
Fortbildung
IPT - Integrative Paartherapie
PartnerSchule Dr. Rudolf Sanders®
Erfolgreich seit 1990 | Evidenzbasiert und wirksam

Diese Fortbildung richtet sich an alle Personen, die sich in ihrer Arbeit mit Problemen in Paarbeziehungen auseinandersetzen.

Im Blended-Learning-Format werden Präsenzveranstaltungen gezielt mit interaktiven E-Learning-Einheiten kombiniert, um ein flexibles, nachhaltiges und didaktisch durchdachtes Lernerlebnis zu gewährleisten.

Ziel der Fortbildung ist es, praxisnahe und wissenschaftlich fundierte Kompetenzen zur Stärkung von Beziehungen auf Basis der IPT – Integrative Paartherapie, PartnerSchule Dr. Rudolf Sanders® zu vermitteln.

Klassische Elemente der Paartherapie werden mit bewegungsorientierten Übungen und Kreativtechniken verbunden. Die Methode kommt überwiegend in einer Gruppen-Konstellation mit mehreren Paaren zum Einsatz, ist jedoch auch in der Einzeltherapie mit einem Paar erfolgreich anwendbar.



c

Dr. Rudolf Sanders
www.partnerschule.eu
dr.sanders@partnerschule.de

Inhalt

1. Vorbemerkung	4
2. Organisatorische Informationen zur IPT – Fortbildung	5
2.1 Zielgruppe	5
2.2 Ziel der Fortbildung	5
2.3 Umfang und Dauer der Fortbildung	5
2.4 Methodik und Lernformen	5
2.5 Lizenzierung	5
2.6 Kosten	6
2.7 Anmeldung zur Fortbildung.....	6
3. Inhalte der IPT-Fortbildung	7
3.1 Selbsterfahrung der eigenen Beziehungsgestaltung.....	7
3.2 Teilnahme an einer Gruppe.....	7
3.3 Online-Programm: „Forschungsbasierte Grundlagen“	7
3.4 Begleitende Vorträge	8
3.5 Monatliches Zoom-Meeting.....	8
3.6 Pflichtlektüre	8
4. Hintergrundinformationen zur Fortbildung.....	8
4.1 Verortung der IPT in der erziehungswissenschaftlichen Therapieforschung.....	8
4.2 Weitere Wissenschaftliche Aspekte	9
4.3 Realisierung der Anforderungen aus SGB VIII § 17 KJHG (BRD)	11
4.4 Konkrete Umsetzung der IPT in die Arbeit mit einem Paar oder einer Gruppe	11
4.4.1 Vorgehensweise	11
4.4.2 Praktische Bedeutung	12
4.5 Effektivität der IPT	12
4.6 Die Bedeutung der IPT	13
4.7 Kompatibilität mit dem Kontextmodell der Psychotherapie	13
5. Informationen zur Gruppenphase.....	14
5.1 Grundlegende Voraussetzung für den Erfolg einer Arbeit mit Gruppen	14
5.2 Inhalte der Gruppenphase.....	14
5.2.1 Erste Stufe: Vermittlung von Basiskompetenzen (Basisseminar).....	14
5.2.2 Zweite Stufe: Aufbau-seminar - Stärkung der Persönlichkeit im Paarbezug.....	15
5.2.3 Übergeordnete Aspekte	15
5.3 Orte und Termine der Gruppenphase	15
6. Anhang.....	17

6.1	Literatur, Vorträge und Referenzen	17
6.1.1	Begleitende Vorträge	17
6.1.2	Pflichtlektüre	17
6.1.3	Literaturempfehlungen	18
6.1.4	Referenzen.....	18
6.2	Inhalte des Online-Programms „Gemeinsam wachsen“	19
6.3	Inhalte des Online-Programms „Forschungsbasierte Grundlagen“	23

1. Vorbemerkung

Die „Integrative Paartherapie - Partnerschule Dr. Rudolf Sanders®“ (im Folgenden: IPT) ist ein Beziehungs-Kompetenzen-Training, das als erfahrungsbezogenes Lernprogramm in Paartherapie und -beratung zum Einsatz kommt.

"Erzähl mir etwas und ich werde es vergessen, lass mich zuschauen ich werde es erinnern, lass es mich selbst machen und ich werde es können"(Konfuzius)

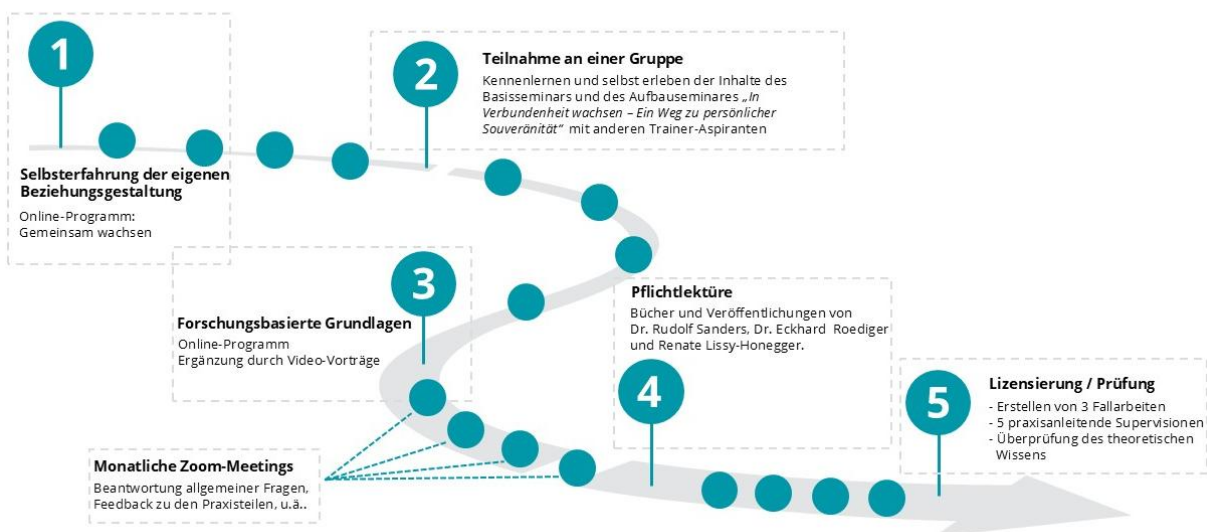
Dieses Zitat bringt eine tiefgründige Wahrheit über Lernen und Erinnern zum Ausdruck. Es zeigt, wie unterschiedlich der Mensch Informationen aufnimmt und sich merkt:

- **Hören allein reicht oft nicht aus**, um wirklich zu verstehen und sich zu erinnern. Die Wahrscheinlichkeit des Vergessens ist groß, wenn uns nur etwas erzählt wird.
- **Zuschauen hingegen aktiviert unser visuelles Gedächtnis**. Durch Beobachtung können wir Zusammenhänge besser erfassen und behalten.
- **Selbst machen ist der effektivste Weg**, um durch eigenes Handeln und praktische Erfahrung Wissen tief in unserem Gehirn zu verankern.

Diese Erkenntnis spiegelt auch Prinzipien wider, die in nachhaltiger Bildung und Entwicklung angewandt werden: Menschen lernen am besten, wenn sie aktiv beteiligt sind und selbst Verantwortung übernehmen. Und genau das wird in dieser Fortbildung praktiziert.

Die IPT ist ein präventives Beratungsangebot, das auf fundierten psychologischen und neuropsychotherapeutischen Prinzipien basiert – insbesondere auf den Arbeiten von Klaus Grawe (2000, 2004). Ihre Einordnung in die *Grüne Liste Prävention* des Justizministeriums Niedersachsen unterstreicht die wissenschaftliche Anerkennung und den präventiven Wert dieses Ansatzes.

