Vorwort: Ich habe einen Traum

Während ich diese Zeilen schreibe, sitze ich in Hardehausen bei Warburg in einer alten Klosteranlage, die als Jugendbildungsstätte umgebaut wurde. Mit dabei sind acht Paare, ihre 15 Kinder, zwei Kolleginnen und drei Kinderbetreuerinnen. Schon seit zwanzig Jahren leite ich diese intensiven paartherapeutischen Seminare, denen wir vor gut zehn Jahren den Namen „Partnerschule" gegeben haben. Sie finden jeweils eine Woche in den Oster- und Herbstferien, an 14 Tagen wie jetzt im Sommer und an vier Wochenenden im Jahr statt. Veranstalter ist die katholische Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen Hagen und Iserlohn.

Warum sitze ich als Eheberater und Paartherapeut regelmäßig in diesen alten Klostermauern? Ganz einfach: Ich habe einen Traum. Ich träume von einer Gesellschaft, die es als ihren Auftrag sieht, den Menschen, die in ihr leben, eine zufriedenstellende nahe Beziehung zu ermöglichen. Die ihre Ressourcen nicht nur für die Rettung von Banken und die Rettung des Euros einsetzt. Der vielmehr bewusst ist, dass das Gelingen einer nahen Beziehung in hohem Maße für die seelische und körperliche Gesundheit ihrer Mitglieder, für das Gedeihen von Kindern und Jugendlichen verantwortlich ist. Konkret bedeutet dies, dass Paare, die in einer partnerschaftlichen Krise stecken, innerhalb von 14 Tagen ein Beratungsangebot erhalten. Und ganz ähnlich wie wir als Gesellschaft über die Rentenversicherungsträger gesundheitlich beeinträchtigte Menschen für vier oder sechs Wochen z. B. zur „Kur", also zu einer stationären Rehabilitation, schicken, ermöglicht es eine solche Gesellschaft auch Paaren, die gravierende Schwierigkeiten im Miteinander haben, diese Probleme unter den räumlichen und zeitlichen Bedingungen eines solchen Settings zu klären und Wege der Bewältigung zu lernen.

Ich träume von Kolleginnen und Kollegen, die sich in ihrem Vorgehen bei der Behandlung von Beziehungsstörungen an den Ergebnissen und Vorgaben der Therapieforschung (z. B. Grawe, Donati & Bernauer, 1994) orientieren. Ich wünsche mir Mitarbeiter, die die Ergebnisse von Studien über die Wünsche von Ratsuchenden an eine Paarberatung (vgl. Sassmann & Klann, 2004) kennen und ernst nehmen. Kolleginnen und Kollegen, die es als selbstverständlich empfinden, die Wirksamkeit ihres Handelns zu überprüfen und im Sinne der Ratsuchenden zu verbessern.

Eigentlich sind diese Träume von der realen gesetzlichen Grundlage gar nicht so weit entfernt. Im Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland wird ausdrücklich der Schutz von Ehe und Familie betont! Im Sozialgesetzbuch VIII wird in § 17 KJHG (Kinder- und Jugendhilfegesetz) allen Paaren, die für Kinder Sorge tragen, ein Rechtsanspruch für das Erlernen partnerschaftlichen Miteinanders (§ 17.1) zugestanden. Im Konfliktfall sollen sie Problemlösestrategien lernen (§ 17.2) und falls es doch zu einer Trennung oder Scheidung kommt, steht ihnen Unterstützung zu, um zu einer einvernehmlichen Umgangsregelung mit ihren Kindern zu kommen (§ 17.3; Barabas, 2001, 2003).

Wer in der Beratungsszene tätig ist, weiß allerdings, wie die Realität aussieht, wie lang die Wartelisten sind und wie wenig Kapazitäten vorhanden sind …

Dabei hätte eine gezielte und schnelle Paarberatung auch einen bedeutenden Einfluss auf die „Volkskrankheit" Depression. Zahlreiche Studien weisen auf den Zusammenhang hin und empfehlen unbedingt die Einbeziehung des Partners in die Behandlung (Atkins, Marin, Lo, Klann & Hahlweg, 2010). Auch im Rahmen der *Partnerschule* zeigten sich die höchsten Effektstärken in der Veränderung klinisch auffälliger depressiver Verstimmungen (Kröger & Sanders, 2005).

