

Hilfe! Eheretter gesucht!
Dr. Rudolf Sanders

Natürlich nicht nur eine Ehe, sondern auch Partnerschaften suchen Rettung. Wenn ich mir anschau, mit wie viel Aufwand eine Hochzeit zelebriert wird - Hochzeitsplaner werden engagiert, die Blumen in der passenden Farbe aus Übersee eingeflogen -, dann scheint doch der Ehe als solche eine exponierte Bedeutung zuzukommen. Das Ja für immer! „Auf mich kannst Du Dich verlassen, ich bin für Dich da!“ Geht man nicht in die Kirche zur Trauung, sind das Jawort auf dem Leuchtturm oder der Segen eines



Schamanen recht beliebt. Auch der Kampf um die Anerkennung gleichgeschlechtlicher Eheschließungen deutet auf die besondere Bedeutung dieses lebensentscheidenden Entschlusses hin. Vielleicht will man dadurch die Hoffnung auf ein Gelingen dieses Abenteuers unterstreichen.

„Wir sind sehr angesprochen worden von dem Satz: „Partnerschule - statt Scheidung!“ Denn wir lieben uns, aber vieles klappt leider nicht gut im Alltag; besonders seit unsere wundervolle Tochter Charlotte (3 Jahre jung) unser gemeinsames Leben bereichert, sind wir, Lara und Sven, häufig an unserer Belastungsgrenze auf allen Ebenen. Außerdem ´triggern` wir uns regelmäßig gegenseitig und stellen dann fest, dass wir trotz guter Vorsätze und dem Wunsch, miteinander glücklich zu sein, erschöpft sind von unseren Konflikten und dem Umgang damit. Wir haben so in etwa 14 gute Tage pro Monat und 14 schlechte Tage. Das ist seit etwa 3 Jahren so.“

So eine E-Mail an mich aus September 2023. Insbesondere sind es junge Paare zwischen 25 und 35 mit und ohne Kinder, die das, was sie selbst in ihrer Herkunftsfamilie an Trennung und Scheidung erlebt haben, nicht sich selbst und ihren Kindern antun wollen. Dringende Hilfe tut also Not!

„Da Kinder nach „positiver“ Scheidung der Eltern nur unwesentlich oder gar nicht positiver abzuschneiden scheinen als Kinder in ungünstigen Scheidungskonstellationen, stellt sich die Frage, ob man weiterhin von einer positiven Scheidung für Kinder sprechen kann.“ (Bodenmann 2016, S. 213) Bodenmann weist er darauf hin: „Die Scheidung gehört neben chronischen destruktiven Partnerschaftskonflikten zu einem der bedeutendsten Risikofaktoren für die Entwicklung psychischer Störungen beim Kind und Jugendlichen und stellt eine lebenslange Vulnerabilisierung dar“. (Bodenmann 2016, S.167).

Aufgrund dieser Studien positionieren sich die Herausgeber einer aktuellen Veröffentlichung eindeutig zur „Rettung“:

„In Spannung zueinander stehen bei Trennungsüberlegungen bei Paaren mit Kindern häufig die Bedürfnisse betroffener Kinder nach Stabilität und Kontinuität mit dem *Diktat der Individualisierung*, d.h., den Bedürfnissen der Erwachsenen nach Neuanfang und Weiterentwicklung, danach, ihr persönliches (Liebes-)glück zu finden und ihrer Wege zu ziehen. Doch auch die Belastungen für Erwachsene, die aus einer Trennung entstehen, sind - je nach familiären Ressourcen - häufig weitreichend, was im Vorwege einer solchen Entscheidung nicht immer bedacht wird. Vieles spricht für eine Aufwertung von

Langzeitbeziehungen und Überwindung partnerschaftlicher Schwierigkeiten. Dies steht jedoch im Kontrast zur schlechten Versorgungslage im Bereich der Paarprävention und -therapie in Deutschland.“ (Roesler & Brüning 2024, S.9).

