

# Imago-Paartherapie – Vom Verlieben über den Machtkampf zur Liebe!

Miteinander die Vergangenheit erkennen und daraus als Paar die Zukunft gemeinsam neu gestalten

Imago Relationship Therapy – From Falling in Love Via the Power Struggle to True Love! Recognizing Each Other's Past and Consequently Reshaping the Future Together As a Couple.

Evelin Brehm & Klaus Brehm

## Themenschwerpunkt Paarbeziehungen

### Zusammenfassung

*In diesem Artikel beschreiben wir Theorie und Praxis der Imago-Paartherapie. Anhand eines Fallbeispiels erläutern wir tieferliegende Ursachen von Beziehungskonflikten. Wir beschreiben einige Grundannahmen der Imagotheorie, zeigen die wechselseitige Abhängigkeit der Konfliktodynamik einer Paarbeziehung und umreißen die Strategien und Methoden, die wir im Rahmen einer Imago-Paartherapie in unserer Praxis verwenden.*

### Abstract

*In this article we describe the theory and practice of Imago couples therapy. Based on a case study, we explain underlying causes of relationship conflicts. We describe some of the basic assumptions about the theory of Imago, we show the interdependence of the conflict dynamics of a couple's relationship, and we outline the strategies and methods that we use in the context of Imago couples therapy in our practice.*

### 1. Was Paare zu uns bringt

So unterschiedlich die Paare sind, die uns in unserer Praxis aufsuchen, so verschieden sind auch die Themen, die zu dem Entschluss geführt haben, Beratung und Begleitung in einer Imago-Paartherapie zu suchen.

Doch trotz aller Unterschiedlichkeit haben all diese Paare auch eine Gemeinsamkeit: Sie fühlen sich zunehmend unwohl in ihrer Beziehung, unabhängig davon, ob sie es sich selbst oder vor anderen auch eingestehen. Das, was sich jeder Mensch im Allgemeinen von einer Beziehung erhofft – Geborgenheit, Verständnis, angenommen Sein, Liebe, Zärtlichkeit – alles hat sich in einem Maß reduziert, das ein gemeinsames Weiterle-

ben unattraktiv erscheinen lässt. Und oft wird auch eine Trennung als möglicher Lösungsweg ins Auge gefasst.

In diesem Beitrag wollen wir an einem Fallbeispiel erläutern, von welchen Annahmen wir in unserer Arbeit mit der Imago-Paartherapie ausgehen, wie wir diese Annahmen in der Praxis umsetzen, welche Methoden dabei zum Einsatz kommen und wie Paare darauf reagieren. Dafür beschreiben wir in anonymisierter und kompakter Form die Dynamik und Konstellation eines durchschnittlichen Paarkonflikts, wie wir ihn häufig in unserer praktischen Arbeit erleben.

### 2. Die schleichende Krise

Robert (47), Lehrer an einem Gymnasium, und Andrea (44), Sozialarbeiterin in Teilzeit, sind seit 20 Jahren ein Paar. Beide sind seit 18 Jahren in erster Ehe miteinander verheiratet und haben zwei Kinder, Niko (17) und Jenny (15).



Robert und Andrea haben sich einvernehmlich für eine Paartherapie entschieden. Anlass dafür war, dass Andrea sich bei einem Seminar in einen Arbeitskollegen