Das Symposium mit dem Titel „Beziehungs-Weise – Paarberatung als Herausforderung, weise (kluge) Beziehungs-Kompetenzen vermitteln!" auf dem 26. Kongress für Klinische Psychologie, Psychotherapie und Beratung in Berlin, dessen Beiträge Sie in dem Themenschwerpunkt dokumentiert finden, hatte sich zum Auftrag gemacht, Aktuelles und Nachhaltiges zum Stand von Eheberatung und Paartherapie zusammenzutragen.

Zunächst einmal finden Sie *einen einführenden Aufsatz von mir*. Basierend auf meiner langjährigen Erfahrung als Leiter einer Eheberatungsstelle und auf der Grundlage des aktuellen wissenschaftlichen Forschungsstandes werden *Gründe aufgezeigt, die zum Scheitern einer nahen Beziehung führen können*. Das Wissen um diese Gründe ist die Voraussetzung, Ratsuchenden effektiv helfen zu können *und* diese Situation als eine Herausforderung zu begreifen. Fundamental ist in diesem Zusammenhang der Wandel der gesellschaftlichen Erwartungen an eine Ehe. So wurde vor 110 Jahren mit dem Inkrafttreten des Bürgerlichen Gesetzbuches am 1.1.1900 die Ehe als

eine vom „Willen der Gatten unabhängige sittliche und rechtliche Ordnung“ (Mugdan, 1899, S. 301) postuliert. Heute ist das Selbstverständnis ein ganz anderes und das hat natürlich Auswirkungen! Zum Beispiel auf die Erwartungen an eine Ehe, etwa im Spannungsfeld zwischen der Hoffnung auf Wohlfühlglück und der ganz normalen Bewältigung des Alltags oder auch bezüglich der Sichtweise der Sexualität für das Miteinander von Mann und Frau. Ausgangslage der Situationsbeschreibung in meinem Beitrag sind ferner Hinweise aus zwei Studien über Ratsuchende an Eheberatungsstellen und deren Wünsche an Berater und Beraterinnen. Abschließend wird betont, dass es ein besonderes Anliegen des Symposiums war, evidenzbasierte Vorgehensweisen in der Ehe- und Partnerschaftsberatung vorzustellen. Damit möchte ich Kolleginnen und Kollegen Mut machen, die eigenen Vorgehensweisen transparent zu beschreiben und auf ihre Wirksamkeit und Nachhaltigkeit hin zu überprüfen.

In einem zweiten Beitrag stelle ich die von mir entwickelte *Partnerschule als eine klärungs- und bewältigungsorientierte Vorgehensweise in der Ehe- und Paarberatung* vor. Dabei handelt es sich vor allem um eine Beratung in und mit Gruppen, da Beziehungslernen am besten mit anderen Menschen ermöglicht werden kann. In drei verschiedenen Modulen haben die Teilnehmer die Gelegenheit, im Sinne von Klaus Grawes konsistenztheoretischen Überlegungen Erfahrungen zu machen, die für die psychische Gesundheit wesentlich sind (Grawe, 1998, 2004). Dabei handelt es sich um Erfahrungen einer sicheren Bindung (z. B. zum Berater oder zur Beraterin), um Erfahrungen von Orientierung und Kontrolle (d. h. zu erfahren, was genau in der Beratung geschieht und warum) und um vielfältige Möglichkeiten, ab dem ersten Kontakt mit dem Berater oder der Beraterin selbstwerterhöhende Erfahrungen zu machen.