Der Mut bei Paaren ist also da, die Scham zu überwinden, sich Hilfe zur Rettung der Beziehung zu suchen. Und es gibt überzeugende Beweise dafür, dass dies tatsächlich gelingt; nicht nur die Rettung, sondern es wird darüber hinaus auch möglich, im Angesicht des Anderen aufzublühen. Dann wird eine zuverlässige Verbundenheit zur Grundlage der Selbstverwirklichung.

Jetzt kommt das eigentliche Problem! Das besteht nämlich darin, eine Beratung in einer Institutionellen Paar- und Familienberatungsstelle zu finden. „Melden Sie sich bei uns in vier bis sechs Wochen wieder, wenn Sie dann das Problem immer noch haben, setzen wir sie auf die Warteliste“, so die freundliche Dame am Telefon der Beratungsstelle. Anstatt in die Prävention der Folgen von Trennung und Scheidung zu investieren, werden die Sozialtats gekürzt. So machen sich dann nicht wenige auf die Suche im Internet. Da Paartherapie kein geschütztes Produkt ist, hat man Glück oder auch nicht, die Richtige oder den Richtigen dort zu finden. Um dieses Dilemma zu lösen, auf der einen Seite ausgebildete qualifizierte Berater*innen zu finden, die keine Anstellung bekommen und auf der anderen Seite Ratsuchenden, die gerne für dieses Angebot bezahlen wollen, haben sich z.B. Kolleg*innen zusammengeschlossen. Im Internet weisen sie auf sich hin, damit Ratsuchende qualifizierte Paartherapie direkt ohne lange Recherche finden können.

Aus meiner Sicht handelt es sich hierbei um eine kreative Notlösung, die aber den Charakter der Selbstausbeutung hat. Von 100 € für eine Stunde müssen Praxiskosten, Steuern, Krankenversicherung etc. gezahlt werden, auch bekommt man weder Krankengeld noch Altersversicherung. Last but not least muss eine ausreichende Zahl von Paaren akquiriert werden. Das kann nicht die Zukunft der Ehe- und Paarberatung in Deutschland sein!

Paar-, und Familienberatungsstellen als Orte der Prävention trennungs- und scheidungsbedingter Folgen

Nach über 30 Jahren Arbeit mit Paaren, davon 25 Jahre als Leitung der Ehe- und Familienberatungsstelle Hagen & Iserlohn halte ich die Bestandssicherung und Förderung der Paar-, und Familienberatungsstellen als Orte der Prävention trennungs- und scheidungsbedingter Folgen für eine zukunftssträchtige Vision (Sanders 2023).

James Heckman gewann im Jahr 2000 den Nobelpreis für Wirtschaftswissenschaften, weil er unter anderem nachweisen konnte, dass 1 \$, der darauf verwendet wird, für Babys und Kleinkinder angemessen zu sorgen, der Gesellschaft langfristig Kosten in Höhe von 7 \$ erspart, in Form geringer Kosten für medizinische und juristische Betreuung, Gefängnisaufenthalte und außerdem höhere Steuereinnahmen aufgrund erhöhter Produktivität generiert. So sind Therapieansätze,



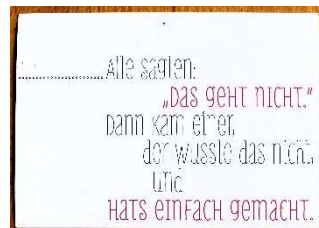
die Eltern-Kind-Interaktion in den Mittelpunkt stellen, die effektivsten therapeutischen Verfahren überhaupt.

Also was tun, wenn unsere Klient*innen in ihrer Herkunftsfamilie keine sichere Bindung erfahren haben? Wenn sie zum Überleben Muster der Vermeidung, der Verstrickung generieren mussten? Diese sind nach meiner über nun mehr als 30 Jahren Tätigkeit als Paartherapeut nämlich die zentrale Ursache partnerschaftlicher Probleme.

