

Sonja Bröning, Sophie Johannßen

Wie wirkt (systemische) Paartherapie?

**BERATUNG
AKTUELL**



Fachjournal für Theorie und Praxis

Heft 1 | 2026

Paar- und Sexualberatung
im allgemeinen Gesundheitswesen

Beratung Aktuell

27. Jahrgang, Nr. 1, 2026, Seite 11–27

DOI: 10.30820/1437-3181-2026-1-11

Psychosozial-Verlag



Impressum

Beratung aktuell

Fachjournal für Theorie und Praxis

eISSN 1437-3181

beratung-aktuell.de | besserlieben.de/beratung-aktuell

27. Jahrgang, 2026, Heft 1

<https://doi.org/10.30820/1437-3181-2026-1>



Beratung aktuell ist das inhaltlich unabhängige Fachjournal von besser:lieben und als Publikationsorgan an das Psychologische Institut für Subjektivitäts- und Praxisforschung (Psych-ISP) angegliedert.



Supported by APW und Teach LOVE.

Herausgeberinnen

Dr. Johanna Degen,

Dr. Judith Lurweg,

Monika Wacker

Beitragseinreichung

redaktion@beratung-aktuell.de

Wenn Sie einen Beitrag einreichen

möchten, beachten Sie bitte

die Publikationshinweise:

beratung-aktuell.de/about/submissions

ViSdP

Die Herausgeberinnen; bei namentlich gekennzeichneten Beiträgen die Autor*innen. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht in jedem Fall eine Meinungsäußerung der Herausgeberinnen oder des Verlags dar.



Psychosozial-Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG

Walltorstraße 10

35390 Gießen, Deutschland

info@psychosozial-verlag.de

www.psychosozial-verlag.de



Die Beiträge dieser Zeitschrift unterliegen der Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International Lizenz (CC BY-NC-ND 4.0). Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle Nutzung. Weitere Informationen: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Wie wirkt (systemische) Paartherapie?

Sonja Bröning & Sophie Johannßen

Beratung aktuell, 27(1), 2026, 11–27

<https://doi.org/10.30820/1437-3181-2026-1-11>

beratung-aktuell.de | besserlieben.de/beratung-aktuell

CC BY-NC-ND 4.0

Abstract: Paartherapie ist in ihrer Wirksamkeit gut belegt, unter Alltagsbedingungen fallen die Effekte jedoch deutlich geringer aus als in kontrollierten Studien. Zugleich finden Metaanalysen kaum Unterschiede zwischen den paartherapeutischen Schulen. Während Ansätze wie die emotionsfokussierte Paartherapie gut beforscht sind, ist die Systemische Paartherapie (SPT) in der Wirksamkeitsforschung unterrepräsentiert; auch deshalb, weil sich ihr ko-konstruktives Vorgehen und ihr offenes Zielkriterium den etablierten Studiendesigns entziehen. Der Beitrag gibt einen Überblick über Wirksamkeitsbefunde und Wirkfaktorenmodelle der Paartherapie, richtet den Fokus auf die SPT und bezieht Ergebnisse einer Interviewstudie mit 16 erfahrenen SPT-Praktiker:innen ein. Als zentral wurden dort die Person der Therapeut:in, Neutralität und Multiperspektivität, eine reflektierte und rückgekoppelte Prozesssteuerung, die therapeutische Allianz mit allen Beteiligten sowie die Arbeit an dysfunktionalen Interaktionsmustern beschrieben. Diese Selbstauskünfte decken sich weitgehend mit den allgemeinen Wirkfaktoren, erhalten in der SPT jedoch eine eigene Ausgestaltung. Da die genannten Faktoren wenig an Setting und Verfahrensdauer gebunden sind, lassen sie sich auf Beratungskontexte übertragen. Der Beitrag schließt mit Impulsen für Ausbildung und Forschung.

Keywords: Systemische Paartherapie, Wirkfaktoren, Wirksamkeitsforschung, Interviewstudie

Notwendigkeit und Wirksamkeit von Paartherapie

Gelingende Paarbeziehungen gehören zu den zentralen Quellen menschlichen Wohlbefindens und psychischer Gesundheit (Amato, 2010; Roesler & Bröning, 2024). Zugleich befinden sie sich im Spannungsfeld zwischen

romantischen Erwartungen an eine weit reichende Erfüllung sozialer, sexueller und emotionaler Bedürfnisse einerseits und der in westlichen Industrienationen bedeutsamen individuellen Entfaltung andererseits. Autonomie (für persönliche Entwicklungsziele) und Verbundenheit in verschiedenen Lebensphasen zu balancieren stellt für Paare eine zentrale Herausforderung dar. Erst recht schwierig wird gemeinsame Lebensplanung und -bewältigung, wenn Belastungen wie Stress, Erziehungsschwierigkeiten, Finanz- oder Gesundheitsprobleme hinzukommen. Die dann entstehenden Paarkonflikte und -probleme können Paare unterschiedlich gut bewältigen: Manche haben durch Bindungssicherheit und die Fähigkeit zur Selbstregulation die nötigen Kompetenzen (Bröning & Wartberg, 2024). Andere entwickeln eine chronisch negative Beziehungsdynamik, oft befeuert durch biografische Verletzlichkeiten. Sie geraten darüber in Unzufriedenheit, Überforderung, und einseitige Schuldzuweisung, sodass Trennungsabsichten entstehen (Finkel et al., 2015).

Trennung und Scheidung sind weit verbreitet, je nach Lebenslage aber weiterhin mit erheblichen Folgebelastungen verbunden (Amato, 2010; Bröning & Walper, 2024), deren langfristige psychische und soziale Folgen nicht nur Erwachsene, sondern auch deren Kinder betreffen (Amato, 2010; Bodenmann, 2000). Beratung oder Paartherapie¹ (PT) aufzusuchen, wenn Beziehungen belastet sind, ist ein sinnvoller Weg, der aber nicht jedem Menschen offensteht. Anders als psychotherapeutische Behandlung stellt PT keine Kassenleistung dar (außer im stark begrenzten Rahmen der Behandlung einer psychischen Störung), sondern muss privat bezahlt werden. Kirchliche wie kommunale Beratungseinrichtungen sind die Alternative, hier sind die Plätze aber meist begrenzt und es gibt lange Wartelisten.

