

# BÜCHER ECKE

## „Traumasensible Paartherapie“ Katharina Klees

Paderborn: Junfermann, 2018



### Was finde ich in diesem Buch?

Dieses Buch stellt einen wichtigen Aspekt der Paartherapie in den Mittelpunkt: Welchen Einfluss haben frühe Traumatisierungen auf die Konfliktmuster von Paaren? Viele Paare, die häufig streiten oder eskalierende Dramen erleben, zeigen oftmals das Symptombild einer komplexen Posttraumatischen Belastungsstörung, der aller Wahrscheinlichkeit nach eine traumanaher Kindheit zu Grunde liegt. Ein Fragebogentest regt an, gleich in den ersten Begegnungen mit Paaren genauer zu beachten, ob eine „durch schwere Traumen belastete Beziehungsstörung“ vorliegen könnte.

Als Streit definiert Katharina Klees „aktive Empathie-Vermeidung, in schlechter Stimmung über Probleme reden“ statt den eigenen Schmerz zuzulassen oder sich mit der Verletzung des Anderen einfühlsam auseinanderzusetzen. Es sind Beziehungen, wo hoch eskalierend gestritten wird, aber keine emotionale oder sexuelle Beziehung vorhanden ist und die negative Grundstimmung vorherrscht.

Klees zeichnet gemeinsam mit dem Paar Cartoons von typischen Streit- und Krisenszenen. Wir fanden das hilfreich bei Paaren, die sich oft schwer tun, Gefühle auszudrücken. Die Autorin verwendet für ihre Szenen Cartoons als eindrucksvolle Metaphern, z.B. die vier apokalyptischen Reiter, Vorboten

einer nahenden Apokalypse, die Metapher „Labyrinth der Bestie“ – Two-Face-Eltern im Kopf des Paares, oder die Metapher des Hauses für die „Stockwerksarbeit“ zur liebevollen Partnerschaft.

In Interviews und den „Emotions-Comics-Dialogen“ werden die Auswirkungen der Traumatisierungen der Eltern erforscht, z.B. Kriegstraumen. Wie entstand die Idealisierung der Eltern, wie wurde das Trauma verdrängt? Das fünfte Kapitel befasst sich mit dem Erkennen und Bearbeiten der inneren Anteile von Täter, Opfer, Ideal-Selbst und eingesperrtem inneren Kind.

Zentraler Teil von Klees Paartherapie ist das „Traum(a)-Haus-Konzept – Metapher für Traum(a)-Beziehungen“. Da werden die Trauma-Bindungs-Schemata der Partner\*innen mit der Metapher eines Traum(a)-Hauses, einer Form von Telearbeit, systematisch bearbeitet. Die anschaulichen Metaphern, z.B. Fluchttreppen, Notausgänge, Abfallsysteme, Liebesräume und Besinnungs- bzw. Ideenräume sollen dem Paar helfen, neue Möglichkeiten ihrer Beziehung zu entdecken. Hindernisse wie Uneinigkeit und kindliche Bedürftigkeit werden mit den Comic-Dialogen

erkannt. Die Möglichkeiten zu Heilung und Wachstum mit ihren Tools sind vielfältig: z.B. mit strukturierten Resonanzgesprächen, Liebesvertrag und Liebesritualen, dem Besinnungsraum, dem Anfertigen von gemeinsamen Traum-Haus-Collagen.

### Wie bewerte ich dieses Buch?

Es ist ein tolles, inhaltsreiches Buch, das eine Möglichkeit bietet, dem Chaos und der Hilflosigkeit von traumatisierten Paaren systematische Interventionen entgegenzusetzen. Eva und ich haben den Fragebogen zur Trauma-Diagnose probeweise in unseren Paartherapien angewendet und meinen, einzelne Fragen geben gute Anregungen zu Beginn der Paartherapie, um rascher Symptome einer Bindungsstörung und/oder einer PTBS zu erkennen. Wir haben mehrere dieser Fragen in unseren Interviewleitfaden aufgenommen.

Sehr hilfreich ist die Verbindung von theoretischen Erläuterungen, Fallbeispielen und einer ganzen Fülle von Übungen. Dies regt uns an, in unserer Imago Paararbeit z.B. die kreative Darstellung von typischen Streit-Situationen, Telearbeit, Ressourcenübungen, Reflexionen und Dialogen mit unseren Paaren weiterzuentwickeln.

### Rezensiert von:

Dr. Peter Battistich · Imago Paartherapeut, klinischer Psychologe und Gutachter, Gestalt- u. Gruppenpsychotherapeut, Systemischer Familienberater, Traumatherapeut

Mag.<sup>a</sup>Eva Scheiber, MSc · Gestaltpsychotherapeutin, SKJ, Mediatorin, Trauma- und Krisen-therapeutin (BSp), Fortbildung in Imago (Hedy Schleifer, USA)

