

Coaching mit Paaren – Chancen, Methoden und Herausforderungen im systemischen Kontext

Abschlussarbeit
Lisa Schuch
Ausbildung zum systemischen Coach
Juli 2026

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	1
2. Theoretische Grundlagen	1
2.1 Definition Coaching	1
2.2 Abgrenzung zur Therapie	2
2.3 Paarcoaching im Kontext.....	3
3. Ziele des Paarcoachings	4
4. Der systemische Ansatz	4
5. Methoden im Paarcoaching	6
5.1 Aktives Zuhören	6
5.2 Kommunikationsmodelle.....	6
5.3 Ressourcenarbeit.....	7
5.4 Aufstellungsarbeit.....	7
6. Rolle und Haltung des Coaches	8
7. Herausforderungen im Paarcoaching	9
8. Praxisbeispiel	10
9. Fazit.....	11
10. Literaturverzeichnis.....	11

1. Einleitung

Partnerschaftliche Beziehungen gehören zu den bedeutendsten sozialen Bindungen im Leben eines Menschen. Sie bieten emotionale Nähe, Sicherheit, Unterstützung und die Möglichkeit persönlicher Entwicklung. Gleichzeitig sind sie mit vielfältigen Herausforderungen verbunden. Unterschiedliche Bedürfnisse, Erwartungen, Kommunikationsstile und Lebensentwürfe können zu Spannungen und Konflikten führen. Hinzu kommen gesellschaftliche Veränderungen, steigende berufliche Anforderungen und die zunehmende Komplexität moderner Lebensmodelle, die Beziehungen zusätzlich belasten können.

Während in der Vergangenheit Beziehungskonflikte häufig als private Angelegenheit betrachtet wurden, wächst heute die Bereitschaft, professionelle Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Neben der Paartherapie hat sich insbesondere das Paarcoaching als eigenständige Form der Begleitung etabliert. Im Mittelpunkt stehen hierbei nicht psychische Erkrankungen oder die Aufarbeitung vergangener Belastungen, sondern die Aktivierung von Ressourcen, die Verbesserung der Kommunikation sowie die Entwicklung konkreter Lösungsstrategien für aktuelle Herausforderungen.¹

Der systemische Ansatz bietet für die Arbeit mit Paaren eine besonders geeignete Grundlage. Er betrachtet Probleme nicht isoliert oder personenbezogen, sondern als Teil eines komplexen Beziehungsgefüges. Die Aufmerksamkeit richtet sich auf Wechselwirkungen, Kommunikationsmuster und vorhandene Ressourcen innerhalb des Systems.²

Ziel dieser Arbeit ist es, die Grundlagen des Paarcoachings darzustellen, zentrale Methoden zu erläutern und Chancen sowie Herausforderungen dieser Coachingform zu analysieren. Darüber hinaus wird die Rolle des Coaches betrachtet und anhand eines Praxisbeispiels verdeutlicht, wie systemisches Paarcoaching in der Praxis wirken kann.

2. Theoretische Grundlagen

2.1 Definition Coaching

Coaching hat sich in den vergangenen Jahrzehnten als professionelle Beratungs- und Begleitungsform etabliert. Ursprünglich vor allem im beruflichen Kontext eingesetzt, findet Coaching heute in zahlreichen Lebensbereichen Anwendung.

¹ Vgl. König, Eckard; Volmer, Gerda: *Handbuch Systemisches Coaching*, 3. Aufl., Weinheim/Basel: Beltz, 2019, S. 17–23.

² Vgl. von Schlippe, Arist; Schweitzer, Jochen: *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I*, 3. Aufl., Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2016, S. 39–71.

Nach König und Volmer ist Coaching ein professioneller Beratungsprozess, der Menschen dabei unterstützt, ihre Handlungs- und Entscheidungsfähigkeit zu erweitern sowie eigene Lösungen für individuelle Herausforderungen zu entwickeln.³ Coaching versteht sich dabei als Hilfe zur Selbsthilfe und basiert auf der Annahme, dass Menschen grundsätzlich über die notwendigen Ressourcen verfügen, um Veränderungen erfolgreich zu gestalten.⁴