Fortbildung: Integrative Paartherapie - PartnerSchule Dr. Rudolf Sanders®



2. Organisatorische Informationen zur IPT – Fortbildung

2.1 Zielgruppe

Alle Personen, die sich in ihrer Arbeit mit Problemen in Paarbeziehungen auseinandersetzen, wie z.B. Paartherapeuten, Paar-Coaches, Psychologen, Psychotherapeuten, Sexualtherapeuten, Sozialpädagogen, uam. können an dieser Fortbildung teilnehmen.

2.2 Ziel der Fortbildung

Die Wirksamkeit der IPT selbst zu erfahren ist der Schlüssel, um sie motiviert Paaren zur Verfügung zu stellen. Das geschieht vor allem im Rahmen des Online-Programms Gemeinsam-Wachsen und durch die Präsenzveranstaltungen in der Gruppe.

2.3 Umfang und Dauer der Fortbildung

Die Fortbildung umfasst zwei Online-Seminare, Präsenzveranstaltungen, Zoom-Meetings, das Durcharbeiten von Pflichtlektüre, Erstellen von Fallarbeiten und Supervisionen.

Insgesamt beträgt der Umfang der Fortbildung ca. 400 Unterrichtseinheiten und ergänzendes Literaturstudium.

Je nach Lerntempo des Teilnehmenden und abhängig von dem Termin der Präsenzveranstaltung kann die Gesamtdauer 6 bis 18 Monate betragen.

2.4 Methodik und Lernformen

- **Online-Seminare**
Diese Seminare werden vom Junfermann-Verlag gehostet und können eigenständig bearbeitet werden.
- **Präsenzveranstaltungen**
Für das Erlernen der Inhalte und die Eigenrealisation sind Präsenzveranstaltungen vorgesehen, die entweder als Block - 2 x 5 Tage - oder an 4 Wochenenden - je 2,5 Tage - an verschiedenen Orten angeboten werden, siehe Kapitel 5.3
- **Selbständige Literaturarbeit**
Die Liste der Pflichtlektüre finden Sie weiter unten.
- **Zoom-Meetings**
In diesen Meetings werden Fragen zu den Inhalten beantwortet, Themen diskutiert, etc.

2.5 Lizenzierung

Durch Lizenzierung wird bestätigt, dass der Teilnehmer bzw. die Teilnehmerin nachgewiesen hat, auf der Grundlage der IPT PartnerSchule Dr. Rudolf Sanders® und in der Intention des Präventions-Gesetzes SGB VIII KJHG §17 Beratungen im Einzel- und Gruppensetting durchzuführen.

Besteht der Wunsch nach Lizenzierung sind folgende Leistungen zu erbringen:

- **Erstellen von drei Fallarbeiten**, die den Prozess einer Paarberatung nach dem Konzept der Partnerschule dokumentieren.
- Mindestens fünf **praxisanleitende Supervisionen**.

- **Überprüfung des theoretischen Wissens**, mit dem Schwerpunkt auf den in Kapiteln 1 bis 3 „Die Partnerschule“ (Sanders 2022) beschriebenen Inhalten.

Zertifizierungsregelung Integrativer Paartherapeut*in PartnerSchule Dr. Rudolf Sanders®,
wahlweise auch ITP-Trainer*in PartnerSchule Dr. Rudolf Sanders®

- Nachweis der Umsetzungscompetenz: Es muss dokumentiert belegt werden, wie die IPT gemäß Sanders (2022) erfolgreich umgesetzt wurde.
- Recht zur Nutzung der Berufsbezeichnung und des Logos: Nach Erfüllung dieser Voraussetzungen darf die persönlich von Dr. Sanders spezifizierte Bezeichnung „Integrativer Paartherapeutin / Paartherapeut - PartnerSchule Dr. Rudolf Sanders®“ bzw. „ITP-Trainer*in PartnerSchule Dr. Rudolf Sanders®“ geführt und das offizielle Logo verwendet werden.

Offizielle Nennung auf der Website: Lizenzierte IPT-Trainer*innen / Paartherapeut*innen werden auf Wunsch auf der Website www.integrative-paartherapie.com als solche gelistet.

2.6 Kosten

Die Gesamtkosten der Fortbildung unterscheiden sich aufgrund der Buchungsvariante für das Präsenzseminar. Die 2 einwöchigen Seminare oder die 4 Wochenenden in Essen, Stubenberg oder Halle.

Die Gesamtkosten der Fortbildung betragen bei den Buchungsvarianten:

- Wochenseminar Hardehausen 2.600,- EUR (incl. Übernachtung / VP)
- 4 Wochenenden 2.400,- EUR (excl. Übernachtung / Verpflegung)

Für die Lizenzierung fallen folgende Kosten zusätzlich an:

- Praxisanleitende Online-Supervision durch Barbara Langos und Rudolf Sanders mit je zwei Unterrichtseinheiten (90 Minuten) 150,00 €
- Durchsicht einer Fallarbeit einschließlich Rückmeldung 70,00 €
- Prüfungsgespräch 100,00 €

2.7 Anmeldung zur Fortbildung

Für die Zulassung zur Fortbildung findet ein Gespräch als Zoom-Meeting statt.

Die Kontaktaufnahme erfolgt über dr.sanders@partnerschule.de.

3. Inhalte der IPT-Fortbildung

3.1 Selbsterfahrung der eigenen Beziehungsgestaltung

Mit dem 24-teiligen praxisnahen Online-Seminar „Gemeinsam wachsen“, das auf der IPT basiert, wird die eigene Beziehungsgestaltung reflektiert.

Das Online-Programm umfasst ca. 200 Unterrichtseinheiten und ist beim Junfermann-Verlag unter folgender Adresse zu erreichen:

[Online-Programm – Gemeinsam wachsen](#)

Beispiele aus dem Online-Seminar:

- Ohne Ziel kein Erfolg
- Das „Schmierfett“ zum Glück: DANKE sagen
- Wie ticke ich – Wie tickst Du? Schädigendes verstehen, liebevoll annehmen – Neues lernen
- Erstarrung hinter uns – Unsere Liebe wieder im Flow

Die vollständige Auflistung der Unterrichtseinheiten finden Sie in Kapitel 6.2

3.2 Teilnahme an einer Gruppe

Neben der Einzeltherapie mit einem Paar ist insbesondere die Arbeit in Gruppen für die Wirksamkeit der IPT maßgeblich. Deshalb ist die Gruppenerfahrung ein Kern-Bestandteil dieser Fortbildung. Die Gruppe besitzt gegenüber der Einzeltherapie zusätzliche besondere Wirkfaktoren:

- Sich nicht (mehr) mit seiner Problematik allein zu fühlen
- Das Feedback anderer Teilnehmer
- Das Lernen am Bewältigungsmodell anderer Teilnehmer
- Das Embodiment kann in einer Gruppe wesentlich besser erfahren werden
- Die Erfahrung eigener Fähigkeiten und Kompetenzen („wo der eine Schwächen hat, hat der andere Stärken“), die oft als hilfreich erlebte höhere Verbindlichkeit eigener Entscheidungen oder Festlegungen, wenn sie in der Gruppe vorgetragen wurde.
- Das sich verbunden und getragen Fühlen durch die Menschen, die diese Gruppe bilden

In der Präsenzveranstaltung mit der Gruppe werden viele Inhalte der IPT selbst erfahren und können ausgiebig reflektiert werden.

Umfang: 72 Unterrichtseinheiten (je 45 Minuten). Weitere Infos hierzu siehe Kapitel 5.

IPT in Gruppen bedeutet grundsätzlich Einzeltherapie des Paares mit Unterstützung durch die Gruppe (Fiedler 2005)

Für ergänzende Informationen zu Inhalten und Terminen für die Gruppen im Jahr 2027 siehe Kapitel 5.3.