Diese Situation ist veränderungswürdig, denn zahlreiche Metaanalysen, systematische Übersichtsarbeiten und kontrollierte Studien kommen zu dem Schluss, dass PT bei Beziehungsproblemen und verschiedenen psychischen und körperlichen Gesundheitsproblemen bei Erwachsenen mit deutlichen Effektstärken wirksam ist (Carr, 2025; Lebow & Snyder, 2022), vergleichbar mit denen individueller Psychotherapie oder pharmako-

1 Statt »Paartherapie« (engl. »Couples Therapy«) setzt sich auch zunehmend der Begriff »Beziehungstherapie« (»Relationship Therapy«) durch, weil er inklusiver ist und z.B. auch platonische Elternschaften oder Polyküle adressiert. Hier wird aufgrund der meist in Forschungsarbeiten noch vorherrschenden Begrifflichkeit der traditionellere Begriff Paarberatung/-therapie gewählt.

logischer Behandlung (Schär, 2016). Eine umfassende Metaanalyse von Roddy et al. (2020), die 58 Studien auswertete, bestätigte ebenfalls substantielle Effekte auf die Beziehungszufriedenheit. Allerdings scheint die Effektivität unter Alltagsbedingungen geringer zu sein als in experimentellen Designs (Halford et al., 2016; Roesler, 2018). Knapp die Hälfte der erfolgreich therapierten Paare erleben in den zwei bis fünf Jahren nach Beendigung der PT eine signifikante Verschlechterung (Christensen et al., 2004; Jacobson et al. 1987; Snyder et al., 1991). Diese differenziellen Befunde legen die Frage dieses Beitrags nahe: *Wie verstehen verschiedene Denkschulen ihre eigene Wirkungsweise? Was macht eine PT eigentlich wirksam? Sind manche Ansätze erfolgreicher als andere?*

Um diese Fragen zu klären, folgt nun ein Forschungsüberblick mit Schwerpunkt auf systemischer Paartherapie (SPT), der dann mit Daten einer eigenen Praxisuntersuchung mit systemischen Paartherapeut:innen vertieft wird.

Theorieansätze zur Wirkungsweise verschiedener Schulen

Verschiedene Denkschulen setzen unterschiedliche Schwerpunkte und treffen Annahmen über ihre Wirkmechanismen. So stehen in der psychodynamischen Paartherapie wesentliche, unbewusste Grundkonflikte des Paares im Mittelpunkt, mit denen beide unterschiedlich, aber aufeinander bezogen umgehen (Kollusionskonzept; Willi, 1975), und die es aufzulösen gilt (Reich & von Boetticher, 2014). Die emotionsfokussierte Paartherapie (EFT) gründet sich in der Bindungstheorie und Forschung zur Affektregulation. Sie sieht Paarkonflikte als Ausdruck unbefriedigter Bindungsbedürfnisse. Das prinzipielle Ziel ist die Wiederherstellung emotionaler Sicherheit und Regulation in der Dyade (Roesler, 2024; Johnson, 2007) durch die Sichtbarmachung der unsicheren Bindung und der darunterliegenden Emotionen (Benson et al., 2013) und die daraus entstehende Möglichkeit zur Verhaltensänderung (Johnson, 2007).

Traditionelle behaviorale Paartherapie bezieht sich auf Modelle des sozialen Lernens und Austauschs, welche Beziehungsprobleme mit zu vielen aversiven Interaktionen, zu wenigen verstärkenden Verhaltensweisen und schwachen Kommunikations- oder Problemlösungsfähigkeiten in Verbindung bringen (Chapman & Compton, 2003). Die Wirkungshypothese

ist hier: Wenn sich bessere Kommunikations- und Konfliktlösefähigkeiten entwickeln, verbessert sich die Beziehungszufriedenheit. Neuere, integrativere Ansätze versuchen, die Grenzen eines reinen Kompetenz- und Veränderungsmodells zu überwinden, indem angelehnt an die Akzeptanz- und Commitmenttherapie betont wird, dass manche wiederkehrende Probleme in Paarbeziehungen nicht vollständig lösbar sind, und dass Akzeptanz an sich bereits das Leid verringern kann (Christensen & Doss, 2017).

Die SPT verortet sich methodisch-theoretisch im systemischen Paradigma, das dem interpersonellen Kontext und der Beziehungsdynamik im Paarsystem eine besondere ätiologische Relevanz beimisst (Gemeinsamer Bundesausschuss, 2019, § 18.1, S. 14; von Sydow et al., 2024). Mit ihrem relationalen Fokus auf verfestigte dysfunktionale Interaktionsmuster grenzt sie sich im Einzelsetting von individuumsfokussierten Verfahren ab (Heatherington et al., 2015): Für die SPT ist die Beziehung selbst die primäre Klientin (vgl. Madden & Timulak, 2022). So gedacht, dürften systemische Aspekte implizit in jeder Form von Paartherapie enthalten sein, die soziale Dynamiken adressiert (Grevenstein et al., 2024). Gleichwohl richtet die SPT den Fokus ganz besonders auf die Beziehungsdynamik und die zirkuläre Eigenlogik im Paarsystem. Letztere kann zu verfestigten ungünstigen Mustern führen (von Schlippe & Schweitzer, 2012; Retzer, 2004), die Leidensdruck verursachen. Somit werden Probleme generell relational betrachtet. Selbst klinisch relevante Symptome eines Partners werden nur im Kontext von Beziehungen und der Beziehungsbiografien der Partnerpersonen verständlich. Systemtheoretisch lässt sich dies durch Ansätze des Konstruktivismus sowie das Konzept der Autopoiese begründen (Retzlaff, 2023; von Schlippe & Schweitzer, 2012; von Sydow et al., 2024). Die Verflüssigung dysfunktionaler Muster und weniger die konkrete Verhaltensänderung selbst steht somit im Vordergrund der SPT. Auch in der Einzelperson wird durch die Veränderung symptomfördernder intrapsychischer Muster eine funktionalere Selbstorganisation gefördert (von Sydow et al., 2024). Erreicht wird diese Veränderung durch verschiedenste Methoden z. B. durch emotionsvertiefendes Arbeiten und auch mit Hilfe von Biografiearbeit (Bröning, 2026). Wichtig ist beim Einsatz von Methoden und Techniken vor allem, dass sie neue Optionen für das Paarsystem erzeugen, indem sie bestehende Kommunikationsmuster und gedankliche Konstruktionen irritieren, d. h. unterbrechen und potenziell verändern.