Im Unterschied zu klassischen Beratungsformen gibt der Coach keine fertigen Lösungen vor. Vielmehr begleitet er den Klienten durch gezielte Fragen, Reflexionsprozesse und Methoden dabei, eigene Antworten zu finden. Die Verantwortung für Entscheidungen und Veränderungen verbleibt stets beim Klienten.⁵

Zentrale Merkmale des Coachings sind:

- Freiwilligkeit
- Zielorientierung
- Ressourcenorientierung
- Selbstverantwortung
- Vertraulichkeit
- Lösungsfokus

Coaching wird heute in unterschiedlichsten Bereichen eingesetzt, darunter Führungskräfteentwicklung, Karriereplanung, Gesundheitsförderung, Persönlichkeitsentwicklung sowie Paar- und Beziehungcoaching.⁶

2.2 Abgrenzung zur Therapie

Eine wichtige Voraussetzung professioneller Coaching Arbeit ist die klare Abgrenzung zur Psychotherapie.

Psychotherapie dient der Behandlung psychischer Erkrankungen und erheblicher psychischer Belastungen. Ziel ist die Heilung, Linderung oder Stabilisierung psychischer Störungen. Dabei werden häufig biografische Hintergründe, traumatische Erfahrungen und tiefenpsychologische Zusammenhänge betrachtet.⁷

Coaching hingegen richtet sich grundsätzlich an psychisch gesunde Menschen, die ihre aktuelle Situation reflektieren und aktiv verändern möchten. Der Fokus liegt auf Entwicklung, Zielerreichung und Lösungsfindung.⁸

³ Vgl. König/Volmer (2019), S. 17–23.

⁴ Vgl. Rauen, Christopher: *Coaching*, 4. Aufl., Göttingen: Hogrefe, 2021, S. 29–35.

⁵ Vgl. Rauen (2021), S. 29–35.

⁶ Vgl. König/Volmer (2019), S. 24–31.

⁷ Vgl. Grawe, Klaus: *Psychologische Therapie*, Göttingen: Hogrefe, 1998, S. 45–52.

⁸ Vgl. Rauen (2021), S. 39–44.

Während Therapie häufig die Vergangenheit einbezieht, konzentriert sich Coaching überwiegend auf Gegenwart und Zukunft. Im Coaching steht die Frage im Mittelpunkt: „Wie kann eine gewünschte Veränderung erreicht werden?“

Dennoch existieren Überschneidungen. Insbesondere im Paarcoaching können Themen wie Verletzungen, Bindungserfahrungen oder emotionale Belastungen sichtbar werden. Hier ist eine professionelle Einschätzung des Coaches erforderlich. Werden psychische Erkrankungen, Traumafolgestörungen oder Suchterkrankungen erkennbar, muss eine Weitervermittlung an therapeutische Fachkräfte erfolgen.⁹

Die Fähigkeit zur Abgrenzung gehört daher zu den zentralen Kompetenzen eines professionellen Coaches.¹⁰

2.3 Paarcoaching im Kontext

Paarcoaching ist eine spezielle Form des Coachings, die sich auf die Beziehung zwischen zwei Menschen konzentriert. Im Mittelpunkt stehen die Interaktionen, Kommunikationsmuster und gegenseitigen Erwartungen der Partner.¹¹

Viele Paare suchen Unterstützung, wenn sie das Gefühl haben, in bestimmten Bereichen nicht mehr allein weiterzukommen. Häufige Anlässe sind:

- Wiederkehrende Konflikte
- Kommunikationsprobleme
- Veränderungen durch Elternschaft
- Berufliche Belastungen
- Vertrauensprobleme
- Unterschiedliche Zukunftsvorstellungen
- Wunsch nach persönlicher Weiterentwicklung

Paarcoaching verfolgt dabei einen präventiven und entwicklungsorientierten Ansatz. Ziel ist nicht die Behandlung psychischer Störungen, sondern die Förderung von Verständnis, Kommunikation und Beziehungskompetenz.¹²

Die Beziehung wird als dynamisches System betrachtet, das sich kontinuierlich verändert. Beide Partner tragen Verantwortung für die Gestaltung dieses Systems und können aktiv zu positiven Veränderungen beitragen.¹³

⁹ Vgl. Rauen (2021), S. 44–49.

¹⁰ Vgl. König/Volmer (2019), S. 98–112.

¹¹ Vgl. König/Volmer (2019), S. 201–210.