Heckman verwies darauf, dass Bindung und Verständnis viel wichtiger für die menschliche Entwicklung sind als Geld. Die Maßeinheit für Kinderarmut ist nicht Geld, sondern die Abwesenheit von Bindung, Verlässlichkeit, Aufsicht und emotionaler Unterstützung. Es ist verrückt zu glauben, dass 1000 Dollar mehr die Probleme der benachteiligten Kinder lösen könnten. Erfolgreiche Frühförderprogramme ergänzen das frühe Familienleben. Je länger die Gesellschaft wartet, um in das Leben eines benachteiligten Kindes einzugreifen, desto teurer wird es. Traditionell haben wir den Armen Almosen gegeben – die Redistribution von Reichtum und Einkommen. Stattdessen müssen wir zu einer Predistribution kommen. Die Rendite selbst bei kostenintensiven Frühförderprogrammen ist hoch, nach fundierten Kalkulationen zwischen sieben und zehn Prozent, das ist viel mehr als das, was Sparbücher oder Investitionen an der Börse bringen (Brink 2013).

Was können wir als Beraterin und Berater tun? Eine ganze Menge, wie ich es als einfacher Stellenleiter tat.

So die Karte, die
Kollegin aus
Anliegen
alles
zu stellen, was ihre



ich zur Verabschiedung von einer lieben Höxter bekam. Sie hatte mich in meinem verstanden! Denn mein Ziel ist es, Paaren wissenschaftlich Fundierte zur Verfügung Ehe, ihre Familie, ihre Partnerschaft nicht nur stabilisiert, sondern aufblühen lässt. Dies ist mir Antrieb bis heute.

Aus meiner über 30-jährigen Erfahrung in der Arbeit mit Paaren und Familien empfehle ich folgendes:

1) In Verbundenheit aufblühen! Eine Hoffnung auf Verbesserung induzierende Zielformulierung der eigenen Arbeit.

2) Zentrierung
und
Angebot, mit
Webseiten
Eindruck eines



der Arbeit an Beratungsstellen auf die Paar-Familienberatung. Schauen Sie sich das dem auf manchen institutionellen geworben wird, an, so habe ich den Gemischtwarenladens. Bearbeitung von Trauer, Verlust, Leistungsdruck, Mobbing, Ausgrenzung, Selbstzweifel, Burn Out oder Ängsten. Hierbei handelt es sich gewiss für die Betroffenen um große persönliche Herausforderungen. Aber sind wir wirklich in der Lage, Menschen in diesen Situationen angemessen und professionell zu helfen? Bleibt es nicht bei einem empathischen Zuhören? Sind dafür nicht eher ehrenamtliches bürgerschaftliches Engagement wie z.B.

in Telefonseelsorge, Besuchsdienste von Frauengemeinschaften wie der KFD, Selbsthilfegruppen von Caritas und Diakonie, Moscheegemeinden oder auch Geistliche und Imame die richtigen Ansprechpartner? Wenn dieses nicht ausreicht, da es sich um eine psychische Erkrankung handelt, dann approbierte Psychotherapeut*innen!

3) Um die Warteliste zu verkleinern, bin ich 1990 im Pfarrheim St Aloisius in Iserlohn angefangen mit fünf Paaren als Gruppe gleichzeitig zu arbeiten. Der Erfolg war überwältigend. Ein besonderer Renner in der Beratungsstelle waren die Abendgruppen über zehn Treffen von 18 bis 22 Uhr. Ein Highlight hier das gemeinsame Abendessen um 19:30 Uhr bis 20 Uhr, zu dem jeder etwas mitgebracht hatte. Der Erfolg liegt auch darin begründet, dass die Teilnehmer untereinander heilsam werden. Da dieses Angebot bis heute sehr nachgefragt ist, habe ich im Herbst 2023 meine 181. Paargruppe über 8 Tage in der Jugendbildungsstätte Hardehausen geleitet. Das Wohl der Kinder habe ich immer im Blick. Sie sollen nicht der Grund sein, dass Eltern nicht an einem Seminar teilnehmen können! Deshalb bestand bei mehrtägigen Gruppen von Anfang an die Möglichkeit einer parallelen Kinderbetreuung. Der Paarberatung in und mit Gruppen ist der Schwerpunkt meines Buches Beziehungsprobleme verstehen Partnerschaft lernen (Sanders 2006). Es kann kostenfrei heruntergeladen werden.