So entsteht durch die Aufdeckung zirkulärer Dynamik Raum für zukunftsweisende, gemeinsam konstruierte Narrative (von Schlippe &

Schweitzer, 2012; Retzlaff, 2023). Therapiestrategien dürfen kreativ und maßgeschneidert sein, sie entstehen kollaborativ und ko-konstruktiv zusammen mit der Dyade. Systemische Paartherapeut:innen sind also wenig anleitend-instruktiv (Bröning, 2026; von Schlippe & Schweitzer, 2012), sondern schaffen Rahmenbedingungen für Selbstorganisationsprozesse, welche die Akteure selbst in der Hand behalten (Bröning, 2026). Konsequenz zu Ende gedacht schließt ein gutes Therapieergebnis in der SPT auch die Möglichkeit einer Trennung mit ein, wenn diese als hilfreich empfunden wird.

Vergleichende Wirkungsforschung nach Paartherapieverfahren

Die stärksten empirischen Belege für die Wirksamkeit der PT finden sich für die traditionelle behaviorale Paartherapie (BCT), die neuere integrative behaviorale Paartherapie (IBCT) sowie die emotionsfokussierte Therapie (EFT). Gerade für letztere liegt eine große Zahl an Einzelstudien vor (Bradbury & Bodenmann, 2020; Halford et al., 2016; Lebow et al., 2012; Sprenkle, 2012). SPT ist in diesen internationalen Überblicken wenig repräsentiert.

Roesler (2015) leitet aus dieser Befundlage die Forderung ab, EFT als aussichtsreichstes Verfahren zu bevorzugen. Diese Schlussfolgerung setzt allerdings voraus, dass die vorliegende Evidenz die Verfahren gleichermaßen abbildet; und das ist so noch nicht der Fall. Randomisierte Kontrollgruppendesigns begünstigen systematisch Ansätze, die sich manualisieren, in ihrer Adhärenz überprüfen und auf ein einheitliches, vorab festgelegtes Zielkriterium hin auswerten lassen. Die SPT erfüllt diese Bedingungen nur zum Teil, denn ihre Zielsetzung wird mit dem Paar ko-konstruiert, ihr Vorgehen ist bewusst nicht standardisiert, und ein gelingendes Ergebnis kann auch in einer einvernehmlichen Trennung bestehen. Wird Wirksamkeit dagegen über Beziehungszufriedenheit und den Fortbestand der Beziehung operationalisiert, wie in den meisten eingeschlossenen Studien, gilt ein solcher Verlauf als Misserfolg. Die Evidenz bildet damit zunächst ab, welche Verfahren sich im etablierten Design messen lassen, und erst nachrangig, welche wirken. Roeslers eigene Praxisdaten zeigen, wie anders sich Ergebniszahlen im naturalistischen Setting darstellen: Unter Alltagsbedingungen erreichten rund 40 % der Paare in

verschiedenen Paartherapieverfahren einen klinisch unauffälligen Zustand, über die Hälfte verbesserte sich nicht oder verschlechterte sich in Hinblick auf Paarzufriedenheit und Beziehungsfunktionalität, etwa 50 % brachen vorzeitig ab (Roesler, 2026). Wie es diesen Personen *ansonsten* geht, ob die Therapieerfahrung langfristige Effekte gehabt haben könnte, oder wie es ihnen ohne die Paartherapie gegangen wäre, bleibt offen. Es zeigt sich die Notwendigkeit, Studiendesigns und Outcome-Maße breiter zu konzipieren.

Bislang existieren nur wenige empirische Studien, die sich dem systemischen Verfahren zuweisen lassen (Borke et al., 2025; Doss et al., 2022; Roesler, 2018). Aguilar-Raab et al. (2017) konnten signifikante Verbesserungen der Beziehungsqualität, der Paarfunktionalität und der individuellen Belastung durch SPT nachweisen. Grevenstein et al. (2024) zeigten darüber hinaus, dass es zu einem wesentlichen Teil die verbesserte Paarbeziehung war, welche die (selbst eingeschätzte) individuelle Belastung senkte. In einer anderen Studie zeigten sich Verbesserungen der Paarzufriedenheit, des dyadischen Coping und der Konflikthäufigkeit, sowie in der elterlichen Zusammenarbeit und der Familienfunktionalität für Paare mit Kindern (Darwiche et al., 2022). In der Metaanalyse von Roddy et al. (2020) waren nur vier der 58 eingeschlossenen Studien explizit auf SPT bezogen, darunter zwei Dissertationen. Diese zeigten durchweg große Effekte auf die Beziehungszufriedenheit (Ahmad, 2012; Ahmad & Reid, 2016; Doell 2010; Goldman & Greenberg, 1992), sind aber methodisch wenig belastbar.

Allgemeine Wirkfaktoren in (paar-)therapeutischen Prozessen

Doss et al. (2022) sowie Roddy et al. (2020) fanden keine gravierenden Effektivitätsunterschiede im Vergleich zwischen verschiedenen Paartherapieverfahren. Dieses in der Therapieforschung bekannte Phänomen ist als »Dodo-Bird-Verdict« bekannt (Rosenzweig, 1936): »Everybody has won and all must have prizes« (= »jeder hat gewonnen und alle müssen Preise bekommen«). Dies könnte zum einen an konzeptuellen Überschneidungen zwischen den Ansätzen liegen, so verweisen viele Denkschulen auf ihre systemischen Wurzeln (z.B. Brubacher, 2018 für EFT). Weiterhin könnte sich die therapeutische Praxis integrativer gestalten als

einzelne Denkschulen eigentlich vorsehen. So zeigte die PAP-S-Studie (Tschuschke et al., 2015), dass vor allem erfahrene Therapeut:innen in der Praxis überwiegend allgemeine, unspezifische Interventionen einsetzen, unabhängig von ihrer theoretischen Schule. Auch in unserer eigenen Studie war die Einbeziehung von Methoden anderer Denkschulen durch die Therapeut:innen weit verbreitet (Bröning, 2026). Schließlich könnten auch schulenübergreifende, allgemeine Wirkfaktoren am Werk sein, so genannte »common factors«, wie sie in der Psychotherapieforschung gefunden wurden.