¹² Vgl. König/Volmer (2019), S. 201–210.

¹³ Vgl. von Schlippe/Schweitzer (2016), S. 39–71.

3. Ziele des Paarcoachings

Die Ziele des Paarcoachings sind vielfältig und orientieren sich an den individuellen Anliegen des jeweiligen Paares.¹⁴

Ein häufiges Ziel besteht in der Verbesserung der Kommunikation. Viele Konflikte entstehen nicht durch unterschiedliche Meinungen, sondern durch Missverständnisse, unausgesprochene Erwartungen oder mangelndes Zuhören.¹⁵

Darüber hinaus verfolgt Paarcoaching häufig folgende Ziele:

- Verbesserung der Konfliktfähigkeit
- Stärkung gegenseitigen Verständnisses
- Förderung emotionaler Verbundenheit
- Entwicklung gemeinsamer Werte
- Klärung von Rollenbildern
- Wiederherstellung von Vertrauen
- Unterstützung bei Entscheidungsprozessen
- Förderung von Selbstreflexion

Ein weiteres wesentliches Ziel besteht darin, die Eigenverantwortung beider Partner zu stärken. Anstatt Schuldzuweisungen vorzunehmen, lernen die Beteiligten, ihren eigenen Beitrag zu Konflikten und Lösungen zu erkennen.¹⁶

Dadurch können nachhaltige Veränderungen entstehen, die über den eigentlichen Coachingprozess hinauswirken.¹⁷

4. Der systemische Ansatz

Der systemische Ansatz bildet die theoretische Grundlage vieler Coachingprozesse. Seine Wurzeln liegen in der Systemtheorie, der Kybernetik und der systemischen Familientherapie.¹⁸

¹⁴ Vgl. König, Eckard; Volmer, Gerda: *Handbuch Systemisches Coaching*, 3. Aufl., Weinheim/Basel: Beltz, 2019, S. 201–210.

¹⁵ Vgl. Schulz von Thun, Friedemann: *Miteinander reden 1. Störungen und Klärungen*, Reinbek: Rowohlt, 2013, S. 25–42.

¹⁶ Vgl. König/Volmer (2019), S. 205–210.

¹⁷ Vgl. Rauen, Christopher: *Coaching*, 4. Aufl., Göttingen: Hogrefe, 2021, S. 58–63.

¹⁸ Vgl. von Schlippe, Arist; Schweitzer, Jochen: *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I*, 3. Aufl., Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2016, S. 39–71.

Systemisches Denken geht davon aus, dass Menschen immer Teil sozialer Systeme sind. Verhalten entsteht nicht isoliert, sondern in Wechselwirkung mit anderen Personen und den jeweiligen Rahmenbedingungen.¹⁹

Im Paarcoaching bedeutet dies, dass Konflikte nicht einer einzelnen Person zugeschrieben werden. Stattdessen wird untersucht, welche Wechselwirkungen zur Aufrechterhaltung eines Problems beitragen.²⁰

Wichtige Grundprinzipien sind:

Zirkularität

Statt linearer Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge werden gegenseitige Beeinflussungen betrachtet.²¹

Beispiel:

Ein Partner zieht sich zurück, weil er sich kritisiert fühlt. Der andere Partner kritisiert zunehmend, weil er den Rückzug als Desinteresse interpretiert.

Ressourcenorientierung

Der Fokus liegt auf Stärken und Fähigkeiten statt auf Defiziten.²²

Konstruktivismus

Jeder Mensch konstruiert seine eigene Wirklichkeit. Unterschiedliche Wahrnehmungen sind daher nachvollziehbar und legitim.²³

Lösungsorientierung

Die Aufmerksamkeit richtet sich auf gewünschte Veränderungen und Zukunftsperspektiven.²⁴

Wertschätzung

Jede Perspektive wird respektiert und ernst genommen.²⁵

¹⁹ Vgl. Simon, Fritz B.: *Einführung in Systemtheorie und Konstruktivismus*, Heidelberg: Carl-Auer, 2018, S. 21–35.

²⁰ Vgl. von Schlippe/Schweitzer (2016), S. 72–89.

²¹ Vgl. Simon (2018), S. 67–75.

²² Vgl. von Schlippe/Schweitzer (2016), S. 159–176.