Wenn wir in den Beratungsstellen mit Gruppen arbeiten, sind wir absolut auf dem Stand wissenschaftlicher Forschung: „Für Patienten, bei denen Veränderungen im zwischenmenschlichen Bereich erwünscht sind, ist das gruppentherapeutische Setting aber dem einzeltherapeutischen auf jeden Fall vorzuziehen.“ (Grawe et al. 2001, S.706). Die Arbeit in Gruppen gehört in psychosomatischen Rehakliniken zum wichtigsten Standbein! Ökonomische Überlegungen spielen dabei auch eine wichtige Rolle. Was sollte uns also an Beratungsstellen hindern, im Rahmen einer Qualitätsoffensive die Arbeit mit Gruppen deutlich in den Vordergrund zu stellen?

4) Gerade für Paare mit Kindern ist es oft herausfordernd, Beratung zu organisieren, weil sie nicht wissen, wie ihre Kinder in dieser Zeit betreut werden können. Seit 1990 besteht deshalb bei meinen mehrtägigen Gruppenseminaren die Möglichkeit, dass Kinder parallel zur Arbeit ihrer Eltern betreut werden. Das Alter schwankt von frisch geboren bis etwa 16 Jahre. Dabei entstand ein zunächst nicht bewusst geplanter, aber höchst effektiver Nebeneffekt. Dieser könnte dazu führen, dass wir Familienberatung ganz neu denken können. „Wie schön, dass meine Eltern zu Dir in die Partnerschule gehen!“, sagte mir die achtjährige Marie am Mittagstisch. Kindermund tut einfach Wahrheit kund! (Sanders 2013)



5) Wissenschaftlich fundierte Aussagen über die Qualität und Nachhaltigkeit unserer Arbeit ist wesentlich für zukünftige öffentliche Finanzierung. Durch kontinuierliche quantitative und qualitative Forschung ist es mir gelungen, dass die Art meiner Eheberatung, die ich im Sinne einer leichteren Zugänglichkeit für Ratsuchende Partnerschule nenne, in der Grüne Liste Prävention (2016) beim Justizministerium in Niedersachsen geführt wird. Einen sehr guten und kostengünstigen Einstieg in die Evaluation der eigenen Beratungstätigkeit bietet der PFB-K, basierend auf dem Artikel von Kliem et al. (2012). Der Fragebogen bietet eine unkomplizierte und

schnelle Möglichkeit zur Diagnostik und zur Evaluation. Zehn Fragen bilden die interpersonelle Funktionsfähigkeit eines Paares ab, und Letztere gilt als wesentlicher Bestandteil der Partnerschaftsqualität. Abgefragt wird eine subjektiv eingeschätzte Zufriedenheit mit der eigenen Partnerschaft bzw. Ehe, die maßgeblich durch einen hohen Anteil an gemeinsamen Erlebnissen und durch eine hohe affektive Beteiligung der Partner*innen beeinflusst wird. Damit hat jeder Therapeut ein ökonomisches, reliables und valides Instrument zur Überprüfung der eigenen Wirksamkeit an der Hand.

5) Gutes tun und davon reden! Also in Jahresberichten der Beratungsstelle, in Beratung als Profession oder im BLICKPUNKT EFL von der Wirksamkeit der Arbeit anderen Kolleg*innen berichten. Dank unserer engen Kooperation mit dem Bundesfamilienministerium werden solche Beiträge aufmerksam gelesen!

6) Das Gespräch mit Abgeordneten in der Kommune, dem Land und dem Bund suchen und dort das Anliegen Paar-, und Familienberatungsstellen als Orte der Prävention Trennungs- und scheidungsbedingter Folgen vortragen. Damit konnte ich in Iserlohn Zuschüsse der Stadt für eine halbe Stelle erreichen. Im Rahmen der DAJEB werden wir Sie in diesem Anliegen im Rahmen der gesellschaftspolitischen Entscheidungsfindung durch unsere Qualitätsoffensive unterstützen. Unterstützen Sie uns durch Ihre Mitgliedschaft in der DAJEB.

