

Grundlagen unserer Ausbildung

Ruth Hansen überarbeitet von Robin Menges, Oktober 2012

Folgende 5 Grundannahmen verdeutlichen unsere Sicht auf den Menschen, auf Beziehungen und auf Therapie und geben unsere Erfahrungen der Paar- und Familientherapie wider:

1. Wir sehen die Liebe als treibende Kraft in Familien und Beziehungen. Diese Grundannahme der Arbeit als Paar- und Familientherapeuten bestimmt unser Arbeiten. Wir helfen Menschen, die Liebe als treibende Kraft zu erkennen und als zugrundeliegendes Motiv hinter dem Verhalten der einzelnen Familienmitglieder zu sehen. Es ist häufig schwer zu sehen, wenn Ohnmacht, Frustration, Ärger oder verletzte Gefühle im Vordergrund stehen und Handlungen zu Tage treten, die lieblos sind.
2. Für unsere persönliche Entwicklung brauchen wir die Chance, die eigenen innewohnenden Möglichkeiten zu entdecken und zu stärken. Wenn wir echte Begegnung und Kontakt erfahren, erleben wir einen Ort und Augenblicke, an denen wir uns entwickeln können.
3. Um anderen so weit wie möglich ohne Bewertungen und Vorurteilen gerecht zu werden, arbeiten wir intensiv an unserer eigenen Selbsteinschätzung und Selbstverurteilung. Die sich dadurch entwickelnde größere Selbstakzeptanz, Wertschätzung und Nachsicht mit seinen eigenen Begrenzungen und Schwächen bieten Raum für Integration und Toleranz anderen gegenüber und sind die Basis für authentische und empathische Begegnungen.
4. Unsere Interaktion baut auf Präsenz auf. Ein zufriedenstellendes Miteinander in der Familie - und lohnende therapeutische Interaktionen - erfordern Aufmerksamkeit, sowohl sich selbst als auch der erlebten Situation gegenüber.
5. Als Erwachsene können wir versuchen unseren eigenen Anteil und unseren Beitrag zur Qualität unserer Beziehungen und unseres Zusammenleben zu sehen und die Verantwortung dafür zu übernehmen. Oder wir entscheiden uns, uns vor möglichen Schmerzen, Ängsten, Wut oder Bedürfnissen zu schützen. Wenn wir unser Herz öffnen und uns damit empfindlicher machen, schaffen wir gleichzeitig die Möglichkeit, eine Brücke zur Realität unseres Gegenübers zu bauen. Als Paar- und Familientherapeuten bündeln wir unsere Kräfte mit der Kraft der Familie als Ganzes, z.B. mit der starken Kraft, die in der Liebe steckt und die sich zum besseren oder schlechteren zwischen Erwachsenen und Eltern und Kindern entfaltet. Wir sehen die individuellen Reaktionen als Symptome oder Schmerz und als bedeutungsvollen Ausdruck der Verbundenheit und der Beziehungsmuster in der Familie und wollen mögliche Veränderungen anregen.