Nach Lambert (1992) und Wampold et al. (2018) zählen zu solch allgemeinen Faktoren die Beziehung zwischen Therapeut:in und Klient:in (therapeutische Allianz), Effekte von Erwartungen an die Therapie durch die Klient:innen sowie Klient:innenmerkmale. Grawe (1995) beschreibt als allgemeine psychotherapeutische Wirkfaktoren die therapeutische Beziehung, Ressourcenaktivierung, Problemaktualisierung, Hilfe bei der Problembewältigung sowie motivationale Klärung. Asay & Lambert (2001) schätzen, dass bis zu 40 % der Wirksamkeit von Psychotherapie außertherapeutischen Faktoren zuzuschreiben ist, 30 % allgemeinen Faktoren wie Empathie, Wärme und Akzeptanz der Therapeut:innen, 15 % Erwartungseffekten bei den Klient:innen und nur weitere 15 % den spezifisch therapeutischen Methoden der Prozesssteuerung und Techniken. Diese als Näherungswerte aufzufassenden Wirkanteile sind vermutlich nicht voneinander unabhängig, sondern stehen in einer komplementären Wechselwirkung, z. B. zwischen allgemeinen Wirkfaktoren und spezifisch therapeutischen Techniken (Strauß, 2001).

Bezogen auf die Arbeit mit Paaren nennen Benson et al. (2012) fünf allgemeine Wirkprinzipien evidenzbasierter Interventionen bei Beziehungskonflikten: (1) eine kontextualisierte, dyadische Betrachtung des Problems; (2) die Reduktion emotionsgesteuerten dysfunktionalen Verhaltens – vor allem toxischer Konfliktmuster; (3) das Herausarbeiten vorher versteckter Emotionen und Verhaltensweisen (z. B. das Zeigen von Verletzlichkeit durch die Klient:innen); (4) die Entwicklung konstruktiverer Kommunikationsmuster; (5) die Sichtbarmachung von Fortschritten und Stärken der Beziehung. D'Aniello & Fife (2017) nennen, dazu teilweise passend, drei spezifisch paartherapeutische Wirkfaktoren: (1) eine relationale, kontextualisierte Fallkonzeptualisierung; (2) die Unterbrechung dysfunktionaler Interaktionsmuster sowie (3) eine tragfähige therapeutische Allianz im Mehrpersonensetting mit *beiden* Partnerpersonen gleichermaßen.

Im Praxisfeld wahrgenommene Wirkungsweisen der SPT

Ergebnisse aus unserer leitfadengestützten Expert:innenbefragung illustrieren, wie die Wirksamkeit der SPT von 16 ausgewiesenen Expert:innen im Feld (10 weibliche, 6 männliche Personen, durchschnittlich 23 Jahre Berufserfahrung, alle in freier Praxis tätig) in deren Arbeitsalltag wahrgenommen wird. Vorgehen, Methodik und Auswertung der Studie sowie ihre Ergebnisse zu Haltungsaspekten, Prozesssteuerung und theoretischer Verortung sind an anderer Stelle (Bröning, 2026) beschrieben. Hier sollen die inhaltsanalytisch nach Mayring (2022) ausgewerteten Antworten (theoriegeleitet-deduktives Vorgehen, induktiv ergänzt um Kategorien aus dem Datenmaterial selbst) auf die Frage »Was ist Ihre Erfahrung – wieso ist systemische Paartherapie wirksam?« berichtet werden. Als besonders zentrale Wirkfaktoren traten hier hervor:

- (1) *Die menschlichen Qualitäten der Therapeut:innen*, d.h. Empathie, Authentizität, wertschätzende Haltung gegenüber allen Beteiligten. Wirksamkeit hänge davon ab, »inwieweit ich im Beratungsprozess das Paar dort abholen kann, wo es steht« (Int_4). Allparteilichkeit sei zunächst mit einer »Mini-Enttäuschung« der Hoffnung auf eine verbündete Person verbunden. Dann aber sei sie heilsam und vertrauensbildend. Auch die Glaubhaftigkeit der eigenen Person ist wichtig: »Kann ich konsistent als Therapeut sein? Meine Idee von Paartherapie überbringen?« (Int_13)
- (2) *Neutralität und Multiperspektivität*: Hierdurch werde es für Klient:innen möglich, »eigene Entscheidungen zu treffen, eigene Lösungen zu finden, mitzuhelfen beim Denken« (Int_9). Neutralität muss auch gegenüber der Frage nach Akzeptanz oder Veränderung gewahrt werden: »Es hilft, es zu akzeptieren, wie es ist. Diese Normalitätsdiagnose hilft unglaublich bei der Akzeptanz« (Int_9).
- (3) *Aspekte der Prozesssteuerung*, vor allem inneres »Feintuning« des Prozesses und laufende Rückkopplung mit dem Paar. »Ich merke ja: Sind sie noch dabei? Folgen sie mir? Manchmal merke ich ›Oh, bei der Frau kommt jetzt irgendwie ein altes Deja vu‹ [...]. Und dann muss ich erstmal zwei Schritte wieder zurückgehen und sagen: ›Was ist jetzt gerade passiert?‹« (Int_14). Zu Beginn und eigentlich laufend sei Auftragsklärung wirksam. Man suche »etwas Anschlussfähiges für alle Beteiligten«, dies eröffne neue Möglichkeitsräume.

Viele betonen, dass es im Prozess »einer kontinuierlichen Rückversicherung bedarf, ob man sich noch im gemeinsamen Arbeitsrahmen bewegt.« (Int_2) Hierzu werden unterschiedliche Strategien beschrieben, z. B. Zwischenbilanzen, Abschlussfeedbacks, kontinuierliche Reflexion des Settings und der Zusammenarbeit. Schließlich wird noch die Fähigkeit zur Pendulation als wirksam beschrieben: »Zwischen >empathisch mitfühlen< [...] und die Leute abholen – aber dass ich auch immer wieder rauskomme und auch mit dem Paar in eine Beobachtungsperspektive gehen kann« (Int_13).

