

# Inhalt

## Teil I: Hinführung zu einer gendersensitiven therapeutischen Haltung

|  |    |
|--|----|
| <b>1. „Geschlecht“ als präzisierendes Merkmal in der Psychotherapie</b> .....  | 11 |
| 1.1 „Feeling gender“ – Zum Mitmachen und Mitfühlen .....   | 13 |
| 1.2 Was bedeutet Genderkompetenz in der Psychotherapie? .....  | 15 |
| 1.2.1 „Doing gender“ – Ein Praxisbeispiel .....  | 16 |
| 1.2.2 Gendersensitive Haltung und Menschenbild .....   | 19 |
| 1.3 Genderkompetenz als Leitfaden im therapeutischen Prozess .....   | 21 |
| <br>   |    |
| <b>2. „Ja, aber das spielt doch keine wichtige Rolle!“ – Ein Kapitel für Gender-SkeptikerInnen</b> .....                         | 25 |
| von <i>Martin Weiß</i>   |    |
| 2.1 Einwand 1: „Aber das ist doch alles biologisch bestimmt!“ – Die biologistische Argumentation .....                           | 25 |
| 2.1.1 Irrtum 1: „Es gibt nur zwei klar getrennte biologische Geschlechter (sex): Mann und Frau.“ .....                           | 26 |
| 2.1.2 Kurzer Exkurs in die Welt der Dekonstruktion Judith Butlers .....  | 26 |
| 2.1.3 Irrtum 2: Die Hormone und Gene prägen zwei grundverschiedene Geschlechtscharaktere: „sex“ prägt „gender“ unmittelbar ..... | 27 |
| 2.2 Einwand 2: „Ja, aber das ist doch heute nicht mehr so!“ – Überzogener Gleichheitsoptimismus .....                            | 30 |
| 2.2.1 Irrtum 1: Der Umbruch in den Geschlechterverhältnissen ist abgeschlossen und in sich konsistent .....                      | 30 |
| 2.2.2 Irrtum 2: Der Umbruch der Geschlechterverhältnisse hat die Gleichstellung von Frauen und Männern ermöglicht .....          | 32 |
| 2.2.3 Irrtum 3: Geschlechterstereotype Rollenmuster sind durch bewusste Steuerung leicht veränderbar .....                       | 33 |
| 2.2.4 Irrtum 4: Die psychischen Unterschiede zwischen Männern und Frauen sind weitgehend nivelliert .....                        | 33 |
| 2.3 Einwand 3: „Bei mir ist das alles aber ganz anders!“ – Die zu kleine Einpersonen-Stichprobe .....                            | 34 |
| 2.3.1 Irrtum 1: Meine gefühlte Gleichstellung betrifft alle .....  | 34 |

|   |           |
|---|-----------|
| 2.3.2 Irrtum 2: Die Angleichung der Lebensverhältnisse zwischen<br>Männern und Frauen verläuft in allen Schichten gleich schnell<br>und hat sich durchgesetzt ..... | 35        |
| <b>3. Epidemiologische Daten – Geschlechtstypische Verteilung<br/>von Diagnosen .....</b>   | <b>37</b> |
| 3.1 Genderdifferenzierte epidemiologische Daten .....   | 37        |
| 3.2 Hypothesen zur Entstehung der diagnostischen Unterschiede .....   | 39        |
| 3.2.1 „Artefakthypothesen“ .....  | 40        |
| 3.2.2 Geschlechtsspezifische Belastungsfaktoren .....   | 41        |
| 3.2.3 Geschlechtsspezifische Bewältigung .....  | 43        |

## **Teil II: Hinführung zu einer gendersensiblen therapeutischen Praxis**

|   |           |
|---|-----------|
| <b>4. Geschlechtsspezifische Lebensbedingungen und<br/>Erkrankungsrisiken .....</b> | <b>47</b> |
| 4.1 Frauen: Lebensbedingungen und geschlechtsspezifische<br>Vulnerabilität .....    | 48        |
| 4.1.1 Mädchenspezifische Entwicklungen .....  | 49        |
| 4.1.2 Fortpflanzungsbezogene „Risikofaktoren“ .....                                 | 50        |
| 4.1.3 Gelernte kognitive Muster .....   | 52        |
| 4.1.4 Biologische Hypothese .....   | 53        |
| 4.2 Männer: Spezifische Entwicklungstrends und Krankheitsrisiken ...                | 54        |
| 4.2.1 Soziale Entwicklungstrends bei Männern .....                                  | 54        |
| 4.2.2 Lebenssituation und Krankheitsrisiken bei Männern .....                       | 56        |
| <b>5. Aspekte der therapeutischen Beziehung .....</b>                               | <b>57</b> |
| 5.1 Wer geht zu wem in Therapie? .....  | 59        |
| 5.1.1 Therapeutin – Klient .....  | 60        |
| 5.1.2 Therapeut – Klientin .....  | 63        |
| <b>6. Psychotherapie mit Männern .....</b>  | <b>67</b> |
| 6.1 Männliche Dilemmata .....   | 67        |
| 6.2 Vom Kind zum „typischen“ Mann – Psychodynamische<br>Anregungen .....            | 68        |
| 6.3 Bewältigung des Mannseins .....   | 71        |

