

Masterarbeit zum Thema

Begleitung von Paaren in Krisen. Theorien, Konzepte und Methoden der Paarberatung mit besonderem Blick auf den systemischen Ansatz

vorgelegt von

Julia Werner

Neubrandenburg, 03.08.2015

Erstgutachterin: Prof. Dr. Barbara Bräutigam

Zweitgutachterin: Prof. Dr. Vera Sparschuh

Hochschule Neubrandenburg

Fachbereich für Soziale Arbeit, Bildung und Erziehung

Masterstudiengang Beratung

urn:nbn:de:gbv:519-thesis2015-0728-8

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	3
1 Zur historischen Herausbildung und den theoretischen Grundlagen systemischer Paarberatung	5
1.1 Verwendung der Begrifflichkeiten von Paarberatung und Paartherapie.....	5
1.2 Historische und gesellschaftliche Hintergründe der Herausbildung der systemischen Paarberatung	7
1.2.1 Zum gegenwärtigen Stand von Paarberatungsstellen in Deutschland	7
1.2.2 Entwicklungslinien der systemischen Paarberatung	7
1.3 Theoretische Grundlagen systemischen Denkens.....	10
2 Charakteristika der Paarbeziehung und die Erkennung von Partnerschaftskrisen in der Paarberatung	13
2.1 Ausgewählte Theorien und Modelle der Paarbeziehung.....	13
2.1.1 Die Unterscheidung der Paarbeziehung in Partnerschaft und Liebesbeziehung	13
2.1.2 Die Beziehung als ihr eigenes Werk – das Beziehungsverständnis nach Michael Mary	15
2.1.3 Die Masken der Partnerschaft nach Goldbrunner	16
2.2 Paarverlaufsmodelle	17
2.2.1 Das ABCDE-Modell nach George Levinger und dessen Weiterentwicklung.....	18
2.2.2 Die Verlaufsphasen von Zweierbeziehungen nach Lenz	19
2.3 Die Paarbeziehung in der Krise	20
2.3.1 Anforderungen an die Paarbeziehung in spätmodernen Gesellschaften	20
2.3.2 Entstehungsbedingungen von Paarkrisen	22
2.3.2.1 Über den Zusammenhang von Konflikten und Krisen in Paarbeziehungen ..	22
2.3.2.2 Entstehungsbedingungen von Krisen – zwischen Entwicklung und Stagnation.....	23
2.3.2.3 Die Bedeutung von Phasenübergängen und Schwellen-Wendepunkten bei der Entstehung von Paarkrisen	25
2.3.3 Anzeichen von Paarkrisen	27
2.3.4 Ambivalente Paare – wenn Trennung die bessere Lösung ist	29
2.3.5 Über den Einfluss krisenhafter Paarverläufe auf die Gesundheit der Partner	32
3 Zu den Rahmenbedingungen und der thematischen und konzeptionellen Gestaltung systemischer Beratungsprozesse mit Paaren	34
3.1 Aktuelle Themenschwerpunkte in der Paarberatung	34
3.1.1 Liebe und emotionale Nähe	35
3.1.2 Alltagsstress	35
3.1.3 Sexualität	37
3.1.4 Affären.....	39

3.2 Rahmenbedingungen systemischer Paarberatung.....	40
3.2.1 Zur Bedeutung der Berater-Klienten-Beziehung	40
3.2.2 Die beraterische Grundhaltung des systemischen Beraters.....	41
3.2.3 Die Besonderheiten des Settings in der systemischen Paarberatung	43
3.3 Ausgewählte Beratungskonzepte	45
3.3.1 Begriffsklärung	45
3.3.2 Das Beratungskonzept „Begegnung im Fallverstehen“ nach Welter-Enderlin	46
3.3.3 Das Beratungskonzept der „Acht Orientierungsebenen“ nach Thomas Hess	47
3.3.4 Gegenüberstellung der Beratungskonzepte	50
 4 Eine Auswahl systemischer Methoden und Interventionsmöglichkeiten in der Paarberatung	 51
4.1 Zur allgemeinen Bedeutung und Funktion von Interventionen in der systemischen Beratung	51
4.2 Aufbereitung und Visualisierung von Informationen mittels Genogramm.....	52
4.3 Methoden der Hypothesenbildung und handlungsorientierte Interventionen	54
4.3.1 Fragetechniken und Kommentare	54
4.3.2 Handlungs- und erlebnisorientierte Interventionsmöglichkeiten.....	55
4.3.2.1 Symbolisch-metaphorische Techniken	56
4.3.2.2 Psychodramatische und aktionsorientierte Interventionen	57
 5 Schlussbetrachtung.....	 58
 Literatur- und Quellenverzeichnis	
Anhang	

Einleitung

In den letzten Jahren haben die Buchbestände eines bestimmten Genres im Buch-Fachhandel im Vergleich zu anderen Rubriken ein expansives Ausmaß angenommen (vgl. Dechmann & Ryffel, 2007, S. 9). Es handelt sich um Beziehungsratgeber-Literatur. „Glück das bleibt: Wie Beziehungen gelingen“ (Hellinger, 2012), „Der Beziehungsretter: Wie Sie einfach überraschende Lösungen finden“ (Zuhorst, 2014) oder „Die kleine Beziehungsapotheke: Ein heiterer Beziehungsratgeber“ (Holler, 2008) sind nur einige wenige Titel gegenwärtiger Veröffentlichungen. Auch das Medium Fernsehen hat in den letzten zwei Jahrzehnten eine Vielzahl an Sendeformaten hervorgebracht, die sich auf unterschiedliche Weise mit dieser Thematik auseinandersetzen. Beispielhafte Sendungen wären: „Herzblatt“ (RBB/ARD), der Telefon-Ratgeber-Sendung „Eine Chance für die Liebe“ (RTL) oder „Nur die Liebe zählt“ (Sat1). Eine neuere zu nennende Sendereihe ist „Make Love“ (ZDF), die unter der Begleitung der Paar- und Sexualtherapeutin Ann-Marlene Henning vornehmlich partnerschaftliche Sexualität thematisiert.

Die Präsenz von Partnerschaft auf dem Büchermarkt und im Fernsehen lässt zum einen auf einen hohen Stellenwert der Paarbeziehung schließen, der in erheblichem Maße gesellschaftlich mitkonstruiert ist. Zum anderen ist zu vermuten, dass sich darin ein großer Wunsch nach gelingenden Beziehungen widerspiegelt. Die Gleichsetzung der Paarbeziehung mit Glück, die in einigen Titeln von Beziehungsratgebern postuliert wird, weist zusätzlich auf die hohe Wertigkeit partnerschaftlicher Zufriedenheit für das menschliche Wohlbefinden hin. Dennoch verweisen die hohen Scheidungszahlen darauf (vgl. Statistisches Bundesamt, 2013), dass eine zufriedenstellende Paarbeziehung nicht problemlos umzusetzen ist.

Als ein wesentliches Bindeglied zwischen dem Spannungszustand des hohen Stellenwertes von Paarbeziehungen für das Wohlbefinden eines Menschen auf der einen, und der hohen Anzahl an scheiternden Beziehungen auf der anderen Seite, kann die Profession der Paaberatung angesehen werden. Die professionelle Begleitung von Paaren in Krisenphasen stellt den zu betrachtenden Gegenstand dieser Arbeit dar. Vor dem Hintergrund, dass sich die beraterische Praxis mit Paaren nach verschiedenen Beratungsansätzen ausrichten kann, wird in den folgenden Ausführungen insbesondere die systemisch orientierte Beratung in den Blick genommen. Im Zuge dieser Arbeit wird insbesondere der Frage nachgegangen, auf welchem theoretischen Fundament die systemische Beratung von Paaren fußt und welches praktische und konzeptionelle Wissen aus der Perspektive des Professionellen notwendig ist, um Paare adäquat in Krisen zu begleiten. Ein weiterer Fokus der Arbeit liegt darin herauszufinden, welche Methoden und Interventionsmöglichkeiten der beratenden Person zur Verfügung stehen. Entsprechend dieser Interessenschwerpunkte gliedert sich diese Theses wie folgt:

Zunächst gilt es die Begrifflichkeiten Therapie und Beratung zu klären, da sie in der Fachliteratur, die sich mit der professionellen Arbeit mit Paaren beschäftigt, teilweise synonym verwendet werden. Anschließend werden die historischen Entwicklungslinien der systemischen Paarberatung erörtert, um diese in einem größeren Kontext eingebettet zu betrachten und sie von anderen Beratungsansätzen abgrenzen zu können. Um ein Grundverständnis der systemischen Arbeit, und den damit verbundenen Beratungsperspektiven zu erhalten, folgt daraufhin die Auseinandersetzung mit den Grundlagen systemischen Denkens.

Der daran anknüpfende Themenkomplex stellt die Paarbeziehung und das Erkennen von Paarkrisen im Kontext der Paarberatung in den Mittelpunkt. In dem ersten Teil dieser thematischen Abhandlung wird die Paarbeziehung in Abgrenzung zu anderen zwischenmenschlichen Beziehungen genauer beleuchtet. Dabei wird auf ausgewählte Beziehungsmodelle eingegangen, die für die Beratung nützlich sein können. Des Weiteren werden in diesem Zusammenhang ausgewählte Paarverlaufsmodelle gegenübergestellt, welche modellhaft für die Komplexität und Dynamik von Paarbeziehungen sensibilisieren. Der zweite Teil dieses Themenblocks fokussiert die Anzeichen und die Entstehung von Paarkrisen. Dabei interessieren zunächst die gesellschaftlichen Kontextbedingungen, die das Leben eines Paares erheblich beeinflussen können. Daran schließt eine Auseinandersetzung mit konkreten Schwellensituationen in Partnerschaften an. Abgeschlossen wird dieser Themenkomplex durch die Erörterung des Einflusses krisenhafter Paarverläufe auf die Gesundheit der Partner.

Der darauffolgende Themenblock gibt einen Einblick in die aktuellen Themenschwerpunkte der gegenwärtigen Paarberatung. Des Weiteren werden die wesentlichen Rahmenbedingungen systemischer Paarberatung herauskristallisiert. Anschließend folgt eine Gegenüberstellung ausgewählter systemischer Beratungskonzepte. Der letzte Themenblock setzt sich mit ausgewählten Methoden und Interventionsmöglichkeiten auf sprachlicher und nicht-sprachlicher Ebene auseinander auf die in der systemischen Paarberatung zurückgegriffen werden kann. Es folgt die Schlussbetrachtung.

An dieser Stelle sei erwähnt, dass aus Gründen der besseren Lesbarkeit das generische Maskulinum verwendet wird. Bezeichnungen von Personengruppen, wie z. B. Berater oder Partner schließen weibliche und männliche Personen mit ein.

1 Zur historischen Herausbildung und den theoretischen Grundlagen systemischer Paarberatung

Der folgende Themenblock stellt eine begriffliche und theoretische Annäherung an die Thematik der systemischen Paarberatung dar. In diesem Zusammenhang wird zunächst die Verwendung der Begrifflichkeiten der Paarberatung und der Paartherapie in der einschlägigen Fachliteratur erörtert. Um ein Gesamtverständnis für die Bedeutung der Profession der Paarberatung zu entwickeln, wird in diesem Kontext ein kurzer Abriss über die historischen und gesellschaftlichen Hintergründe der Herausbildung der systemischen Paarberatung gegeben. Anschließend werden die Grundlagen systemischen Denkens erörtert, um einen theoretischen Zugang zum systemischen Beratungsansatz zu erschließen.

1.1 Verwendung der Begrifflichkeiten von Paarberatung und Paartherapie

In der Auseinandersetzung mit einschlägiger Fachliteratur zur Thematik Paarberatung fällt auf, dass viele Autoren die Begrifflichkeiten der Paartherapie und Paarberatung synonym in ihren Ausführungen verwenden. Da sich diese Arbeit mit Paarberatung beschäftigt und ebenfalls Inhalte aus wissenschaftlichen Quellen enthält, in denen die Verfasser beide Begriffe abwechselnd gebrauchen, soll der Sachverhalt an dieser Stelle aufgegriffen werden.

Im Kontext beraterischer Ausbildungen ist eine Abgrenzung zwischen psychosozialer Beratung und Therapie von Bedeutung, wenngleich diese teilweise nicht einfach erscheint. Beide Bereiche weisen Gemeinsamkeiten und Unterschiede auf. Ein nennenswerter Unterschied besteht u. a. darin, dass die Psychotherapie, nach dem im Jahr 1988 erlassenen Psychotherapeutengesetz (PsychThG) in der Heilkunde zu verorten ist und ein Studium der Medizin oder der Psychologie sowie einer anschließenden Psychotherapieausbildung voraussetzt (vgl. Boeger, 2013, S. 15). In der Psychotherapie erfolgt somit die Behandlung von Störungen, denen ein Krankheitswert beigemessen wird, wie z. B. seelische Beeinträchtigungen nach körperlichen Erkrankungen oder neurotische Störungen (vgl. ebd.). Beratung hingegen wird hauptsächlich mit der Unterstützung von Menschen in Krisen, mit schwierigen Fragen und Problemlagen in Verbindung gebracht (vgl. Schwing & Fryszer, 2013, S. 12). In diesem Tätigkeitsfeld sind zu großen Teilen Berufsgruppen außerhalb von Psychologie und Psychiatrie vertreten, wie z.B. Sozialpädagogen oder Sozialarbeiter, die ihre eigenen Zertifizierungsparameter in den Mittelpunkt stellen (vgl. Welter-Enderlin, 2007, S. 7). Die Abgrenzung zwischen Psychotherapie und Beratung wird insbesondere bei bestimmten Problembereichen erschwert, so auch bei Partnerschaftskrisen. Diese fallen demnach nicht unter den Begriff der Erkrankung (vgl. Barabas, 2010, S. 1210f. zitiert nach Boe-

ger, 2013, S. 15). Die Therapie von Paaren und Familien wird in Deutschland nicht zur Psychotherapie im engeren Sinne gezählt. Das Psychotherapeutengesetz argumentiert, dass psychologische Aufgabenbereiche, welche die Aufarbeitung und Auflösung sozialer Konflikte oder anderweitiger Problembereiche zum Schwerpunkt haben, die außerhalb der Heilkunde liegen, nicht als Psychotherapie bezeichnet werden dürfen (vgl. therapie.de, o. J.). Berufsbezeichnungen wie Paarberatung oder Paartherapie fallen unter keinen gesetzlichen Schutz. Es existieren keine Vorschriften, welche Art von Ausbildung ein Paartherapeut durchlaufen haben sollte. Aus- und Weiterbildungsstätten setzten zum Teil ein vorausgegangenes Studium in Psychologie oder anderen Fächern voraus (vgl. ebd.).

Es gibt fließende Übergänge zwischen beiden Professionen, welche die formale Grenzziehung zwischen einflussreichen lebensweltlichen Konflikten und krankheitswertigen Störungen nicht eindeutig ermöglichen (vgl. Boeger, 2013, S. 15). Einige Autoren, welche die beiden Begrifflichkeiten abwechselnd verwenden, stützen sich auf deren Gemeinsamkeiten. Schwing & Fryszer (2013, S. 13) argumentieren beispielsweise, dass sich Beratung und Therapie in ihren Anlässen unterscheiden, aber dennoch Ähnlichkeiten in ihren Aufgaben aufweisen:

Es geht um Veränderung: wie wir die Welt sehen und erleben, wie wir gefühlsmäßig reagieren und wie wir in unserem Denken und Handeln mit der Welt in Beziehung treten. Es geht darum heilsame Erfahrungen in unseren Beziehungen zu ermöglichen und neue Wege zu (er-)finden, wenn wir uns in Sackgassen fühlen. Das ist der Grund, warum sich systemische Therapie und Beratung in ihrem Vorgehen sehr ähneln (ebd.).

Eine weitere Begründung besteht darin, dass sich systemische Beratung und Therapie derselben Methoden bedienen und ihre Arbeit auf der gleichen Grundhaltung basiert (vgl. ebd.). Hess (2006, S. 75) führt in diesem Kontext an, dass Paarberatung und Paartherapie als Formen von Begleitung zu verstehen sind, die sich in ihrer Methodenauswahl nicht unterscheiden. Seines Erachtens spiegelt eine Differenzierung der beiden Bezeichnungen lediglich die Beziehung der beiden konkurrierenden Berufsgruppen wider. Welter-Enderlin (2007, S. 8f.) gibt an, beide Begriffe austauschbar zu gebrauchen, weil sie diese als unterschiedliche Definition einer vergleichbaren Praxis versteht und diese eher auf den Ausbildungshintergrund verweisen, als ein Merkmal für die Qualität ihrer Arbeit darzustellen. Laut ihrer Auffassung stehen in der Praxis eher die Qualität und die persönlichen Kompetenzen der Professionellen im Fokus, als die abzugrenzende Berufsbezeichnung. Boeger (2013, S. 16) nennt als weitere Gemeinsamkeiten beider Professionen den Ablauf von Gesprächen, die Auswahl zur Verfügung stehender Interventionen, die Fokussierung auf die Ressourcenentwicklung und die elementare Bedeutung der vertrauensvollen Beziehung zwischen Professionellen und Hilfesuchenden.

Auch wenn diese aufgeführten Argumente der abwechselnden Verwendung beider Begrifflichkeiten plausibel erscheinen, wird in dieser Arbeit ausschließlich der Beratungsbegriff gebraucht und fokussiert. Mary (2008, S. 13) zieht in der professionellen Unterstützung von Paaren in Kri-

sen den Beratungsbegriff dem Therapiebegriff vor, mit der Begründung, dass gegenwärtig eine so große Beziehungsvielfalt vorherrscht, welche mit keiner Kategorie oder einer Diagnose (wie es im Bereich der Heilkunde üblich ist) erfasst werden kann. Er betont den Verzicht, eine Partnerschaft als „gestört“ oder „krank“ einzustufen, auch wenn sie zu einem zerstörerischen Einfluss auf die Partner in der Lage ist (vgl. ebd., S. 14).

1.2 Historische und gesellschaftliche Hintergründe der Herausbildung der systemischen Paarberatung

1.2.1 Zum gegenwärtigen Stand von Paarberatungsstellen in Deutschland

Da Paartherapie gegenwärtig in Deutschland nicht über die Krankenkassen abrechenbar ist, wird der größte Teil der psychosozialen Versorgung bei Partnerschaftskrisen von Beratungsstellen mit dem Schwerpunkt Ehe-Familien-Lebens- und Partnerberatung geleistet (vgl. Kröger, 2006, S. 10). Laut Mitteilung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung e.V. (DAJEB, 2006 zitiert nach Robert Koch-Institut, 2008, S. 18) existieren derzeit deutschlandweit 5.105 Beratungsstellen, die in diesem Bereich beratend tätig sind. Wie aus der Tabelle 1 (siehe Anhang) hervorgeht, stellt dieser Beratungszweig den größten Teil des gesamten Beratungsangebotes dar. Die meisten Ehe-Familien-Lebens- und Partnerberatungsstellen richten ihre Arbeit nach dem systemischen Ansatz aus und setzen sich aus multiprofessionellen Teams, bestehend aus Mitarbeitern des Fachbereiches der Soziologie, Psychologie oder Sozialarbeit, zusammen (vgl. Braukaus & Hahlweg, 2004, S. 45). Nach (Groeneveld & Moeser-Jahntke, 2014, S. 35) zählt die Ehe-Familien- und Lebensberatung zu den sog. freiwilligen Leistungen. In den meisten Fällen sind diese Beratungsleistungen kostenlos, insbesondere, wenn sie im Bereich kirchlicher und kommunaler Trägerschaft angesiedelt sind. Einige Beratungsstellen erheben jedoch einen Gebührensatz, dessen Höhe sich am Einkommen der Hilfesuchenden orientiert (vgl. ebd.).

1.2.2 Entwicklungslinien der systemischen Paarberatung

Die Ursprünge der systemischen Paarberatung zeugen von Vielfalt und kontroversen Ansichten. Viele Autoren bemängelten bereits vor Jahrzehnten, dass es keine Theorie für die Beratung von Paaren gebe (vgl. Hess, 2006, S. 76f.). Jellouschek (2007, S. 607) teilt die Entwicklung der Paarberatung von ihren Anfängen bis heute in drei Phasen ein. Die erste Phase ist gekennzeichnet durch kirchliche Eheberatung und tiefenpsychologische Ansätze. Die zweite Entwicklungsphase bestehe aus der Herausbildung verschiedener systemischer Modelle und Sichtweisen. Die dritte

Phase sei durch die Entstehung von systemisch-integrativen Konzepten charakterisiert (vgl. ebd.). Auf die wesentlichen Entwicklungslinien soll nachfolgend eingegangen werden.