Die Partnerschule wurde im Alltag der Beratungsstellen in Hagen und Iserlohn entwickelt und bewährt sich dort seit über 20 Jahren. An ihren Seminaren nehmen im Durchschnitt acht Paare und – soweit gewünscht – deren Kinder teil. Während der Arbeitszeiten werden diese parallel betreut. Durch prospektive Untersuchungen wurde diese therapeutische Vorgehensweise auf ihre Wirksamkeit hin überprüft und bestätigt. Neben diesem wissenschaftlichen Nachweis spricht noch ein anderer für die Nachhaltigkeit und gleichzeitig für die gesellschaftliche Bedeutung dieses Ansatzes: Ehemalige Teilnehmer haben im Jahr 2000 das Netzwerk Partnerschule e. V. gegründet. Diesem gehören mittlerweile etwa 250 Mitglieder an. Sie pflegen eine Vielzahl von Kontakten untereinander, werden sich so gegenseitig zu Wegbegleitern. Wissenschaftlich ausgedrückt machen sie Empowerment-Erfahrungen und nehmen so Einfluss auf ihre soziale Wirklichkeit. Ganz „nebenbei“ unterstützen sie durch Beiträge und Spenden die Finanzierung der Kinderbetreuung und ermöglichen Familien, die nicht die notwendigen finanziellen Mittel zur Verfügung haben, durch Zuschüsse eine Teilnahme an der Partnerschule.

Ein wesentlicher Bestandteil der Partnerschule ist das *Embodiment*. *Heike Hofmann* zeigt in ihrem Artikel auf, wie es möglich wird, den *Körper als kompetenten Helfer in Problemlösungsprozesse eines Paares* mit einzubeziehen. Denn durch das Einnehmen einer gewählten Körperhaltung werden Emotionen ausgelöst und beeinflusst. So wird es möglich, sich schon nach wenigen Minuten Körperaktivität in einer ganz neuen Weise seinen Problemen zuzuwenden. An drei Beispielen des von ihr entwickelten *Paarembodiments* verdeutlicht sie die Chancen und Wirkungsweisen dieser körperorientierten Vorgehensweise für Entwicklungsprozesse in der Paarberatung.

Da Sexualberatung und Paarberatung nicht voneinander zu trennen sind, wurde dieser Themenkomplex auf unserem Symposium in zwei Beiträgen aufgegriffen. *Winfried Fuchs* stellt den von ihm entwickelten Ansatz vor, *der eine achtsamkeitsbasierte Gestaltung der Sexualität in Paarbeziehungen (AGSP*) ermöglicht. Ganz bewusst weist er darauf hin, dass es sich dabei nicht um Sexual*therapie* handelt – die letztlich eine sexuelle Störung von Krankeitswert voraussetzt. Stattdessen handelt es sich um einen edukativen Ansatz, ein erfahrungsorientiertes Bildungsangebot für Paare im Paar- oder im Gruppensetting. Durch die Vermittlung von praktischem Wissen soll Hilfe zur Selbsthilfe geleistet werden. So kann ein Paar eine neue Orientierung im Erleben und bewussten Gestalten seiner Liebe und Sexualität erhalten.

Auch *Notker Klann* widmet sich diesem Thema, indem er das von ihm erarbeitete *LernProgramm Sexualität und Spiritualität* beschreibt. Dazu hat er Elemente zusammengestellt, die evidenzbasiert sowie leicht erlernbar sind und die sich erfolgreich in der Paarberatung bewährt haben. Vorgestellt werden nicht nur die Lernziele dieses Programms und die eingesetzten Methoden, sondern auch der forschungsmethodische Zugang, um diesen Ansatz zu evaluieren, d. h. auf seine Wirksamkeit und Nachhaltigkeit zu überprüfen.

Ein in Deutschland bislang noch recht unbekannter, aber sehr effektiver Ansatz wird von *Christian Roesler* vorgestellt: *Die Konzeptualisierung der Paarbeziehung als Bindung in der Emotionsfokussierten Paartherapie (EFT) und die Vorhersage ihrer Entwicklung anhand des Paarinterviews zur Beziehungsgeschichte*. Diese Herangehensweise zeichnet sich dadurch aus, dass die emotionale Abhängigkeit der Partner voneinander als etwas Normales und Gesundes gesehen wird. Denn die Partner suchen beim anderen nach emotionaler Sicherheit, also einem „sicheren Hafen" im Sinne einer Bindungsbeziehung, insbesondere bei Belastung und Stress. Hierbei handelt es sich beinahe um eine Trendwende in der Paartherapielandschaft gegenüber der Haltung in den siebziger und achtziger Jahren. Damals wurde vor allem die Autonomie des Einzelnen betont und die Arbeit an Auswegen aus vermeintlich zu starker Abhängigkeit stand im Mittelpunkt. Die bindungstheoretische Sicht der Paarbeziehung betont demgegenüber, dass Autonomie erst dann möglich wird, wenn eine Person genügend emotionale Sicherheit in ihren wesentlichen interpersonellen Beziehungen, insbesondere in der Paarbeziehung, findet.

