

Karte 8.4: Beispiele für Verträge bei Außenbeziehungen

Sie werden in der Paarsitzung verhandelt und individuell abgesprochen. Das Paar formuliert gemeinsam eine schriftliche, verbindliche Absprache („Vertrag“) und unterschreibt diese in Anwesenheit der Paartherapeutin/des Paartherapeuten.

Vertragsbeispiel 1 (Verena & Peter)

Wir vereinbaren, dass bis zum ... keiner von uns beiden eine endgültige Entscheidung für oder gegen unsere Beziehung fällt.

In den nächsten zwei Wochen zieht Verena in die Souterrainwohnung.

Verena sagt Peter, wann sie zu Karl geht und wiederkommt.

Verena muss Peter nicht sagen, ob sie mit Karl geschlafen hat.

Verena verzichtet auf gemeinsame Wochenenden mit Karl.

In nächster Zeit finden Gespräche über unsere Beziehung nur noch in den Paarsitzungen statt.

Buxtehude, den

.....

(Unterschriften)

Vertragsbeispiel 2 (Hans & Christiane)

1. Kontakt Hans und Anita:

Hans übernachtet nicht bei Anita, fährt mit ihr nicht in Urlaub, nimmt sie nicht mit nach Hause oder in die Ferienwohnung. Er tanzt mit ihr weiter jeden Donnerstag, danach geht er direkt nach Hause. Hans trifft Anita ansonsten noch einmal im Monat für einen Spaziergang (max. 1h). Wenn er sich zusätzlich mit Anita treffen will, spricht er dies mit Christiane ab. (Grund, Dauer, Heimkehr, Verkehrsmittel), Handy ist angeschaltet.

2. Kontakt Hans und Christiane:

Christiane beschränkt ihren Kontakt zu Hans auf die alltägliche Lebensorganisation in der Elternrolle, fragt nichts mehr zu Anita, beginnt eine Einzeltherapie, singt wieder im Chor, schläft separat.

Maxdorf, den

.....

(Unterschriften)