Die Anfänge der Paarberatung werden von Welter-Enderlin (2007, S. 7) im 19. und beginnenden 20. Jahrhundert festgesetzt. Pfarrer und Mediziner boten Beratung im Sinne der Ehe-Hygiene an (vgl. ebd.). Insbesondere die Eheberatung unter katholisch kirchlicher Trägerschaft zielte darauf, die Beziehungsstabilität zu stärken und eine Trennung der Paare abzuwenden (vgl. Jellouschek, 2007, S. 607). In den Folgejahren professionalisierte sich die Arbeit in den Beratungsstellen der Kirche, indem die Mitarbeiter an tiefenpsychologischen Zusatzausbildungen teilnahmen. Charakteristisch für dieses Beratungsverständnis waren Einzelsitzungen (vgl. ebd.). Neben der erhöhten Gefahr der Bündnisbildung zwischen Klient und Berater, wurde die Neigung zur ausgeprägten Defizitorientierung als Nachteil der tiefenpsychologisch orientierten Beratung angesehen (vgl. ebd.).

Im deutschsprachigen Raum und in der Schweiz, begannen Stierlin (1978), Richter (1970) und Willi (1975) neue Akzente zu setzen (vgl. ebd., S. 608). Der einzelne Mensch wird zunehmend in ein soziales System eingebettet betrachtet, welches ihn umgibt. Das Werk „Die Zweierbeziehung“, welches von Willi im Jahr 1975 veröffentlicht wurde, nimmt das Paar in den Fokus und damit auch die Wechselwirkungen im Beziehungsgefüge zwischen den Beteiligten. Das gegenwärtige Zusammenwirken der Partner, die „Kollusion“, wie Willi es bezeichnet, rückt in den Vordergrund und das Verständnis von fehlerhaftem Verhalten als Zuschreibung, an den einzelnen oder seine Vergangenheit, verlor an Dominanz. Die Auffassung, nicht nur den einen, sondern beide Partner durch ihre Präsenz zum Teil der Beratung werden zu lassen, verbreitete sich (vgl. ebd.).

Nach Jellouschek (2007, S. 609) wird die *zweite Phase* der Entwicklung der Paarberatung eingeleitet, als sich die systemische Familientherapie in den Vereinigten Staaten ab 1960 und ab etwa 1970 in Europa verbreitete (vgl. ebd.). Die Anhänger der frühen systemischen Familientherapie sahen Paare als zu ihren Konzepten zugehörig an, allerdings nur in der Rolle der Eltern von Kindern und Jugendlichen, deren Symptome im Mittelpunkt standen (vgl. Welter-Enderlin, 2007, S. 13). Systemisch orientierte Beratungskonzepte waren anfänglich auf komplexe Systeme wie Familien und Organisationen ausgerichtet (vgl. Hoffmann, 1982, S. 339 zitiert nach ebd., S. 8). Die kleine Beziehungseinheit - das Paar - wurde in den damaligen familientherapeutischen Ansätzen mit ihren inneren und äußeren Anliegen kaum berücksichtigt. Die systemische Familientherapie wurde in Theorie und Praxis als Gegensatz zur Psychoanalyse verstanden (vgl. Jellouschek, 2007, S. 609). Das verhaltensauffällige Kind wurde nach systemischem Verständnis als *Symptomträger* gesehen, der in seinem Verhalten das gestörte Beziehungsgefüge bzw. das Zusammenspiel der Familienmitglieder widerspiegelt (vgl. ebd.). Diese Sichtweise, Verhalten nicht als

einen Ausläufer eines in der Vergangenheit wurzelnden Kindheitstraumas zu verstehen, war neuartig und unterschied bzw. unterscheidet den systemischen Ansatz von anderen Ansätzen (vgl. ebd.). Der systemische Grundkonsens wurde zunehmend auf Paare angewandt. Es sollte nicht mehr in der Vergangenheit der Partner nach den Gründen für die Beziehungsschwierigkeiten geforscht werden, sondern diese wurden als Resultate des *dysfunktionalen Zusammenwirkens* beider Partner verstanden (vgl. ebd., S. 610). Diese Herangehensweise ermöglichte ein realitätsnahes Arbeiten am Alltagserleben der Paare und einen geringeren Umfang an Sitzungen, im Vergleich zu tiefenpsychologischen Verfahren.

In den folgenden Jahrzehnten wurden zahlreiche systemische Ansätze entwickelt, mit jeweils anderen Schwerpunktsetzungen. Nennenswerte Wegbereiter dieser Entwicklung sind u. a. Virginia Satir (1975), die mit ihrem *entwicklungsorientierten Ansatz* den Zusammenhang von dysfunktionalen partnerschaftlichen Interaktionsmustern und dem Selbstwertgefühl der Partner fokussiert (vgl. ebd.). Des Weiteren sind die Systemiker der *Mailänder Schule* um Mara Selvini (1977) anzuführen (vgl. ebd., S. 611). Charakteristisch für die Vertreter dieses Ansatzes waren die sog. *Paradoxen Interventionen*, die darauf zielten, durch verstörende *Verhaltensverschreibungen*, die festgefahrenen Verhaltensmuster des Systems so zu irritieren, dass die Selbstheilungskräfte freigesetzt werden und der Symptomträger das Symptom unterlässt (vgl. ebd., S. 612). Der entwickelte *Lösungsorientierte Ansatz* (de Shazer, 1988 zitiert nach ebd.) stellt in der Arbeit mit Paaren die Förderung der Lösungsvorstellungen der Partner in den Vordergrund, anstatt lange über Probleme zu debattieren.

Es wird deutlich, dass die systemische Beratung nicht auf einem einheitlichen Ansatz basiert, sondern vielfältige Akzentsetzungen parallel existieren und diese zur gegenseitigen Inspiration dienen (vgl. ebd.). Die systemisch orientierten und die tiefenpsychologisch orientierten Berater hegten zunehmend Einwände gegen das jeweilige Beratungsverständnis des anderen (vgl. Jellouschek, 2007, 613). Der Vorwurf an die Systemiker lautete, sie arbeiteten nicht tiefgründig und blieben nur an der Oberfläche. An der tiefenpsychologischen Arbeitsweise wurde bemängelt, dass sie um das problemkreisend und die Ursachen erforschend, die Lösungen aus dem Blick verlieren würden (vgl. ebd.). Welter-Enderlin (2007, S. 9f.) argumentiert, dass die psychoanalytisch orientierte Beratung dem strikten systemischen Verständnis

[...] die Einbeziehung der individuellen Gestimmtheit jedes Partners sowie [...] den Umgang mit der Bedeutung der Herkunftsfamilie und mit den unabgeschlossenen Geschichten der einzelnen Partner, welche bis in die Gegenwart eines Paares hineinwirken können,

voraus habe (ebd., S. 10). Sie führt aber auch an, dass die Autoren bei der Übertragung von psychoanalytischen Konzepten auf die Paarkonstellation, in einer Sprache verharrten, die nachwievor individuelle Defizite fokussiert. Folglich blieb die Thematisierung von Chancen und Res-

sources, über die ein Paar verfügt, außen vor. In der systemisch ausgerichteten Beratung hingegen fehlte bis dato „*ein Konzept des Individuums*“ und die Auseinandersetzung mit den „*Unterschieden von Mann und Frau*“ (ebd.). Während lange Zeit unübersehbare Gräben zwischen systemischen und psychoanalytischen Beratungsformen lagen, ist in der neueren bzw. *dritten Entwicklungsphase* systemischer Beratung eine Annäherung zu verzeichnen (vgl. Hess, 2006, S. 124/Jellouschek, 2007, S. 613). Hess (ebd.) umschreibt diese Entwicklung folgendermaßen: „Nach jahrelangen Abgrenzungsbemühungen picken sich heute die Psychoanalytiker [...] bei den Systemtherapeuten die Rosinen heraus, und die Systemiker machen Anleihen bei klientenzentriertem und psychoanalytischem Gedankengut.“ Jellouschek (2007, S. 613) erklärt die ersten spürbaren Ausläufer dieser Neigung des gegenseitigen Inkludierens von Beratungselementen damit, dass viele Systemiker zunehmend Gewinn darin sahen und immer mehr systemische Weiterbildungen mit einem integrativen Konzept angeboten wurden. Systemisch-Integrative Ansätze, als eine neuere Strömung in der systemischen Beratung, ermöglichen es in der Arbeit mit Paaren, Zukunft, Gegenwart und Vergangenheit als Ebenen der gleichen Wirklichkeit zu denken (vgl. Welter-Enderlin, 2007, S. 10/Ludewig, 2002, S. 61). Auch wenn diese Entwicklungen und Strömungen im Detail Unterschiede aufweisen, haben sie eine gemeinsame theoretische Basis, auf die nun eingegangen werden soll.

1.3 Theoretische Grundlagen systemischen Denkens

Neben ihren unterschiedlichen Schwerpunktsetzungen haben die vielfältigen systemischen Ansätze gemein, dass sie die Kommunikation, die Wechselwirkungen und Interaktionen zwischen den Menschen in den Mittelpunkt ihrer Betrachtung stellen. Folglich stützt sich das systemische Denken auf die gemeinsame theoretische Grundlage der Ansätze, welche sich aus der Systemtheorie, Vorstellungen zur Selbstorganisation, der Kybernetik, konstruktivistischen Positionen, und Kommunikationstheorien zusammensetzt (vgl. Ludewig, 2002, S. 61/Boeger, S. 2013, S. 104). Auf diese Elemente systemischen Denkens soll nachfolgend eingegangen werden.

Im Kontext der Systemtheorie und unter der Betrachtung lebender Systeme wird ein soziales System als ein Zusammenschluss von Menschen verstanden, „die sich durch die Art ihrer Beziehung untereinander von anderen Menschen unterscheiden und sich dadurch von diesen abgrenzen“ (Boeger, 2013, S. 105). Einem lebenden System wird die Eigenschaft der *Selbstorganisation* zugesprochen. In diesem sind die Systemmitglieder durch stetig verändernde Beziehungen miteinander verbunden. Die einzelnen Mitglieder selbst können sich stets verändern, sodass das Verhalten des Systems kaum berechenbar ist (vgl. ebd.). Eine weitere Systemeigenschaft besteht in der Autonomie, d. h., dass sich menschliche Systeme von außen kaum beeinflussen lassen. Im

Zusammenhang mit der Beratungspraxis bedeutet dies, dass ein Berater nicht bestimmen kann, was die Hilfesuchenden fühlen und denken (vgl. ebd., S. 105).

Ursprünglich wurde für die Erklärung der Regelung und Steuerung komplexer Systeme ein Systembegriff angewandt, welcher der *Kybernetik*, der Steuerungslehre technischer Systeme entstammte (vgl. ebd./Schmidt, 2004, S. 220). Nach Dallos & Urry (1999 zitiert nach Schmidt, 2004, S. 220) kann die Entwicklung der Begrifflichkeiten der Kybernetik I. bis III. Ordnung, als Analogie der Herausbildung unterschiedlicher systemischer Beratungspraxen gesehen werden. Bezogen auf den Kontext der Paarberatung kann gesagt werden, dass die Perspektive der Kybernetik I. Ordnung auf der Annahme beruht, dass der Berater durch unabhängige und objektive Beobachtung des Paares, außerhalb des Paarsystems, dieses mit den passenden Interventionen gezielt verändert. Schmidt (2004, S. 221) argumentiert, dass die Vorstellung soziale Systeme in ihrem Erleben und Denken beeinflussen zu wollen bzw. ihre Reaktion auf Interventionen vorherzusehen, nicht zeitgemäß sei. Die Betrachtungsweise der Kybernetik II. Ordnung sieht das Paarsystem nicht mehr als von außen beeinflussbares Objekt, sondern als lebendes, sich selbstregulierendes System (vgl. ebd.). Der Berater und das Paar bilden ein gemeinsames System, mit dem Ziel durch Kooperation Lösungen für Probleme zu entwickeln (vgl. ebd., S. 221). Die Differenz zwischen den Betrachtungsweisen der Kybernetik I. Ordnung und der Kybernetik II. Ordnung ist ein bedeutsamer Unterschied zwischen der systemischen Beratung und anderen beraterischen Ansätzen. Nach dem systemischen Verständnis wird Abstand von Zuschreibungen und Krankheitskonzepten genommen (vgl. Lenz, Osterhold & Ellebracht, 1996, S. 44/Ludwig, 2002, S. 63). In der systemischen Beratung wird die Diagnose durch Verhaltensbeschreibungen und vielfältige Perspektiven ersetzt. Ein systemischer Berater reflektiert in diesem Kontext, inwiefern er die Erkenntnisse über das Paarsystem „[...] *mitgestaltet, mitkreiert, konstruiert* [...]“ hat (Lenz, Osterhold & Ellebracht, 1996, S. 44). Diese Sichtweise beruht auf der Philosophie des *Konstruktivismus*, die eine weitere nennenswerte Grundlage des systemischen Denkens darstellt (vgl. Boeger, 2013, S. 112).

Laut Konstruktivismus definiert sich also ein Beziehungsgefüge gemäß der Wahrnehmung der jeweiligen Personen, eine objektive Beziehungsrealität existiert nicht. Der Konstruktivismus geht davon aus, dass Menschen ihre Welt durch ihre Gedanken und Bewertungen konstruieren. Demnach gibt es keine ‚wirkliche‘ Welt, sondern nur eine subjektiv konstruierte Welt (ebd., S. 122).

In diesem Sinne basiert jede Entscheidung, ob sie bewusst oder unbewusst getroffen wurde, auf einem Konstrukt (vgl. Hess, 2006, S. 40). Ein Konstrukt setzt sich aus den Bruchstücken von Erinnerungen zusammen, die aus einer Erfahrung hervorgegangen sind. Nach Hess (2006, S. 40) können diese Erinnerungsanteile in Form von „vorsprachliche[m] Wissen, Bilder[n], Gefühle[n], Gerüche[n], Körpererinnerung[en], [...] Geschmacksempfindungen und akustische[n] Erinnerungen“ vorliegen. Konstrukte dienen zur Orientierung und Steuerung von Handlungen

(vgl. ebd., S. 41). Entsprechend hat jeder Mensch seine subjektive Wahrnehmung einer Situation und handelt aus dieser heraus (vgl. ebd./Schwing & Fryszer, 2013, S. 36).

Das systemische Denken sieht zum einen die biologische Ausrichtung des Menschen, im Sinne seiner kognitiven Fähigkeiten, aber auch seine Fähigkeit zu kommunizieren als elementar an (vgl. Ludewig, 2002, S. 62). Die Basis für dieses Verständnis stellt die Kommunikationstheorie dar, aus welcher der systemische Ansatz ebenfalls schöpft. Demnach können Menschen auf untrennbare Weise als „biologisch-individuelle“ und zugleich „sozial-kommunikative“ Geschöpfe verstanden werden (ebd.). Der Mensch, für den Sprache als überlebenswichtig gilt, ist nur in Gemeinschaft existent. Nach dem systemischen Prinzip, wie Ludewig (2002, S. 62) es bezeichnet, wird der Mensch erst durch die Gemeinschaft bzw. durch die beobachtende Unterscheidung zwischen sich und den anderen, zwischen „Ich“ und „Du“, zum individuellen Wesen. Diese Erfahrung sei nur durch Kommunikation bzw. Beobachtung in der Gemeinschaft möglich.

Einen wesentlichen Beitrag zum systemischen Verständnis von Kommunikation hat Paul Watzlawick als Entwickler eines bekannten Modells zur menschlichen Kommunikation geleistet (vgl. Boeger, 2013, S. 106). Der systemische Fokus liegt nach diesem Modell auf dem beobachtbaren menschlichen Kommunikationsverhalten. Mit Kommunikation ist der Austausch zwischen Personen auf nicht-sprachlicher und sprachlicher Ebene gemeint, der wechselseitig bzw. zirkulär erfolgt (vgl. ebd.). Die Besonderheit dieses Modells zeigt sich darin, dass das „Ursache-Denk-Prinzip“, durch eine zirkuläre Denkweise ausgetauscht wird: „Interaktionen laufen kreisförmig ab, menschliche Verhaltensweisen bedingen sich gegenseitig. Damit ist jedes Verhalten Ursache und Wirkung eines anderen Verhaltens“ (ebd., S. 111). Mit diesem zirkulären Verständnis hebt sich der systemische Ansatz von dem medizinisch linearen Denkmodell ab, welches Teil vieler tiefenpsychologischer Ansätze ist (vgl. Welter-Enderlin & Jellouschek, 2002, S. 201). Für die Beteiligten zwischenmenschlicher problembehafteter Interaktionen sei es nach Watzlawick schwer, sich selbstständig aus dem entstandenen Teufelskreis zu lösen (vgl. Boeger, 2013, S. 111). Als hilfreich bei der Durchbrechung gelten die Metakommunikation und paradoxe Interventionen durch einen Berater (vgl. Heidbrink, Lück & Schmidtman, 2009, S. 170/Boeger, 2013, S. 111). Probleme können nur unter Berücksichtigung ihres Kontextes gedacht werden, durch den sie ihre Bedeutung erhalten (vgl. Schmidt, 2004, S. 221). Das Paarsystem beispielsweise, erlangt seine Identität durch den stetigen Austausch mit der sozialen Umwelt. Der kulturelle Kontext formt so Schwierigkeiten in der Paarbeziehung mit (vgl. ebd.). Das sog. Kontextualisieren, d. h. das Erschließen des Lebenszusammenhanges der Hilfesuchenden und das Verstehen-Wollen der Sinnstrukturen, die hinter diesem Problem stehen, ist ein wesentliches Element systemischen Beratungsverständnisses (vgl. Schwing & Fryszer, 2013, S. 30). Bleckwedel (2011, S. 294) fasst systemisches Denken folgendermaßen zusammen:

Systemisches Denken beschäftigt sich mit dem komplexen Zusammenspiel von Details und Ganzem, es interessiert sich für Strukturen, Dynamiken und Prozesse und für den sozial-konstruktivistischen Charakter menschlichen Erkennens. Systemisches Denken begründet und ermöglicht Mehrdeutigkeit und Ambivalenz (Baumann, 1995) und lebt von überraschenden Verknüpfungen. Systemisches Denken ist anstrengend, es fordert Genauigkeit. Systemisches Denken ist reflexiv, es bringt die eigene Beteiligung in den Blick. Systemisches Denken ist unbequem, es macht Widersprüchliches sichtbar.

2 Charakteristika der Paarbeziehung und die Erkennung von Partnerschaftskrisen in der Paarberatung

In diesem Themenblock soll der Gegenstand der systemischen Paarberatung, die Paarbeziehung, aus verschiedenen Perspektiven erschlossen werden. Um einen begrifflichen und theoretischen Zugang zu dieser Thematik zu bekommen werden zunächst ausgewählte Theorien zur Paarbeziehung aufgegriffen. Die darauffolgende Beschäftigung mit den Entwicklungs- bzw. Verlaufsmodellen von Partnerschaften geben einen Einblick in die Dynamik von Paarbeziehungen. Der zweite Teil dieser Abhandlung setzt sich mit den Charakteristika und Entstehungsbedingungen von Paarkrisen auseinander. Diese theoretische Auseinandersetzung mit dem Thema Paarkrise dient neben beraterischer Praxiserfahrung als Grundlage für das Erkennen und adäquate Begleiten von Paaren in Krisen im Kontext der Paarberatung.

2.1 Ausgewählte Theorien und Modelle der Paarbeziehung

Während Schneewind (1999 zitiert nach Schmidt, 2004, S. 222) die Paarbeziehung als „intimes Beziehungssystem“ bezeichnet, welches durch die „Dimensionen der Abgrenzung, Privatheit, Dauerhaftigkeit und der körperlichen, geistigen und emotionalen Nähe“ gekennzeichnet ist, heben Heidbrink, Lück & Schmidtman (2009, S. 38) den *Exklusivitätsanspruch* der Liebe hervor, der die Paarbeziehung von anderen sozialen Beziehungen unterscheidet. Die verschiedenen parallel existierenden Modelle und Konzepte dürfen nicht als alternative Erklärungen zueinander angesehen werden, sondern sie setzen jeweils unterschiedliche Schwerpunkte, um die Thematik Paarbeziehung theoretisch und begrifflich zu erschließen (vgl. Lösel & Bender, 2003, S. 45).

2.1.1 Die Unterscheidung der Paarbeziehung in Partnerschaft und Liebesbeziehung

Im fachlichen Diskurs werden für die Paarbeziehung oft unterschiedliche Begrifflichkeiten verwendet, wie z. B. Partnerschaft oder Liebesbeziehung. Nach Heidbrink et al. (2009, S. 37) wird der Begriff Partnerschaft in wissenschaftlichen Studien beispielsweise als eine neutrale Beschreibung für eine enge Beziehung zweier Personen angewandt. Unter diese Bezeichnung fallen

dann enge Liebesbeziehungen, zweckgebundene Gemeinschaften und eheliche oder nicht-eheliche Lebensgemeinschaften (vgl. ebd.).