3.3 Online-Programm: „Forschungsbasierte Grundlagen“

Die Inhalte des Online-Programms „Forschungsbasierte Grundlagen“ ergänzen das Selbst-Erfahrungs-Programm „Gemeinsam Wachsen“ und die Teilnahme an der Gruppenphase.

Im Selbststudium werden in 17 Kapiteln alle wichtigen Aspekte des Partnerschule-Ansatzes beleuchtet und erklärt.

Das Online-Programm umfasst ca. 100 Unterrichtseinheiten. und wird vom Junfermann-Verlag gehostet.

Beispiele aus dem Online-Programm:

- Verbündeter der Kinder
- Der bindungsorientierte Aufbau einer tragfähigen therapeutischen Beziehung
- Embodiment – Die Arbeit mit dem Körper unterstützt Entwicklungsprozesse
- Das Spiegelnde Resonanzgespräch SRG

Die vollständige Auflistung der Unterrichtseinheiten finden Sie in Kapitel 6.3

3.4 Begleitende Vorträge

Neben den Online-Programmen stehen im Internet weitere hilfreiche kostenfreie Vorträge für die Ausbildung zum IPT-Trainer zur Verfügung. Weitere Informationen hierzu siehe Kapitel 6.1.1

3.5 Monatliches Zoom-Meeting

In einem monatlichen Online-Meeting, das Dr. Rudolf Sanders durchführt, können alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen Fragen stellen, Anregungen geben und untereinander diskutieren.

Es dient auch dazu, allgemeine Fragen zur Durchführung der Fortbildung und zu den jeweiligen Phasen zu stellen. Darüber hinaus kann über Erfahrungen aus den Praxis-Phasen berichtet werden. Je nach Ausbildungsgruppe umfassen die Zoom-Meetings ca. 20 Unterrichtseinheiten.

3.6 Pflichtlektüre

Die weiter unten angegebene Literaturliste ist für alle Teilnehmenden verpflichtend. Weitere Informationen hierzu siehe Kapitel 6.1.2

4. Hintergrundinformationen zur Fortbildung

4.1 Verortung der IPT in der erziehungswissenschaftlichen Therapieforchung

Therapieforschung wird in den USA in vorzugsweise drei akademischen Schulen betrieben. Schools of Medicine, Departments of Psychology, Schools of Education.

Hierzulande wird Psychotherapie Forschung kaum als primärer Gegenstand der Erziehungswissenschaften wahrgenommen. Die Auswertungen der Metastudien zur Wirksamkeit von Psychotherapie hat zum Kontextmodell geführt (Wampold et. al 2018, S.7, Sanders 2023). Die IPT basiert auf der erziehungswissenschaftlichen Forschung.

“Ein breites Kernwissen und ein kontextuelles Modell von Psychotherapie sind natürlich wichtige Voraussetzungen für die Bestrebung, **integrative oder "allgemeine" Modelle von Psychotherapie zu entwickeln**. Die Konzeptualisierung einen kontextuellen Modells von Psychotherapie wird dazu beitragen können, aktuelle Integrationsbemühungen, wie sie beispielsweise durch die Society for Exploration of Psychotherapy Integration (SEPI) unternommen werden, zu fördern und hat einen engen Bezug zu längst vorliegenden Konzepten, wie dem von Klaus Grawe entwickelten Modell der Psychologischen Psychotherapie, das sich momentan in Zeiten der Modularisierung vielleicht schwer tut und nun gerade droht, im deutschen Sprachraum in Vergessenheit zu geraten (Grawe 1998)” (Strauß 2018, in Wampold et al. 2018, S.12).

Deutlich wurde in der Forschung, dass die therapeutische Wirksamkeit vom Zusammenspiel unterschiedlichster Faktoren abhängt. Genau darauf gründet die IPT seit 1990.

Zentral ist die Persönlichkeit der Therapeutin. Die Therapeutin ist nicht nur in der Lage, eine vertrauensvolle Beziehung zu dem Paar aufzubauen, sondern sie übernimmt Führung in dem therapeutischen Prozess. Sie hat eine plausible Erklärung für die Störungen der Interaktion und Kommunikation. Sie ist in der Lage aufzuzeigen, wie das Paar Kontrolle über seine Konflikte gewinnen kann. Darüber hinaus kann sie nicht nur Hoffnung auf Verbesserung induzieren, sondern sie motiviert das Paar auch für den Prozess. Denn zusätzlich mit der Induktion von Hoffnung, die Demoralisierung hinter sich lassen zu können, setzt sie auch ein positives Ziel. Denn sie sieht es als *ihre* Aufgabe, die Sicherheit **des Einzelnen in der Verbundenheit zu stärken, damit der Einzelne in dieser Aufblühen kann.**

Flourishing („Aufblühen“) als zentrales therapeutisches Ziel bedeutet nicht nur die Reduktion von Leiden, sondern die aktive Förderung von Lebensfreude und Selbstvertrauen (Freund & Lehr 2020). Immer mehr werden die Einzelnen im Miteinander befähigt, ihr Potenzial zu entfalten und ein erfülltes Leben zu führen.

"Erzähl mir etwas und ich werde es vergessen, lass mich zuschauen ich werde es erinnern, lass es mich selbst machen und ich werde es können!" Konfuzius 2500 v.Chr.

Deshalb ist es in der IPT wichtig, dass das, was verändert werden soll, auch real erlebt wird. **"Reden ist Silber, real erfahren ist Gold"** (Grawe 1995, S.136).

Die IPT basiert auf pädagogischen, psychologischen und soziologischen Erkenntnissen, insbesondere auf den Arbeiten von Klaus Grawe (1998, 2004). Die wissenschaftlichen Nachweise der Wirksamkeit haben zur Aufnahme in die *Grüne Liste Prävention* beim Justizministeriums Niedersachsen geführt.

4.2 Weitere Wissenschaftliche Aspekte

- **Klaus Grawes (1998, 2005) Ansatz der Orientierung an Wirkfaktoren**

Statt einer Orientierung an Therapiemethoden empfiehlt Grawe empirisch validierte Wirkfaktoren. Als wichtigster wird die **Qualität der Therapiebeziehung** zur Grundlage der Arbeit mit dem Paar. Bei der **Ressourcen-Aktivierung** werden die Eigenarten, die jeder Klient mitbringt, als positive Ressourcen für das therapeutische Vorgehen genutzt. Da in der Paarberatung bereits "das Problem" vor einem sitzt, ist der nächste Wirkfaktor, der **Problem-Aktualisierung** bereits evident. In dem authentischen Erleben dieses Miteinanders ist es möglich, ein klares Bewusstsein der Determinanten des problematischen Erlebens- und Verhaltens zu gewinnen, der Wirkfaktor der **motivationalen Klärung**. Da Konflikte nur da gelöst werden können, wo sie auftreten, wird für die Paare der für sie entscheidenden Wirkfaktor deutlich die **Problembewältigung**. Denn in der IPT machen sie ab dem ersten Kontakt bereits *direkt im Miteinander* positive Bewältigungserfahrungen im Umgang mit ihren Problemen.

- **Beziehung als zentrales Element**

Die vertrauensvolle Beziehung zwischen IPT-Trainer /Therapeutin und Paar ist die Basis für Veränderung.

- **Verhaltenstherapeutische Sicht auf die Schemata**

Das Wissen um die Schemata des Einzelnen, die sich in der Zwischenleiblichkeit zu Beziehungsschemata generieren, ist zentral für die Klärung und Bewältigung der Störungen der Interaktion und Kommunikation. Klärung *und* Bewältigung lassen sich nach

Grawe nicht voneinander Trennen und sind deshalb für ihn die wichtigsten therapeutischen Grundprinzipien (Grawe 1996).