- (4) Die *therapeutische Allianz*, d. h. die Qualität der Beziehung zwischen Klient:innen und der systemischen Therapeutenperson. »Ohne dass wir eine gute, entspannte Beziehung miteinander haben, kann ich gar nicht arbeiten. Manchmal führe ich sie in heikle Gebiete, überprüfe aber immer noch, ob es sicher bleibt.« (Int_14) Diese beiderseitige Beziehungsgestaltung erfordert einen menschenfreundlichen Zugang: »Ich kann auch in relativ heiklen Situationen auf beiden Seiten erkennen, dass fast alles aus guter Intention und guter Absicht entsteht, dass jeder seinen Schmerz hat. Ich glaube, das war für die Paare die Voraussetzung. Sie können da nicht drum herum« (Int_2).
- (5) die Arbeit an *Mustern* (Identifizierung, Veränderung) mit Hilfe des systemischen Paradigmas: »Theorien helfen uns, sind Abstandhalter. Sie ermöglichen uns [...] Muster zu erkennen« (Int_13). Die Verknüpfung gegenwärtiger Interaktionsmuster mit lebensgeschichtlichen Erfahrungen und Herkunftssystemen ermöglicht ein tieferes Verständnis. Sich zu fragen »Was passiert da in der Kommunikation? Das hat einen Hintergrund [...] systemisches Fallverständnis ist immer was ziemlich Umfassendes, was die jeweilige Biografie enthält, was die Entstehung der Kommunikationsmuster enthält« (Int_10). Wirkung entstünde, »wenn beide verstanden haben, was los ist, weil man dann auch emotional korrigierende Momente miteinander auch hatte [...]. Wo sie gemerkt haben, da kommen alte Muster, die sie selbst bei ihren Eltern erlebt haben oder auch dort gelernt haben.« (Int_13) Wichtig sei es dann für die Veränderung, Perspektivübernahme anzuregen und den Raum der Handlungsmöglichkeiten wieder zu vergrößern. »Wie kommen jetzt durch irgendwelche neuen Perspektiven Sichtweisen auf das was ist, auf das Problem, auf Lösungsmöglichkeiten? Wie kann wieder etwas geöffnet werden, weiter werden, verbreitert werden und neue Möglichkeitsräume geschaffen werden?« (Int_7).

Ihre Wirkung lesen die Interviewten an der Zufriedenheit und den Selbstauskünften der Klient:innen ab: »Also ich merke es daran, dass die Leute sagen, es hat ihnen geholfen.« (Int_12). Die subjektive Rückmeldung, z. B. zu Veränderungen im Alltag, mehr persönlicher Zufriedenheit und selbstverantwortlichen Entscheidungen ist entscheidend, weil auch bezogen auf Wirksamkeit großer Respekt vor den Konstruktionen der Paare besteht: »Von Anfang an staune ich, wie bunt das Bild ist. Also man spricht ja in den Studiendesigns immer von »patientenrelevanten Endpunkten«. Also was sind die Indikatoren für die Wirksamkeit [...]? Das finde ich ziemlich schwierig. Das eine Paar findet es wirksam, wenn sie sich gut trennen können. Das andere Paar findet es wirksam, wenn sie gut zusammen sein können. Das eine Paar findet es wirksam, wenn sie sich überhaupt nicht mehr streiten. Manche sagen Doch, doch, Streit ist ganz wichtig. Aber wir streiten jetzt besser.« (Int_11) Somit gehe es darum, »dass die Menschen, unabhängig davon, wie sie auseinandergehen, ob gemeinsam, getrennt oder in welcher Form auch immer, stolz auf die Entscheidung sein können, die sie getroffen haben.« (Int_1)

Grenzen der Wirksamkeit von SPT nahmen viele Expert:innen nicht wahr, doch einige reflektieren Grenzen vor allem in der Allparteilichkeit, z. B. im Beziehungsaufbau zu »klagenden Klient:innen« oder bei starken Machtungleichgewichten; und in der Neutralität, wenn sie mit der Empathie für betroffene Kinder, oder eigenen Werten in Konflikt gerät. Ethisches, verantwortliches Handeln müsse letztlich aktiv gegen Ungerechtigkeiten vorgehen, anstatt nur zu relativieren. Auch in der Arbeit mit neueren, komplexen Beziehungsmodellen seien oft eigene Wertungen im Spiel.

Zusammenschau von Theorie und gelebter Praxis

Die Ergebnisse der Interviewstudie zeigen für die erfahrenen systemischen Paartherapeut:innen einen engen Bezug zwischen der hier skizzierten Theorie und der gelebten Praxis auf. Die von den Expert:innen genannten Wirkfaktoren (Therapeutenpersönlichkeit, Neutralität/Multiperspektivität, laufende, feedbackorientierte Prozesssteuerung, therapeutische Allianz mit allen Beteiligten sowie Arbeit an »Mustern«) korrespondieren mit den o.g. allgemeinen Wirkfaktoren. Diese werden aber systemisch ausgestaltet. Retzlaff (2023) und Borke et al. (2025) zeigen eine solche

systemische Ausgestaltung für die therapeutischen Wirkfaktoren nach Grawe (1995): *Ressourcenaktivierung* wird in der SPT relational und multiperspektivisch gerahmt; *Problemaktualisierung* zeigt sich in der Kontextualisierung des Systems und in Zirkularität; *Problembewältigung* zielt auf Ko-Konstruktion, Perturbation und das Durchbrechen starrer Interaktionsmuster; systemisch gedachte *motivationale Klärung* integriert Narrative und Konstruktivismus; die *therapeutische Beziehung* als fünfter Wirkfaktor verlangt in der SPT reflexive Allparteilichkeit, präzise Auftragsklärung sowie komplexe Joining-Strategien im Mehrpersonensetting.

D'Aniello & Fife's (2017) Wirkfaktoren der paartherapeutischen Praxis müssen gar nicht erst »systemisch gelesen werden«, sondern sind bereits zutiefst im systemischen Denkraum verortet und passen ebenfalls zur hier berichteten Praxisforschung. Dabei scheint der Therapeut:innenpersönlichkeit mit menschlichen Qualitäten wie Empathie und Authentizität in der SPT eine Schlüsselfunktion zuzukommen (vgl. Bröning, 2026). Durch sie und die Fähigkeit zur Allparteilichkeit wird Sicherheit im Sinne einer Metastabilisierung als in sich bereits heilsame Basis für die Zusammenarbeit geschaffen (von Schlippe & Schweitzer, 2012; Wampold & Imel, 2015) – es entsteht die »tragfähige therapeutische Allianz im Mehrpersonensetting« (D'Aniello & Fife, 2017), die durch fortlaufende Rückkopplung und Feedback durch die Klient:innen fortlaufend gepflegt werden muss. Die Zurückhaltung im Bewerten, Neutralität gegenüber dem Beratungsergebnis und akzeptierende Multiperspektivität machen die »relationale, kontextualisierte Fallkonzeptualisierung« (ebenda) für die Klient:innen bereits erlebbar, noch bevor sie ihre eigene Paardynamik durchschauen: Die Übernahme ihrer individuellen Problembeschreibung oder Schuldzuweisungen wird durch die Therapeutenperson abgelehnt. Gleichzeitig zeigen sich hier für die befragten Expert:innen am ehesten Spannungen: Wenn Neutralität mit Empathie für leidende Klient:innen oder – z. B. bei Gewalt oder Kindeswohlgefährdung – mit eigenen Werten kollidiert, ist für einige (aber nicht alle) der Befragten die Grenze der SPT erreicht.