Retzer (2011, S. 57) grenzt in seinen Ausführungen zur systemischen Paarberatung und Paartherapie die Bezeichnungen der Partnerschaft eindeutig von der Liebesbeziehung ab. Beide stellen nach seinem Verständnis „[...] zwei verschiedene Sinnsysteme mit verschiedenen Handlungslogiken“ (ebd.) dar. Unter der Paarbeziehung versteht Retzer ein undefiniertes Feld, in dem das Liebespaar und die Partnerschaft auf ihre eigene Weise fungieren. Die wesentlichen Unterschiede hat er tabellarisch gegenübergestellt, wie in Tabelle 2 (siehe Anhang) ersichtlich. Der Autor fasst die Liebesbeziehung und die Partnerschaft als zwei unterschiedliche Kommunikationssysteme auf. Diese differenzieren sich u. a. darin, dass die Liebe, die einem Liebespaar zugrunde liegt, unvorhergesehen passiert. In eine Partnerschaft hingegen, treten die Partner bewusst ein (vgl. ebd.). Während die Liebe unwillkürlich versiegt, tritt man aus der Partnerschaft bewusst aus. Ein weiterer Unterschied besteht in einem ausgeprägten Gerechtigkeits Sinn in der Partnerschaft gegenüber gänzlicher Bedingungslosigkeit in der Liebesbeziehung. Retzer (2011, S. 59f.) setzt die Partnerschaft mit einem demokratisch orientierten „politischen System“ gleich, bei dem Regelkonformität und die Überwachung der Verteilung von Leistungen zur obersten Prämisse gehören.

Diese Auffassung geht einher mit dem Verständnis von Paarbeziehungen, welches von *Austausch- und Investitionstheorien* vertreten wird (vgl. Lösel & Bender, 2003, S. 51). Demnach bewerten Partner ihre Interaktionen und Partnerschaftszufriedenheit im Paarsystem stetig nach Kosten und Nutzen ihrer Beziehung. Zum Nutzen zählen u. a. „[...] Freuden, Befriedigungen und Annehmlichkeiten“ [...], die aus der Beziehung resultieren (Thibaut & Kelley, 1995 zitiert nach ebd.). Während Kosten mit „[...] mentale[m] oder körperliche[m] Aufwand der Interaktionen sowie den damit verbundenen Ängsten, Erschwernissen oder Konflikten [...]“ in Verbindung gebracht werden (ebd.). Der Ertrag der Beziehung ergibt sich durch das Aufrechnen der Kosten und der Nutzen. Spiegelt dieser Ertrag ein als gerecht bewertetes Verhältnis zwischen Kosten und Nutzen wider, gilt die Beziehung als zufriedenstellend. Aus einem Ungleichgewicht beider Parameter können negative Spannungszustände entstehen (vgl. Lösel & Bender, 2003, S. 51).

Astrid Riehl-Emde (2007, S. 88f.) greift diese Unterscheidung von Liebesbeziehung und Partnerschaft auf und hebt hervor, dass die Partnerschaft im Sinne einer Geschäftsbeziehung nicht ausreicht, um zu einer Form der Paarbeziehung gezählt zu werden. Sie begründet ihre Argumentation damit, dass einer Paarbeziehung, die sich der Liebe enthält, die wesentliche Bindekraft abhanden kommt. Folglich plädiert sie für eine Sichtweise, welche das „Ergänzungsverhältnis von Liebe und Partnerschaft“ vertritt (ebd., S. 89). Die Autorin fügt an, dass jedoch entgegen

ihres Standpunktes, lange Jahre die Fokussierung auf die Partnerschaft eine gängige Praxis in der Paarberatung war. Die geringe Wertschätzung und Thematisierung im beraterischen Praxiskontext sei mit der Auffassung verbunden, dass Verhaltensweisen und Kommunikation weniger schwer beeinflussbar seien, als Gefühle (vgl. ebd.).

2.1.2 Die Beziehung als ihr eigenes Werk – das Beziehungsverständnis nach Michael Mary

Der Paarberater Michael Mary (2008, S. 15) stellt die Paarbeziehung in seinen Ausführungen als eigenständiges Werk heraus, welches den Partnern passiert und nicht bewusst herstellbar ist. An den Anfang einer Paarbeziehung setzt er die Liebe, die ebenfalls einen unwillkürlichen Charakter hat. So habe niemand Einfluss darauf, ob, wie lange und wie sehr er jemanden liebt (vgl. ebd.). Eine Beziehung entsteht in der Kommunikation zwischen zwei Partnern. Da Kommunikation ebenfalls ein unberechenbarer Vorgang ist, die Partner in der wechselseitigen Interaktion die Reaktion des Gegenübers nicht vorhersehen können, ist auch der Verlauf einer Beziehung unvorhersehbar (vgl. ebd., S. 17). Dennoch gibt es nach Mary (ebd., S. 18) eine unbewusste Einflussnahme auf die Kommunikation der Paarbeziehung. Typisch sei es gerade zu Beziehungsbeginn, dass jeder Partner unbewusst bemüht sei, Trennendes aus der Kommunikation fernzuhalten und Verbindendes mitzuteilen und wahrzunehmen. Da nicht berechenbar ist, was auf das Gegenüber trennenden und verbindenden Einfluss hat, kann man nicht voraussagen, was günstig wäre mitzuteilen oder wegzulassen. Die Paarbeziehung ist dem Bewusstsein der Partner als Eigenständiges Werk gegenübergestellt und unterliegt nicht ihrem Gestaltungswunsch (vgl. ebd., S. 19f.). Auf den Kontext der Paarberatung bezogen, enthält diese Perspektive den Nutzen, dass gegenseitige Schuldzuweisungen von Paarbeziehungen in einer Krise bezüglich des Partnerschaftsverlaufes entkräftet werden können.

Mary (ebd., S. 80ff.) unterscheidet vier Grundlagen, auf denen Paarbeziehungen aufgebaut sein können. Diese modellhafte Einteilung kann auch für die Beratung von Paaren fruchtbar sein, indem auf ihrer Grundlage die Motive der Beziehung erforscht werden, die den Partnern nicht direkt zugänglich sind. Er differenziert in diesem Sinne die sog. *Bedürfnisorientierte Beziehung*, in der die Befriedigung verschiedener Bedürfnisse wie Sicherheit, Statusaufwertung durch den Partner oder geistiger Austausch im Mittelpunkt stehen (vgl. ebd.). Des Weiteren führt er die *Projektorientierte Beziehung* an, welche zum Motiv hat, Lebensträume gemeinsam zu realisieren. In diesem Sinne liebt man einander, weil man sich die Umsetzung der Lebensentwürfe, wie z. B. die Gründung einer Familie, zur gemeinsamen Aufgabe gemacht hat (vgl. ebd., S. 82). Eine Beziehung im Sinne der *Wesenhaften Ergänzung* basiert auf dem Erleben von Wesenszügen/Eigenschaften, die das Gegenüber ausmachen und die man sich selbst nicht zuschreibt. „Die

wesenhafte Beziehung dient der psychischen Vervollständigung“ (ebd., S. 83). Die vierte Form der Paarbeziehung fußt auf einem *Gemeinsamen Liebesmythos*. Die Grundlage dieser Beziehung besteht aus gesellschaftlich suggerierten Vorstellungen von Paarbeziehungen (vgl. ebd.). Zu Marys Verständnis von Paarbeziehungen sind Parallelen in den Beziehungs-Konzepten einiger anderer Autoren zu finden. Im Sinne der *Bedürfnisorientierten Beziehung* argumentieren auch Vogler & Merbach (2010, S. 33f.), welche die Partnerschaft als erste Beziehung nach der frühkindlichen Phase bezeichnen, die dazu dienen soll, die elementaren Grundbedürfnisse der Partner zu befriedigen. Unter der Perspektive der Beziehung als *Wesenhafte Ergänzung* kann auch das *Kollusionskonzept der Partnerschaft* von Jürg Willi (2012, S. 327) aufgeführt werden, der dies wie folgt beschreibt:

Eine Kollusion ist ein uneingestandenes, oft unbewusstes Zusammenspiel der Partner bei der Gestaltung ihrer Paarbeziehung. [...] Die Partner können gewisse angstbesetzte Bedürfnisse leben, in einer Form, die gleichzeitig die komplementären angstbesetzten Bedürfnisse des Partners zufriedenstellt .

2.1.3 Die Masken der Partnerschaft nach Goldbrunner

Nach Goldbrunner (1994, S. 23) basiert eine Paarbeziehung auf Mythen und Bildern, die von den Partnern von der Wirklichkeit erstellt werden. Entsprechend einer konstruktivistischen Sichtweise wird eine neue Realität über kognitive Abstraktionen hergestellt. Nach diesem Verständnis entwirft im Laufe einer Beziehung jeder Partner seine eigenen Masken der Partnerschaft und viele Masken werden von beiden geteilt. Als Maske werden Bilder und Vorstellung über die gemeinsame Beziehung verstanden, die aus gemeinsamen Erfahrungen hervorgehen.

Bestimmte Ereignisse, Tätigkeiten, Räume und Zeiten, die als Höhepunkt der Partnerbeziehung – in positiver oder negativer Hinsicht – erlebt, herbeigesehnt oder gemieden werden, erhalten für jedes Paar eine symbolische Bedeutung und nehmen die Gestalt einer Beziehungsmaske an (Goldbrunner, 1994, S. 31).

Auch das soziale Umfeld formt Masken für das jeweilige Paar, die nicht das eigene Selbstverständnis dieser Beziehung widerspiegeln müssen. Des Weiteren kreiert die Gesellschaft kollektive, als Leitbilder fungierende Beziehungsmasken, die für Partnerschaften eine Bereicherung, aber auch Einschränkung bedeuten können (vgl. ebd., S. 30f.). Der Aufbau und die Stabilisierung von Beziehungsmasken basiert auf einer selektiven Wahrnehmung durch die Partner. Aus einer Vielzahl von Erfahrungen werden nur die emotional bedeutsamen und für die Partnerschaft relevanten Erlebnisse und Wahrnehmungen in eine Maske integriert (vgl. ebd., S. 35). Charakteristisch für Beziehungsmasken ist ihre Starrheit und Zeitlosigkeit. Sie werden von den Partnern festgehalten und sind schwer veränderbar, sodass die Anpassung an wechselnde Umweltbedingungen und eine innere Entwicklung schwerfallen (vgl. ebd.). Bei der Herausbildung einer derartigen Beziehungsgestalt, spielen Verdrängung und Wahrnehmung eine große Rolle. Mit der Maskenbildung geht immer auch die Abwehr und Verdrängung bestimmter Ereignisse bzw. der

Beziehungswirklichkeit einher, die eine Gefahr für das Schema darstellen könnten oder als nicht zum Schema passend wahrgenommen werden (vgl. ebd., S. 36ff.). Diese Aspekte sind im Kontext der Paarberatung im Sinne der Entwicklungsmöglichkeiten des Paares von Bedeutung. Während Beziehungsmasken auf der einen Seite von Starrheit gekennzeichnet sind, bieten sie auf der anderen Seite Orientierung und Sicherheit, ohne die eine langanhaltende Partnerschaft nicht funktionieren könnte. Diese Merkmale spielen insbesondere in postmodernen Gesellschaften, in denen die Kraft strukturierender und normierender Konturen von außen auf Beziehungen abnehmen, eine große Rolle (vgl. ebd., S. 34).

Es gibt im Bereich der Paarberatung Autoren und Praktiker, deren Arbeit ein ähnliches Beziehungskonzept zugrunde liegt, wie das der Beziehungsmasken nach Goldbrunner. Beispielhaft gehen Dechmann & Ryffel (2007) davon aus, dass eine Beziehung vor der Rahmung eines sog. *Romantischen Liebesparadigmas* entsteht. Diese Vorstellungen, wie eine Paarbeziehung gelebt werden soll, entwickeln sich bei jedem Partner bereits in der Kindheit und sie sind durch verschiedene Medien wie z. B. Romane, Filme oder Lieder, die von Liebe handeln, genährt worden (vgl. ebd., S. 21). Spätere Partnerschaften werden durch kognitive Konstrukte über die Liebe und die Paarbeziehung gesteuert, weil diese einen handlungsleitenden Charakter haben. Die Vermittlung des Liebesparadigmas erfolgt zwischen den Partnern in Form von Mimik, Gestik, Worten und nicht-sprachlichen Äußerungen, die dieses stützen. Die kognitiven Beziehungskonstrukte zweier Partner sind oft nicht deckungsgleich, sodass im gegenseitigen Austausch Missverständnisse entstehen können (vgl. ebd., S. 28). Die geringe Alltagstauglichkeit des romantischen Liebesparadigmas umschreiben Dechmann und Ryffel (2007, S. 48) mit dem Dilemma zwischen der Geltung dieses Konstruktes auf psychischer Ebene und der mangelhaften Realisierbarkeit im Beziehungsleben. „Diese Diskrepanz kommt dadurch zustande, dass es sich beim romantischen Paradigma um eine idealisierte visionäre Idee handelt“ (ebd.). Eine Paarberatung, die auf der Grundlage dieses Beziehungskonzeptes ausgerichtet ist, würde schrittweise versuchen, in der gemeinsamen Arbeit mit dem Paar, das romantische Paradigma aufzudecken und deren Grenzen bewusst werden zu lassen, um die Entwicklungsmöglichkeiten der Partnerschaft realistisch einschätzen zu können.

2.2 Paarverlaufsmodelle

Die Paarbeziehung ist ein prozesshaftes Geschehen, welches im Zeitverlauf Veränderungen unterlegen ist. Trotz der individuellen Entwicklung von Partnerschaften, vor dem Hintergrund spezifischer soziokultureller und persönlicher Kontexte, lassen sich Parallelen in Beziehungsverläufen erkennen (vgl. Lenz, 2006, S. 51 zitiert nach Ruiner, 2010, S. 36). Auf der Basis einer dyna-

mischen Sichtweise können die Verläufe von Paarbeziehungen modellhaft strukturiert werden. Die folgende Auseinandersetzung mit einer Auswahl an Paarverlaufsmodellen soll dem Aufbau eines besseren Verständnisses der Dynamik von Veränderungsprozessen in der Zweierbeziehung dienen (vgl. Lenz, 2009, S. 70). Aufgrund der Pluralität der Lebensformen in spätmodernen Gesellschaften gibt es keinen typischen Beziehungsverlauf mehr. Entsprechend sind die Abläufe der Paarverlaufsmodelle als idealtypisch anzusehen. Im beraterischen Kontext, „kann [die] Vorstellung von einem solchen idealtypischen Verlauf für Wendepunkte, Übergangssituationen und Krisen, aber auch für Stabilität, Kontinuität und Ereignisarmut in Paarbeziehungen sensibilisieren“ (Retzer, 2011, S. 300).

2.2.1 Das ABCDE-Modell nach George Levinger und dessen Weiterentwicklung

Ein bedeutsames und vielzitiertes Entwicklungsmodell, auf dem viele später herausgebildete Paarverlaufsmodelle aufbauen, ist das *ABCDE-Modell* von George Levinger, welches 1980 entstanden ist (vgl. Lenz, 2009, S. 66). Demnach durchlaufen Paare im Verlauf ihrer Beziehung fünf Phasen, deren Anfangsbuchstaben den Namen des Modells ergeben. Die „Phase A- acquaintance“ beschreibt das gegenseitige Aufmerksam-Werden auf den jeweils anderen und das gegenseitige Bekanntwerden als Entstehungsbedingungen von Paarbeziehungen (Levinger 1983, S. 321f. zitiert nach Ruiner, 2010, S. 26).

Die „Phase B – buildup“ stellt den Beziehungsaufbau und das Erforschen von Möglichkeiten und Grenzen gemeinsamer Beziehungsräume in den Mittelpunkt. Diese Beziehungsexplorationen haben keinen Aufgabencharakter, sondern passieren eher unbewusst. In der „Phase C – continuation or consolidation“ verfestigt sich die Zweierbeziehung und wechselseitige Verpflichtungen konkretisieren sich (ebd.). Dieses Stadium ist durch Dauerhaftigkeit und Hochzeit charakterisiert. Die „Phase D – deterioration“ ist durch die sich zunächst allmählich unbemerkte Abnahme an wechselseitiger Verbundenheit gekennzeichnet. In der „Phase E – ending“ kommt es zu der Beendigung der Beziehung aufgrund von Trennung oder Tod eines der Partner (ebd.). Levinger betont, dass nicht alle Stadien von allen Paaren durchlaufen werden, sie sind vielmehr variabel. Während einige Zweierbeziehungen die erste Phase nicht überschreiten, müssen andere Paare, die sich im Stadium der Verfestigung (C) befinden, nicht zwangsläufig die Phase des Verfalls passieren, um das Leben bis zum Tod eines Partners gemeinsam zu verbringen (vgl. Lenz, 2009, S. 66). Bemängelt wird von einigen Autoren, dass die Entstehungsbedingungen für eine Beziehung im Sinne des – Miteinander-Bekanntwerdens – in eine eigenständige Phase gefasst werden. Dies könne lediglich als ein Teil des Aufbauprozesses von Beziehungen angesehen werden (ebd.).

Scanzoni & Polonko et al. (1989 zitiert nach Ruiner, 2010, S. 41) haben ein Modell entwickelt, welches die Phasen (1) „Vor-Entstehung („Preformation“), (2) „Entstehung („Formation“), (3) „Bestand/Veränderung („Maintenance/Change“) und (4) „Auflösung („Dissolution“) enthält. Dieses Modell ist im Unterschied zu den vorausgegangenen Paarverläufen dadurch gekennzeichnet, dass die mittlere Phase, die bei Levinger mit Stagnation oder Verschlechterung der Beziehung assoziiert ist, potenzielle Entwicklungs- und Veränderungsmöglichkeiten enthält (vgl. Lenz, 2009, S. 67). Dabei wird erstmals berücksichtigt, dass an die Bestandsphase anschließend, auch positive Verläufe möglich sind (vgl. ebd.). Beispielsweise könnte nach dem Stadium der Beziehungsauflösung erneut in die mittlere Phase bzw. die Bestandsphase eingetreten werden (vgl. Ruiner, 2010, S. 41). Wie auch aus der Abbildung 1 (siehe Anhang) hervorgeht, ist dieses Modell durch den Fokus auf die Paardynamik und eine verfeinerte Sichtweise auf die Bestandsphase gekennzeichnet (vgl. ebd., S. 42).

2.2.2 Die Verlaufsphasen von Zweierbeziehungen nach Lenz

Was das folgende Verlaufsmodell von den bereits Genannten unterscheidet, ist die Erweiterung um eine explizit bezeichnete Krisenphase und den Verweis darauf, dass es insbesondere an den Phasenübergängen zur zeitweiligen „Ungleichzeitigkeit“ der Akteure bezüglich der Phasenzugehörigkeiten kommen kann (vgl. Lenz, 2009, S. 68). So kann sich beispielsweise einer der Partner der Auflösungsphase näher fühlen als der andere. Das Modell setzt sich aus vier Phasen zusammen. Das gemeinsame Bestehen der 1. Phase, genauer der „Aufbauphase“ (ebd.), ist die Voraussetzung für die Erreichung der 2. Phase, die „Bestandsphase“ (ebd., S. 104). Wird die Beziehungsaufnahme nur einseitig erwidert und es befindet sich nur eine Person der potenziellen Zweierbeziehung in der Aufbauphase, dann ist der Beziehungsaufbau gescheitert. An welchem Ereignis die Selbstdefinition der Beziehung festgemacht wird (Heirat, Zusammenziehen, erster sexueller Kontakt etc.) ist individuell verschieden (vgl. ebd.). Die 3. Phase bzw. die „Krisenphase“ (ebd., S. 69) ist kein bloßer Vorbote der 4. „Auflösungsphase“ (ebd.), sondern deutet auf eine offene Entwicklung der Partnerschaft hin. Folglich ist aus der Krisenphase eine Rückkehr in die Bestandsphase möglich oder nach einer überstandenen Krise in der Aufbauphase, gelingt ein Übergang in die Bestandsphase. Krisen können in jeder Phase entstehen.

Eine Krisenphase ist dann gegeben, wenn eine subjektiv als belastend wahrgenommene Veränderung der Beziehung auftritt, die eine Unterbrechung in der Kontinuität des Handelns und Erlebens und eine Destabilisierung im emotionalen Bereich zur Folge hat. Eine Krisenphase kann auf eine Begegnung beschränkt sein, aber ebenso ist es möglich, dass sie den Beziehungsalltag über eine lange Zeit dominiert (Lenz, 2009, S. 69).

Die 4. Phase, die „Auflösungsphase“ (ebd.) kommt durch einen willentlichen Entschluss einer oder beider Partner zustande. Eine Auflösungsphase mündet nicht zwangsläufig in ein Bezie-

hungsende, es kann beispielsweise eine Rückführung in die Krisen- oder Bestandsphase erfolgen. Ein unwiderrufliches Ende der Partnerschaft ergibt sich aus dem Tod von einem an der Zweierbeziehung Beteiligten (vgl. ebd.).