Denn wenn ein Paar sich in wegen Paarproblemen in Therapie begibt, sind es die Individuen, die unter der schlechten Paarbeziehung leiden. Leiden ist ein Zustand des psychischen Geschehens. Für Psychotherapie ist die *intra*-psychische Perspektive deshalb unverzichtbar, auch wenn es um *inter*-personale Probleme geht. Das intra-psychische Geschehen des Menschen ist von der Basis her auf andere Menschen bezogen. Es wird motiviert von menschlichen Grundbedürfnissen und diese sind nur im zwischen menschlichen Kontext erfüllbar. Der Mensch braucht andere Mensch so existenziell wie die Luft zum Atmen (Grawe 1998, S.618).

- **Neuropsychotherapeutische Sicht**

Veränderungen geschehen nicht durch „Wegmachen“ alter Muster, sondern durch das neuronale Bahnen neuer Beziehungs-Schemata. Diese generieren sich aus signifikant neuen, den alten widersprechenden Erfahrungen.

- **Die Arbeit mit dem Körper als Ausgangspunkt leibhafter Entwicklungen**

Eine zentrale Rolle für den Erfolg der IPT spielt das von Renate Lissy-Honegger (2015) entwickelte Konzept der Bewegungsarbeit. Dazu nutzt sie die Forschungsarbeiten von Rudolf Laban zur menschlichen Bewegung. Diese korrespondieren mit dem Konzept des Embodiment, dass durch Bewegung und Körperhaltung die menschliche Psyche tiefgreifend beeinflusst wird.

Im Kontext von Paarbeziehungen werden in der Bewegungsarbeit grundlegende Themen wie Nähe und Distanz, Stärke und Schwäche sowie Verbundenheit und Autonomie über den Körper erfahrbar gemacht. So können Paare ihre Interaktionen auf einer körperlichen Ebene verstehen und reflektieren. Innere emotionale und psychische Prozesse werden durch bewusste Körperarbeit sichtbar und gestaltbar. So lernen Paare, wie sie durch ihre Körperhaltung Nähe signalisieren oder Distanz wahren, wie sie Stärke zeigen, ohne Dominanz auszuüben, oder wie sie Autonomie wahren, ohne die Verbundenheit zu verlieren.

- **Soziologische Sichtweisen - Die zentrale Bedeutung der Gruppe für die Wirksamkeit**

Sbandi (1973) betrachtet das „In-Gruppen-Sein“ als eine Urwirklichkeit menschlichen Daseins und als ein Grundbedürfnis des Menschen. Für das Individuum ist dies eine psychische und soziale Notwendigkeit. So reduziert das Zusammensein in Gruppen z.B. Angst. Sbandi erweitert die These dahingehend, dass Menschen immer da Angst haben, wo sie spüren, dass sie „ihre“ Gruppe verlieren oder von ihr abgestoßen werden. Die existenziellen Krisen, die durch die Androhung von Trennung und Scheidung ausgelöst werden können, bestätigen dies.

- **Die Führungsrolle des Therapeuten**

Auf die wichtige **Führungsrolle des Therapeuten** für die Gruppe weist Rogers hin: „... denn Gruppenmitglieder sind zunächst zu sehr mit sich selbst beschäftigt, und wahrscheinlich sind sie sich kaum der Tatsache bewusst, dass neben ihrem Bedürfnis nach Erleichterung der eigenen Qual noch anderes wichtig ist.... Wenn die Akzeptanz und das Wohlwollen jedoch vom Therapeuten gehegt und von den positiven Gefühlen der Gruppenmitglieder bekräftigt werden, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass diese in der Gruppensituation eindeutig wirksamer werden als in der Einzeltherapie. Von einem Therapeuten verstanden und akzeptiert zu werden, ist eine Sache, eine wesentlich überzeugende-

dere Erfahrung ist es jedoch, von verschiedenen Leuten verstanden und akzeptiert zu werden, die auch bei einer gemeinsamen Suche nach einer befriedigenderen Art zu leben ehrlich ihre Gefühle teilen. Mehr als alles andere macht dies die Gruppentherapie zu einer Erfahrung, die sich qualitativ von der Einzeltherapie unterscheidet“ (1972, S. 262 - 263).

In der Therapieforschung wurde auf die Bedeutung der Arbeit in Gruppen deutlich verwiesen. generalisierte zwischenmenschliche Schwierigkeiten in einer Gruppentherapie: „..... Eine Gruppentherapie bietet...noch reichere Übertragungs- bzw. Aktualisierungsmöglichkeiten als eine Einzeltherapie und ist daher, wie in unseren Ergebnisberichten für eine ganze Anzahl verschiedener Therapiemethoden festgestellt wurde, noch besser geeignet, Veränderungen des zwischenmenschlichen Erlebens und Verhaltens herbeizuführen“ (Grawe et al. 1994, S. 704). „Für Patienten, bei denen **Veränderungen im zwischenmenschlichen Bereich erwünscht sind, ist das gruppentherapeutische Setting aber dem einzeltherapeutischen auf jeden Fall vorzuziehen**“. (a.a.O. S. 706).

Denn in Gruppen setzt ein **gegenseitig verstärkender Prozess der Selbstwirksamkeitserfahrungen** ein. Stellvertretende Erfahrungen (Beobachtungslernen) gelten als die zweite Quelle der Selbstwirksamkeit im Rahmen einer Gruppe. Menschen stärken ihre Überzeugung in die eigene Handlungsfähigkeit, indem sie andere Personen beobachten, die ähnliche Aufgaben erfolgreich bewältigen (Bandura 1977).

4.3 Realisierung der Anforderungen aus SGB VIII § 17 KJHG (BRD)

§ 17 Beratung in Fragen der Partnerschaft, Trennung und Scheidung

(1) Mütter und Väter haben im Rahmen der Jugendhilfe Anspruch auf Beratung in Fragen der Partnerschaft, wenn sie für ein Kind oder einen Jugendlichen zu sorgen haben oder tatsächlich sorgen. Die Beratung soll helfen,

1. ein partnerschaftliches Zusammenleben in der Familie aufzubauen,
2. Konflikte und Krisen in der Familie zu bewältigen,
3. im Fall der Trennung oder Scheidung die Bedingungen für eine dem Wohl des Kindes oder des Jugendlichen förderliche Wahrnehmung der Elternverantwortung zu schaffen.

4.4 Konkrete Umsetzung der IPT in die Arbeit mit einem Paar oder einer Gruppe

Da IPT-Trainerinnen/Therapeuten mit Hilfe des Online-Programms „*Gemeinsam wachsen*“, mit dem eigenen Partner bzw. einem sehr vertrauten Menschen die Erfahrung gemacht haben, wie wirksam die einzelnen Schritte sind, sind sie in der Lage diese auch mit einem Paar durchzuführen. Das gleiche gilt für die Erfahrungen, die sie im Rahmen der Präsenzfortbildung in einer Gruppe gemacht haben. Das Bewusstsein um die Hintergründe des eigenen therapeutischen Handelns wird geschärft durch das Online-Programm "*Forschungsbasierte Grundlagen*".

Der **Therapieplan** (Sanders 2022) beschreibt die einzelnen Schritte mit dem jeweiligen Hintergrund und dem Lernziel. Dieser Ablaufplan ist geschützt durch die Marke *PartnerSchule Dr. Rudolf Sanders®*.

4.4.1 Vorgehensweise

- **Erleben und Vermitteln**

Die IPT-Trainer*innen sollen die einzelnen Schritte selbst mit ihrem Partner bzw. ihrer Partnerin erlebt haben, um die Wirksamkeit authentisch vermitteln zu können. Da die Erfahrung der Resonanz mit einem Gegenüber entscheidend ist, kann dies auch mit jemandem, mit dem man nicht partnerschaftlich verbunden ist, erfahren werden.

- **Konflikte im Hier und Jetzt bearbeiten**
Probleme werden nicht abstrakt besprochen, sondern direkt im gemeinsamen Erleben des Paares angegangen.
- **Alternative Beziehungsangebote**
Durch das Schaffen von Evidenzerfahrungen (also erlebbaren, positiven Alternativen) wird das Beziehungsangebot verändert und neue, gesunde Muster etabliert.