²³ Vgl. von Glasersfeld, Ernst: *Radikaler Konstruktivismus*, Frankfurt am Main: Suhrkamp, 1997, S. 15–30.

²⁴ Vgl. de Shazer, Steve: *Der Dreh. Überraschende Wendungen und Lösungen in der Kurzzeittherapie*, Heidelberg: Carl-Auer, 2010, S. 25–47.

²⁵ Vgl. König/Volmer (2019), S. 98–112.

Durch diese Grundhaltung entsteht ein Rahmen, in dem neue Sichtweisen und Handlungsmöglichkeiten entwickelt werden können.²⁶

5. Methoden im Paarcoaching

5.1 Aktives Zuhören

Aktives Zuhören gehört zu den wichtigsten Kommunikationsmethoden im Coaching. Entwickelt wurde dieser Ansatz von Carl Rogers.²⁷

Beim aktiven Zuhören geht es darum, dem Gesprächspartner vollständige Aufmerksamkeit zu schenken und dessen Aussagen wertfrei aufzunehmen.²⁸

Wichtige Elemente dabei sind:

- Paraphrasieren
- Spiegeln von Emotionen
- Offene Fragen
- Zusammenfassen
- Wertschätzende Rückmeldungen

Im Paarcoaching erleben viele Menschen erstmals, dass sie sich wirklich gehört und verstanden fühlen. Dadurch können emotionale Spannungen reduziert und konstruktive Gespräche ermöglicht werden.²⁹

5.2 Kommunikationsmodelle

Kommunikationsmodelle helfen dabei, zwischenmenschliche Missverständnisse besser zu verstehen.

Besonders relevant ist das Vier-Seiten-Modell von Friedemann Schulz von Thun.³⁰

Jede Nachricht, jede Seite enthält:

- Sachinhalt
- Selbstoffenbarung

²⁶ Vgl. von Schlippe/Schweitzer (2016), S. 177–185.

²⁷ Vgl. Rogers, Carl R.: *Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie*, Frankfurt am Main: Fischer, 1991, S. 48–60.

²⁸ Vgl. Rogers (1991), S. 61–75.

²⁹ Vgl. Rogers (1991), S. 76–82.

³⁰ Vgl. Schulz von Thun (2013), S. 25–42.

- Beziehungshinweis
- Appell

Beispiel:

„Du bist heute spät nach Hause gekommen.“

Je nach Interpretation können unterschiedliche Botschaften wahrgenommen werden.

Durch die Arbeit mit Kommunikationsmodellen lernen Paare, bewusster zu kommunizieren und Interpretationen zu hinterfragen.³¹

5.3 Ressourcenarbeit

Die Ressourcenarbeit zählt zu den zentralen Elementen systemischen Coachings.³²

Statt sich ausschließlich auf Probleme zu konzentrieren, richtet sie den Blick auf bereits vorhandene Kompetenzen und Erfolge.

Fragen können sein:

- Was funktioniert bereits gut?
- Wann gelingt Kommunikation besonders gut?
- Welche Stärken bringen beide Partner mit?

Die Aktivierung positiver Erfahrungen stärkt Selbstwirksamkeit und Motivation.³³

5.4 Aufstellungsarbeit

Systemische Aufstellungen ermöglichen die räumliche Darstellung von Beziehungen und Dynamiken.³⁴

Hierbei werden Personen, Bodenanker oder Figuren genutzt, um Beziehungen sichtbar zu machen.

Die Methode unterstützt:

- Perspektivwechsel
- Mustererkennung
- Emotionales Verstehen

³¹ Vgl. Schulz von Thun (2013), S. 43–60.

³² Vgl. von Schlippe/Schweitzer (2016), S. 159–176.

³³ Vgl. de Shazer (2010), S. 48–61.

³⁴ Vgl. Sparrer, Insa: *Einführung in die Systemischen Strukturaufstellungen*, Heidelberg: Carl-Auer, 2010, S. 18–39.

- Lösungsentwicklung

Gerade bei komplexen Beziehungsthemen können Aufstellungen neue Erkenntnisse ermöglichen.³⁵

5.5 Lösungsorientierte Methoden

Lösungsorientierte Methoden nach Steve de Shazer konzentrieren sich konsequent auf erwünschte Veränderungen.³⁶

Zu den wichtigsten Techniken gehören:

Skalierungsfragen

Sie machen Entwicklungen sichtbar und fördern die Selbstreflexion.