Die Betrachtung der Paarverlaufsmodelle hat gezeigt, dass diese Ähnlichkeiten im groben Aufbau und in der Struktur aufweisen, jedoch unterschiedliche Schwerpunktsetzungen und Erweiterungen beinhalten. Insbesondere Lenz (2009) hat durch die Integration einer expliziten Krisenphase in seinem Modell auf die Bedeutsamkeit von Krisen in Paarbeziehungen hingewiesen.

2.3 Die Paarbeziehung in der Krise

Nachdem bereits kurz und modellhaft auf Krisen im Partnerschaftsverlauf eingegangen wurde soll nun die nähere Betrachtung der Paarkrise aus einer praxisnäheren Sichtweise erfolgen. Im Wesentlichen geht es dabei um die Auseinandersetzung mit Kenntnissen, die in der professionellen Begleitung von Paaren unabdingbar sind, um Krisen zu erkennen und ein Verständnis für die Bedürfnisse der Partner zu entwickeln, die eine Krisenphase durchleben. Wie bereits in einigen der o. g. Phasenmodelle angedeutet, sind die Ausgänge von Paarkrisen unvorhersehbar. Entsprechend wird in diesem Themenkomplex die Auflösung einer Paarbeziehung als allgegenwärtiger Beratungsgegenstand thematisiert.

2.3.1 Anforderungen an die Paarbeziehung in spätmodernen Gesellschaften

Insbesondere der systemische Ansatz stellt die Wechselwirkung zwischen den einzelnen Systemen in den Mittelpunkt. Im Kontext der Paarbeziehung spielen u. a. die Austauschprozesse zwischen dem Paar und dem Gesellschaftssystem eine bedeutsame Rolle.

Sowohl Paarbildung und Familiengründung als auch die Auflösung der Ehe durch Scheidung werden gesellschaftlich in hohem Maße mitdefiniert. Auch wenn es dem betreffenden Paar nicht bewusst ist, sind die beiden in ihrem Entscheidungsprozess nicht bloß von persönlichen Gefühlen der Liebe oder Ablehnung abhängig, sondern ebenso sehr von der Art, wie ihr Mikrokosmos vom Makrokosmos beeinflusst wird (Welter-Enderlin, 2005, S. 176).

Nach Kröger (2006, S. 1) sind die hohen Scheidungszahlen in westlichen Industriegesellschaften ein Indiz dafür, dass Paarbeziehungen derzeit mit besonderen Anforderungen und Belastungen konfrontiert sind. Laut Datenreport des Statistischen Bundesamtes (2013, S. 49) wird jede dritte Ehe im Laufe der Zeit wieder geschieden. Zugleich sind die Zahlen der Eheschließungen stetig gesunken. Während im Jahr 1960 noch durchschnittlich 700.000 Ehen in Deutschland geschlossen wurden, sank diese Zahl mit gelegentlichen Schwankungen bis 2001 auf 40.000 Eheschließungen pro Jahr. Dieses Niveau wurde seitdem nicht überschritten (vgl. ebd.). Nach Krabbe &

Weber (2014, S. 1) sind Zweierbeziehungen gegenwärtig einem stärkeren Wandel als noch vor zehn oder dreißig Jahren ausgesetzt.

Um die derzeitigen gesellschaftlich bedingten Umstände von Paarbeziehungen in einen größeren Verstehenshorizont einzubetten, sei an dieser Stelle kurz auf die wesentlichen Modernisierungsprozesse hingewiesen, deren Ausläufer bis in den heutigen Paaralltag zu spüren sind. Seit der 1965er Jahre kam es zu elementaren Veränderungen der Situation von Paaren (vgl. Lambert, 2003, S. 28). Diese wurden bedingt durch einflussreiche Umbrüche, wie z. B. Emanzipationsbewegungen, die Bildungsexpansion und die sexuelle Befreiungsbewegung. Zu den Kennzeichen dieser Wandlungsprozesse zählt u. a. die sog. *Pluralisierung von Lebensformen*. Diese ist als eine Äußerung der Lockerung gesellschaftlich auferlegter moralischer und traditioneller Maßstäbe anzusehen. Infolgedessen ist in gesellschaftskritischen Diskursen oft die Rede von einem Bedeutungsverlust der Ehe zugunsten nichtehelicher Lebensgemeinschaften (vgl. ebd., S. 29). Im Sinne der *Destandardisierung* sind gegenwärtig vielseitige Formen von Liebe in unterschiedlichen Phasen des Lebens möglich, wohingegen früher ein Liebesverlauf für alle galt (vgl. ebd., S. 30). Im Zuge des Prozesses der *Enttraditionalisierung*, welcher erweiterte Bildungsmöglichkeiten und die wirtschaftliche Unabhängigkeit der Frau mit sich brachte, wurde das traditionelle Rollenverständnis von Frau und Mann zunehmend kritisch betrachtet. Die *Individualisierungstendenzen* umfassen die Loslösung des Menschen aus traditionellen Strukturen und gehen einher mit der Zunahme an individuellen Wahlmöglichkeiten (vgl. Beck/Beck-Gernsheim, 1990, S. 137 zitiert nach ebd., S. 31). Der Prozess des *Wertewandels* bewirkt den Bedeutungszuwachs von Selbstbestimmung und Selbstverwirklichung und lässt Werte, wie Genügsamkeit und Verzicht, in den Hintergrund rücken (vgl. ebd.).

Die vielfältigen Erwartungen und Vorstellungen, bedingt durch Prozesse gesellschaftlichen Wandels, mit denen die Partner selbst und die Beziehung konfrontiert werden, bergen Chancen, aber auch Konfliktpotenzial (Lambert, 2003, S. 55). Auf der einen Seite kann die Zunahme an Wahloptionen und die Möglichkeit zur Selbstverwirklichung als Gewinn für Paarbeziehungen angesehen werden. Durch die erleichterte Realisation von Bedürfnissen und Interessen wird ein selbstbewusster Umgang mit Verletzungen, der Abbau von Minderwertigkeitsgefühlen und die Verminderung ungleicher Machtausübungen in Partnerschaften begünstigt (vgl. ebd., S. 34). Auf der anderen Seite begegnen sich in einer Partnerschaft zwei Individuen mit einem jeweils eigenen Plan des Lebenslaufes und zeitlichen Vorstellungen über die Abfolge bestimmter Lebensereignisse (z. B. Geburt des ersten Kindes usw.), die aufeinander abgestimmt werden müssen (vgl. Ruiner, 2010, S. 68). In einer Zeit, in der es keine „Normalbiografie“ zur Orientierung mehr gibt und ein vergrößerter Gestaltungsspielraum des Lebenslaufes zur Verfügung steht, kommt

der Synchronisation von biografischen Vorstellungen in einer Paarbeziehung eine erhebliche Bedeutung für ihre Stabilität zu (vgl. ebd.).

Die Abstimmung der zeitlichen Rhythmen spielt nicht nur biografisch gesehen eine Rolle in der Zweierbeziehung, sondern auch im Alltagsleben der Paare (vgl. Lambert, 2003, S. 55). Nach Welter-Enderlin (2007, S. 50) bestehen die Hauptursachen für Paarkonflikte in der Knappheit gemeinsam verbrachter Zeit als Paar und in voneinander abweichenden Lebensrhythmen. Die Erhöhung der Arbeitszeiten, das Arbeiten in Schichten und eine doppelte berufliche Belastung gelten demnach als typische Stressauslöser für Paare in westlichen Gesellschaften (vgl. ebd.).

Wie Jellouschek (2003, S. 61) anmerkt, haben Paare heute einen ausgeprägteren Qualitätsanspruch an die Paarbeziehung im Vergleich zu vorausgegangenen Generationen. Auch die Medien suggerieren ein Idealbild der Beziehung und der Liebe, welches eine große Diskrepanz zur alltäglich gelebten Partnerschaft aufweist (vgl. Lambert, 2003, S. 59). Nach Schmidt (2007, S. 49) lassen sich der hohe Qualitätsanspruch an die Paarbeziehung, der einhergeht mit hohen Erwartungen durch die Partner, mit der gegenwärtigen Beziehungsform der „reinen Beziehung“ beschreiben. Zuerst begrifflich durch den Soziologen Anthony Giddens verwendet, verkörpert die reine Beziehung eine Beziehungsform, die weder aus materiellen oder institutionellen Gründen eingegangen wird, sondern nur um ihrer selbst Willen Bestand hat (vgl. ebd.). Sie wird nur so lange aufrecht erhalten, wie sie den Beteiligten eine emotionale Erfüllung bietet. So wie die Voraussetzung der reinen Beziehung – die Liebe – ein instabiles Gefühl ist, so ist das Wesen dieser Beziehungsform von Natur aus instabil (vgl. ebd.).

2.3.2 Entstehungsbedingungen von Paarkrisen

2.3.2.1 Über den Zusammenhang von Konflikten und Krisen in Paarbeziehungen

Bevor in diesem Themenblock explizit auf die Entstehungsbedingungen von Paarkrisen eingegangen wird, ist es zunächst von Bedeutung die Verbindung zwischen Konflikten und Krisen in diesem Kontext kurz darzulegen. Lenz (2009, S. 136) weist darauf hin, dass beide Begriffe trotz ihrer Parallelen voneinander abzugrenzen sind:

Ein *Konflikt* kann mit einer Krise zusammenfallen, muss aber nicht. Eine Krise in der Zweierbeziehung kann nach der Beendigung eines Konfliktes andauern und eine Vielzahl von Konflikten umfassen. Eine jede Krise umfasst einen oder mehrere Konflikte, aber nicht ein jeder Konflikt scheint schon eine Krise darzustellen. Jedoch kann ein Konflikt Auslöser oder gar Ursache einer Krise sein (ebd.).

Unter einem Konflikt können Interaktionen zweier Personen verstanden werden, die sich über gegensätzliche Ansichten und Interessen austauschen oder an miteinander nicht zu vereinbarenden Zielen festhalten (vgl. Kline, Pleasant, Whitton, Markmann, 2006, S. 445 zitiert nach ebd.). Während Konflikte von einigen Autoren in „offen“ und „verborgen“ (ebd., S. 137) differenziert

werden, soll hier ausschließlich der offene Konflikt interessieren. Dieser ist durch situationsbezogene Konfrontationen charakterisiert und kann sich durch sprachliche und nicht-sprachliche Mittel, bestimmte Gesten oder den Gebrauch körperlicher Gewalt äußern (vgl. ebd.). Kommt es im Zusammenhang von Konflikten häufig zum Einsatz von Gewalt, kann diese einen bedeutsamen Bestandteil einer Krise darstellen (vgl. ebd., S. 138).

Die Paarbeziehung ist aufgrund ihrer einmalig ausgeprägten emotionalen und interaktionalen Wechselseitigkeit im Gegensatz zu anderen zwischenmenschlichen Beziehungen für die Entstehung von Konflikten prädestiniert (vgl. ebd.). Ursächlich dafür ist die intensiv miteinander verbrachte Zeit, die mit Interaktionen über verschiedene Inhalte, Zielvorstellungen und Verhaltensweisen angereichert ist, die innerhalb der Partnerschaft abgestimmt werden müssen (vgl. ebd., S. 144). Da Partner voneinander ein ausgeprägtes intimes Wissen besitzen, haben sie im Vergleich zu anderen Personen viele Möglichkeiten, die Rolle des Gegners einzunehmen und den anderen zu schädigen (vgl. ebd.). Nach Bodemann (2002, S. 32) sind Konflikte für Paarbeziehungen bedeutsam und sollten nicht verdrängt werden. Studien belegen, dass Paare ihre Beziehung auf längere Sicht als zufriedenstellend empfinden, wenn sie konfliktreiche Themen austragen, während das Vermeiden von Konflikten eher unzufriedene Paare auszeichnet (vgl. Gottmann & Krokoff, 1989/Rausch et al., 1974 zitiert nach ebd.). Nicht das Vorhandensein von Konflikten in einer Partnerschaft entscheidet über einen krisenhaften Verlauf der Beziehung, sondern die Konstruktivität, mit der diese ausgetragen werden (vgl. ebd.).

2.3.2.2 Entstehungsbedingungen von Krisen – zwischen Entwicklung und Stagnation

Neben Konflikten kommt nahezu jede Paarbeziehung, die von längerer Dauer ist, mit einer oder mehreren Paarkrisen in Berührung. Lenz (2009, S. 135) hebt die Neutralität des Krisenkonzeptes hervor. Eine Krise kann demnach in eine Trennung der Partner münden, aber auch eine Verbesserung der Zweierbeziehung nach sich ziehen. Unter einer Krise kann „eine subjektive als belastend wahrgenommene Veränderung der Beziehung bezeichnet [werden], die eine Unterbrechung der Kontinuität des Handelns und Erlebens und eine Destabilisierung im emotionalen Bereich zur Folge hat“ (ebd.).

In Paarbeziehungen kann es auf unterschiedliche Art und Weise und in verschiedenen Phasen der Paarentwicklung zur Herausbildung einer Krise kommen. Bei der Suche nach den Entstehungsbedingungen wird es niemals die eine „Ursache“ geben, auf welche die Krise zurückzuführen ist, sondern eine Summation von Erinnerungen, Ereignissen und Gedanken, die für die Beteiligten in einem sinnhaften Zusammenhang stehen (vgl. Bodemann zitiert nach ebd., S. 139).

Wie bereits aus der o. g. Definition von Krisen hervorgeht sind Beziehungskrisen mit Veränderung verbunden. Vor dem Hintergrund, dass eine Paarbeziehung ein dynamischer Prozess ist, der stetigen Wandlungen unterliegt, kann einer Krise u. a. die Veränderung bzw. Entwicklung eines oder beider Partner vorausgegangen sein (vgl. Bodemann, 2002, S. 20). Infolgedessen können sich „[...] Ansichten, Wünsche, Bedürfnisse und Erwartungen an den anderen und an die Beziehung ändern [...]“ (ebd.). Zudem können äußere Ereignisse, wie z. B. ein Umzug aufgrund beruflicher Weiterentwicklung, die Beziehungszufriedenheit negativ beeinflussen und diese krisenanfälliger machen (vgl. Bodemann, 2002, S. 20). Nach Ruiner (2010, S. 59) sind Veränderungen durch Erlebnisse oder Geschehnisse gekennzeichnet, die einen Unterschied zur vorausgegangen Situation ausmachen. Das Paarleben zeichnet sich durch eine Multiplikation der miteinander verwobenen Veränderungen der einzelnen Partner, der Beziehung selbst und des Verhältnisses der Partner zur Außenwelt aus (vgl. ebd.).

Willi (2012, S. 329) versteht Veränderungen in Paarbeziehungen im Sinne von Entwicklungen bzw. Herausforderungen, die der persönlichen Entwicklung der Partner dienen. Nach diesem sog. koevolutiven Beziehungsverständnis kann eine Zweierbeziehung „[...] die wichtigste Herausforderung persönlicher Entwicklungen im Erwachsenenalter sein und ist mit Leiden verbunden, durch welches persönliches Wachstum und Reifung gefördert werden“ (ebd.). Es wird davon ausgegangen, dass sich die Partner zur gegenseitigen Entwicklung herausfordern bzw. diese erst möglich machen. Voraussetzung für persönliche Entwicklung ist das Bereitsein, ein offenes Ohr für die Widerstände und Kritik von Seiten des Partners zu haben (vgl. Schmidt, 2007, S. 38). In diesem Sinne kann es durch die Partner auch zu einer Begrenzung und Verhinderung der gegenseitigen Entwicklung kommen (vgl. Willi, 2012, S. 329). Kommt es zum Stillstand des wechselseitigen Prozesses des Lernens und Wachsens, gelten Beziehungskrisen als „Bruchstellen“ (Schmidt, 2007, S. 38) dieser andauernden Stagnation. Krisen „[...] verweisen auf die Notwendigkeit, in der gemeinsamen und individuellen Entwicklung einen anstehenden Entwicklungsschritt zu vollziehen“ (ebd.).

Ähnlich wie Willi (2012) und Schmidt (2007) bringt Welter-Enderlin (2005, S. 55) die Entstehung von Paarkrisen mit mangelnder Flexibilität und Integrationsbereitschaft der Partner bezüglich neuer Systeminformationen in Verbindung. Nach diesem Verständnis treten im Verlauf der Paarbeziehung und der individuellen Entwicklung der Partner Informationen über Persönlichkeitsanteile zu Tage, die bisher nicht zu den „ungeschriebenen Gewohnheiten“ bzw. dem „Beziehungsvertrag“ (ebd., S. 54f.) zählten.

Ob nun solche Informationen offen angenommen und der Beziehungsvertrag entsprechend erweitert wird oder ob alles Neue, Ungewohnte, von dem einen oder anderen vehement bekämpft oder einfach ignoriert wird, entscheidet nicht nur über die Entwicklungsmöglichkeiten jedes einzelnen, sondern auch der Beziehung als Ganzheit (ebd., S. 55).

Ruiner (2010, S. 217) weist ebenfalls auf die Bedeutung von Beziehungskonzepten im Zusammenhang mit der Krisenentstehung hin. Sie hebt hervor, dass die Herausbildung von Paarkrisen durch stark „divergierende Beziehungskonzepte“ begünstigt würde. Weichen die Vorstellungen einer funktionierenden Beziehung beider Partner wesentlich voneinander ab, werden Erlebnisse und Geschehnisse im Verlauf der Beziehung unterschiedlich bewertet und in den Beziehungsverlauf integriert (vgl. ebd.). Folglich ist der Anspruch an beide Partner, die Beziehungskonzepte einander anzupassen, sehr hoch und birgt ein großes Krisenpotenzial. Wie angedeutet und bereits in der o. g. Krisendefinition angeklungen, stellen bestimmte Ereignisse nicht per se ein krisenauslösendes Moment dar. Eine entscheidende Rolle spielt dabei die Deutungsleistung der Partner (vgl. ebd., S. 66). Die Stabilität der Partnerschaft verändert sich nicht durch das bloße Eintreten oder Ausbleiben eines bestimmten Ereignisses, sondern durch die Bedeutung und Relevanz, die diesem von Seiten der Partner beigemessen wird (vgl. ebd.).

2.3.2.3 Die Bedeutung von Phasenübergängen und Schwellen-Wendepunkten bei der Entstehung von Paarkrisen

Phasenübergänge und Schwellensituationen spielen bei der Entwicklung von Paarkrisen eine besondere Rolle. Willi (2012, S. 43) spricht davon, dass jede Phase einer Paarbeziehung „typische und absolut normale Krisen“ enthält und der Kampf um eine angebrachte Krisenbewältigung die Voraussetzung für den Erhalt der Lebendigkeit einer Zweierbeziehung darstellt. In diesem Sinne gehöre es zu einer Partnerschaft dazu, diesen Krisen entgegenzusehen (vgl. ebd., S. 44). Zustände, die von der sog. Normalkrise abweichen und Spannungen erzeugen, entstehen erst durch das Vermeiden der unausweichlich auftretenden Reifungskrisen durch die Partner. Unter der Annahme, dass eine Partnerschaft oder Ehe das Erwachsenenalter über anhält, durchläuft sie unterschiedliche Phasen, die in „Intensität, Intimität und Motivation“ variieren können (ebd.).

Jede Phase hat ihre eigenen Probleme und Konflikte. Die Umstellung der Beziehungsform der einen Phase in diejenige der nächstfolgenden Phase erzeugt Angst und erfordert ein hohes Maß an Flexibilität und Anpassung (ebd.).

Jede Partnerschaft und jede Phase einer Zweierbeziehung kann *Schwellensituationen* aufweisen, die sich auf die Dynamik oder andere Bereiche der Beziehung, wie z. B. die Kommunikation zwischen den Partnern, verändernd auswirken können (vgl. Vogler & Merbach, 2010, S. 36). Zu Schwellensituationen können Ereignisse jeglicher Art gezählt werden, mit denen sich das Paarsystem konfrontiert sieht. Schwellensituationen können sich in Partnerschaften qualitativ und quantitativ unterscheiden (vgl. Vogler & Merbach, 2010, S. 37). Wie in Tabelle 3 (siehe Anhang) ersichtlich, können sich die Partner an Schwellensituationen in verschiedenen Phasen des

Paarverlaufs mit diversen Fragen konfrontiert sehen, für die es eine Antwort zu finden gilt. Nach Vogler & Merbach (2010, S. 38) umfassen Schwellensituationen in vielen Fällen die Einflüsse der Außenwelt auf das Paarsystem, also einen Dritten, dem gegenüber die Partner Position beziehen müssen.