4.4.2 Praktische Bedeutung

- Die Methode ist stark erfahrungsorientiert und nutzt die unmittelbare Paarbeziehung als „Therapieraum“.
- Sie fördert nachhaltige Veränderungen durch erlebte, neue Beziehungserfahrungen statt durch reine Gesprächsanalysen.
- Das Vorgehen ist präventiv und ressourcenorientiert, was es besonders wertvoll für die Vermeidung späterer Konflikt- und Krisensituationen macht.

4.5 Effektivität der IPT

Evaluation durch qualitative Forschung

Eine erste große Überprüfung zur Wirksamkeit der IPT fand im Rahmen der Dissertation statt (Sanders 1997, 251- 258). Zusammenfassung:

Wird die Praxis als Frau und Mann in Form der Partnerschaft zusammenzuleben, durch die IPT begleitet, so berichten die Teilnehmer davon, dass sich die Gründe für ihre Probleme klären und sie problembewältigendes Verhalten lernen. Dieses subjektive Erleben wird als Indiz dafür angesehen, dass die IPT wirksam das Zusammenleben in Form der Partnerschaft fördert. Beteiligte Kinder reagieren darauf nach Beobachtung ihrer Eltern mit Entspannung.

Wenn Partner IPT in Anspruch nehmen, ändern sich die Mittelwertdifferenzen der abhängigen Variablen signifikant (Sanders 1997, S.304)

Für Frauen gibt es signifikante Änderungen der Variablen Gewichtung im Umgang mit Konflikten (PL) in den Konfliktbereichen: „Vertrauen“, „Außereheliche Beziehungen“, „Fehlende Akzeptanz / Unterstützung des Partners“.

Für Männer gibt es signifikante Änderungen in den Variablen: „Globale Zufriedenheit“, „Problemlösung“, „gemeinsame Freizeitgestaltung“, „Sexuelle Zufriedenheit“, „Konflikte in der Kindererziehung“

Quantitative Forschung in den Folgejahren

[Kröger C. \(2006\)](#). *Institutionelle Paarberatung in Zeiten von Trennung und Scheidung – ein wirksames Angebot zur Stärkung familialer Beziehungskompetenzen*. Beratung Aktuell 3 –2006. S- 164 - 166

Beispielsweise zeigt sich zur FU-Erhebung für beide Geschlechter eine hohe IGES für die globale Zufriedenheit mit der Partnerschaft (1.00 für die Frauen respektive .81 für die Männer). Ferner ergeben sich mittlere bis hohe Effekte für den affektiven Austausch, die Problemlösekompetenzen sowie die Freizeitgestaltung (vgl. Tab. 1). Vor allem die Männer erleben von der Post- zur FU-Erhebung deutliche Steigerungen hinsichtlich der Partnerschaftszufriedenheit, des Austauschs im affektiven Bereich und der Fähigkeit, Konflikte und Differenzen in der Partnerschaft konstruktiv zu lösen.

Wie verändert sich die Lebenszufriedenheit der Paare bezogen auf ihre Beziehung?

[Kröger, C. \(2006\): Evaluation.](#) In: Sanders, Rudolf Beziehungsprobleme verstehen Partnerschaft lernen. Partnerschule als Kompetenztraining in Ehe und Familienberatung. Paderborn: Junfermann Verlag, S. 256 – 268

Im Einzelnen zeigen sich für die Lebensbereiche

- Freunde/Bekannte (t(43) = -2,19, $p \leq .05$),
- Freizeitgestaltung/Hobbies (t(43) = -2,70, $p \leq .01$),
- Gesundheit (t(43) = -2,05, $p \leq .05$),
- Familienleben/Kinder (t(43) = -2,37, $p \leq .05$) und
- Partnerschaft/Sexualität (t(43) = -3,43, $p \leq .001$)

statistisch bedeutsame Zugewinne an Zufriedenheit, wobei die Veränderung in der Partnerschaft und Sexualität am größten ausfällt (siehe Abbildung 17.3-1). Somit erzielt die IPT in all den Lebensbereichen, in denen die Paare signifikant unzufriedener sind als der Bevölkerungsdurchschnitt positive Veränderungen.

4.6 Die Bedeutung der IPT

Die IPT ist kurativ und damit präventiv. Denn sie entzieht den Konflikt-Eskalationen die Quellen und ermöglicht so die Gestaltung einer Paarbeziehung auf der Grundlage der Gleichberechtigung. Die Sicherheit in der Verbundenheit befördert bei dem Einzelnen die Selbst-Exploration.

Paare, die an einer IPT-Gruppe teilnehmen, sind in hohem Maße motiviert, sich mit den anderen weiter zu treffen. Sie wollen die Erfahrungen, der Zusammengehörigkeit und Engagement füreinander, auch gerne in ihren Alltag übersetzen. Ein Beispiel ist das Netzwerk Partnerschule e.V. (Sanders 2018).

- Kinder profitieren in hohem Maße davon, wenn eine Trennung und Scheidung der Eltern vermieden werden kann und sie in der Sicherheit der Verbundenheit mit ihren Eltern sich entwickeln können (Sanders 2013).
- Gesellschaftliche Kosten durch Trennung und Scheidung werden durch deren Prävention deutlich reduziert (Guerra González 2026).

4.7 Kompatibilität mit dem Kontextmodell der Psychotherapie

Das Kontextmodell (Wampold et.al. 2018) betont, dass die Wirksamkeit von Therapie vor allem durch Faktoren wie therapeutische Beziehung, Erwartungen und Kontextbedingungen entsteht – nicht nur durch spezifische Techniken. Der gesamten therapeutischen Rahmen und nicht nur einzelne Methoden werden berücksichtigt.

- **Aktueller wissenschaftlicher Stand**
Die therapeutische Arbeit orientiert sich an evidenzbasierten Methoden, die durch Studien und Forschung belegt sind. Methoden, die nachweislich wirksam sind, kommen zum Einsatz und neue Erkenntnisse werden integriert.
- **Wirksamkeit der therapeutischen Arbeit**
Die Integrative Paartherapie *PartnerSchule Dr. Rudolf Sanders®* hilft Menschen nachhaltig, ihre psychische Gesundheit und damit die Qualität ihrer Beziehung zu verbessern.

5. Informationen zur Gruppenphase

5.1 Grundlegende Voraussetzung für den Erfolg einer Arbeit mit Gruppen

Der Erfolg einer Arbeit mit Gruppen hängt von mehreren grundlegenden Voraussetzungen ab, die das Zusammenwirken, die Kommunikation und das Erreichen gemeinsamer Ziele ermöglichen.

Das heißt konkret:

a) Wohlwollende Akzeptanz und sichere Atmosphäre

- Jeder Teilnehmer *spürt* von Beginn an, dass er willkommen ist und nicht bewertet wird.
- Dies schafft eine vertrauensvolle Basis, auf der sich die Teilnehmer öffnen können.
- Die Leitung ist verantwortlich für den klar strukturierten Ablauf, der sich an der Therapieplanung (Sanders 2022) orientiert.

b) Umgang mit Konflikten und Aggressionen:

- Konflikte werden nicht provoziert oder gezielt herbeigeführt.
- Aggressionen zwischen Teilnehmern werden sofort unterbunden, und es wird geprüft, ob diese mit dem individuellen Thema des Teilnehmers zusammenhängen.
- Dies schützt die Gruppe vor destruktiven Dynamiken und fördert ein respektvolles Miteinander.

c) Nutzung der Gruppe als Übungsfeld:

Teilnehmer nutzen andere als „Trainingspartner“, bevor sie die Übungen mit ihrer eigenen Partnerin ausprobieren. Dies ermöglicht reale und evidenzbasierte Erfahrungen, die das Lernen und die Bahnung neuer Beziehungsmuster fördern.

d) Bedeutung von Wiederholung und Stabilisierung:

- Wiederholung und Einübung neuer Muster sind notwendig, um stabile Verhaltensänderungen zu etablieren.