Die »Unterbrechung dysfunktionaler Interaktionsmuster« (ebenda) als dritter Faktor besteht in der Arbeit am Erkennen, Sichtbarmachen und Destabilisieren dysfunktionaler Interaktionsmuster (Minuchin & Fishman, 1983). Neue Erfahrungen und Möglichkeitsräume durch Nutzung von Ressourcen der Klient:innen machen Hoffnung und ermöglichen Erfahrungen von Selbstwirksamkeit im Alltag. Gleichzeitig behalten Klient:innen im Sinne von »client is expert« (vgl. Bröning, 2026) die

Kontrolle über ihren Prozess und können so z. B. auch entscheiden, ob sie sich in Richtung Veränderung oder Akzeptanz des Ist-Zustandes entwickeln möchten. Um diese Eigenverantwortung von Beginn an zu stärken, ist eine transparente, dialogische Auftragsklärung als besonders wichtig anzusehen – was sich nach Welter-Enderlin und Jellouschek (2002) wegen eingefahrener Kommunikationsschwierigkeiten im Paarsetting oft herausfordernder gestaltet als im Einzelsetting.

Die hier berichteten Wirkfaktoren sind überwiegend nicht an das psychotherapeutische Setting oder die freie paartherapeutische Praxis gebunden. Haltung, Allparteilichkeit, transparente Auftragsklärung und laufende Rückkopplung mit dem Paar lassen sich in Beratungskontexten ebenso realisieren, in denen weder ein Störungsbezug noch eine längere Kontaktserie vorausgesetzt werden kann. Der Auftragsklärung dürfte dort sogar noch mehr Gewicht zukommen, weil die Zahl der Termine von vornherein begrenzt ist und die Frage, woran gearbeitet wird, nicht über Monate hinweg nachjustiert werden kann. Umgekehrt stellt sich die Frage, ob die von den Befragten beschriebene Arbeit an biografisch verankerten Mustern in kurzzeitigen Beratungssettings in vergleichbarer Tiefe möglich ist – hier wäre zu prüfen, welche Wirkfaktoren sich übertragen lassen und welche an Prozessdauer gebunden bleiben.

Ausblick

Systemische Grundgedanken wie die relationale Fallkonzeptualisierung sind in den Standard-Wirkfaktoren von PT erkennbar. Sie zeigen sich auch in der hier vorgestellten Praxisforschung. Die Wirksamkeit der SPT im engeren Sinne ist hingegen noch nicht hinreichend erforscht, somit können die eingangs gestellten Fragen eher vorläufig mittels Theorie und Praxisforschung beantwortet werden. Es existieren Unterschiede in den paartherapeutischen Denkschulen im Hinblick auf Haltung und Schwerpunktsetzung, während sich oft wenig Unterschied im Ausmaß ihrer Effektivität feststellen lässt. Die Wirksamkeit von Paartherapie lässt sich gut anhand von bestehenden, konvergierenden Wirkfaktorentheorien beschreiben. Gemäß der durch uns befragten Expert:innen der SPT stehen viele Aspekte, die in der Wirksamkeitsforschung beschrieben werden, im Zentrum ihres Handelns, so dass sie für das Klient:innensystem direkt erlebbar werden. Haltung, Beziehungsgestaltung und klientenorientierte

Prozessgestaltung sind hierfür wichtiger als bestimmte Methoden. Das Erkennen und Verändern ungünstiger Muster ist zwar zentral, in der Praxis kann dafür vieles nützen, was dem Klient:innensystem hilft. Dies schließt u. U. ganz unterschiedliche Theoriebausteine und Methoden ein – aus anderen therapeutischen Schulen wie z. B. der EFT, der Schematherapie, aber auch neueste Erkenntnisse aus Neurobiologie, Trauma- und Sexualforschung und aus macht- und diskriminierungskritischen Ansätzen. Sie erscheinen, wie Bröning (2026) zeigte, integrierbar, solange sie unter dem systemischen Paradigma als Angebot und Option gerahmt werden können. Die SPT bietet einerseits ein starkes integrierendes Potenzial, birgt aber auch die Gefahr von Beliebigkeit und theoriefernem Eklektizismus sowie von einem nach außen weniger »griffigen« Profil, als manualisierte Verfahren es aufweisen. Systemische Ausbildungen sollten besonderes Augenmerk auf die hinreichende Modellierung, Reflexion und Einübung der systemisch-therapeutischen Haltung und Prozesssteuerung richten.

Aus den Limitationen der hier beschriebenen Daten ergibt sich der weitere Forschungsbedarf: Die langjährige Berufserfahrung der Teilnehmenden ist von Vorteil für eine tiefgründige Expertise und Praxiserfahrung, gibt jedoch nicht repräsentativ den breiten Querschnitt systemisch-paartherapeutischer Praxis in verschiedenen Settings wieder. Hierfür bedarf es quantitativer Studiendesigns. Die Wirksamkeitseinschätzungen der Expert:innen sollten an den Auskünften der Klient:innen überprüft werden. Prozessforschung könnte untersuchen, inwiefern die beschriebenen Wirkfaktoren im Therapieprozess enthalten sind und ob sich ihre Ausprägung im Therapieergebnis niederschlägt.