Wunderfrage

Sie unterstützt die Entwicklung konkreter Zukunftsbilder.

Ausnahmefragen

Sie richten den Blick auf Situationen, in denen das Problem nicht auftritt.

Zielvisualisierung

Sie hilft dabei, gewünschte Veränderungen konkret und motivierend zu beschreiben.³⁷

6. Rolle und Haltung des Coaches

Die Haltung des Coaches ist entscheidend für den Erfolg des Coaching Prozesses.³⁸

Im Paarcoaching nimmt der Coach eine moderierende und allparteiliche Rolle ein. Er schafft einen sicheren Rahmen, in dem beide Partner ihre Sichtweisen einbringen können.³⁹

³⁵ Vgl. Sparrer (2010), S. 40–62.

³⁶ Vgl. de Shazer (2010), S. 25–47.

³⁷ Vgl. de Shazer (2010), S. 62–78.

³⁸ Vgl. König, Eckard; Volmer, Gerda: *Handbuch Systemisches Coaching*, 3. Aufl., Weinheim/Basel: Beltz, 2019, S. 98–112.

³⁹ Vgl. von Schlippe, Arist; Schweitzer, Jochen: *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I*, 3. Aufl., Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2016, S. 186–194.

Wichtige Haltungen sind:

- Empathie
- Wertschätzung
- Neutralität
- Offenheit
- Respekt
- Lösungsorientierung

Besonders bedeutsam ist die Allparteilichkeit. Der Coach vermeidet es, Partei zu ergreifen oder Schuldzuweisungen zu unterstützen. Stattdessen fördert er Verständnis und Dialog zwischen den Partnern.⁴⁰

7. Herausforderungen im Paarcoaching

Paarcoaching bringt besondere Anforderungen mit sich.⁴¹

Häufige Herausforderungen sind:

Unterschiedliche Veränderungsmotivation

Nicht selten wünscht sich nur ein Partner eine Veränderung.

Emotionale Eskalationen

Starke Emotionen können Gespräche erschweren.

Schuldzuweisungen

Partner konzentrieren sich häufig zunächst auf die Fehler des Gegenübers.

Machtungleichgewichte

Unterschiedliche Kommunikationsfähigkeiten können den Prozess beeinflussen.

Abgrenzung zur Therapie

⁴⁰ Vgl. König/Volmer (2019), S. 98–112.

⁴¹ Vgl. Rauen, Christopher: *Coaching*, 4. Aufl., Göttingen: Hogrefe, 2021, S. 139–149.

Psychische Erkrankungen oder traumatische Belastungen erfordern eine klare Grenzziehung.⁴²

Der Coach muss daher über ein hohes Maß an fachlicher Kompetenz, Selbstreflexion und Prozesssicherheit verfügen.⁴³

8. Praxisbeispiel

Ein Ehepaar Mitte vierzig sucht Unterstützung aufgrund wiederkehrender Konflikte über gemeinsame Zeitgestaltung und Aufgabenverteilung.

Im Erstgespräch schildern beide Partner das Gefühl, vom anderen nicht ausreichend wahrgenommen zu werden. Schnell wird deutlich, dass nicht die Sachthemen im Vordergrund stehen, sondern das Bedürfnis nach Anerkennung und Wertschätzung.⁴⁴

Durch aktives Zuhören werden die jeweiligen Bedürfnisse sichtbar gemacht. Anschließend arbeitet der Coach mit Skalierungsfragen zur aktuellen Zufriedenheit in der Beziehung.⁴⁵

Beide Partner bewerten ihre Situation mit einer „4“ auf einer Skala von 1 bis 10.

Im weiteren Verlauf werden Ausnahmen untersucht. Das Paar erinnert sich an Zeiten, in denen die Beziehung als besonders positiv erlebt wurde. Gemeinsam werden Ressourcen identifiziert und konkrete Verhaltensweisen herausgearbeitet.⁴⁶

Mithilfe einer systemischen Aufstellung erkennen beide Partner, wie ihre Kommunikationsmuster gegenseitig aufrechterhalten werden.⁴⁷

In den folgenden Sitzungen entwickeln sie neue Gesprächsregeln und vereinbaren feste Zeiten für Austausch und gemeinsame Aktivitäten.