5.2 Inhalte der Gruppenphase

5.2.1 Erste Stufe: Vermittlung von Basiskompetenzen (Basisseminar)

- **Lernen am Modell:** Hier stehen das Beobachten der Leitung und intensive Reflektieren deren Handelns im Vordergrund. Die Teilnehmer lernen durch das Vorbild und die Demonstration der Lehrenden
- **Kreativer Ausdruck:** Arbeit mit Ton, Malen und expressives Schreiben helfen, innere Gefühle und Erfahrungen zu artikulieren.
- **Diagnostik mit einer Tonplastik:** Das Arbeiten mit Ton als Ausdrucksmittel dient zur non-verbalen Diagnostik, um innere Konflikte oder Beziehungsmuster sichtbar zu machen.
- **Induktionshypnose zur Arbeit an der Kindheitsgeschichte:** Durch Hypnose wird ein Zugang zu prägenden Erlebnissen in der Kindheit geschaffen, die oft die Basis für wiederkehrende Konflikte in Paarbeziehungen sind.
- **Therapeutische Arbeit an Übertragungsmustern:** Die Muster, die in Paarbeziehungen immer wieder zu Konflikten führen, werden erkannt und bearbeitet, um sie aufzulösen.

5.2.2 Zweite Stufe: Aufbauseminar - Stärkung der Persönlichkeit im Paarbezug

In dem zweiten Seminar „In Verbundenheit wachsen - Ein Weg zu persönlicher Souveränität“ werden – neben anderen Inhalten – die Schwerpunkte auf folgende Inhalte gelegt:

- **Zürcher Ressourcenmodell (ZRM®):** Der Einzelne entwickelt ein persönliches Ziel Motto zu dem Thema, was er selbst dazu beitragen kann, um sich in seiner Beziehung wohlfühlen zu können.
- **Imagination der eigenen Stärken:** Das Wissen und das Einbringen der eigenen Stärken fördert das Paar als Gewinnngemeinschaft: **Das Wir gewinnt!**
- **Körperorientierte Arbeit mit Budo-Kampfkunst:** In den Rollen des **Entschiedenem Akteurs** und **Standhaften Gegenübers** erfahren die Teilnehmer, wie zentral es für die Entwicklung des Einzelnen ist, ihm dafür die eigene Stärke zur Verfügung zu stellen.

5.2.3 Übergeordnete Aspekte

In beiden Stufen kommen die folgenden Bausteine wiederholt vor, bzw. können situativ eingesetzt werden.

Körperarbeit

- Themenschwerpunkte sind:
 - „Mein Stand“ (Körperhaltung, Standfestigkeit)
 - „Mein Raum“ (persönliche Grenzen)
 - Öffnen und Schließen (körperliche und emotionale Offenheit/Abgrenzung)
 - Stoppsignal geben (Grenzen setzen)
- **Wahrnehmen der unterschiedlichen Emotionen und das Training, dafür einen passenden Gefühlsausdruck zu finden**
Das Spüren der eigenen Emotionen und anschließend deren Ausdruck in Gefühlen ist zentral für die Selbststeuerung. Deshalb wird diese intensiv mit Hilfe des Gefühlszettels trainiert.
- **Spiegelresonanzgespräch (SRG)**
Das SRG ermöglicht die Erfahrung, dass das, was die Sprecherin sagen will, auch wirklich beim Spiegel ankommt. So entwickelt sich eine intensive Resonanz zwischen beiden Partnern.

5.3 Orte und Termine der Gruppenphase

Die Gruppenphase wird an 4 verschiedenen Standorten und Terminen angeboten

- **Hardehausen:** Renate Lissy-Honegger, Barbara Langos und Rudolf Sanders
(2 x 5 Tage in 2027)
07. - 11.07.2027 und 01. - 05.09.2027
<https://partnerschule.eu/ausbildung-zum-partnerschule-trainerin/>
- **Halle (Saale):** Thomas und Gerlinde Gailer
(4 x 2,5 Tage / Wochenenden in 2027)
12.03. – 14.03. / 28.05.- 30.05. / 17.09. - 19.09. / 05.11. - 07.11.
<https://www.irisfamilienzentrum.de/> g.gailer@irisfamilienzentrum.de

-
- **Essen:** Heike und Stefan Körner
(4 x 2,5 Tage / Wochenenden in 2027)
29.01. - 31.01. / 05.03. - 07.03. / 16.04. - 18.04. / 11.06. - 13.06.
www.partnerschule-essen.de
 - **Stubenberg (Steiermark):** Stefan und Ursula Karch
(4 x 2,5 Tage / Wochenenden in 2027)
12.04. – 14.04. / 30.04. – 02.05. / 18.06. – 20.06. / 10.09. – 12.09.
www.stefankarch.com

6. Anhang

6.1 Literatur, Vorträge und Referenzen

6.1.1 Begleitende Vorträge

1. Bedeutung von Klaus Grawe für die Entwicklung der Partnerschule

[Bindung heilt: Wie frühe Beziehungserfahrungen unsere Partnerschaften prägen](#)

2. Versöhnung als Schlüssel zur Heilung in Beziehungen

[Wie Paarberatung und Familienaufstellung helfen, alte Verletzungen zu integrieren und neue Wege zu finden](#)

3. Renate Lissy-Honegger stellt die Übung des Öffnens und Schließens vor

[Embodiment gegen Einsamkeit](#)

4. Sanders R. (2025). [Der blinde Fleck in der Paar- und Familienberatung. Beratung als Profession Nr. 15, S.5-10, DAJEB.](#) Es geht um die Bedeutung des SGB VIII § 17 KJHG, der gegebenenfalls Möglichkeiten eröffnet, im Auftrag des Jugendamtes mit Paaren insbesondere mit Gruppen zu arbeiten. Ferner werden die Methoden der Wirksamkeitsprüfung der IPT aufgezeigt.

Aufzeichnung eines Vortrags im Rahmen des *Netzwerk Getrennterziehen*:

[Der blinde Fleck in der Familienberatung. Was benötigen Familien in der Familienberatung und können sie derzeit dort überhaupt schon das bekommen, was sie benötigen?](#)

6.1.2 Pflichtlektüre

[Lissy-Honegger, R. \(2015\): Paare in Bewegung – Körperarbeit im Rahmen der Partnerschule. Masterarbeit Karl-Franzens-Universität Graz](#)

[Roediger, E. \(2023\): Raus aus den Lebensfallen - das Schematherapie Begleitbuch. Paderborn: Junfermann](#)

[Sanders R. & Kröger C. \(2013\): Die Partnerschule als schematherapeutisch orientierter und emotionsfokussierender Beratungsansatz für Paare. In: Beratung Aktuell. 01/2013 S. 20. – 44](#)

[Sanders R. \(2019\): Partnerschule – Fokale Kurzzeittherapie für Paare im Integrativen Verfahren. In: POLYLOGE Eine Internetzeitschrift für „Integrative Therapie“ 21.](#)

[Sanders R. \(2022\): Die Partnerschule – Paartherapie im Integrativen Verfahren. Paderborn: Junfermann](#)

[Sanders R. \(2023\): Partnerschule als Kontextmodell in Ehe-, Partnerschafts- und Familienberatung. Prävention trennungs- und scheidungsbedingter gesundheitlicher Beeinträchtigungen. Beratung-Aktuell 24. Jg. 4 -24](#)

6.1.3 Literaturempfehlungen

Brisch, K.H.(2022): *Bindungsstörungen. Von der Bindungstheorie zur Therapie.*
Stuttgart: Klett- Cotta.

Grawe, K. (2000): *Psychologische Therapie.* Göttingen: Hogrefe.