Ein Wort zum Schluss.

Ganz persönlich als Großvater und in meiner therapeutischen Arbeit mit jungen Paaren bekomme ich hautnah mit, was diese leisten. Das ist nicht selten hart an der Grenze zur Überforderung. Mit ihrem Einsatz als Eltern leisten sie einen hohen Beitrag für unsere Gesellschaft. Diesem können wir nur mit höchstem Respekt und Achtung begegnen. So ist es eine Verpflichtung, dass wir ihnen als Gesellschaft alles zur Verfügung stellen, was sie zum Gelingen ihrer Ehe brauchen. Die gesetzlichen Grundlagen dafür finden wir im SGB VIII § 17 KJHG. Diese gilt es umzusetzen durch eine ausreichende Bereitstellung institutioneller Paar- und Familienberatung. Das alleine reicht allerdings nicht! Ist es nicht ein großer Vertrauensvorschuss, dass Paare oft als letzte Chance unsere Hilfe suchen, um ihre Ehe zu retten? Deshalb sollte es für uns, liebe Kolleginnen und Kollegen, eine Ehrensache sein, in unserer Arbeit auf dem Stand wissenschaftlicher Forschung zu bleiben und alles für das Gedeihen von Familien zu tun, denn die Art und Weise des Miteinanders in einer Paarbeziehung ist dafür die Schlüsselrolle. Kinder spüren, wenn ihre Eltern sich um das Wachsen ihrer Liebe mühen, das lässt sie gut gedeihen und fördert ihre Entwicklung in hohem Maße.



[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

Literatur

Bodenmann G. (2016). *Lehrbuch Klinische Paar- und Familienpsychologie*. Göttingen: Hogrefe.

Brink C. (2013). *Auf die Familie kommt es an. Frühförderung zahlt sich aus, für die Kinder und für die Gesellschaft, sagt der Wirtschaftsnobelpreisträger James Heckman*. 20. Juni 2013. DIE ZEIT Nr. 26/2013

Grawe K., Donati R. & Bernauer F. (2001). *Psychotherapie im Wandel, Von der Konfession zur Profession*. Göttingen: Hogrefe.

Grüne Liste Prävention (2016). *"Communities That Care - CTC"* Landespräventionsrat Niedersachsen Niedersachsen (LPR) Niedersächsisches Justizministerium.

Kliem, S., Job, A., Kröger, C., Bodenmann, G., Stöbel-Richter, Y., Hahlweg, K., & Brähler, E., (2012). *Entwicklung und Normierung einer Kurzform des Partnerschaftsfragebogens (PFB-K) an einer repräsentativen deutschen Stichprobe*. Zeitschrift für klinische Psychologie und Psychotherapie Forschung und Praxis. Verlag, Göttingen: Hogrefe, 41 (2) 81-89.

Roesler, C. & Brüning, S. (Hrsg.) (2024). *Paarbeziehung im 21. Jahrhundert - Psychosoziale Entwicklungen und Spannungsfelder*. Stuttgart: Kohlhammer.

Sanders R. (2013). *Kinder als implizite Zeugen der Ehe-therapie ihrer Eltern*. In B. Röhrle & H. Christiansen (Hrsg.) *Prävention und Gesundheitsförderung Bd.V, Hilfen für Kinder in schwierigen Situationen*, Tübingen: dgvt-Verlag S.307 -332.

Sanders R. (2023). *Partnerschule als Kontextmodell in Ehe-, Partnerschafts- und Familienberatung. Prävention trennungs- und scheidungsbedingter gesundheitlicher Beeinträchtigungen*. *Beratung-Aktuell* 24. Jg. 4 -24.

Der PFB-K kann im 25er-Pack bei der Testzentrale Hogrefe bestellt werden. Artikelnummer: 0115303 25 für 13,50 €.

www.testzentrale.de/shop/fragebogen-zur-partnerschaftsdiagnostik.html

.