Um einen Einblick in die Herausforderungen zu erarbeiten, die diese Wendepunkte an die Partnerschaft stellen, wird der idealtypische Paarverlauf nach Retzer (2011) als Orientierung verwendet, der von einer Partnerschaft ausgeht, die über das gesamte Erwachsenenalter andauert. Eine der ersten wesentlichen Schwellensituationen lokalisiert Retzer (2011, S. 309) in der Phase mit der Bezeichnung „Vertragsabschluss und Aktivitätskoordination“. Nach dem Kennenlernen geht es in dieser Phase um die Anpassung und Koordination der Lebensrhythmen der Partner. Krisenpotenzial kann das Realisieren des Nachlassens der Verliebtheit und das Erkennen der Tragweite der Beziehung in sich bergen (vgl. ebd.). Die Geburt des ersten Kindes gilt in der Phase „Produktionsbeginn: Kinder, Karriere, Kapital...“ (ebd., S. 311) als Schwellensituation mit besonderem Wert. Nach Bodemann (2002, S. 55) haben Kinder einen zweideutigen Einfluss auf eine Zweierbeziehung. Die Geburt eines Kindes wirkt sich auf der einen Seite positiv auf die Stabilität der Beziehung aus, auf der anderen Seite kann sie die Zufriedenheit der Partner mit der Beziehung in erheblichem Maße verschlechtern. Mit dem Schuleintrittsalter, in dem Kinder zunehmend selbstständiger werden, vermindert sich ihre beziehungsstabilisierende Wirkung (vgl. ebd.). Durch die Elternschaft erfährt die Beziehung auf der einen Seite eine Bereicherung, aber auch eine Komplexitätssteigerung, indem beide Partner Mitglieder zweier Teilsysteme werden, in denen voneinander abweichende Regeln gültig sind:

Die Wahlfreiheit in der Partnerschaft und die lebenslange Bindung als Eltern bilden einen Gegensatz, der ausbalanciert werden will. An dieser Situation können Paare wachsen aber auch zerbrechen. Schon über die Frage der Prioritätensetzung – sind wir eher Paar oder Eltern – kann es in bestimmten Situationen zu den klassischen Konflikten kommen [...] (Bleckwedel, 2011, S. 86).

Außerdem gilt die neuartige Aktivierung der Beziehung zu den Herkunftsfamilien beider Partner, im Sinne von Integration und Abgrenzung, als besonders konfliktbehaftete Herausforderung für das Paar (vgl. Retzer, 2011, S. 313). Unter der Phase „Produktautonomisierung“ fasst Retzer (S. 316) den Auszug der Kinder aus dem Elternhaus, der häufig mit dem Ausdruck der „Empty-Nest-Phase“ einhergeht. Das jahrelang eingespielte Zusammenleben der Familie wird durch das Verlassen der Kinder erheblich verändert. Für Paare, die sich durch viel Verbindendes, wie z. B. gemeinsame Freizeitgestaltung auszeichnen, kann diese Schwellensituation den Beginn einer neuen Form von Intimität und Vertrautheit bedeuten (vgl. Beck-Gernsheim, 1993, S. 160). Aus der Datengrundlage des „Generations and Gender Survey“ (Klein & Rapp, 2010, S. 140) von 2005 geht hervor, dass das Risiko einer Trennung mit dem Eintreten in die „Empty-Nest-Phase“, im Vergleich zu Partnerschaften, deren Kinder noch zu Hause leben, dauerhaft erhöht ist. Die

Wirkung des leeren Nestes wird u. a. mit Anpassungsproblemen der Eltern bezüglich der veränderten Situation und mit der Reduktion der gegenseitigen Abhängigkeit der Partner in Verbindung gebracht (vgl. ebd.). Willi (2012, S. 52) bezeichnet diese Übergangsphase auch als „Krise der mittleren Jahre“, die durch einen Zustand von Leere gekennzeichnet sein kann, in dem die Zwanghaftigkeit der Identifikation mit der Ehe oder Partnerschaft zunehmend infrage gestellt wird. Fragen nach der eigenen Identität rücken mit der möglichen Bewusstwerdung der eigenen Endlichkeit des Lebens bilanzierend in den Fokus (vgl. Retzer, 2011, S. 317). Nicht selten werden in dieser Übergangsphase Außenbeziehungen eingegangen, welche die Partnerschaftsstabilität in besonderer Form herausfordern (vgl. Willi, 2012, S. 55). In diesem Zusammenhang kommt es oft zum Aufsuchen einer Paarberatungsstelle, was in den meisten Fällen von den Partnerinnen ausgeht (vgl. ebd., S. 58).

Eine weitere Schwellensituation stellt der Übergang von der Erwerbstätigkeit in den Ruhestand dar. Die Phase der „Pensionierung: Genuss oder Rache? Neuer Vertrag oder Kündigung? [...]“, wie Retzer (2011, S. 320) diese bezeichnet, hat erheblichen Einfluss auf die Paarbeziehung. Die Abkopplung vom außerpartnerschaftlichen System der Arbeitswelt kann von den Beteiligten positiv im Sinne der Befreiung von bestimmten Verpflichtungen gedeutet, aber auch belastend im Sinne von zu viel freier Zeit empfunden werden (vgl. ebd., S. 21). Die Partner sind vor die Aufgabe gestellt ihre Beziehung neu zu definieren und ihre zeitlichen Tagesrhythmen anders zu strukturieren (vgl. Buchebner-Ferstl, 2003).

2.3.3 Anzeichen von Paarkrisen

Wenn Paare in die Beratung kommen, haben sie ihres Erachtens nach auf alle ihnen zur Verfügung stehenden Lösungsmöglichkeiten für ihre Paarprobleme zurückgegriffen (vgl. Koschorke, 2004, S. 1). Da es eine wichtige Aufgabe des Beraters ist, die gegenwärtige Situation der Paare adäquat einschätzen zu können und Krisen zu erkennen, sollen an dieser Stelle die Anzeichen von Paarkrisen näher erörtert werden.

Da die Interaktion und das Verhalten unter den Partnern als „Kristallisationspunkt der partnerschaftlichen Begegnung“ (Schaer, 2012, S. 11) angesehen werden kann, der täglich über den Entwicklungsverlauf der Zweierbeziehung entscheidet, werden diese beiden Aspekte bei der Erkennung von Krisen besonders in den Fokus genommen. Eine Krise lässt sich in vielen Fällen nicht an der Häufigkeit oder den Themen von Konflikten zwischen den Partnern festmachen, sondern sie zeigt sich im Verhalten und der Art des Umganges in bzw. mit Konfliktsituationen (vgl. ebd., S. 12). An dieser Stelle wird wieder die enge Verzahnung von Konflikten und Krisen deutlich. Ein wesentliches Warnzeichen für Krisen bzw. ein bedeutsamer Unterschied zwischen

glücklichen und unglücklichen Paaren besteht in *destruktiven Kommunikationsverläufen* (vgl. Bodemann, 2002, S. 29). Nach Schaer (2012, S. 12) deuten diese am ehesten auf eine spätere Trennung hin. Destruktives Kommunikationsverhalten äußert sich u. a. in der Zunahme negativer Kommunikationsmuster (abwehrendes Verhalten, Äußerung von Kritik usw.) und der Verminderung positiver Kommunikationsmuster (Wertschätzung, Einfühlung etc.) (vgl. Bodemann, 2002, S. 30). Der renommierte Paarforscher John Gottmann (1993 zitiert nach Lösel & Bender, 2003, S. 58f.) stellt heraus, dass in Partnerschaften, die als stabil und zufriedenstellend gelten zwischen positiver und negativer Kommunikation ein Verhältnis von 5:1 vorliegt. Zweierbeziehungen, die von Instabilität und geringer Zufriedenheit gekennzeichnet sind, erfüllen dieses Verhältnis nicht (vgl. ebd.).

Gottmann kristallisiert bestimmte negative Kommunikationsmuster heraus, die sich seines Erachtens „tödlich“ auf die Beziehung auswirken können. Er bezeichnet sie als „die vier apokalyptischen Reiter“ (Gottmann & Silver, 2014, S. 42). In einer krisenhaften Paarbeziehung sind die folgenden Merkmale negativer Kommunikation in der hier vorgegebenen Reihenfolge zu erkennen (vgl. ebd.). Der erste Reiter wird mit „Kritik“ bezeichnet. Bei Kritik wird nicht die Situation, in welcher der Partner verwickelt ist, mit negativen Bemerkungen durch sein Gegenüber bewertet, sondern die Persönlichkeit des Partners. Wird Kritik im Sinne von Schuldzuweisungen zu einem gängigen Kommunikationsmuster in einer Beziehung, dann sind das Voraussetzungen für das Einschleichen des darauffolgenden Reiters – „Verachtung“ (ebd., S. 43). Verachtung äußert sich in „Sarkasmus und Zynismus [...], dasselbe gilt für Verfluchen, Augenrollen, Verhöhnern und respektlosen, abschätzigen Humor“ (ebd., S. 44). Nach Gottmann & Silver (2014) geht von diesem Reiter die größte Gefahr für die Beziehung aus, da er sich durch Abneigung dem anderen Partner gegenüber äußert. Der dritte Reiter – „Rechtfertigung“ – zeichnet sich dadurch aus, dass die Partner mehr damit beschäftigt sind sich zu verteidigen, als das eigentliche Diskussionsthema oder die Meinung des Gegenüber zu berücksichtigen (vgl. Schaer, 2012, S. 14). Rechtfertigungen haben einen schwerwiegenden Einfluss auf die Paarbeziehung, weil sie die Eskalation von Konflikten begünstigen (vgl. Gottmann & Silver, 2014, S. 47). „Häufig eskalierende Konflikte untergraben die Zufriedenheit der Partner, stehen meist einer konstruktiven Lösung von Konflikten im Weg und weisen längerfristig auf eine Zerrüttung und Destabilisierung der Partnerschaft hin“ (Schaer, 2012, S. 13). Das Wechselspiel von gegenseitigen Vorwürfen und Gegenvorwürfen, was die Paare in einer „negativen Aktion-Reaktionskette“ verharren lässt, kann auch als „negative Reziprozität“ (Gottmann, 1994, S. 62 zitiert nach ebd.) bezeichnet werden. Schwing & Fryszer (2013, S. 86) unterscheiden „symmetrische“ und „komplementäre“ Eskalationen. Die symmetrische Eskalation ist durch ein gegenseitiges Verstärken des Verhaltens der Partner gekennzeichnet, indem diese sich durch ähnliche Kommunikationsformen antreiben

(vgl. ebd.). Wenn ein Partner beispielsweise laut reagiert, wird auch der andere Partner im Streitgespräch lauter. In komplementären Eskalationen reagiert jeder Partner auf seine eigene Art. Je aktiver beispielsweise der eine Partner wird, umso passiver verhält sich der andere Partner in Diskussionen (vgl. ebd.). In extremen Formen von Eskalationen kann es zwischen den Partnern auch zum Austausch von physischer Gewalt kommen (vgl. Schaer, 2012, S. 13). Lenz et al. (1996, S. 158) erklären diese gewaltsamen Übergriffe aus systemischer Sicht, indem der ursprüngliche Informationsaustausch zwischen den Partnern, auf dem eine Beziehung begründet ist, „durch den Austausch von Materie und Energie abgelöst wird; man wirft sich Tassen an den Kopf (Materie) oder schlägt einander (Energie).“ Im Unterschied zu unglücklichen Paaren, die den Eskalationskreislauf an die Spitze treiben, steigen glückliche Paare rechtzeitig aus dieser Situation aus (vgl. Schwing & Fryszer, 2013, S. 89).

Der vierte Reiter wird als „Mauern“ (Gottmann & Silver, 2014, S. 48) bezeichnet. Haben sich die bereits genannten drei Reiter in der Partnerschaft ausgebreitet und die Negativität hat ein entsprechendes Level erreicht, kann es passieren, dass sich der ein oder andere Partner aus der Interaktion herauszieht bzw. mauert (vgl. ebd., S. 49). Diese Reaktion auf langanhaltende, verachtende oder kritisierende Kommunikation begründen Gottmann & Silver (2014, S. 50) mit einem Gefühl des überflutet Werdens, im Sinne von Überwältigung oder schutzlos Ausgeliefertsein, mit dem Ziel einer Wiederholung, dessen aus dem Weg zu gehen (vgl. ebd.). Gottmann & Silver (2014, S. 63) fassen die Anzeichen einer krisenhaften Beziehungsentwicklung folgendermaßen zusammen: „(1) Wie Paare miteinander reden (der grobe Auftakt des Gesprächs, die vier Reiter [...]), (2) das Scheitern von Rettungsversuchen, (3) körperliche Reaktionen (Überflutung), oder (4) übermächtige negative Gedanken über die Ehe.“ Charakteristisch für letzteres Merkmal ist, dass nicht nur dem Partner allein die Schuld für die gegenwärtigen Beziehungsprobleme und die Krise zugeschoben wird, sondern dass auch die Beziehungsgeschichte zum Negativen hin umgeschrieben wird (vgl. ebd., S. 59/Krabbe & Weber, 2014, S. 6).

2.3.4 Ambivalente Paare – wenn Trennung die bessere Lösung ist

Die Thematik des sich Trennens ist mittlerweile zu einem Hauptgrund für die Kontaktaufnahme zu einer Beratungsstelle geworden (vgl. Koschorke, 2004, S. 1). Entsprechend ist es von Bedeutung, sich als Berater mit den Anforderungen, die ein Trennungsprozess an die Beteiligten stellt, auf der Ebene von Theorie und Forschung auseinanderzusetzen und eine zeitgemäße Betrachtungsweise von Trennung und Scheidung zu entwickeln.

Eine Trennung wird in einer Paarbeziehung in vielen Fällen erwogen, wenn alle Beziehungsressourcen aufgebraucht scheinen und Tendenzen bestehen, dass sich die Partner voneinander ent-

fernen und zunehmend Bestätigung außerhalb der Paarbeziehung suchen (vgl. Schindler, 2004, S. 26). Trennungsabsichten können durch Androhungen eines Partners offen ausgetragen oder in einem unsichtbaren Prozess, der in einem oder beiden an der Beziehung Beteiligten abläuft, entstehen. Werden die Trennungsgedanken durch einen Partner konkretisiert – selten besteht ein einstimmiger Beschluss durch beide Seiten – polarisieren sich die Partner oft in die Rollen des „Aktiven“ und des „Passiven“ (Vannoy, 1995 zitiert nach ebd., S. 29). Der aktive Partner, der die Trennung vorantreibt, fühlt sich auf der einen Seite erleichtert, in der Voraussicht auf neue Lebensperspektiven, fühlt sich aber auch schuldig für die Zerrüttung der Familie. Der passive Partner der Beziehung zeigt Unverständnis für die Entscheidung des anderen, fühlt sich in seiner Wahlfreiheit beschnitten und klammert möglicherweise an der Beziehung, was ihn zunehmend unattraktiver macht (vgl. ebd.). Da funktionierende Beziehungssysteme einen stetigen Wechsel zwischen den Polen von Wandel und Beständigkeit benötigen, führt diese Polarisierung zu Unbeweglichkeit, Druck und Spannungszuständen (vgl. Koschorke, 2004, S. 7).

Koschorke (2004, S. 2) greift in seinen Ausführungen zum Verlauf von Trennungsprozessen auf ein „Drei-Phasen-Modell“ bzw. „Bergmodell“ zurück, welches zur Orientierung für den Berater nützlich sein kann. Die 1. Phase - „Trennendes steht zwischen den Partnern. Das Paar durchlebt eine Krise“ (ebd.) – ist charakterisiert durch das Festhalten der Partner an der Paarbeziehung trotz Distanzierung und Enttäuschungen. In der 2. Phase – „Die Entscheidung über eine Trennung ist offen. Das Paar ist hochambivalent“ (ebd.) – wächst der Druck des Paares bezüglich einer Entscheidung, ob eine gemeinsame Zukunft als Paar noch mit Sinn erfüllt wäre. Die 3. Phase – „Die Entscheidung über eine Trennung ist getroffen“ (ebd.) – ist durch den Entschluss meist eines Partners zur Trennung sowie die daran anknüpfende emotionale Loslösung der Partner und die Regelung praktischer Aspekte gekennzeichnet.

In der Realität entspricht der Trennungsprozess keiner bloßen Phasenabfolge, wie es das Modell vermuten lässt, sondern zeichnet sich durch ein mehrmaliges Durchleben oder Zurückkehren in die einzelnen Phasen aus (vgl. Krabbe & Weber, 2014, S. 3). Einige Autoren weisen darauf hin, dass sich eine Trennung aus inneren und äußeren Distanzierungsprozessen zusammensetzt. Während Krabbe & Weber (2014, S. 3) die äußere Trennung ähnlich den Bezeichnungen der Stadien des o. g. Drei-Phasen-Modells beschreiben, leiten sie die Phasen emotionaler Trennung von den Phasen des Trauerprozesses nach dem Tod eines Menschen nach Kübler-Ross ab. Diese heißen wie folgt: „1. Verleugnung der Tatsachen, 2. Wut, Anklage, Hass, 3. Depression, Verzweiflung (Nochmaliger Versuch der Beziehung), 4. Trauer, 5. Verhandeln, Neuorientierung, neue Ziele, neue Lebensplanung“ (ebd.).

Im Beratungskontext sind Scheidung und Trennung eine immer häufiger werdende Option des Ausganges des Beratungsprozesses (vgl. Hess, 2006, S. 95).

Immer häufiger geht man heute davon aus, daß eine Scheidung nicht mehr eine große biografische Katastrophe darstellen muß, sondern letztlich nur die sinnvolle Konsequenz aus einer nicht mehr tragfähigen Beziehung ist. Nicht mehr das Scheitern steht im Vordergrund, sondern der mutige Schritt, nicht länger in einer zum Gefängnis gewordenen Ehebeziehung zu verharren (Burkard, 1997, S. 213).

Es ist jedoch zu berücksichtigen, dass das Vorhandensein von Kindern in einer Partnerschaft die Problematik der Trennung nochmal erhöht, da Kinder sich trotz der hartnäckigen Auseinandersetzungen der Eltern in den meisten Fällen wünschen, dass diese um jeden Preis zusammenbleiben (vgl. ebd.). Tavares (2013, S. 1608) hat in einer sozialwissenschaftlichen Studie zum Vergleich von Trennungsstress von Ehepaaren und eheähnlichen Lebensgemeinschaften herausgefunden, dass Verheiratete bei einer Scheidung ein doppelt so hohes Stresserleben aufweisen, als Personen, die sich aus einer eheähnlichen Lebensgemeinschaft heraus trennen. Als ursächlich führt sie Elternschaft an, die nachwievor, wenn auch zeitlich verschoben, bei vielen Paaren in einer Ehe gelebt wird.

We find that parenthood is strongly associated with increases in psychological distress around separation [...]. Since parents are much more likely to be married than cohabitating, this implies that it is essentially parental status which is driving the between-group difference in the average change in psychological distress (ebd.).

Die zeitgemäße Auffassung in der Beratungspraxis, dass der Erhalt einer Beziehung, aber auch deren Auflösung, Vorteile für die individuelle Entwicklung der Partner haben kann, basiert u. a. auf einem gesellschaftlichen Gesinnungswandel. Dieser äußert sich in der zunehmenden Abwendung von sog. „Desorganisations- bzw. Defektmodellen“ und der Hinwendung zu entwicklungsorientierten „Reorganisationsmodellen“ (Hess, 2006, S. 93f.). Die erstgenannten Konzepte vertreten den Standpunkt, dass eine Scheidung bzw. die Auflösung eines partnerschaftlichen oder familiären Systems das Ende der familiären Entwicklung bedeutet (vgl. Beelmann & Schmidt-Denter, 2003, S. 509). Die Auffassung von Schall (2008, S. 39), dass eine Trennung in der Partnerschaft nur eine Trennung von Menschen, jedoch nicht von Problemen darstellt und folglich ein Reifungsprozess ausbleibe, kann eher zu einem defizitären Verständnis von Trennung gezählt werden. Seit Mitte der 1980er Jahre rücken zunehmend system- und prozessorientierte Konzepte über Scheidung und Trennung in den Fokus (vgl. ebd., S. 510). Rice & Rice (1986, S. 73 zitiert nach Hess, 2006, S. 93) trieben die Abkehr von defizitorientierten Ansätzen mit der Entwicklung des Reorganisationsmodells voran. Sie ziehen Parallelen zwischen der Auflösung einer Beziehung und dem Ablösungsprozess von den Eltern. Beide Prozesse bieten eine Entwicklungsmöglichkeit zur Differenzierung des Selbst und der Eigenständigkeit (vgl. ebd.). Die psychische Weiterentwicklung kann durch eine Trennung vom Partner eine Blockierung, aber auch eine Förderung erfahren (vgl. ebd.). Dieses Modell beschreibt die Auflösung einer Partnerschaft als längeren Prozess und nicht als ein einmaliges Trauma. Dabei organisieren sich die

Beziehungen der am partnerschaftlichen oder familiären System Beteiligten stetig neu und finden durch die Bewältigung immer neuer Anforderungen zu einer neuen Balance (vgl. Beelmann & Schmidt-Denter, 2003, S. 510).