Literatur

- Aguilar-Raab, C., Grevenstein, D., Gotthardt, L., Jarczok, M.N., Hunger, C., Ditzen, B., & Schweitzer, J. (2017). Changing me, changing us: Relationship quality and collective efficacy as major outcomes in systemic couple therapy. *Family Process*, 57(2), 342–358. <https://doi.org/10.1111/famp.12302>
- Ahmad, S. S. (2012). *Enhancing the quality of South Asian marriages through systemic-constructivist couple therapy (SCCT): Investigating the role of couple identity in marital satisfaction*. York University.
- Ahmad, S., & Reid, D.W. (2016). Enhancing the Relationship Adjustment of South Asian Canadian Couples Using a Systemic-Constructivist Approach to Couple Therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 42(4), 615–629. <https://doi.org/10.1111/jmft.12161>

- Amato, P.R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650–666. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00723.x>
- Asay, T.P., & Lambert, M.J. (2001). Empirische Argumente für die allen Therapien gemeinsamen Faktoren: Quantitative Ergebnisse. In M.A. Hubble, B.L. Duncan & S.D. Miller (Hrsg.), *So wirkt Psychotherapie: Empirische Ergebnisse und praktische Folgerungen*. Modernes Lernen Dortmund.
- Benson, L.A., Sevier, M., & Christensen, A. (2013). The impact of behavioral couple therapy on attachment in distressed couples. *Journal of marital and family therapy*, 39(4), 407–420. <https://doi.org/10.1111/jmft.12020>
- Benson, L.A., McGinn, M.M., & Christensen, A. (2012). Common principles of couple therapy. *Behavior therapy*, 43(1), 25–35. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2010.12.009>
- Bodenmann, G. (2000). *Stress und Coping bei Paaren*. Hogrefe.
- Borke, J., Oelkers-Ax, R., Hunger-Schoppe, C., & Berg, M. (2025). Was ist »systemisch« und die »Essenz« Systemischer Therapie und Beratung – und was ausgesprochen nicht? *Familiendynamik*, 50(2), 94–104. <https://doi.org/10.21706/fd-50-2-94>
- Bradbury, T.N., & Bodenmann, G. (2020). Interventions for couples. *Annual Review of Clinical Psychology*, 16, 99–123. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-071519-020546>
- Bröning, S. (2026). »Essentials« systemischer Paartherapie in der paartherapeutischen Praxis: Ergebnisse einer qualitativen Interviewstudie. *Familiendynamik*, 51(2), 148–158. <https://doi.org/10.21706/fd-51-2-148>
- Bröning, S., & Walper, S. (2024). Entwicklungspsychologische Perspektiven auf Paarbeziehungen. In C. Roesler & S. Bröning (Hrsg.), *Paarbeziehung im 21. Jahrhundert: Psychosoziale Entwicklungen und Spannungsfelder*. Kohlhammer. <https://doi.org/10.17433/978-3-17-041465-5>
- Bröning, S., & Wartberg, L. (2024). Attachment orientations: associations with romantic partners' self-regulation and dyadic coping. *Journal of sex & marital therapy*, 50(4), 512–526. <https://doi.org/10.1080/0092623x.2024.2322566>
- Brubacher, L.L. (2018). *Stepping into emotionally focused couple therapy: Key Ingredients of Change* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429480478>
- Carr, A. (2025). Couple therapy and systemic interventions for adult-focused problems: The evidence base. *Journal of Family Therapy*, 47(1), e12481. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.12481>
- Chapman, L., & Compton, J.S. (2003). From traditional behavioral couple therapy to integrative behavioral couple therapy: New research directions. [Von der traditionellen Verhaltenstherapie für Paare zur integrativen Verhaltenstherapie für Paare: Neue Forschungsrichtungen.] *The Behavior Analyst Today*, 4(1), 17–25. <https://doi.org/10.1037/h0100007>
- Christensen, A., Atkins, D., Berns, S., Wheeler, J., & Rowe, L. (2004). Traditional versus integrative behavioral couple therapy for significantly and chronically distressed married couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(2), 176–191. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.72.2.176>
- Christensen, A., & Doss, B.D. (2017). Integrative behavioral couple therapy. *Current Opinion in Psychology*, 13, 111–114. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.04.022>
- D'Aniello, C., & Fife, S.T. (2017). Common Factors' Role in Accredited MFT Training

- Programs. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(4), 591–604. <https://doi.org/10.1111/jmft.12218>
- Darwiche, J., Antonietti, J.P., Nunes, C.E., Favez, N., Liekmeier, E., & de Roten, Y. (2022). Couple therapy with parents: Results from a pragmatic randomized controlled trial. *Journal of Marital and Family Therapy*, 49(2), 351–369. <https://doi.org/10.1111/jmft.12625>
- Doell, F.K. (2010). *Enhancing couples' communication through Systemic-Constructivist Couple Therapy: The relationship between marital listening and relationship quality*. York University.
- Doss, B.D., Roddy, M.K., Wiebe, S.A., & Johnson, S.M. (2022). A review of the research during 2010–2019 on evidence-based treatments for couple relationship distress. *Journal of Marital and Family Therapy*, 48(1), 283–306. <https://doi.org/10.1111/jmft.12552>
- Finkel, E.J., Cheung, E.O., Emery, L.F., Carswell, K.L., & Larson, G.M. (2015). The suffocation model: Why marriage in America is becoming an all-or-nothing institution. *Current Directions in Psychological Science*, 24(3), 238–244. <https://doi.org/10.1177/0963721415569274>
- Gemeinsamer Bundesausschuss. (2019). *Beschluss des Gemeinsamen Bundesausschusses über eine Änderung der Richtlinie über die Durchführung der Psychotherapie (Psychotherapie-Richtlinie): Systemische Therapie bei Erwachsenen*. https://www.g-ba.de/downloads/39-261-4028/2019-11-22_PT-RL_Systemische-Therapie-Erwachsene_BAnz.pdf
- Goldman, A., & Greenberg, L. (1992). Comparison of integrated systemic and emotionally focused approaches to couples therapy. *Journal of consulting and clinical psychology*, 60(6), 962–969. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.60.6.962>
- Grawe, K. (1995). Grundriss einer Allgemeinen Psychotherapie. *Psychotherapeut*, 40, 130–145.
- Grevenstein, D., May, H., Schweitzer-Rothers, J., & Aguilar-Raab, C. (2024). Increased relationship quality in couples relieves individual suffering following systemic therapy. *American Journal of Family Therapy*, 52(4), 467–486. <https://doi.org/10.1080/01926187.2023.2276165>
- Halford, W.K., Pepping, C.A., & Petch, J. (2016). The gap between couple therapy research efficacy and practice effectiveness. *Journal of Marital and Family Therapy*, 42(1), 32–44. <https://doi.org/10.1111/jmft.12120>
- Heatherington, L., Friedlander, M.L., Diamond, G.M., Escudero, V., & Pinsof, W.M. (2015). 25 years of systemic therapies research. *Psychotherapy Research*, 25(3), 348–364. <https://doi.org/10.1080/10503307.2014.983208>
- Jacobson, N.S., Schmalings, K.B., & Holtzworth-Munroe, A. (1987). Component analysis of behavioral marital therapy: 2-year follow-up and prediction of relapse. *Journal of Marital and Family Therapy*, 13(2), 187–195. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1987.tb00696.x>
- Johnson, S.M. (2007). The contribution of emotionally focused couple therapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 37, 47–52. <https://doi.org/10.1007/s10879-006-9034-9>
- Lambert, M.J. (1992). Psychotherapy outcome research. In J.C. Norcross & M.R. Goldfried (Hrsg.), *Handbook of psychotherapy integration* (S. 94–129). Basic Books.
- Lebow, J., & Snyder, D.K. (2022). Couple therapy in the 2020s: Current status and emerg-

