each selected topic why couples seek counseling. Then, advantages of using psychological couples diagnostics are explained. Finally, the author encourages working in cooperation with colleagues and neighboring disciplines.

1. Einleitung

Was führt Paare dazu, psychologischen Rat einzuholen? Welche Themen werden seitens der KlientInnen angesprochen? Worum geht es? Wie erkennt man, ob eine Paarberatung erfolgreich ist?

Faktum ist, dass Ehe- und Paarberatung von verschiedenen Berufsgruppen wie z.B. Klinischen und GesundheitspsychologInnen, PsychotherapeutInnen oder Lebens- und SozialberaterInnen angeboten wird. Man muss in diesem Zusammenhang erwähnen, dass leider auch ein Angebot an selbsternannten „Gurus“ am Markt existiert, in dem nicht davor zurückgeschreckt wird, Erfolge im Vorfeld zu garantieren.

Dieser Beitrag befasst sich zum Einen mit den Voraussetzungen für gut gelingende, professionelle, psychologische Ehe- und Paarberatung, zum Anderen gibt er einen Einblick in eine Auswahl der zu erwartenden Themenpalette. Insbesondere wird auf das spezielle Angebot der psychologischen Paardiagnostik im Vorfeld einer Paarberatung hingewiesen und auf die Bedeutung der Zusammenarbeit mit Nachbardisziplinen.

2. Themenspektrum

Wer Paare berät, lernt im Laufe der Zeit eine Vielzahl an Problematiken kennen, die Paare dazu veranlassen haben sich Hilfe von außen zu holen. Es sei vorab darauf hingewiesen, dass die hier angeführten Themen nur einen kleinen Einblick in die Beratungspraxis bieten – die Themenvielfalt ist weit breiter und bunter und würde wohl ganze Buchbände füllen. Als BeraterIn wird man gut daran tun sich nicht auf alle Bereiche zu fokussieren, sondern vielmehr die Zusammenarbeit mit KollegInnen anderer Fachthemen zu forcieren.

2.1. Kommunikation und Streitverhalten

„Sagen Sie uns ob es einen Sinn macht, wenn wir zusammenbleiben. Haben wir eine Chance – oder sollen wir es besser gleich bleiben lassen?“ Solche oder ähnliche Anfragen sind zwar menschlich verständlich, aber im Sinne einer Beratung, die Hilfe zur Selbsthilfe gibt, ist es wichtig, hier als PsychologIn ReflexionspartnerIn zu sein, die das Paar dabei unterstützt, eigenständig eine Antwort auf diese Frage zu finden.

Wenn Kommunikation und Streitverhalten sehr kritisch sind, befinden sich die Paare zum Teil am Rande der Verzweiflung. Sie wollen ihre Probleme lösen, finden aber selbst keinen konstruktiven Weg diese in einem