

Alles ganz offen – auch die sexuelle Identität?

Tagung Sexualmedizin, 7. September 2017

Workshop: Einstieg in die Paarberatung – Schwierigkeiten und Chancen

Das Setting

- Stühle (Therapeut/Klienten)
- Wer sitzt wo? (Therapeut/Klienten)
- Ausstattung

Allgemeines zur Gesprächsgestaltung

Voraussetzungen:

- Fachwissen
- Kommunikations-Fertigkeiten
- Eigene Einstellungen kennen
- Struktur

Die drei grossen Grundprinzipien der patienten-zentrierten Gesprächsführung:

- Akzeptanz
- Empathie
- Kongruenz/Echtheit

Sokratischer Dialog:

Eine Fragetechnik, bezeichnet eine Fragetechnik, wenn es im Gespräch um Begriffsklärungen und Entscheidungsfindungen geht. Es ist ein kritisches Hinterfragen von Argumenten und Annahmen. Es sollen Strukturen und Verhaltensmuster sichtbar werden und damit das eigene Denken und Handeln verstehbar und damit veränderbar.

Der Gesprächseinstieg

Aufgabe des Therapeuten:

- Proaktiv sein
- Mut haben, heikle Themen anzusprechen
- dem Klienten Brücken bauen und sich als kompetenten Ansprechpartner in diesem Bereich positionieren

Grundprozesse der Beratung/Therapie:

- Beziehungs- oder Übertragungsprozess
- Verstehens- oder diagnostischer Prozess
- Bearbeitung- oder therapeutischer Prozess

Gesprächseinstiegsmöglichkeiten:

- Zustimmung des Klienten einholen (Erlaubnismethode)
- Die Initiative ergreifen, das Gespräch lenken
(Von der Gesundheit allgemein zur sexuellen Gesundheit)

- Die richtige Sprache finden
- Erwartungshaltungen klären (Therapeut und Klient)
- Vertraulichkeit und Sicherheit vermitteln
- Schwierige Themen zunächst ausklammern
- Nicht werten
- Erklären und Rückmeldungen geben
- Auf Gefühle eingehen
- Zuversicht vermitteln

Gründe, warum ich die Sexualität meiner Klienten nicht anspreche?

- Eigene Schamgefühle
- Eigene Hemmungen bzw. restriktive Einstellungen
- Eigene negative Erfahrungen
- Eigene sexuelle/partnerschaftliche Probleme (wie kann ich der Klientin helfen, wenn ich selbst ungelöste Probleme habe; werde ich durchschaut?)
- Sorge, die professionelle Distanz zu verlieren bzw. in «heikle» Situationen zu geraten

Spezielle Herausforderungen

Affekt-Kontagion: Gefühlsansteckung

- Beziehungssysteme sind stärker als Einzelpersonen
- Schutzanzug

Geheimnisse:

Es werden im Einzelsetting Geheimnisse angesprochen (Aussenbeziehungen, Prostituiertenbesuche, Pornokonsum, Selbstbefriedigung etc.)

Nachfragen, wieso es ein Geheimnis ist

Welchen Einfluss hat das Geheimnis auf die Beziehung oder könnte eine Offenlegung haben?

Es geht nicht um Offenheit um jeden Preis!

Aussenbeziehungen:

Es muss abgewägt werden, ob Aussenbeziehungen in der Vorgeschichte thematisiert werden müssen

Aktuelle Aussenbeziehungen oder Prostituiertenbesuche stellen eine Kontraindikation für eine Sexualtherapie dar

Besonderheiten:

- Der Partner kommt nicht mit
- Die Klientin/Klient hat keinen Partner/Partnerin
- Der Partner/Partnerin soll nicht mitkommen

Paarberatung soll Spass machen!

Kriz, Jürgen (2001). Grundkonzepte der Psychotherapie. Weinheim: Beltz.

Koschorke, Martin (2013). Keine Angst vor Paaren! Wie Paarberatung und Paartherapie gelingen kann. Stuttgart: Klett-Cotta.

Hansen, Hartwig (2007). A bis Z der Interventionen in der Paar- und Familientherapie. Stuttgart: Klett-Cotta.

Bodenmann, Guy (2004). Verhaltenstherapie mit Paaren. Bern: Hans Huber.

Hauch, Margret Hrsg. (2006). Paartherapie bei sexuellen Störungen. Das Hamburger Modell: Konzept und Technik. Stuttgart: Thieme.



DR. INES SCHWEIZER

Eidg. anerk. Psychotherapeutin FSP · Verhaltenstherapeutin SGVT
Sexualtherapeutin SSS & DGSMTW · Wesemlinrain 20 · 6006 Luzern
T 041 210 09 87 · M 076 307 39 93 · i.schweizer@therapie-luzern.ch