

**Katharina Henz, Claudia Bernt (2024). 99 ½ Tipps für Paartherapeut:innen: Die wichtigsten Konzepte, Tools und Interventionen. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 272 S.**

Wenn Autorinnen im Titel des Buches 99 ½ Tipps ankündigen, dann drängt sich möglicherweise die Frage auf, warum es keine 120 Tipps oder gar 150 Tipps geworden sind. Und wenn im Untertitel diese Tipps als die wichtigsten Konzepte, Tools und Interventionen beschrieben werden, dann bleibt auch die Frage, ob es im Kontext von Paartherapie nicht auch mehr als 99 ½ wichtige Konzepte, Tools und Interventionen geben mag. Immerhin, so könnte man anführen, sind es deutlich mehr Tipps geworden als beispielsweise die in der Literatur zu entdeckenden „10 Tipps zum Bau des eigenen Hauses“, „10 Tipps für mehr Erfolg im Beruf“, „10 Tipps für Liebende, die ihren Partner nicht verändern wollen“ oder „10 Tipps für den achtsamen Umgang mit sich selbst“.

All diese Fragen und Hinweise auf vergleichbare Titel verlieren allerdings an Bedeutung, sobald man das Buch von Katharina Henz und Claudia Bernt aufschlägt und beginnt, darin zu lesen. Dann wird auch sehr schnell deutlich, dass es den Autorinnen weniger darum geht, bestimmte Tools als Handwerkzeuge für den berühmten Handwerkskoffer zur Verfügung zu stellen, sondern ihr spezifisches Angebot im Sinne von Denkwerkzeugen zu nutzen, die „wie Speisen auf einem All-you-can-eat-Bufferet zu verstehen“ (S. 15) sind.

Zu Beginn berichten die Autorinnen über die Entstehungsgeschichte im Rahmen kollegialer Intervention und über ihre Intention, ihre Sammlung von hilfreichen Haltungen, bewährten Konzepten, Ideen, Tools, Techniken und Interventionen den Leser\*innen zur Verfügung zu stellen. Bereits hier wird früh darauf verwiesen, dass letztlich in der Arbeit mit Paaren Haltungen viel zentraler sind als bestimmte Tools. In diesem Zusammenhang wird auch das Leitprinzip ihrer Arbeit mit Paaren vorgestellt, das sie als eine Art Zwiebelprinzip beschreiben. Im Kern geht es zunächst um die Haltung der Therapeut\*innen, um ihre professionellen Grundeinstellungen und Überzeugungen. Im Anschluss ergeben sich die weiteren Schichten aus Auftragsklärung, Kontextualisierung und Normalisierung, Exploration von Interaktionsmustern, Arbeiten mit Persönlichkeitsanteilen, Betrachten von biografischen Mustern, Prozessevaluation und Ende der Paartherapie.

Wenn man mag, könnte man die dann folgenden 99 ½ Tipps nun den einzelnen Schichten der Zwiebel zuordnen. Immerhin beschäftigen sich viele der ersten Tipps im weitesten Sinne mit Haltungsaspekten. Mit Blick auf Interventionen finden sich allein 9 Anregungen, die sich auf Fragetechniken beziehen – als eine der zentralen Interventionsformen in der Systemischen Therapie. Andere Interventionen widmen sich entstandenen Mustern im Paaralltag oder sogenannten Hausaufgaben bzw. Beobachtungsaufgaben – hier auch solchen, die sich unterschiedlichen therapeutischen Perspektiven zuordnen lassen. Weitere Tipps beziehen sich auf Themen wie biografische Muster, De-Eskalation und Vergebung. Sehr viele Tipps und Anregungen beschäftigen sich mit dem Themenbereich Sexualität und

Intimität. Zum Ende hin geht es um Anregungen zur Beendigung der Therapie und zur Gestaltung der letzten Stunde. Zum Abschluss des Buches präsentieren die Autorinnen ein prototypisches Fallbeispiel aus ihrem beruflichen Alltag.

Die 99 ½ Tipps für Paartherapeut\*innen von Katharina Henz und Claudia Bernt beinhalten weitaus mehr als alltägliche Werkzeuge für den paartherapeutischen Alltag. Vielmehr stellen die Autor\*innen einen vielfältigen Fundus an Anregungen zur Verfügung, mit denen sich das eigene therapeutische Profil aus Haltungen, Interventionen und Reflexion des eigenen Handelns immer wieder erweitern und anreichern lässt. Um in der Metapher der Autorinnen zu bleiben, lassen sich die Tipps durchaus als Speisen auf einem All-you-can-eat-Buffer verstehen, von denen sich die Leser\*innen das auf den eigenen Teller nehmen können, was ihnen und ihren Klient\*innen am besten schmeckt. Gleichzeitig laden die Tipps auch dazu ein, sich mit den einzelnen Ingredienzien und Gewürzen der einzelnen Speisen zu beschäftigen und diese gerne auch neu und anders zu kombinieren. Und im Unterschied zu einem All-you-can-eat-Buffer, das ich nur zu seltenen Gelegenheiten genieße, erscheint mir das Buch von Katharina Henz und Claudia Bernt auch wunderbar als tägliche Mahlzeit geeignet.

*Andreas Klink (Essen)*