- ing developments. *Family process*, 61(4), 1359–1385. <https://doi.org/10.1111/famp.12824>
- Lebow, J. L., Chambers, A. L., Christensen, A., & Johnson, S. M. (2012). Research on the treatment of couple distress. *Journal of Marital and Family Therapy*, 38(1), 145–168. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2011.00249.x>
- Madden, L., & Timulak, L. (2022). It takes three to tango: Clients' experiences of couple therapy—A meta-analysis of qualitative research studies. *Counselling Psychology Quarterly*, 37(1), 1–24. <https://doi.org/10.1080/09515070.2022.2151978>
- Mayring, P. (2022). *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken* (13., aktualisierte Aufl.). Beltz.
- Minuchin, S., & Fishman, H. C. (1983). *Praxis der strukturellen Familientherapie*. Lambertus.
- Reich, G., & von Boetticher, A. (2014). Psychodynamische Paartherapie. *PiD-Psychotherapie im Dialog*, 15(04), 34–37. <https://doi.org/10.1055/s-0040-100180>
- Retzer, A. (2004). *Systemische Paartherapie*. Klett-Cotta.
- Retzlaff, R. (2023). *Systemische Therapie – Fallkonzeption, Therapieplanung, Antragsverfahren*. Carl-Auer.
- Roddy, M. K., Walsh, L. M., Rothman, K., Hatch, S. G., & Doss, B. D. (2020). Meta-analysis of couple therapy: Effects across outcomes, designs, timeframes, and other moderators. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 88(7), 583–596. <https://doi.org/10.1037/ccp0000514>
- Roesler, C. (2018). Die Wirksamkeit von Paartherapie: Teil 1: Eine Übersicht über den Stand der Forschung. *Familiendynamik*, 43(4), 332–341. <https://doi.org/10.21706/fd-43-4-332>
- Roesler, C. (2024). *Paartherapie und die Versorgung von Paarproblemen: Eine Übersicht zum Stand der Wirkungsforschung*. https://opus.bsz-bw.de/khfr/frontdoor/deliver/index/docId/518/file/Uebersicht_Paartherapie_Wirkungsforschung.pdf
- Roesler, C. (2026). Effectiveness of couple therapy in everyday practice in Germany and Switzerland—An update. *Family Process*, 65. <https://doi.org/10.1111/famp.70157>
- Roesler, C., & Bröning, S. (2024). *Paarbeziehung im 21. Jahrhundert*. Kohlhammer. <https://doi.org/10.17433/978-3-17-041465-5>
- Rosenzweig, S. (1936). Some implicit common factors in diverse methods of psychotherapy. *American Journal of Orthopsychiatry*, 6(3), 412–415. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1936.tb05248.x>
- Schär, M. (2016). *Paarberatung und Paartherapie: Partnerschaft zwischen Problemen und Ressourcen*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-47482-2>
- Snyder, D. K., Wills, R. M., & Grady-Fletcher, A. (1991). Long-term effectiveness of behavioral versus insight-oriented marital therapy: A 4-year follow-up study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59(1), 138–141. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.59.1.138>
- Sprenkle, D. H. (2012). Intervention research in couple and family therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 38(1), 3–17. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2011.00271.x>
- Strauß, B. (2001). Abschied vom Dodo-Vogel. Störungsspezifische vs. allgemeine Psychotherapie aus der Sicht der Psychotherapieforschung. *PPmP Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie*, 51, 425–429. <https://doi.org/10.1055/s-2001-18160>
- Tschuschke, V., Cramer, A., Koehler, M., Berglar, J., Muth, K., Staczan, P., ... Koemeda-Lutz,

- M. (2015). The role of therapists' treatment adherence, professional experience, therapeutic alliance, and clients' severity of psychological problems: Prediction of treatment outcome in eight different psychotherapy approaches. Preliminary results of a naturalistic study. *Psychotherapy Research*, 25(4), 420–434. <https://doi.org/10.1080/10503307.2014.896055>
- von Schlippe, A., & Schweitzer, J. (2012). *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I* (2. Aufl.). Vandenhoeck & Ruprecht.
- von Sydow, K., Beher, S., & Retzlaff, R. (2024). Systemic psychotherapy. *Deutsches Ärzteblatt International*, 121(23), 783–792. <https://doi.org/10.3238/arztebl.m2024.0194>
- Wampold, B. E., & Imel, Z. E. (2015). *The great psychotherapy debate* (2. Aufl.). Routledge.
- Wampold, B. E., Imel, Z. E., & Flückiger, C. (2018). *Die Psychotherapie-Debatte: Was Psychotherapie wirksam macht*. Hogrefe.
- Welter-Enderlin, R., & Jellouschek, H. (2002). Systemische Paartherapie – Ein integratives Konzept. In *Paar- und Familientherapie* (S. 199–226). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-662-09174-6_12
- Willi, J. (1975). *Die Zweierbeziehung: Spannungsursachen, Störungsmuster, Klärungsprozesse, Lösungsmodelle. Analyse des unbewußten Zusammenspiels in Partnerwahl und Paarkonflikt: Das Kollusions-Konzept*. Rowohlt.

Biografische Notiz

Prof. Dr. *Sonja Bröning* (sie/ihr) ist Entwicklungspsychologin an der Medical School Hamburg und forscht zu aktuellen Einflüssen auf Partnerschaft, Liebe und Sexualität. Neben ihrer Tätigkeit in Wissenschaft, Lehre und Forschung ist sie in freier Praxis als systemische Paar-/Sexualtherapeutin (DGSF/DGfS), Mediatorin (BM) tätig. Im August 2026 erschien ihr Buch »Vielfältige Liebe – Polyamorie gestalten« (Bröning/Mazziotta) im Springer-Verlag.

Sophie Johannßen (sie/ihr) ist Masterstudentin der klinischen Psychologie und Psychotherapie an der Medical School Hamburg und wirkt im Forschungsprojekt »Essentials in der Praxis der systemischen Paartherapie« mit.