Grawe, K. (2004): *Neuropsychotherapie.* Göttingen: Hogrefe.

Hensel, T. (2020): *Stressorbasierte Psychotherapie. Belastungssymptome wirksam transformieren - ein integrativer Ansatz 2., erweiterte und aktualisierte Auflage.*
Stuttgart: Kohlhammer.

Kröger, C. (2006): *Evaluation.* In: *Sanders, Rudolf Beziehungsprobleme verstehen Partnerschaft lernen. Partnerschule als Kompetenztraining in Ehe und Familienberatung.*
Paderborn: Junfermann, S. 256 – 268

Roediger, E., Valente M. (2025): *Schematherapie, Kontextuell-prozessbasiert-interpersonal, .*
Stuttgart: Schattauer.

Sanders R. , (2025). *Integrative Paartherapie.* In: Lotti Müller / Ilse Orth (Hrsg.) *Integrative Therapie heute. Vielfalt und Zukunftsorientierung.* Hilarion G. Petzold zum 80. Geburtstag. Beiträge zum „neuen Integrationsparadigma“ in der Psychotherapie. Bielefeld: AISTHESIS

Sanders, R. (1997): *Dissertation: Integrative Paartherapie – Eine Pädagogische Intervention zur Förderung der Beziehung zwischen Frau und Mann als Partner, Grundlagen – Praxeologie – Evaluation* Frankfurt: Peter Lang. ([Link zur Dissertation](#))

6.1.4 Referenzen

Ainsworth M.D. (1982): Attachment retrospect and prospect. In: C.M. Parkes & Stephenson-Hinde (Eds.), *The place of attachment in human behaviour*: London: Tavistock.

Burrow T.L. (1924): *The Group Method of Analysis.* In: *Psychoanalytik Review* XIV, S. 268-280

Grawe K., Donati R. & Bernauer F. (2001). *Psychotherapie im Wandel, Von der Konfession zur Profession.* Göttingen: Hogrefe.

Grawe, K. (1996). Klärung und Bewältigung: Zum Verhältnis der beiden wichtigsten therapeutischen Wirkprinzipien. In H. Reinecker & D. Schmelzer (Hrsg.), *Verhaltenstherapie, Selbstregulation, Selbstmanagement* (S. 49-74). Göttingen: Hogrefe.

Grawe, K. (2000). *Psychologische Therapie.* Göttingen: Hogrefe.

Grawe, K. (2004). *Neuropsychotherapie.* Göttingen: Hogrefe.

Grawe, K. (2005). Wie kann Psychotherapie durch empirische Validierung wirksamer werden?
Psychotherapeutenjournal 1, S. 4-11

Grossmann K. & Grossmann K.E. (2023). *Bindungen – das Gefüge psychischer Sicherheit.* Stuttgart: Klett-Cotta

Kröger, C. (2006). *Evaluation.* In R. Sanders: *Beziehungsprobleme verstehen – Partnerschaft lernen. Partnerschule als Kompetenztraining in Ehe- und Familienberatung* (S. 255-268). Paderborn: Junfermann.

Wampold, B.E., Zac E. Imel Z.E., Flückiger, C. (2018). *Die Psychotherapie Debatte- Was Psychotherapie wirksam macht.* Bern: Hogrefe.

6.2 Inhalte des Online-Programms „Gemeinsam wachsen“

Session 1 – Der Weg zum Erfolg 🕒 ca. 65 Min.

- 1.1 Wer ist Dr. Rudolf Sanders?
- 1.2 Das Glück schmieden
- 1.3 Sabines erste Stunde in der Partnerschule – Audio
- 1.5. Mein Ziel: Ihre Verbundenheit zu stärken
- 1.6. Audio-Imagination: „Der Leuchtturm“
- 1.7 Abschluss der ersten Einheit

Session 2 – Bestandsaufnahme – in uns steckt mehr, als wir vermuten 🕒 ca. 30 Min.

- 2.1 Stärken, was stark macht
- 2.2 Die Standübung
- 2.3 Der Tunnelblick
- 2.4 Das „Schmierfett“ zum Glück: DANKE sagen
- 2.5 Die drei Fragen zum Glück
- 2.6 Wie wir den Problemen den Boden unter den Füßen entziehen

Session 3 – Josef Beuys: Jeder Mensch ist ein Künstler 🕒 ca. 90 Min.

- 3.1 Kreativität heißt, auf alte Fragen neue Antworten zu finden
- 3.2 Wir auf der Bühne des Lebens
- 3.3 Die Standübung
- 3.4 Audio & praktische Übung: „Auf der Bühne des Lebens“
- 3.5 Ertragssicherung – Freude über das Erreichte

Session 4 – Den sicheren Ort in sich finden und nutzen 🕒 ca. 65 Min.

- 4.1 Den eigenen Raum erkunden
- 4.2 Die Standübung
- 4.3 Audio-Imagination „Den Raum erkunden“
- 4.4 Ich gestalte meinen Raum und nehme ihn in Besitz
- 4.5 Audio-Imagination „Raum malen“
- 4.6 Was ihr mit eurem eigenen Raum anfangen könnt: Ausblick

Session 5 – Mein Körper ist der Ort meiner Resonanz 🕒 ca. 40 Min.

- 5.1 Feinfühlig betrete ich deinen Raum
- 5.2 Die Standübung
- 5.3 Audio-Imagination „Dein Raum, mein Raum“
- 5.4 Vom NEIN in der Liebe oder Grenzen setzen will gelernt werden
- 5.5 Audio-Imagination „Stopp sagen“
- 5.6 Sich öffnen und schließen – beides wichtig zum Wohlfühlen
- 5.7 Audio-Imagination „Öffnen und Schließen“
- 5.8 Was ihr bis hierher (über euch) erfahren habt – und was als Nächstes kommt

Session 6 – Den Quellen der Konflikte auf der Spur ⌚ ca. 30 Min.

- 6.1 Was steuert mich?
- 6.2 Die Standübung
- 6.3 Frühe Erfahrungen
- 6.4 Das „Still-Face-Experiment“
- 6.5 Die Suche nach Verbundenheit gehört zu unserer DNA
- 6.6 „Kilian“: Der kompetente Säugling
- 6.7 Ich bin für Dich da
- 6.8 Den Konflikten die Power nehmen

Session 7 – Wie ticke ich? – Wie tickst Du?

Schädigendes verstehen, liebevoll annehmen – Neues lernen ⌚ ca. 110 Min.

- 7.1 Den Prägungen der Kindheit auf der Spur
- 7.2 Die Standübung
- 7.3 Audio-Imagination „Kindheit“
- 7.4 Auswertung der Kindheitsgeschichte
- 7.5 Überlebensmuster identifizieren
- 7.6 Audio-Imagination „Der Zauberschlüssel“
- 7.7 Das ist Intimität

Session 8 – Authentisch Beziehung leben – in Resonanz kommen ⌚ ca. 40 Min.

- 8.1 Die Standübung
- 8.2 Erstes Etappenziel erreicht
- 8.3 Verbunden statt einsam
- 8.4. Angesehen werden schafft Ansehen
- 8.5 Audio-Imagination „Sich ansehen lernen“
- 8.6 Authentisch Beziehung leben – in Resonanz kommen

Session 9 – Darum geht es in den nächsten Wochen – Session 10 - 24

- 9.1 Du hast – oder Ihr habt zusammen – das erste Etappenziel erreicht – Glückwunsch!

Session 10 – In Verbundenheit wachsen ⌚ ca. 60 Min.

- 10.1 Die Standübung
- 10.2 Ich-Treue – um in Treue zu Dir aufzublühen
- 10.3 MEIN Beitrag zum Glück unserer Beziehung
- 10.4 Übung: Mein Bild für eine gelingende Beziehung
- 10.5 Assoziationen zum Bild sammeln
- 10.6 Ein Ziel-Motto finden
- 10.7 Beispiele für Bilder zum Ziel-Motto
- 10.8 Das eigene Motto malen
- 10.9 Das Zürcher Ressourcen Modell

Session 11 – Das macht mich aus! ⌚ ca. 160 Min.