Welter-Enderlin (2005, S. 188) sieht in einer Trennung auch die Möglichkeit, sich mit „unerledigten Lebensthemen“ zu befassen und schließlich aus diesem Prozess mit einer Persönlichkeit auf einem höheren Reifenniveau hervorzugehen.

Wenn Menschen in kritischen Übergängen bereit sind, sich den eigenen Wurzeln zuzuwenden, statt ihre Energie in Kampf oder Flucht zu vertun, können sie mit der Zeit auch lernen, ihre Flügel auszubreiten und sich persönlich weiterzuentwickeln. Das *Wir*, das dabei oft zum ersten Mal im Leben eines Menschen durch ein *Ich* ersetzt wird, bleibt zwar immer als Sehnsucht erhalten. Aber das *Ich* birgt in sich neue Wachstumsmöglichkeiten, neue Lebendigkeit und eine Achtsamkeit für die ‚eigene Musik‘ [...] (ebd., S. 189).

2.3.5 Über den Einfluss krisenhafter Paarverläufe auf die Gesundheit der Partner

Einer stabilen Beziehung kommt ein hoher Stellenwert für das Wohlbefinden der Partner zu, wobei sich dieser Effekt bei Männern eher im körperlichen Gesundheitszustand und bei Frauen in der psychischen Gesundheit widerspiegelt (vgl. Küpper, 2003, S. 87). Schwing & Fryszer (2013, S. 101) bezeichnen Liebe als ein biologisch bedingtes Bedürfnis und geben an, dass sich Beziehungen zwischen Menschen unmittelbar auf physische Abläufe und die Herausbildung von verschiedenen Erkrankungen auswirken. Eine gelingende Partnerschaft stellt somit eine bedeutsame Ressource für die Gesunderhaltung der Partner, als auch für das Abfedern kritischer Lebensereignisse dar (vgl. Kröger & Sanders, 2013, S. 193). Damit geht aber auch einher, dass schwerwiegende Paarkrisen oder die Auflösung einer Partnerschaft spürbare gesundheitliche Beeinträchtigungen nach sich ziehen können (vgl. Kiecolt-Glase & Newton, 2001/Beelmann & Schmidt-Denter, 2003 zitiert nach ebd.). Auf der Basis dieses Gesundheitsbezuges nimmt die psychologische Paarberatung eine besondere Rolle ein (vgl. Kröger & Sanders, 2013, S. 194).

Hawkins & Booth (2005 zitiert nach Proulx & Snyder-Rivas, 2013, S. 194) betonen, dass die Beziehungsqualität entscheidend ist für das gesundheitliche Befinden der Beteiligten: „with higher quality marriages being associated with higher levels of health and well being [...] and long-term, poor quality marriages being associated with poor overall health“

Das Modell der „Triadischen Balance“ von John Gottmann (1994, zitiert nach Braukhaus & Hahlweg, 2004) weist, wie in Abbildung 2 (siehe Anhang) zu erkennen, ebenfalls auf den Zusammenhang zwischen Partnerschaftsqualität, der Stabilität der Beziehung und der Gesundheit der Partner hin. Dabei hebt er die Wechselwirkungen zwischen der Art der Interaktion/Kommunikation, der Wahrnehmung und den psychophysiologischen Prozessen der Partner in einer Zweierbeziehung hervor. Wird das Verhältnis 5:1 von positiver und negativer Kommunikation zwischen den Partnern unterschritten, kippt die Wahrnehmung, indem sich die Partner zu-

nehmend als Bedrohung ansehen. Es schwindet die einst positive und entspannende Wirkung der Partner und körperliche Anspannungszuständen gepaart mit Flucht- und Kampf-Reaktionen stellen sich ein (vgl. ebd.). Das System ist aus dem Gleichgewicht geraten. Dieses Konzept kann nicht als wissenschaftlich abgesichert angesehen werden, es kann jedoch in der Paarberatung als Arbeitsmodell nützlich sein, um als Wegweiser für die Wahl von Interventionen bei Beziehungsschwierigkeiten zu fungieren (vgl. Braukhaus & Hahlweg, 2004, S. 42).

Dauerhafter Stress in der Beziehung hat Einfluss auf verschiedene körperliche Systeme (vgl. ebd., S. 42). Die chronische körperliche Erregung unglücklicher Paare kann sich nach Gottmann & Silver (2014, S. 13) u. a. in „Bluthochdruck, und Herzerkrankungen, aber auch psychologischen Erkrankungen wie Angsterscheinungen, Depression, Selbstmordgedanken, Gewaltvorstellungen, Psychosen, Mordgedanken und Drogenmissbrauch“ niederschlagen. Die Autoren berufen sich in ihren Ausführungen auf die Erkenntnisse der Wissenschaftler Lois Verbrugge und James House, die davon ausgehen, dass eine unzufriedenstellende Partnerschaft den Partnern vier Lebensjahre kosten kann und das Erkrankungsrisiko um 35 Prozent im Gegensatz zu glücklichen Paaren gesteigert ist (vgl. ebd.). Die protektive Wirkung einer zufriedenen Paarbeziehung führen Gottmann & Silver (2014, S. 13f.) u. a. darauf zurück, dass glückliche Paare bewusster mit ihrer Gesundheit umgehen, beispielsweise eher auf gesunde Ernährungsweise achten und sich die Notwendigkeit medizinischer Untersuchungen vor Augen halten. Vor der Erkenntnis, dass eine Auflösung der Beziehung mit einer Schwächung der Immunabwehr einhergeht, haben Gottmann & Silver in ihren Untersuchungen ebenfalls Hinweise gefunden, dass glückliche Paare ein stärkeres Immunsystem haben und sie vermutlich eine größere Affinität für die Bildung von „Killerzellen“ (ebd., S. 14) besitzen, die einem Tumorwachstum entgegenwirken können.

Auch die gesundheitliche Verfassung von Menschen, die Trennung oder Scheidung hinter sich haben, ist bereits zum Gegenstand zahlreicher Forschungsarbeiten geworden (vgl. Beelmann & Schmidt-Denter, 2003, S. 520). Besonders in der ersten Zeitspanne nach der Trennung sind in vielen Fällen Beschwerden, wie „[...] Schlafstörungen, Erschöpfung, Apathie, depressive Verstimmungen, Angstzustände, Nervosität, Reizbarkeit, Kopfschmerzen, sowie Drogen- und Medikamentenmissbrauch und ein erhöhter Alkohol- und Nikotinkonsum feststellbar“ (ebd., S. 521).

An dieser Stelle sei auf die Bedeutung von Paarberatung in Bezug auf den präventiven Effekt gegenüber drohenden gesundheitlichen Belastungen bei der Auflösung einer Paarbeziehung hingewiesen. Willi (2008, S. 170) stellt in einer Nachbefragung von 96 Paaren, dessen Paarberatungsprozess abgeschlossen war, heraus, dass sich das psychische Wohlbefinden nach der Beratung erheblich verbessert hatte. Bei 80,5 % der Befragten war dieses vor der Beratung nachweislich beeinträchtigt. In der Nachbefragung gaben 75,4% der Betroffenen ein besseres Wohlbefinden an (vgl. ebd.). Nach Willi (ebd., S. 170) legen diese Ergebnisse nahe, dass psychologische

Paarberatung einen schützenden Effekt für die in vielen Studien herausgestellten gesundheitlichen Beeinträchtigungen durch Trennung und Scheidung haben kann.

Auch Kröger (2006, S. 40) betont die zentrale Rolle, die der Paarberatung für die psychosoziale Versorgung zukommt.

Im Zusammenhang mit der gesundheitspolitischen Relevanz des Beratungsangebotes sei auch noch einmal hervorgehoben, dass Eheberatung ein nicht zu unterschätzendes präventives Potential zukommt, indem durch die Bewältigung von Partnerschaftsproblemen z.B. einer Chronifizierung von depressiven Verstimmungen vorgebeugt wird. Diese Prävention leistet einen deutlichen Beitrag zur Volksgesundheit und dürfte sich zudem in einer erheblichen, leider weitgehend unbekannten finanziellen Entlastung des Gesundheitswesens niederschlagen (ebd., S. 40f.).

Nach Auffassung der Autorin hat Ehe- und Paarberatung in Anbetracht der „sozialen Vererbung“ des Scheidungsrisikos einen weitläufigen Effekt, indem sie mit den negativen elterlichen und familialen Beziehungsmustern arbeitet, mit dem Ziel, eine harmonischer Partnerschaft und Familiensituation zu erreichen. Daraus können förderliche Konsequenzen für die Beziehungs- und Lebensgestaltung der Folgegeneration hervorgehen.

3 Zu den Rahmenbedingungen und der thematischen und konzeptionellen Gestaltung systemischer Beratungsprozesse mit Paaren

Die folgenden Ausführungen sollen einen Einblick in die gegenwärtigen Themen geben, mit denen sich die Praxis der Paarberatung besonders häufig konfrontiert sieht. Außerdem soll kurz aufgezeigt werden, welche Rolle der Paarberatung in den jeweiligen Themenschwerpunkten zukommt. Daran knüpft die Erarbeitung wesentlicher Rahmenbedingungen in systemischen Beratungsprozessen mit Paaren an. Anschließend folgt eine Gegenüberstellung ausgewählter Beratungskonzepte, um für die Vielfalt der Herangehensweisen und die unterschiedlichen Schwerpunktsetzungen, die Beratern in der Begleitung von Paaren zur Verfügung stehen, zu sensibilisieren.

3.1 Aktuelle Themenschwerpunkte in der Paarberatung

Der Familienpsychologe Wolfgang Hantel-Quitmann (2007) hat sich mit dem Zeitgeist der Paartherapie und Paarberatung beschäftigt. Der Autor stellt vier Themenkomplexe heraus, die in der beratenden Begleitung von Paaren von besonderer Bedeutung sind. In den folgenden Ausführungen sollen diese Themen jeweils kurz aufgegriffen werden, mit Hinweisen darauf, mit welchen Aufgaben sich die systemische Paarberatung in den jeweiligen Themenkomplexen konfrontiert sieht.

3.1.1 Liebe und emotionale Nähe

Nach Hantel-Quitman (2007a, S. 191) stellt emotionale Nähe ein Hauptkennzeichen von Paarbeziehungen dar. Das Thema Liebe ist in den letzten Jahren in den Fokus paarberaterischer Diskurse geraten, nachdem viele Praktiker und Autoren bemängelten, dass es u. a. in der Fachliteratur zu wenig Berücksichtigung finde. Aus einer Studie von Riehl-Emde (2007, S. 94) ging hervor, dass die Befragten Paare „Liebe“ als bedeutsamstes Bindeglied für den Zusammenhalt ihrer Beziehung ansahen. Die Autorin sagt selbst, dass über die Fokussierung der Liebe in der Paarberatung die Option eröffnet wird, den Beratungsprozess zu vertiefen und dem Anliegen vieler Paare gerecht zu werden. Emotionale Nähe hat für den Großteil der Menschen in persönlichen Beziehungen einen ausgeprägten Stellenwert,

[w]eil wir verstanden und existenziell ‚gespiegelt‘ werden wollen in der Einzigartigkeit unseres Daseins. Weil wir nur in einer emotionalen und verständnisvollen Beziehung uns fallen lassen können, Masken und Äußerlichkeiten ablegen können und, vor allem, um wachsen und reifen zu können. Persönliche Entwicklung gedeiht anscheinend nur in diesem Gewächshaus intimer Beziehungen (Hantel-Quitmann, 2007a, S. 194).

Nach Hantel-Quitmann (ebd., S. 192) ist „Selbstöffnung“ eine Bedingung zur Herstellung emotionaler Nähe, im Sinne gegenseitigen Verstehens durch stetiges sich Mitteilen. Das passiert mittels direkten Kommunizierens über intime Informationen und positive Gefühle. Paare suchen Unterstützung in der Paarberatung, wenn sie an einem emotionalen Mangel leiden bzw. wenn ein Ungleichgewicht im Nähebedürfnis zwischen den Partnern besteht (vgl. ebd.). Willi (2007, S. 15) spricht von der Sehnsucht nach der absoluten Liebe, die unterschwellig in der Paarbeziehung enthalten ist, sich nach der Vernichtung alles Trennenden sehnt und nur teilweise realisiert werden kann. In einem gemeinsamen Suchprozess kann sich den tiefen Sehnsüchten in der Beratung angenähert werden (vgl. ebd., S. 40).

Aufgrund bestimmter Beziehungserfahrungen kann es Menschen schwerfallen emotionale Nähe zu spenden oder zu empfangen. Bindungstheoretische Ansätze gehen davon aus, dass partnerschaftliche Nähe-Distanz-Konflikte, die häufig Thema in der Paarberatung sind, mit früh erworbenen Bindungsstilen zusammenhängen. Diese können als Arbeitsmodelle für spätere Beziehungen fungieren (vgl. Lösel & Bender, 2003, S. 61). Die Thematik der Bindungstheorie soll an dieser Stelle nicht weiter vertieft werden, da sie eher in tiefenpsychologischen Ansätzen angesiedelt ist.

3.1.2 Alltagsstress

Während lange Zeit davon ausgegangen wurde, dass paarinterne Umstände Beziehungskrisen bedingen, plädiert Bodemann (2002, S. 94) dafür, dass äußere Gegebenheiten die Destabilisierung der Zweierbeziehung erheblich beeinflussen. Individuelles Stresserleben sollte immer in

einem sozialen Kontext betrachtet werden (vgl. Schaer, 2012, S. 22). „Stress stellt immer ein Ungleichgewicht zwischen inneren und äußeren Anforderungen an die Person und ihre Möglichkeiten darauf zu reagieren dar“ (Bodemann, 2002, S. 96). Diese Dysbalance wird von der Person subjektiv erlebt (vgl. ebd.). Partnerschaftlicher Stress bzw. die gleichzeitige Betroffenheit beider Partner durch äußere Stressoren, hängt mit ihrem wechselseitigen Austausch innerhalb des Paarsystem zusammen (vgl. Bodemann, 1995 zitiert nach Schaer, 2012, S. 22). Stress ist systemisch zu betrachten. Er stellt ein Bindeglied zwischen partnerschaftlichem und individuellem Erleben dar (ebd.). Bodemann (2002, S. 101) hat in seinen Untersuchungen herausgestellt, dass Alltagsstress bzw. tägliche Widrigkeiten, von allen Stressarten besonders einflussreich für eine negative Entwicklung der Paarbeziehung sind. Diese sind besonders problembehaftet, weil sie stetig präsent und kurzweilig auftreten, sodass sie von der sozialen Umwelt, die nicht direkt dem potenziellen Stressor ausgesetzt war, als nichtig bewertet werden. Dem Betroffenen wird wenig Verständnis entgegengebracht (vgl. ebd.). Häuft sich das mangelnde Verständnis des Partners gegenüber dem, der den Stress erlebt hat, können Spannungen und innere Entfernungsprozesse einsetzen (Bodemann, 2001, S. 53). Alltagsstress ist so gefährlich, weil er die Partnerschaft lange Zeit unbemerkt untergräbt (vgl. ebd.). Nach der Stress-Scheidungstheorie von Bodemann (1995, 2000a zitiert nach ebd., S. 105) erhöht alltäglicher Stress über vier Wirkungsmechanismen das Scheidungsrisiko, wie auch in Abbildung 3 (siehe Anhang) ersichtlich:

(a) über eine Einschränkung der gemeinsam verbrachten Zeit, (b) über eine Verschlechterung der Kommunikation des Paares, (c) über negative Auswirkungen gesundheitlicher, stressbedingter Beeinträchtigungen sowie (d) durch eine Freilegung problematischer Persönlichkeitsmerkmale unter Stress.

Aus der gegenwärtigen Stressforschung geht hervor, dass nicht dem alltäglichen Stress per se, sondern dem Umgang mit ihm in der Paarbeziehung eine große Bedeutung zukommt (vgl. Hantel-Quitman, 2007a, S. 197). Paare, die Teamgeist entwickeln und versuchen Schwierigkeiten des Alltags gemeinsam zu lösen, gelten als glücklicher. Der Begriff „dyadisches Coping“ beschreibt die gemeinsame Konfliktlösung bzw. Bewältigung von Stress und Schwierigkeiten. Dabei handelt es sich um eine „[...] systemische und ressourcenorientierte Leistung des Paares“ (ebd.). Gelingt es Paaren nicht als Team die Alltagswidrigkeiten zu bewältigen und sehen sich die Partner gegenseitig als Blockierung der individuellen Stressbewältigung, dann kann Beratung darin unterstützen, die Schwierigkeiten des Einzelnen als gemeinsame Probleme zu deuten. Dabei steht die Förderung des dyadischen Copings im Fokus, indem gemeinsame Lösungsstrategien herausgebildet werden (vgl. ebd., S. 198). In der Beratung kommt der Arbeit mit alltäglichen Widrigkeiten eine besondere Bedeutung zu. Während in der ersten Phase der Auftragsklärung auch Aspekte der Paargeschichte eine Rolle spielen können, sollte sich die hauptsächliche Beratung gemäß des systemischen Ansatzes, auf die Gegenwart konzentrieren. Hantel-Quitmann

(ebd.) argumentiert in diesem Sinne: „Es nützen die besten Erkenntnisse nichts, wenn sie das konkrete Leben des Paares im Alltag nicht verändern und ihnen zu einer größeren Gemeinsamkeit und Zufriedenheit verhelfen.“ Alltägliche Konflikte sollten den Hauptfokus in der Paarberatung ausmachen, da diese oft banal wirkenden Reibereien viele Informationen für die potenzielle Lösung ihrer Schwierigkeiten enthalten (vgl. ebd.).

3.1.3 Sexualität

Nach Welter-Enderlin (2005, S. 107) haben etwa 66% der Paare, die zur Paarberatung kommen sexuelle Probleme. In seltenen Fällen werden diese offen ausgesprochen, sondern spiegeln sich in Frustration und Unzufriedenheit in anderen Lebensbereichen wider. Eine australische Langzeitstudie zu Partnerschaft und Gesundheit mit 8.656 TeilnehmerInnen macht auf den Zusammenhang zwischen sexueller partnerschaftlicher Zufriedenheit und seelischem Stress aufmerksam (vgl. Patrick, Heywood, Smith, Simpson, Shelley, Richters, Pitts, 2013, S. 56):

Overall, low ratings of sexual and relationship satisfaction were associated with higher proportions of serious psychological distress [...] In conclusion, sexual issues are an important and often overlooked part of the broader mental health field (ebd., S. 68).

Der Systemiker Arnold Retzer (2011, S. 245f.) fasst Sexualität als eine Kommunikationsform und als „koordinierte Kooperation zweier (oder mehrerer) autonomer Lebewesen“ auf. Er stellt heraus, dass Sexualität, sofern sie durch die Akteure als problematisch bewertet wird, eng mit enttäuschten Erwartungen der Partner an das Sexualleben zusammenhängt. Retzer (ebd., S. 248ff.) unterscheidet die „Plusymptomatik“, in der ein Partner ein sexuelles Verhalten äußert, was von seinem Gegenüber nicht erwartet und negativ bewertet wird, im Sinne eines „zu viel“ an etwas (z. B. Sexsucht). Die „Minussymptomatik“ (ebd.) hingegen, mit der Paare häufiger eine Paarberatung aufsuchen, wird mit einem „zu wenig“ von dessen, was erwartet wurde, in Verbindung gebracht (z. B. Lustlosigkeit). Sexuelle Erwartungen, welche die Partner in die Beziehung hineintragen, sind in erheblichem Maße durch die Art, wie dieses Thema gesellschaftlich kommuniziert wird, eingefärbt. Jellouschek (2003, S. 262) argumentiert, dass durch Zeitschriftenbeiträge, das Fernsehen und Filme gegenwärtig übersteigerte Vorstellungen an die Sexualität in einer Partnerschaft erzeugt werden. Retzer (2011, S. 249) spricht von einer Doppelmoral der Sexualität: „Die öffentlich zelebrierte oder gar verordnete sexuelle Lust geht nun mit privater Unlust einher.“ Nach Hantel-Quitmann (2007b, S. 265f.) gibt es Beziehungsmuster, welche sexuelle Lustlosigkeit begünstigen. Dazu zählt er u. a. Beziehungen, in denen es unter den Partnern zu emotionalen oder persönlichen Verletzungen gekommen ist, Partnerschaften, in denen der sexuelle Leistungsdruck so hoch ist, dass sich der ein oder andere Partner zum Schutz vor Überforderung zurückzieht oder Paare, die unter dem Stress der Elternschaft stehen (vgl. ebd.). Der

Autor hebt in diesem Kontext die angstbehaftete Seite von Sexualität hervor. Ängste im Zusammenhang mit Sexualität, können sich durch die Furcht vor Autonomieverlust, im Sinne der Abhängigkeit von der sexuellen Bedürfnisbefriedigung, vor dem Versagen und der Zurückweisung, äußern (vgl. ebd., S. 263). Folglich würden sich viele Paare mit einer harmonisierten und von Angst befreiten „mittleren Sexualität“, der Schnittmenge beider sexueller Profile, begnügen. Daraus kann Lustlosigkeit und Langeweile resultieren. Angst und Aggression seien in gewissem Maße Bedingungen sexueller Spannung (vgl. Retzer, 2011, S. 254/ebd., S. 266). Beide Aspekte sind wechselseitig miteinander gekoppelt und wirken sowohl verstärkend als auch besänftigend aufeinander.