|  |    |
|--|----|
| <b>7. Psychotherapie mit Frauen</b> .....  | 77 |
| 7.1 Biografische Konfliktlinien .....  | 77 |
| 7.2 Genderspezifische Aspekte der Psychodynamik in der<br>Entwicklung von Frauen ..... | 78 |
| 7.3 Bewältigung des Frauseins .....  | 80 |
| <b>8. Bekannte Konzepte und ihre Genderaspekte</b> .....                               | 89 |

### **Teil III: Doing Gender – Praktische Anwendung in der Psychotherapie**

|   |     |
|---|-----|
| <b>9. Bedingungen der existierenden psychosozialen<br/>Angebotsstruktur aus Genderperspektive</b> ..... | 93  |
| 9.1 Das 7-Phasen-Modell als „roter Faden“ im Verlauf der<br>gesamten Therapie .....                     | 95  |
| <b>10. Phase I: Einstieg in den Prozess</b> .....   | 97  |
| 10.1 Planung und Struktur einer einzelnen Therapiesitzung .....   | 97  |
| 10.2 Therapeutische Beziehung .....   | 105 |
| 10.3 Aspekte genderspezifischer Komplementarität .....  | 108 |
| 10.4 Anschlussfähigkeit speziell in der Therapie mit Männern .....                                      | 109 |
| 10.5 Einstiegsmuster nach dem männlichen Rollenstereotyp .....  | 110 |
| 10.6 Einstiegsmuster nach dem weiblichen Rollenstereotyp .....  | 115 |
| 10.7 Bewältigung der Folgen von männlichen oder weiblichen<br>Lebenswelten und Rollenmustern .....      | 121 |
| <b>11. Phase II: Motivation und Ziel- und Wertklärung</b> .....   | 123 |
| 11.1 Motivationale Aspekte und Anamnese .....   | 123 |
| <b>12. Phase III: Verhaltensanalyse und funktionales<br/>Bedingungsmodell</b> .....                     | 131 |
| 12.1 Die „Entdeckung“ der eigenen Lebensgeschichte .....  | 131 |
| 12.2 Verhaltensanalyse und vorläufiges Bedingungsmodell .....   | 132 |
| 12.3 Gender-SORK mit Analyse der kognitiven Planstruktur .....  | 135 |
| 12.4 Genderbewusste Diagnostik am Beispiel der Depression .....   | 139 |
| <b>13. Phase IV: Therapeutische Ziele und Wertklärung</b> .....   | 145 |

## **Teil IV: Spezielle Interventionen mit Fallbeispielen**

|  |     |
|--|-----|
| <b>14. Phase V: Durchführung von ausgewählten Methoden der Verhaltenstherapie genderspezifisiert</b> ..... | 151 |
| 14.1 Geschlechtsrollenanalyse mit Geschlechtsrollendiagramm .....  | 151 |
| 14.2 Einführung in das Geschlechtsrollendiagramm .....   | 152 |
| 14.3 Gendersensitive kognitive Umstrukturierung .....  | 156 |
| 14.4 Gendersensible Machtanalysen .....  | 163 |
| 14.5 Umgang mit Gefühlen – Ein „Männerthema“ .....   | 172 |
| 14.6 Gendersensitive Aspekte bei Suizidalität von Männern .....  | 177 |
| <b>15. Phase VI und VII: Transfer, Erfolgskontrolle und Abschluss der Therapie</b> .....                   | 183 |
| 15.1 Therapiebegleitbuch .....   | 184 |
| 15.2 Bilanzsitzungen .....   | 185 |
| 15.3 Transfer und Prävention .....   | 187 |
| 15.4 Therapiebeendigung ist gleich Ende der therapeutischen Beziehung .....                                | 189 |
| 15.5 Funktionalität .....  | 190 |
| 15.6 Wie genderbewusst ist die Verhaltenstherapie? .....   | 191 |
| 15.7 Was ist nützlich an der Verhaltenstherapie? .....   | 192 |
| <b>16. Wirkfaktoren durch gendersensibles Arbeiten verbessern – Schlussbemerkung</b> .....                 | 195 |
| <b>Literatur</b> .....   | 197 |
| <b>Über die Autorin/den Autor</b> .....  | 205 |