- 11.1 Die Standübung
- 11.2 Meine Schätze heben – Einleitung zur Imagination
- 11.3 Audio „Das zeichnet mich aus“
- 11.4. Ich zeige dir meine Schätze
- 11.5 Wer bin ich eigentlich?

Session 12 – Ich komme mit dir in Resonanz ⌚ ca. 60 Min.

- 12.1 Die Standübung
- 12.2 Das spiegelnde Resonanzgespräch
- 12.3 Das Resonanzgespräch – Worauf es ankommt

Session 13 – Platz im Herzen – Zeit für Klarheit ⌚ ca. 32 Min.

- 13.1 Die Standübung
- 13.2 Wer wohnt eigentlich in meinem Herzen? – Einleitung zur Imagination
- 13.3 Imagination „Haus meines Herzens“

Session 14 – Wünsche und Bedürfnisse ⌚ ca. 40 Min.

- 14.1 Die Standübung
- 14.2. Darf ich mir etwas wünschen??
- 14.3 Übung: Meine und deine Wünsche und Bedürfnisse

Session 15 – Dem anderen ein Gegenüber sein ⌚ ca. 60 Min.

- 15.1 Die Standübung
- 15.2 Budo-Kampfkunst
- 15.3 Budo – Behutsam seine Kraft regulieren
- 15.4 Entschiedener Akteur – standhaftes Gegenüber

Session 16 – Gemeinsam leuchten – Für euch. Für die Welt. ⌚ ca. 80 Min.

- 16.1 Die Standübung
- 16.2 Ich strahle Licht und Liebe
- 16.3 Audio-Imagination „Licht und Liebe“

Session 17 – Intimität leibhaftig erleben ⌚ ca. 30 Min.

- 17.1 Die Standübung
- 17.2 Sexualität – Ein Buch mit sieben Siegeln

Session 18 – Jeder Mensch ist schön! ⌚ ca. 65 Min.

- 18.1 Die Standübung
- 18.2 Ich bin schön – Einleitung zur Imagination
- 18.3 Audio-Imagination „Ich bin schön“
- 18.4 „Ich regiere mit Schönheit“ - ein Beispiel

Session 19 – Annahme und Verständnis der gegengeschlechtlichen Seiten in sich selbst ⌚ ca. 90 Min.

- 19.1 Die Standübung
- 19.2 Innerer Mann, innere Frau: Einleitung zur Imagination
- 19.3 Audio-Imagination „Innerer Mann – innere Frau“

Session 20 – Innere Harmonie: Herz & Körper in Beziehung ⌚ ca. 60 Min.

- 20.1 Die Standübung
- 20.2 Herz und Geschlecht miteinander im Gespräch – Einleitung zur Imagination
- 20.3 Audio-Imagination „Herz und Geschlecht miteinander im Gespräch“

Session 21 – Dem inneren Kritiker die Stimme nehmen ⌚ ca. 25 Min.

- 21.1 Die Standübung
- 21.2 Selbstabwertung einen Stopp setzen

Session 22 – Körperliche Nähe spüren ⌚ ca. 35 Min.

- 22.1 Die Standübung
- 22.2 Über unsere Sexualität sprechen

Session 23 – Wie Wasser fließt – unsere Liebe neu erleben ⌚ ca. 25 Min.

- 23.1 Die Standübung
- 23.2 Erstarrung hinter uns – Unsere Liebe wieder im Flow

Session 24 – Geschafft! ⌚ ca. 10 Min.

- 24.1 Zum Abschluss
- 24.2 Lernen wir uns online kennen!

6.3 Inhalte des Online-Programms „Forschungsbasierte Grundlagen“

1. Die Entscheidung, als Paar eine Therapie aufsuchen

- Verständnis für die Ausgangslage der Paare
- Erwartungen und Bedürfnisse des Paares

2. Die Antwort auf die Ausgangslage eines Paares

- Wie reagieren wir als Therapeuten/IPT-Trainerinnen auf die individuellen Situationen

3. Der Wirksamkeit verpflichtet

- Prinzipien einer effektiven und nachhaltigen Therapie
- Qualitätssicherung

4. Verbündeter der Kinder

- Berücksichtigung der Kinderperspektive in der IPT
- Schutz und Unterstützung der Kinder im Therapieprozess

5. Wissenschaftliche Fundierung ermöglicht eine theoriegeleitete Praxis

- Grundlagen wissenschaftlicher Erkenntnisse
- Theorie als Basis für methodisches Vorgehen

6. Die Beachtung der Wirkfaktoren führt zum Erfolg

- Identifikation und Nutzung zentraler Wirkfaktoren in der Therapie

7. Reden allein reicht nicht! Deshalb der Einsatz kreativer Medien, Imaginationen und Induktions-Hypnosen

- Die Induktionshypnose und der anschließende Ausdruck des Gefürten und Erinnerten, mit Hilfe eines kreativen Mediums, eröffnet durch die Symbolisierung Zugang zu noch nicht verbal erinnerten Beziehungserfahrungen.

8. Der bindungsorientierte Aufbau einer tragfähigen therapeutischen Beziehung

Auf der Grundlage der vier Faktoren einer gesunden psychischen Entwicklung:

1. die Befriedigung des Grundbedürfnisses nach Bindung,
2. die Welt durch die Befriedigung des Bedürfnisses nach Orientierung und Kontrolle als einen berechenbaren Ort zu erleben,
3. den eigenen Selbstwert erhöhenden Erfahrungen und 4. der Vermeidung von Unlust, wird Aufbau einer tragfähigen therapeutischen Beziehung beschrieben.

9. Diagnostik explizit und implizit – Das PIB-Paarinterview zur Beziehungsgeschichte und das Erstellen einer Plastik aus Ton

- Diagnostische Methoden und deren Anwendung
- Kreative Diagnostik: Tonplastik als Ausdruck der Beziehung

10. Embodiment – Die Arbeit mit dem Körper unterstützt Entwicklungsprozesse

- Körperarbeit und Umsetzung in der PIB
- Praktische Übungen

11. Die Bedeutung individueller früher Beziehungserfahrungen

- Einfluss der Herkunftsfamilie und früher Bindungen
- Reflexion der eigenen Beziehungsmuster

12. Den Beziehungs-Schemata auf der Spur – damit aus Übertragungen Beziehung wird

- Erkennen und Bearbeiten von Beziehungsschemata und Übertragungen

13. Nach der Identifikation maladaptiver Modi – Jetzt die Motivation: *In Verbundenheit zu wachsen*

- Umgang mit problematischen Verhaltensmustern
- Förderung von Wachstum und Verbindung

14. Entwicklung eines Ziel-Mottos mit Hilfe des Zürcher Ressourcen Modell ZRM® - Das trägt der Einzelne zum Aufblühen der Beziehung bei

- Ressourcenorientierte Ziellarbeit
- Entwicklung persönlicher Stärkungen für die Beziehung

15. Budo Kampfkunst – Ich bin Dir ein entschiedener Akteur und ein standhaftes Gegenüber

- Selbstbehauptung und klare Haltung in der Beziehung nach dem Motto: „Ich zeige dir meine Stärke und tue alles, dich nicht zu verletzen!“

16. Das Spiegelnde Resonanzgespräch SRG – Dann wird aus einer Struktur eine Haltung

- Der strukturierte Ablauf des SRG führt zu Resonanz und stetig wachsender Verbundenheit

17. Sexualität – Ressource eines Paares, um die Verbundenheit zu stärken

- Bedeutung und Förderung von Sexualität in der Paarbeziehung
- Integration in den Therapieprozess