Nach Clement (2007, S. 172) müssen für eine sexuell befriedigende Beziehung zwei Funktionen von Sexualität erfüllt sein. Diesem Verständnis folgend, ist Sexualität zum einen ein „Kontinuitäts-Ritual“ (ebd.), welches je nach erfolgreicher Realisierung auf die Gleichheit der Partner hinsichtlich ihrer emotionalen Investitionen abzielt. Bei abnehmender Häufigkeit dieses Rituals wird von den Partnern ein Gefälle befürchtet bzw. die Vermutung aufgestellt, dass er oder sie von dem Gegenüber weniger geliebt würde. Zum anderen muss für eine zufriedenstellende Sexualität in der Paarbeziehung die „Selbstrealisation“ (ebd.) als Frau oder Mann gewährleistet sein. „Sie meint das Ausmaß, in dem das individuelle sexuelle Profil einer Person einem Partner gegenüber kommuniziert und [...] in Handlung umgesetzt wird“ (Clement, 2004 zitiert nach Clement, 2007, S. 175). Wie in Tabelle 4 im Anhang ersichtlich, bilden sich, je nach Ausgeglichenheit der emotionalen Investition der Partner in die Beziehung und je nach Balance der Differenzen in den sexuellen Profilen, unterschiedliche Konstellationen in der sexuellen Zufriedenheit heraus (vgl. ebd., S. 173).

Nach Clement (ebd., 175) sollte in der systemischen Paarberatung, die mit sexueller Lustlosigkeit von Paaren konfrontiert ist, das Hauptziel in der Erarbeitung sexueller Authentizität liegen. Die Partner sollen dabei begleitet werden sich ihres sexuellen Profils bewusst zu werden im Sinne von „[...] wer ich als sexuell fühlendes, begehrendes, handelndes Wesen bin, was mich ausmacht“ (ebd.). Für die Partner stellt die Arbeit an ihren sexuellen Schwierigkeiten ein Dilemma dar. An ihrem sexuellen Verhalten etwas zu ändern schürt in ihnen die Furcht vor der Reaktion des Partners bezüglich bisher nicht mitgeteilter Facetten ihres sexuellen Profils. Die Veränderungsverweigerung hingegen würde die Vertrautheit sichern, jedoch das Problem beibehalten (vgl. ebd.). Welter-Enderlin (2005, S. 123) weist im beraterischen Kontext auf die Bedeutung einer mehrperspektivischen Sicht auf sexuelle Lustlosigkeit hin. Dabei sollten Mikro- und Makrosysteme einbezogen werden. Die Systemikerin beklagt einen allgemeinen Mangel an Kenntnissen über die Begleitung von Paaren im Berufsfeld der Paarberatung, wobei sie die systemisch orientierten Ansätze nicht ausnimmt (vgl. ebd., S. 108). Diese „Asexualität“ (ebd.), wie sie die-

sen Umstand bezeichnet, schlägt sich in ungenügender Auseinandersetzung mit Lust und Leidenschaft in Beratungstheorien, der Praxis und der beraterischen Aus- und Weiterbildung nieder.

3.1.4 Affären

Nach Retzer (2011, S. 263) sei jede zweite Ehe mit der Thematik der intimen Außenbeziehung konfrontiert. Paradox an den von ihm vorgestellten statistischen Daten ist, dass so viele Ehen mit der Thematik der Untreue Berührungspunkte aufweisen, der Großteil der Menschen Treue in der Partnerschaft jedoch einen hohen Wert beimisst (vgl. ebd.). Gunter Burkard (1997) hat sich mit dem Treue-Begriff ausführlich beschäftigt. Treue beschreibt er als Kernelement persönlicher Beziehungen (vgl. ebd., S. 149). Im Kontext der Paarbeziehung geht damit der Exklusivitätsanspruch des Partners einher. Der Partner hat den bevorzugten und ausschließlichen Anspruch auf Treue inne. „Es geht bei der umfassenden Dimension von Treue [...] um Vorrechte und Prioritäten, die der Partner, dem man treu ist, beanspruchen kann“ (ebd., S. 195). Nach Schmidt (2005, zitiert nach Hantel-Quitmann, 2007b, S. 271) gelten die Forderungen der Treue und ihre Verpflichtung gegenwärtig vor dem Hintergrund der reinen Beziehung nur so lange die Partner durch die Zweierbeziehung emotionale Befriedigung erfahren. Erotische Außenbeziehungen würden nach diesem Verständnis zunehmend legitimiert (vgl. ebd.). Auf der Basis des systemischen Blickwinkels kann eine Affäre als Öffnung der Dyade der Paarbeziehung im Bereich des Sexualverhaltens verstanden werden (vgl. Retzer, 2011, S. 265). Dabei weist mindestens einer der Partner Sexualität eine hohe Bedeutung zu. Nach Hantel-Quitmann (2007b, S. 269) kann eine intime Außenbeziehung als Kennzeichen einer krisenhaften Partnerschaft verstanden werden. Sie kann auch als Ausstiegsmöglichkeit aus einer von Stagnation gekennzeichneten Zweierbeziehung angesehen werden, die es möglich macht, mal wieder Leidenschaft zu spüren oder eine vorzeitige Beendigung der Beziehung herbeizuführen, bevor man selbst verlassen wird und einen stärkeren Schmerz zu erleiden hätte (vgl. ebd., S. 170). Der Autor geht sogar soweit, dass er den eigentlichen Ehebruch in der Abwehr von Veränderungen in der Paarbeziehung sieht. „Letztlich ist also nicht unbedingt derjenige der Ehebrecher, der die Liebesaffäre begeht, sondern derjenige, der in der Paarbeziehung am Alten und Vertrauten belassen möchte“ (ebd., S. 169). Welter-Enderlin (2007, S. 98) argumentiert ähnlich, indem sie „Untreue als Treue zu mir selbst“ beschreibt.

Die Bekanntwerdung der Außenbeziehung bedeutet für das Paar zunächst eine akute Krise (vgl. Retzer, 2011, S. 266). Neben einer notwendigen Krisenintervention können auch Drohungen oder suizidale Gedanken von Seiten eines Partners präsent sein (vgl. Hantel-Quitmann, 2007b, S. 269). Der betrogene Partner erlebt seine Grundfesten als erschüttert, verspürt Hass und Wut auf

den anderen Partner (vgl. Retzer, 2011, S. 267). Der betrügende Partner kann sich zwischen dem Hingezogensein zur Geliebten oder zum Geliebten und Schuldgefühlen dem anderen Partner gegenüber hin- und hergerissen fühlen. Zwischen die mögliche Erleichterung der Veröffentlichung der Affäre können sich Zukunfts- und Isolationsängste mischen, da sich evtl. einige Personen aus dem sozialen Umfeld abwenden (vgl. ebd., S. 268). Paarberatungen, die mit dieser Thematik konfrontiert sind haben u. a. die Funktion der Stabilisierung des Chaos der akuten Krise und der Unterstützung bei der Realisierung unterschiedlicher Ziele der Partner inne (vgl. S. 265f.). Insgesamt kann der Berater in dieser Situation als „begleitender Warner“ (ebd., S. 273) verstanden werden, der an die Partner appelliert, sich Zeit zu nehmen, um voreilige Entscheidungen zu vermeiden.

3.2 Rahmenbedingungen systemischer Paarberatung

In den folgenden Ausführungen wird die Bedeutung der Berater-Klienten-Beziehung für den Beratungsprozess erarbeitet. Anschließend wird die Grundhaltung eines systemischen Beraters näher beleuchtet. Danach werden die unterschiedlichen Möglichkeiten der Setting-Gestaltung in der systemischen Arbeit mit Paaren herausgestellt.

3.2.1 Zur Bedeutung der Berater-Klienten-Beziehung

Der Systemiker Jan Bleckwedel (2011, S. 20) stellt heraus, dass der Beratungserfolg neben der Fähigkeit des Beraters technische Mittel und Interventionsmöglichkeiten adäquat einzusetzen, wesentlich von der Beziehung zwischen Klient und Berater abhängt. „[D]ie Wirkung, die Magie entwickelt sich in einer völlig anderen Dimension. Diese Dimension liegt *zwischen* den Personen“ (ebd.). Beratung schöpft seines Erachtens aus der Begegnung in der Berater-Klienten-Beziehung, die u. a. durch Kreativität, Humor und Lebendigkeit geprägt sein sollte. Die Beziehung in der Beratung

[...] lebt wie der Tango aus der spontanen gemeinsamen Improvisation, dem *Swing*, der Raum gibt für Authentizität und Überraschung. Jeder einzelne Prozess ist ein Wagnis und etwas Besonderes, wie jeder Mensch, [...] dieses Paar - unverwechselbar (ebd., S. 21).

Schwing & Fryszer (2013, S. 63f.) begründen den großen Stellenwert einer vertrauensvollen Berater-Klienten-Beziehung in der systemischen Beratung mit neurobiologischen Befunden. Laut neurobiologischer Studien ist das menschliche Gehirn am leistungsfähigsten, wenn wir uns geliebt, wertgeschätzt und gehalten fühlen (vgl. ebd.). Ein sinnerfüllendes Gespräch auf der Basis einer harmonischen Beziehung vermindert die Bildung von Stresshormonen und wirkt sich förderlich auf Motivation, kreative Prozesse, die Lösung von Problemen und Ausdauer aus (vgl.

ebd., S. 64). Sich von überholten Mustern zu trennen und sich der Erprobung von Neuem zuzuwenden bedarf guter sicherer Beziehungen. Dies gilt auch im Kontext der systemischen Paarberatung (vgl. ebd.). Die Bedeutung des beraterischen Beziehungsaspektes als sichere Basis für Entwicklung und Wandel beschreibt Welter-Enderlin (2007, S. 66) mit dem Modell der *rahmen-* und *gerahmten* Systeme. Da die Autorin dem systemisch-integrativen Beratungsansatz folgt, geht sie auch verstärkt auf die Verbindung von Systemen und Emotionen ein, die in den klassischen systemischen Ansätzen ihres Erachtens nach vernachlässigt wurden. Die Bedeutung der affektiven Rahmung des Paarberatungsprozesses versteht Welter-Enderlin (ebd.) als Analogie zur Entwicklung eines Säuglings. Das Kind ist durch die Rahmung seiner Bezugspersonen in eine Beziehung eingebettet, die Wandel, Stabilität, Bindung und Selbstbestimmung ermöglicht (vgl. ebd.). Nach diesem Verständnis rahmt der Berater das zu rahmende, instabil gewordene Paarsystem in der Begegnung bzw. Beziehung, die im Beratungsprozess realisiert wird (vgl. ebd., S. 69). Mittels bestimmter Verhaltensweisen des Beraters, die als affektive Rahmungsprozesse bezeichnet werden können, soll eine Metastabilität im gerahmten Paarsystem entstehen. Diese bildet eine Voraussetzung für emotionale Sicherheit im Beratungsprozess und für partnerschaftliche Auseinandersetzungen in krisenhaften Situationen (vgl. ebd., S. 67ff.). Das rahmende System bzw. der Berater sollte sich durch die Verantwortungsübernahme für die Vermittlung von Konstanz und Vorhersagbarkeit, an welcher es Paaren in Krisenzeiten mangelt, auszeichnen. Das rahmende System bzw. der Berater „muss also temporär stabiler und autonomer sein als das gerahmte, jedoch gleichzeitig fähig [sein], sich sensibel auf die kommunikativen Angebote des gerahmten Paares einzustimmen [...]“ (ebd.). So wird die *Selbststeuerung* des Paares gewährleistet.

3.2.2 Die beraterische Grundhaltung des systemischen Beraters

Im Gegensatz zur Einzelberatung, ist die systemische Paarberatung, bedingt durch die Konstellation eines Beraters, der zwei Klienten gegenüber sitzt, mit besonderen Anforderungen an die beratende Person verknüpft. Kaum eine andere Thematik kann so viele Parallelen zur gegenwärtigen Lebenslage des Professionellen aufweisen, wie die der Partnerschaftsprobleme (vgl. Schindler, 2004, S. 11). Zu den Voraussetzungen eines erfolgreichen Beratungsprozesses zählen neben gefestigtem theoretischem Wissen und der Bereitschaft Gefühle ambivalenter Paare zu verstehen, auch eine entsprechende innere Haltung des Beraters (vgl. ebd.). Hess (2006, S. 128) bezeichnet die Beratungshaltung als die „Gesamtheit der beraterischen Konstrukte“. Die Haltung des Beraters wirkt sich auf die Handlungsebene aus und enthält theoretisches Wissen im Sinne von Glaubenssätzen. Mittels praktischer Anwendung bestimmter Methoden und Modelle wird

die Theorie allmählich Bestandteil der Haltung. „Die Haltung ist eine verschlungene Gestalt von Wissen und Lebenserfahrung“ (ebd., S. 129).

Die klassischen drei Grundaspekte systemischer Haltung sind „Hypothesisieren, Zirkularität [und] Neutralität“ (1981, zitiert nach Lenz et. al., 1996, S. 44). Diese drei Elemente stehen in wechselseitigen Beziehungen zueinander (vgl. Schmidt, 2004, S. 236). Im Sinne des Hypothesisierens stellt der Berater Vorannahmen über den Zusammenhang des Problemsystems des Paares „mit den individuellen Lebensgeschichten, der Paarorganisation, dem Lebenszyklus und den Herkunftsfamilien an“ (Lenz et. al., 1996, S. 47). Indem der Berater zirkuläres Denken in zirkuläre Fragen transferiert und sich von den Antworten der Ratsuchenden leiten lässt, können bereits bestehende Hypothesen durch neu gewonnene Informationen weiterentwickelt oder aufgegeben werden (vgl. Schmidt, 2004, S. 236). Letzteres enthält die Anforderung an den Berater, sich der Wechselwirkung von Ideenbildung und Wirklichkeitskonstruktion bewusst zu werden. Bleckwedel (2011, S. 95ff.) spricht im beraterischen Kontext von der Bedeutung „erkenntnistheoretischer Bescheidenheit“ oder der Überzeugung „vorläufigen Erkennens“. Durch die Erkenntnis, dass eigene Vorstellungen und Wünsche die Wahrnehmung beeinflussen, ist der Berater stetig dazu aufgefordert, eine Differenz zu eigenen Weltbildern aufzubauen und diese zu verwerfen, um alle Vermutungen/Hypothesen, die im Beratungsprozess entstehen, als „vorläufige Annäherungen“ (ebd., S. 97) zu verstehen. Auf diese Weise gelingen die Loslösung von blockierenden Vorurteilen und die Eröffnung von kreativen Spielräumen auf der gedanklichen und praktischen Ebene (vgl. ebd.).

Die Grundhaltung der Neutralität umfasst sowohl Neutralität gegenüber Beziehungen, die im Beratungskontext entstehen, als auch gegenüber Problemen die von Seiten des Paares thematisiert werden (vgl. Schmidt, 2004, S. 236). Im Mittelpunkt der Allparteilichkeit, ein synonym verwendeter Begriff für Neutralität, steht dabei das Bemühen jeden Partner für sich zu verstehen. Durch den Versuch des Beraters einen gewissen inneren Abstand zum Erzählten aufzubauen, soll eine einseitige Verbindung zu einem der Partner verhindert werden (vgl. Lenz et al., 1996, S. 45/Schmidt, 2004, S. 236). Nach Schmidt (ebd.) ist es wichtig, sich im zirkulären Verstehensprozess von vorgetragenen Problemstellungen der Klienten, mit moralisch aufgeladenen Bewertungen zurückzuhalten. Bleckwedel (2011, S. 44) argumentiert, dass es mit einem adäquaten Abstand zur eigenen Position jedoch von Bedeutung wäre auf geeignete Art Stellung zu nehmen. Durch gewisse Überzeugungen der Klienten können Veränderungen, die in Problemsituationen angestrebt werden, verhindert werden. Der Autor betont, dass die ratsuchenden Personen mit Respekt zu behandeln sind, aber gleichzeitig Gewissheiten durch weitere Perspektiven hinterfragt werden dürfen (vgl. ebd., S. 55).

Neutralität ist also nur so zu verstehen, daß wir über einen gewissen Zeitraum und über verschiedene Themen hinweg dem Paar den Eindruck vermittelt haben, daß wir für keine Seite dauerhaft oder überwiegend Position bezogen haben [...] (Lenz et al., 1996, S. 46).

Des Weiteren sieht die systemische Grundhaltung vor, dass der Berater, um zu einem teilnehmenden und kreativen Dialogpartner zu werden, immer wieder versuchen muss, die Rolle des Lernenden einzunehmen (vgl. Bleckwedel, 2011, S. 47). Die Fähigkeit des Wunderns sollte ähnlich wie bestimmte Muskelpartien einem stetigen Training unterzogen werden (vgl. ebd., S. 48). Mittels einer beständigen Neugier dem Paarsystem gegenüber entsteht Respekt gegenüber der Autonomie dieses Systems (vgl. Schmidt, 2004, S. 236). Bleckwedel (2011, S. 52f.) spricht auch von einem beraterischen „Respekt vor Geschichtlichkeit“ und „gewachsenen Strukturen“ lebender Systeme. Durch aufmerksames Zuhören von Erzählungen über bereits missglückte Versuche von Seiten der Partner, Probleme zu lösen, werden Bemühungen in der Vergangenheit gewürdigt und es werden Informationen über zukünftige Grenzen und Möglichkeiten der Veränderung zugänglich (vgl. ebd.).

Eine weitere Grundhaltung besteht im Prinzip der Fehlerfreundlichkeit. Ein Berater sollte selbst die Bereitschaft haben Fehler zu machen, diese anderen zuzugestehen und sich für verschiedene Arten von Abweichungen interessieren (vgl. ebd., S. 74). Eine fehlerfreundliche Atmosphäre im Beratungsprozess lässt Abweichungen zu, die Änderungspotenzial freisetzen und Anknüpfungspunkte für Lösungen bieten. Anstatt Mängel zu betonen, steht die Orientierung an den Ressourcen des Paares und deren Nutzen im Mittelpunkt (vgl. Schmidt, 2004, S. 239). Gemäß der Haltung der Lösungsorientierung besteht die Vorstellung, dass das Paarsystem bereits Ressourcen zur Lösung seiner Schwierigkeiten besitzt, diese jedoch nicht adäquat einsetzen kann und folglich Unterstützung benötigt, diese wieder zu aktivieren (vgl. Boeger, 2013, S. 136).

3.2.3 Die Besonderheiten des Settings in der systemischen Paarberatung

Das Setting in einer Paarberatung kann in unterschiedlichen Konstellationen stattfinden. Zum einen kann in diesem Kontext die Überlegung zu einem Einzelsetting, einem Paarsetting oder einer Kombination aus beidem angestellt werden. Einige Beratungskonzepte basieren auf der Arbeit mit Paargruppen, die hier allerdings nicht näher thematisiert werden sollen. Über die Vor- und Nachteile der jeweiligen Variationen herrscht ein uneiniges Meinungsbild in der Fachliteratur. Zum anderen können die Anzahl der Professionellen und deren Zusammenspiel unterschiedlich ausfallen. Dem Paar kann beispielsweise ein Berater, eine Beraterin oder ein Koberater-Paar gegenüber sitzen. Auch die Arbeit in einem Beraterteam ist möglich.