Nach Abschluss des Coachingprozesses bewerten beide Partner ihre Beziehung mit einer „8“ auf der Skala. Sie berichten von mehr Verständnis, weniger Konflikten und einer verbesserten Kommunikation.⁴⁸

⁴² Vgl. Rauen (2021), S. 44–49.

⁴³ Vgl. König/Volmer (2019), S. 112–118.

⁴⁴ Vgl. Rogers, Carl R.: *Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie*, Frankfurt am Main: Fischer, 1991, S. 48–75.

⁴⁵ Vgl. de Shazer, Steve: *Der Dreh. Überraschende Wendungen und Lösungen in der Kurzzeittherapie*, Heidelberg: Carl-Auer, 2010, S. 62–78.

⁴⁶ Vgl. von Schlippe, Arist; Schweitzer, Jochen (2016), S. 159–176.

⁴⁷ Vgl. Sparrer, Insa: *Einführung in die Systemischen Strukturaufstellungen*, Heidelberg: Carl-Auer, 2010, S. 40–62.

⁴⁸ Vgl. König/Volmer (2019), S. 201–210.

9. Fazit

Paarcoaching stellt eine wertvolle Möglichkeit dar, Paare in ihrer persönlichen und gemeinsamen Entwicklung zu unterstützen. Durch den systemischen Ansatz werden Beziehungen als dynamische Systeme betrachtet, in denen Veränderungen durch neue Perspektiven und Verhaltensweisen angestoßen werden können.⁴⁹

Die vorgestellten Methoden zeigen, dass bereits kleine Veränderungen in der Kommunikation große Auswirkungen auf die Beziehungsqualität haben können. Besonders die Ressourcenorientierung und der Fokus auf Lösungen fördern nachhaltige Entwicklungen.⁵⁰

Gleichzeitig erfordert die Arbeit mit Paaren eine hohe fachliche Kompetenz sowie eine reflektierte und allparteiliche Haltung des Coaches. Die Fähigkeit, unterschiedliche Perspektiven wertschätzend zu integrieren und einen sicheren Rahmen für Entwicklung zu schaffen, bildet die Grundlage erfolgreicher Coachingprozesse.⁵¹

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass Paarcoaching einen wichtigen Beitrag zur Förderung von Beziehungskompetenz, Kommunikation und gegenseitigem Verständnis leisten kann und damit einen wertvollen Ansatz in der modernen Coaching Praxis darstellt.⁵²

10. Literaturverzeichnis

de Shazer, Steve (2010): *Der Dreh. Überraschende Wendungen und Lösungen in der Kurzzeittherapie*. Heidelberg: Carl-Auer Verlag.

Glaserfeld, Ernst von (1997): *Radikaler Konstruktivismus. Ideen, Ergebnisse, Probleme*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Grawe, Klaus (1998): *Psychologische Therapie*. Göttingen: Hogrefe.

König, Eckard/Volmer, Gerda (2019): *Handbuch Systemisches Coaching*. 3. Auflage. Weinheim/Basel: Beltz.

Rauen, Christopher (2021): *Coaching*. 4. Auflage. Göttingen: Hogrefe.

Rogers, Carl R. (1991): *Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie. Client-Centered Therapy*. Frankfurt am Main: Fischer.

⁴⁹ Vgl. von Schlippe/Schweitzer (2016), S. 39–71.

⁵⁰ Vgl. de Shazer (2010), S. 25–78.

⁵¹ Vgl. König/Volmer (2019), S. 98–112.

⁵² Vgl. Rauen (2021), S. 58–63.

Satir, Virginia (2005): *Selbstwert und Kommunikation. Familientherapie für Berater und zur Selbsthilfe*. Paderborn: Junfermann.

Schulz von Thun, Friedemann (2013): *Miteinander reden 1. Störungen und Klärungen. Allgemeine Psychologie der Kommunikation*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag.

Simon, Fritz B. (2018): *Einführung in Systemtheorie und Konstruktivismus*. Heidelberg: Carl-Auer Verlag.

Sparrer, Insa (2010): *Einführung in die Systemischen Strukturaufstellungen*. Heidelberg: Carl-Auer Verlag.

von Schlippe, Arist/Schweitzer, Jochen (2016): *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I. Das Grundlagenwissen*. 3. Auflage. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht