

# Frauen in Psychotherapie

Grundlagen – Störungsbilder – Behandlungskonzepte - Mit einem Geleitwort von Wolfgang Mertens

Bearbeitet von  
Prof. Dr. Brigitte Boothe, Prof. Dr. Anita Riecher-Rössler

1. Auflage 2013. Buch. 524 S. Hardcover  
ISBN 978 3 7945 2814 1  
Format (B x L): 16,5 x 24 cm

[Weitere Fachgebiete > Psychologie > Psychotherapie / Klinische Psychologie](#)

Zu [Inhaltsverzeichnis](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

The logo for beck-shop.de features the text 'beck-shop.de' in a bold, red, sans-serif font. Above the 'i' in 'shop' are three red dots of increasing size. Below the main text, the words 'DIE FACHBUCHHANDLUNG' are written in a smaller, red, all-caps, sans-serif font.

**beck-shop.de**  
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung [beck-shop.de](#) ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

# Einleitung

Brigitte Boothe und Anita Riecher-Rössler

---

<b>Inhalt</b>	
Psychotherapie mit Frauen – von der Kindheit bis ins Seniorenalter . . . . .	1
Zum Auftakt zwei Illustrationen . . . . .	2
Psychotherapeutische Situationen und die heutige Lebenswelt . . . . .	2
Psychotherapie mit Frauen und die psychotherapeutische Profession . . . . .	3
Eigene Beschränktheit begreifen . . . . .	4
Aufhebung von Diskriminierung und psychische Gesundheit . . . . .	5

---

## Psychotherapie mit Frauen – von der Kindheit bis ins Seniorenalter

Psychotherapie mit Frauen umfasst heute die gesamte Lebensspanne von der Kindheit bis ins Seniorenalter. Ein breites Spektrum psychotherapeutischen Wissens und Könnens steht für verschiedene Pathologien, Konflikte und Belastungen zur Verfügung. Neben tradierten Angeboten des Supports, der Edukation, Übung, des Trainings, der Beratung, des Analysierens, Reflektierens, Deutens treten Verfahren der Imagination, der Selbstbesinnung, Sammlung und Meditation, des Erzählens, Schreibens und der biografischen Selbstthematisierung, unter anderem im Internet. Es gibt Körperarbeit, Spiel, Sport, Gestalten und Musizieren, nicht zu sprechen von vielfältigen Gruppenszenarien und Selbsthilfeinitiativen. Viele dieser Verfahren werden in therapeutischen Programmen systematisch eingesetzt und wissenschaftlich kontrolliert.

Es gibt zahlreiche Angebote, die auf den Psychotherapiebedarf von Frauen zugeschnitten sind. Das gilt beispielsweise für Essstörungen, unter denen vor allem Frauen leiden, oder für pathologische Folgen familiärer Gewalt und sexueller Übergriffe, deren Opfer überwiegend Frauen sind. Auch für die im Folgenden genannten Gefährdungen, Belastungen und Beeinträchtigungen gibt es spezifische supportive und psychotherapeutische Hilfestellungen: Der Übergang von der Kindheit in die Pubertät und der Eintritt ins Erwachsenenalter ist für adoleszente Mädchen häufig mit psychischen Risiken verbunden. Die Konfrontation mit Verlust und Marginalisierung lässt Frauen im hohen Lebensalter – oft überleben sie den Partner – häufig depressiv erkranken.

## Zum Auftakt zwei Illustrationen

Die junge Frau A. plant den Auszug aus ihrem Elternhaus an den Studienort. Dort kommt es erneut, wie zuvor in der Pubertät, zur Entwicklung einer Magersucht. Sie sucht psychotherapeutische Hilfe, um die innere Ablösung von der Primärfamilie zu erreichen. Dass sie, anders als viele Magersüchtige, von sich aus diesen Schritt unternimmt, ist ungewöhnlich und zeigt, dass die Patientin bereit ist, das Symptomgeschehen zu problematisieren.

Die alte Patientin B., hoch in ihren achtziger Jahren, seit kurzem Witwe, kommt zunächst nicht aus eigenem Antrieb, sondern sucht auf Anraten ihrer Tochter psychotherapeutische Hilfe wegen tiefer Verstimmung und Niedergeschlagenheit. Eine supportive Krisenintervention erweist sich als hilfreich; es folgt dann eine längere psychodynamische Psychotherapie. Frau B. hat wenig Zutrauen, nach dem Verlust des Partners allein ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Umso schwerer wird ihr der innere Abschied nach dem Tod des Mannes. Ihre psychische Verfassung zeigt sich anfangs als Ich-Verarmung, Initiativ- und Interessenverlust, Fixierung auf unwiederbringlich Verlorenes, wie es einer depressiven Reaktion entspricht. Ihr Selbst- und Sicherheitsgefühl ist chronisch beeinträchtigt. Sie hatte ihrem Mann zugehört und lebt jetzt in der Sorge, hilflos und ratlos sich selbst überlassen zu sein. Sie hatte ihn mehr gefürchtet als geliebt und ein Eheleben lang Verletzungen, Kränkungen und Zurückweisungen hingenommen. Jedoch fasst sie Vertrauen und profitiert von der wohlwollenden Neutralität der Therapeutin: So findet sie den Mut, erstmals über die widerstreitenden Gefühle zu sprechen, die sie dem Verstorbenen gegenüber hatte. Die neue Sicht auf die eigene Biografie führt zum inneren Abschiednehmen. Vermehrt steht jetzt die Ermutigung, das neue Leben allein zu gestalten, im Zentrum der Gespräche.

## Psychotherapeutische Situationen und die heutige Lebenswelt

Die Beispiele schildern psychotherapeutische Situationen aus der heutigen Lebenswelt westlicher Prägung: Die Ablösung vom Elternhaus ist eine kritische Lebenssituation. Junge Frauen stehen vor der Aufgabe, sich jenseits der Heimatbasis zu etablieren. Sie haben sich zu bewähren in der Ausbildungs- und Arbeitswelt. Es geht darum, sich in neuen sozialen Situationen zu positionieren und erotisch initiativ zu sein. Das kann für junge Frauen zur psychischen Überforderung werden. Maligne regressive Entwicklungen wie die Magersucht mobilisieren elterliche Pflegebereitschaft, und die Symptomträgerin verweigert sich der fütternden Fürsorge durch Unzugänglichkeit und scheinbare Selbstbestimmung.

Auch alte Menschen suchen heute Beratung und Psychotherapie. Hochaltrige Personen profitieren davon, insbesondere Frauen, denn ihnen fällt die psychotherapeutische Kontaktaufnahme leichter als Männern. Frauen im höheren Lebens-

alter waren biografisch oft konfrontiert mit genderspezifischen Einschränkungen der Entfaltungs- und Bewegungsfreiheit, mit problematischen Machtkonstellationen, unzureichenden Ressourcen der Selbstbehauptung, des Zutrauens in eigene Fähigkeiten, der Selbstwertregulierung und der Regieführung im Feld der Beziehungen. Das wirkt sich auf nachfolgende Generationen der Töchter und Söhne aus. Psychotherapie hilft, die eigenen Ressourcen zu erfahren und neue Perspektiven zurück und nach vorn zu entwickeln. Im zweiten Beispiel ist die Therapeutin im Alter der Tochter. Der Generationenunterschied kann in der Therapie fruchtbar werden, wenn beide voneinander lernen. Es sind vielfach die Töchter, die sich der Mütter im Alter annehmen. Häufig ist diese Zuwendung für beide konflikthaft; dann ist die beratende oder therapeutische Intervention einer Dritten für beide hilfreich. Unsicherheiten in den Bereichen Selbstgefühl, Selbstsicherheit, Selbstverfügung und Selbstbehauptung stellen weiterhin in der Psychotherapie mit Frauen vulnerable Bereiche dar, die eine pathologische Entwicklung hin zu den verbreiteten Depressionen und Angststörungen fördern.

## **Psychotherapie mit Frauen und die psychotherapeutische Profession**

Was Psychotherapie als Profession angeht, so ist zu beobachten, dass Frauen sich weiterhin vorzugsweise im Feld der hilfreichen Beziehungen, der pädagogischen Einflussnahme und der mütterlichen Funktionen engagieren. Die Berufsgruppe der Psychotherapeuten ist weiblich dominiert. Modelle guter therapeutischer Praxis werden daher zunehmend auf der Professionserfahrung von Frauen aufbauen. Weibliche Ratsuchende sind oft in maligne oder auch destruktive Konfliktodynamiken im Rahmen von Sexualität, Partnerschaft und Herkunftsmilieu verstrickt. Daher ist es unabhängig vom jeweiligen Therapieverfahren für Therapeutinnen eine wichtige Aufgabe, das Vertrauen der Patientin zu gewinnen, ohne in eine Haltung gemeinsamen Ressentiments, ein regressives Refugium weiblichen Einverständnisses, zu geraten. Es geht darum, die Selbstwirksamkeit und die Beziehungsfähigkeit der Ratsuchenden zu verbessern, und zwar bereits innerhalb der psychotherapeutischen Zusammenarbeit. Die Patientin Frau B. findet im traurigen und erschütternden Erinnern und Erzählen vor einer Therapeutin, die im empathischen Prozess zugleich Lebenszugewandtheit und Zuversicht vermittelt, schließlich eine neue Einstellung zur eigenen Ehe; diese ist weit aus kritischer als je zuvor, aber auch bestimmter und entschiedener. Am Ende steht nicht das vernichtende Urteil über den Partner oder die Verwerfung des Ehelebens, sondern Offenheit für neue Erfahrungen.