

Inhalt

Geleitworte.....	11
1. Was ist Versöhnung, was nicht? Ein Überblick (Andrea Herzog).....	17
1.1 Einführung.....	17
1.2 Abgrenzung von Vergebung, Verzeihen und sich entschuldigen	19
1.3 Definitionen und Ansätze in der Vergebungsforschung.....	21
1.4 Arten von Vergebung.....	23
1.5 Was Vergebung nicht ist.....	24
1.6 Kontextbedingungen, die Vergebung behindern können.....	27
1.7 Wirkfaktoren, die Vergebungsbereitschaft fördern können	29
1.8 Zusammenhang zwischen Vergebung und psychischer Gesundheit.....	37
1.9 Tipps und Erfahrungen aus der Praxis.....	39
2. Vertrauen aufbauen – Verständnis ermöglichen – Verzeihen einleiten	
Das Filter-Katalysator-Modell der Gesprächsführung in der Paarberatung (Joachim Engl & Franz Thurmaier).....	41
2.1 Einleitung.....	41
2.2 Ziele dieses Vorgehens.....	42
2.3 Voraussetzungen für Verzeihen.....	45
2.4 Bedeutung der Paarkommunikationsqualität	45
2.5 Steuerung des Beratungsgesprächs	46
2.6 Einfache Regeln und Vorgaben als Gesprächshilfe.....	47
2.7 Interventionsmöglichkeiten zur Anwendung von Gesprächsregeln.....	49
2.8 Mit dem inneren Dialog arbeiten	58
2.9 Spezielle Rahmenthemen.....	59
3. Wenn die Seele ruhig wird	65
Ein strukturiertes Vorgehen zur Anleitung von Versöhnungsprozessen in der Paartherapie (Friederike von Tiedemann).....	65
3.1 Versöhnungsarbeit als Thema in der Paartherapie	66
3.2 Schuld und Vergeben – Begriffe, die Gefühle erzeugen.....	72
3.3 Das Ebenenmodell – Überblick über die Entwicklungsthemen des Paares	75
3.4 Das Paar für Versöhnungsarbeit gewinnen	79

3.5	Der Rahmenvertrag: Schritt 1	82
3.6	Dysfunktionale Interaktionen beenden – positive Gegenseitigkeit fördern: Schritte 2–5	89
3.7	Arbeiten mit der Paargeschichte: Schritte 6–8	117
3.8	Verletzungen aus der Herkunftsgeschichte: Schritte 9–11	154
3.9	Wiederaufbau von Vertrauen	180
3.10	Verletzungen aus früheren Partnerschaften	187
3.11	Versöhnung mit sich selbst	190
3.12	Grenzen der Versöhnung	192
3.13	Geeignete Methoden im Versöhnungsprozess: Ein Überblick	195
3.14	Verletzungen vorbeugen.....	200
4.	Wenn der Versöhnungsprozess stagniert.....	205
	Zum Umgang mit blockierenden, aus der Kindheit stammenden Erlebens- und Verhaltensmustern (<i>Norbert Wilbertz</i>)	205
4.1	Sich einen Überblick verschaffen: Das Expertengespräch mit dem Klientenpaar.....	208
4.2	Zum Umgang mit Ambivalenzen – die Arbeit mit den Ich-Zuständen	211
4.3	Wenn die Art, Gefühle zu erleben den Versöhnungsprozess blockiert	216
4.4	Wenn die Bestrafung wichtiger erscheint als die Versöhnung	220
4.5	Wenn die Verzeihung zu schnell und nur vordergründig erfolgt	227
4.6	Wenn das Ausmaß der Verletzung nicht anerkannt und die Reue des Partners nicht spürbar ist	233
4.7	Wenn Zweifel an der Änderungsmöglichkeit des Partners die Versöhnung scheitern lassen.....	236
5.	Versöhnung als Thema christlicher Erfahrung und theologischer Reflektion (<i>Peter Kohlgraf</i>)	241
5.1	Vorbemerkungen.....	241
5.2	Glaube als Beziehungsgeschehen	243
5.3	Biblische Aspekte	246
5.4	Vergebung und Versöhnung im Zusammenleben von Menschen	250
5.5	Vergebung und die Gemeinschaft – Modelle von Vergebung und Versöhnung.....	252
5.6	Nicht immer ist Frömmigkeit hilfreich	261

6.	Empirische Ergebnisse zu Bewältigungsstrategien von Paaren nach Verletzungen (<i>Notker Klann & Erhard Scholl</i>)	263
6.1	Einführung.....	263
6.2	Ansatz und Untersuchungsgruppe.....	264
6.3	Die Ausgangssituation bei den Klienten.....	267
6.4	Hilfreiche Kontexte.....	270
6.5	Zielführende Bewältigungsstrategien	272
6.6	Weniger hilfreiche Strategien	277
6.7	Schlussfolgerungen	278
6.8	Anhang	279
7.	Versöhnung als Beziehungskompetenz.	287
	Überlegungen für zukünftige Perspektiven (<i>Erhard Scholl & Notker Klann</i>)	287
7.1	Effizienzprüfung der im Handbuch dargestellten Anregungen	287
7.2	Vergebung und Versöhnung als Thema übergreifender präventiver Arbeit	288
	Literatur.....	294
	Index	298
	Der Begleitfilm zu Kapitel 3	301
	1. Überblick.....	301
	2. Inhaltsverzeichnis Begleitfilm	302
	Autoren und Autorinnen	303