Den Abschluss des Symposiums – und damit auch des Schwerpunktes – bildete das Referat von *Christine Kröger* zum Thema *Praxisbegleitende Forschung in der Institutionellen Paarberatung*. Ihr Artikel macht deutlich, warum empirische Forschung gerade in diesem Bereich so wichtig ist. Wer hätte gedacht, dass sich nach einer Paar- oder Familientherapie die Inanspruchnahme ambulanter medizinischer Behandlungen um rund 22 % reduziert? Außerdem findet sich hier ein Überblick über die wichtigsten Erkenntnisse der Evaluationsforschung im Rahmen der Institutionellen Ehe- und Paarberatung. Die dargestellten Erkenntnisse und Überlegungen sind für die aktuelle politische Diskussion um die öffentliche Förderung von Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen von kaum zu überschätzender Bedeutung. Dennoch bleibt weitere Forschung, vor allem zu spezifischen, eng umgrenzten Fragestellungen, wie etwa der Effektivität unterschiedlicher therapeutischer Vorgehensweisen eine wichtige zukünftige Aufgabe und Herausforderung.

Rudolf Sanders, Hagen

Literatur

Atkins, D. C., Marin, R. A., Lo, T. T., Klann, N. & Hahlweg, K. (2010). Outcomes of couples with infidelity in a community-based sample of couple therapy. *Journal of Family Psychology, 24,* 212–216.

Barabas, F. K. (2001). Rechtsanspruch auf Beratung! Der §17 KJHG und seine Konsequenzen für die Kommunalpolitik. *Beratung Aktuell, 2* (1). Verfügbar unter: www.beratung-aktuell.de/17kjhg.pdf.

Barabas, F. K. (2003). *Beratungsrecht – Ein Leitfaden für Beratung, Therapie und Krisenintervention.* Frankfurt a. M.: Fachhochschulverlag.

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

Grawe, K. (2004). *Neuropsychotherapie.* Göttingen: Hogrefe.

Grawe, K., Donati, R. & Bernauer, F. (1994). *Psychotherapie im Wandel – Von der Konfession zur Profession.* Göttingen: Hogrefe.

Kröger, C. & Sanders, R. (2005). Paarberatung in und mit Gruppen – eine wirksame Intervention? *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie, 34,* 47–53.

Mugdan, B. (Hrsg.). (1899). *Die gesamten Materialien zum Bürgerlichen Gesetzbuch für das Deutsche Reich, Bd. 4.* Berlin: Keip.

Sanders, R. (2006). *Beziehungsprobleme verstehen – Partnerschaft lernen: Partnerschule als Kompetenztraining in Ehe und Familienberatung.* Paderborn: Junfermann.

Saßmann, H. & Klann, N. (2004). Wünsche der Ratsuchenden und Erfahrungen von BeraterInnen als Orientierung für eine bedarfsgerechte Planung. *Beratung Aktuell, 5* (2), 151–164.

Steffen Fliegel & Annette Kämmerer (Hrsg.)

Psychotherapeutische Schätze II

125 weitere praktische Übungen, Methoden und Herausforderungen

In zahlreichen Übungen, Methoden und Techniken und – neu in diesem zweiten Band – Reaktionsmöglichkeiten auf therapeutische Herausforderungen werden Impulse und Anregungen zum therapeutischen Handeln gegeben.

2009, 272 Seiten, EUR 24,80 (ermäßigt für DGVT-Mitglieder: EUR 19,80)
ISBN 978-3-87159-092-4