Zunächst soll die Möglichkeit des Einzel- und des Paarsettings im Paarberatungskontext näher beleuchtet werden. Limacher (2007, S. 216) gibt an, dass es einigen Partnern durch ein Einzel-

setting erleichtert werden würde, über ihre Verletzungen zu sprechen. Willi (2008, S. 73f.) argumentiert ähnlich und stellt heraus, dass ein Einzelsetting als „Kränkungsschutz“ für Klienten mit niedrigem Selbstwert fungieren kann. Es hält den Ratsuchenden eher dazu an, sich auf sich selbst zu beziehen und Abhängigkeiten zum anderen Partner in den Hintergrund rückt zu lassen. Außerdem kann ein Einzelsetting emotional auf ein Paarsetting vorbereiten (vgl. ebd.). Die Gestaltung des Überganges von der einen in die andere Settingform kann erschwert sein. Der Partner, der zunächst allein im Fokus des Beraters stand, kann das Hinzukommen des anderen Partners oder der Partnerin als schmerzlichen Aufmerksamkeits- und Stellungsverlust wahrnehmen. Der hinzustoßende Partner hingegen könnte eine voreingenommene Haltung bei dem Berater vermuten (vgl. ebd., S. 78). Wird im Verlauf des Beratungsprozesses eine Kombination aus Einzel- und Paarsetting anberaumt, können Vereinbarungen zum Schutz des Vertrauens für alle Beteiligten hilfreich sein. Diese können beispielsweise beinhalten, dass ein Einzelsetting nur mit Zustimmung beider Partner zustande kommt und der abwesende Partner nicht zum Gesprächsthema gemacht wird (vgl. Hess, 2006, S. 262). Das Paarsetting birgt u. a. die Vorteile in sich, dass der Berater unmittelbarer Beobachter der Paardynamik sein kann und er kann offen dem Versuch Rechnung tragen, dass sein Interesse beiden Parteien gilt (vgl. Willi, 2008, S. 73).

Eine genauere Betrachtung der Beziehungskonstellation im Beratungssetting, bestehend aus einem Paar und einem Berater oder einer Beraterin als Triade, gibt Aufschluss über verschiedene Dynamiken und deren Wirkung auf den Beratungsprozess. Sich dieser Zusammenhänge in der Rolle des Professionellen im Voraus bewusst zu werden, kann für einen erfolgreichen Beratungsverlauf bedeutsam sein. Einige amerikanische Familienforscher gehen von der Neigung einer Paarbeziehung zur Bildung von Dreiecksbeziehungen in Stresssituationen aus (vgl. Willi, 2008, S. 40). Es liege in der „dynamischen Eigengesetzlichkeit“ (ebd., S. 40f.), dass Paare die Entwicklung einer 2:1 Konstellation, in welcher Art und Weise auch immer, vorantreiben. Dem Professionellen sollte klar sein, dass er selbst ein Bestandteil der Triangulation ist und die Haltung der Neutralität besonders auf die Probe gestellt wird (vgl. ebd.). Wie in Abbildung 4 im Anhang erkennbar, stellen Lenz et al. (1996, S. 14) die verschiedenen Beziehungskonstellationen einer Triade im Beratungskontext heraus:

Sie besteht aus drei verschiedenen Zweierkonstellationen (Dyaden), drei Monaden oder Individuen sowie der Triade Selbst. [...] Jede dieser sieben Beziehungen oder Subsysteme benötigen Zeit und Raum, um ihre Potenziale zu verwirklichen. Ist nur eine der möglichen sieben Beziehungen nicht akzeptiert, wird die Triade als ganzes Probleme entwickeln.

Ein Aspekt, der in der Fachliteratur weniger diskutiert und dessen Wirkung in der beraterischen Dreier-Konstellation teilweise unterschätzt wird, ist das Geschlecht des Professionellen. Willi (2008, S. 132) geht davon aus, dass sich ein Berater oder eine Beraterin beispielsweise bei sexuellen Problemen eines Paares weniger gut in den gegengeschlechtlichen Partner einfühlen

kann. Außerdem kann es zu erotischen Anziehungen oder Rivalitäten unter den Beteiligten kommen, die auf den Geschlechterrollen basieren. Die Möglichkeit der Koberatung durch ein Berater-Paar gilt als weniger spannungsgeladen als eine Dreier-Konstellation und weist in vielerlei Hinsicht eine andere Dynamik auf. Unter der Bedingung einer guten Kooperationsfähigkeit unter den BeraterInnen birgt die Koberatung den Vorteil, dass die Geschlechterkonstellation ausgewogen ist, die Aufmerksamkeit auf beide Partner besser verteilt wird und übersehene Aspekte eher aufgedeckt werden können (vgl. ebd., S. 134f.). Der Nachteil eines Koberater-Paares kann darin bestehen, dass sich mögliche Spannungen zwischen Berater und Beraterin negativ auf das Paarsystem und den Prozess auswirken können (vgl. Hess, 2006, S. 266).

3.3 Ausgewählte Beratungskonzepte

Um einen Einblick in die unterschiedlichen Gestaltungsmöglichkeiten eines systemischen Beratungsprozesses mit Paaren zu erhalten, werden in den folgenden Ausführungen zwei Beratungskonzepte skizziert und vergleichend gegenübergestellt.

3.3.1 Begriffsklärung

Bevor eine nähere Auseinandersetzung mit ausgewählten systemischen Beratungskonzepten erfolgt, sollen an dieser Stelle kurz die allgemeinen Grundzüge eines Beratungskonzeptes erläutert werden. Nach Rolf Kuhn (2001, S. 6) basiert jeder Beratungsprozess auf einem bewussten oder weniger bewussten Konzept, sofern Beratung als eine Form des Handelns verstanden wird, welches durch praktische Erfahrungen, theoretisches Wissen und einer spezifischen Grundhaltung geleitet wird. „Das Beratungskonzept ist der skizzenhafte geistige Entwurf dieses Handelns, welcher die gedankliche Vorwegnahme von Beratungsbedingungen, -verläufen und anzustrebenden Ergebnissen beinhaltet“ (ebd.). Wie in Abbildung 5 (siehe Anhang) zu erkennen, besteht der allgemeine Aufbau eines Beratungskonzeptes nach Kuhn (2001 zitiert nach Kuhn, 2010) aus vier Ebenen. Diese setzen sich zum einen aus einer Grundhaltung (1. Ebene), die sich am Menschenbild des zu vertretenden Ansatzes orientiert, zusammen, und zum anderen aus theoretischen Überlegungen (2. Ebene), auf denen das jeweilige Beratungsverständnis basiert (vgl. Kuhn, 2010/Kuhn, 2001, S. 6). Aus diesem Beratungsverständnis gehen Vorstellungen zur Beratungsgestaltung (3. Ebene), im Sinne von zeitlicher und inhaltlicher Struktur des Beratungsprozesses hervor. Daraus kann ein Handlungsmodell (4. Ebene) abgeleitet werden, das Ideen zur praktischen Umsetzung von Haltung, Theorie und Methoden umfasst (vgl. ebd.). Diese genannten Aspekte sollten logisch aufeinander bezogen sein. In der Beratung dient ein Beratungskonzept zudem der Orientierung und Strukturierung des Beratungsverlaufes und der Anregung zur Reflexi-

on des Beratungsprozesses (vgl. Kuhn, 2010). Gemäß der vier vorgestellten Ebenen eines Beratungskonzeptes sollen in den folgenden Ausführungen zwei Beratungskonzepte näher beleuchtet und miteinander verglichen werden.

3.3.2 Das Beratungskonzept „Fallverstehen in der Begegnung“ nach Welter-Enderlin

Die Paar- und Familientherapeutin Rosmarie Welter-Enderlin, auf deren Beratungskonzept an dieser Stelle näher eingegangen werden soll, ist die Begründerin und Leiterin des Ausbildungsinstitutes für Systemische Therapie und Beratung in Meilen/Zürich. Das Konzept „Fallverstehen in der Begegnung“ (Welter-Enderlin, 2007, S. 15), wie in Abbildung 6 (siehe Anhang) ersichtlich, fokussiert das beraterische Handeln, welches auf das Verstehen des „Falls“ bzw. des einzigartigen Lebensthemas eines Paares ausgerichtet ist (vgl. Welter-Enderlin, 2007, S. 23). Es umfasst vier aufeinander bezogene Elemente und zwei unterschiedlich gewichtete Achsen. Die dominierende Achse „Fallverstehen in der Begegnung“, stellt die Verbindung des Beraters mit den Klienten bzw. dem Paar dar. Der Berater tritt den Partnern, die ihre Lebenspraxis als schwierig beschreiben oder die durch andere als problembehaftet bezeichnet wird, in den Rollen des Professionellen und der Privatperson gegenüber (vgl. ebd., S. 23f.). Die zweite wichtige, aber untergeordnete Achse bzw. die Verbindung zwischen theoretischem Wissen und praktischem Können, rückt dann in den Fokus des Beratungsprozesses, wenn das gewöhnliche professionelle Handeln erschöpft scheint. In ungewohnten Situationen bedarf es dann der Aneignung oder der Hinzunahme bestimmten theoretischen Wissens oder einer neuartigen Methode (vgl. ebd., S. 24). Indem sich die Ebenen der Begegnung und des praktischen Agierens bzw. Wissens im Beratungsprozess in einem fließenden Wechsel befinden, wird eine Erweiterung der Problemsicht ermöglicht (vgl. ebd.).

In Bezug auf die *Grundhaltung* bzw. das Menschenbild, welches dem Konzept zugrunde liegt, ist zu sagen, dass die Autorin Menschen als eingebettet in ihre Geschichten versteht, welche wiederum in der Kultur- und Sozialgeschichte verankert sind (vgl. Welter-Enderlin, 2007, S. 14). Es wird davon ausgegangen, dass das Leben durch biologische, kulturelle und umweltliche Rahmenbedingungen beeinflusst ist und diese den Menschen zu einem bestimmten Handeln anleiten (vgl. Welter-Enderlin & Jellouschek, 2002, S. 203). Das Konzept basiert auf den *Theorien* des systemisch-integrativen Beratungsansatzes, der wie in Punkt 1.3 erwähnt, die neueren Tendenzen der systemischen Orientierung widerspiegelt. Dieser überbrückt die Differenz zwischen systemischer Ganzheitlichkeit und individualistischer Perspektive. Der Ansatz zeichnet sich durch die Berücksichtigung des Individuums bzw. des „Selbst im System“ (Welter-Enderlin, 2007, S. 64), das Interesse an Affekten und dem gemeinsamen und individuellen Erzählen von

Geschichten im Beratungsprozess, aus. Nach diesem Beratungsverständnis können in der Paarberatung u. a. die Dimensionen des Individuums in seinen Sozialsystemen, seine Lebensgeschichte, sein Körper und seine Emotionen und Gefühle thematisiert werden (vgl. ebd.).

Aus der Grundhaltung und den Theorien, lassen sich Aspekte der *Beratungsgestaltung* ableiten. Im Mittelpunkt der Beratung, die diesem Konzept folgt, steht das Verstehen von handlungsleitenden Lebensthemen der beiden Partner, die als Orientierungsmuster im alltäglichen Leben verstanden werden, die Sicherheit geben, aber auch starres Verhalten begünstigen (vgl. ebd., S. 14). Durch die Thematisierung der Geschichten der Partner und der Paargeschichte, in der beraterischen Begegnung, können vor dem Hintergrund dieses Konzeptes Ressourcen für Veränderung erschlossen und Themen, welche die Paarentwicklung behindern, verstanden werden. Dabei ist auch ein „Blick in die Abgründe“ (ebd., S. 100f.) (Erkrankungen, Arbeitslosigkeit usw.) unabdingbar. Krisen sind demnach eine Äußerung lebensgeschichtlich bedingter Lebensthemen und individueller Prägung (vgl. ebd., S. 18). Zur Erschließung des Fallverstehens dienen das Feedback eines Fragebogens, der nach der ersten Sitzung an das Paar verteilt wird, Dialoge und Genogrammarbeit (vgl. ebd., S. 17).

Die letzte zu betrachtende Ebene des Konzepts, das *Handlungsmodell*, ist in Abbildung 7 (siehe Anhang) nachzuvollziehen. Dieses dient der Handlungsorientierung im Beratungsprozess. Das Modell verbildlicht vor dem Hintergrund der emotionalen sicheren Rahmung den beraterischen Zugang zum Paar und weist auf die Eröffnung verschiedener Handlungsmöglichkeiten hin (z. B. Entwicklung von Visionen, Konkretisierung der Entscheidungsfindung usw.) (vgl. ebd., S. 52f.). Besonders kennzeichnend für dieses Konzept ist der Fokus auf die emotionale Rahmung bzw. Begegnung zwischen Berater und dem Paar. „Je besser die verbalen und die emotionalen Kontakte auf den einzelnen Stufen der Begegnung gelingen, desto eher entsteht Vertrauen, das zu ersten Schritten des Wandels führt“ (ebd., S. 36). Charakteristisch ist der von Welter-Enderlin (ebd., S. 14,71) betonte „lange Atem“, der sich in einer ausgiebigen Zeit des Zuhörens, Beobachtens und Austauschens von Blickkontakten zu Beginn des Beratungsprozesses äußert, ohne dass der Berater aktiv wird. Mit einer Haltung der Gelassenheit hebt sie sich ihres Erachtens von lösungsorientierten Ansätzen ab, die eine schnelle Lösungsfindung anvisieren.

3.3.3 Das Beratungskonzept der „Acht Orientierungsebenen“ nach Thomas Hess

Der Systemiker Thomas Hess (2006) hat ein Beratungskonzept für die Begleitung von Paaren entwickelt, welches auf der theoretischen Basis des systemisch-integrativen Ansatzes fußt. Vor dem Hintergrund der Kritik des Autors, dass gegenwärtige systemische Beratungen durch einen „Strukturmangel“ (ebd., 2006, S. 11) bzw. eine ausgeprägte Zurückhaltung des Beraters im Bera-

tungsprozess gekennzeichnet seien, hat er ein Konzept erarbeitet, welches der Orientierung und Strukturierung in der Paarberatung dienlich ist. In Anbetracht der Tatsache, dass die Konstellation eines Paarsettings an den Berater die Anforderungen stellt, die vielen Informationen kognitiv zu erfassen, zu strukturieren und anschlussfähig zu bleiben, stellt dieses Konzept ein Hilfsmittel dar, was ähnlich wie ein *Reflecting Team* funktioniert, nur in Form eines Beraters (vgl. ebd., S. 148). In der Art, wie ein Reflecting Team den Beratungsprozess um unterschiedliche Sichtweisen und Deutungen bereichert, dient das Konzept der „Acht Orientierungsebenen“ als Checkliste für den Berater, um stets neue Blickwinkel bzw. Optiken auf den Beratungsprozess, das Paarsystem und seine Inhalte einzunehmen.

Der Prozess, der zwischen den Klienten und dem Berater abläuft, ist wie ein Gewebe, das aus acht Schichten besteht. Je nachdem, wie die Optik [...] eingestellt ist, liegt die eine oder andere Ebene im Fokus der Beratungsarbeit. Es gibt aber Ebenen, die immer berücksichtigt werden müssen. Andere können ja nach Auftrag und Dynamik im beraterischen Dreieck ausgewählt werden (ebd., S. 149).

Wie in Abbildung 8 (siehe Anhang) ersichtlich, laufen die erste und zweite Orientierungsebene bzw. die Beratungsbeziehung und die Auftragsklärung im gesamten Beratungsverlauf als fruchtbare Basis mit. Die sechs weiteren Optiken bzw. Ebenen bauen auf diese auf und rücken in unterschiedlichen Prozessphasen in den Mittelpunkt (vgl. ebd.). Einige Ebenen werden zur gleichen Zeit fokussiert oder auch mehrmals aufgenommen. Zu den noch verbleibenden Orientierungsebenen zählen „Ebene 3: Kommunikation“, „Ebene 4: Verantwortungsbereiche und Selbstverantwortung“, „Ebene 5: Entscheidungsprozesse, Ambivalenz und Konflikte“, „Ebene 6: Entwicklungspotenzial und Lebensentwurf“, „Ebene 7: Bezogenheitsbedürfnisse und Sexualität“ und „Ebene 8: Einfühlen, Verstehen und Interaktionsmuster“ (ebd., S. 150ff.).

Die *Grundhaltung* in Bezug auf das Menschenbild, welche dem Konzept der „Acht Orientierungsebenen“ zugrunde liegt, orientiert sich an der Persönlichkeitstheorie nach George A. Kelly, den Hess (2006, S. 22ff.) als den unbekannten Urheber der systemischen Therapie versteht. Demnach besitzt jeder Mensch sein eigenes System von Konstrukten, welches früh angelegt wurde und verantwortlich für Verhaltens- und Reaktionsmuster ist. Wie bereits in 1.3 näher ausgeführt wurde, sind die Differenzen zwischen den individuellen Konstrukten, auf die Geschichten der Menschen zurückzuführen (vgl. ebd., S. 29). „Um eine andere Person verstehen zu können, muss man die Fähigkeit haben, die Konstruktion der anderen Person nachzukonstruieren“ (ebd., S. 34). Die Fähigkeit zur Empathie und Kognition hängen damit untrennbar zusammen.

Die *theoretische Grundlage* dieses Konzeptes stellen die Annahmen des systemisch-integrativen Ansatzes dar. Nach Hess (ebd., S. 124) müssen zu verwendende Beratungskomponenten in das systemische Rahmenverständnis eingepasst werden. Dieses umfasst die Selbstorganisation von menschlichen Systemen, die Lernfähigkeit des Individuums und die Auffassung, dass ein Berater zum System der Ratsuchenden gehört. Die Beratungsperspektive, die diesem Ansatz folgt, fo-

kussiert Fähigkeiten und Ressourcen und nimmt Abstand von objektiven oder moralischen Zuschreibungen (vgl. ebd.). Die beratende Person hat eine begleitende, strukturierende und führende Funktion im Beratungsprozess, ohne den Ausgang von Lösungsversuchen und Konfliktverläufen unmittelbar zu beeinflussen. Neben der für diesen Ansatz typischen Fruchtbarmachung von Elementen anderer Beratungsformen und Ansätzen schlägt Hess vor, auch Komponenten anderer Professionen, wie der Mediation in die Paarberatung zu inkludieren (vgl. ebd., S. 125). Mediation im Allgemeinen kann als ein „strukturierter, zielorientierter Entscheidungsprozess zur einvernehmlichen und eigenverantwortlichen Konfliktregelung der Parteien“ (ebd., S. 75) verstanden werden. Auseinandersetzungen, die auf sachlichen Themen basieren, stehen im Mittelpunkt der Bearbeitung.

Zur *Beratungsgestaltung* auf der Grundlage dieses Konzeptes ist zu sagen, dass der Fokus auf der Strukturierung und einer klaren und empathischen Führung durch verschiedene Themenkomplexe liegt (vgl. ebd., S. 253). Die Orientierungsebenen dienen dabei als Strukturleitlinien. Diese erleichtern es dem Berater zu erkennen, an welchem Punkt sich der Beratungsprozess befindet und sie machen die Übergänge zwischen den Themenkomplexen deutlich. Die Hypothesen, die aus dem Prozess hervorgehen, werden immer ein bis zwei der Orientierungsebenen beigemessen, überprüft und ggf. verändert (vgl. ebd., S. 252). Nach Hess (ebd.) hat das Paar in der Beratung die Verantwortung für die Themenwahl, ihre Entwicklung und alltäglichen Entscheidungen inne. Der Berater hingegen trägt Verantwortung für einen zeitlich und strukturell geordneten Beratungsverlauf und die Atmosphäre (vgl. ebd., S. 255). Insbesondere bei eskalierenden Paarkonflikten kann ein Rückgriff auf mediatorische Elemente, im Sinne eines höheren Strukturierungsgrades, beispielweise in Form von Vereinbarungen von Redezeiten und Gesprächsregeln, hilfreich sein (vgl. ebd., S. 256). Vor dem Hintergrund einer ausgeprägten Ziel- und Lösungsorientierung wird der aktiven Haltung des Beraters eine große Bedeutung zugewiesen. „Nie sollte am Ende eines Teilprozesses das Gefühl aufkommen, etwas unerledigt gelassen zu haben. Ohne durchschnittlich alle ein bis zwei Minuten zu intervenieren, ist gute Beratung kaum möglich“ (ebd., S. 253). Mittels einer Beratungshaltung, die durch Neugier, Allparteilichkeit und die „Lust am Verstören und Verwirren“ (ebd.) geprägt ist, und unter dem Rückgriff auf ein großes Inventar an Interventionsmöglichkeiten, soll zu einer Erweiterung der Ideen und Visionen des Paares beigetragen werden. Letztere sind der Lösung von Paarproblemen dienlich.

Das *Handlungsmodell*, welches aus dem Konzept hervorgeht, ist durch eine Mischung aus Flexibilität und Führung gekennzeichnet (vgl. ebd., S. 258). Im Erstgespräch werden die Rahmenbedingungen besprochen, ein Auftrag und die Interessen der Partner herausgestellt und vergangene Lösungsversuche nachvollzogen. Außerdem wird das Konzept der „Acht Orientierungsebenen“ für das Paar transparent gemacht (vgl. ebd., S. 368f.). In den Folgegesprächen wird der Anfangs-

auftrag auf der Basis von Zwischenauswertungen immer wieder verändert. Des Weiteren stehen der wechselseitige Austausch über die Interessen der Partner, die Bildung von Lösungsmöglichkeiten, das Verhandeln über potenzielle Wege der Lösung und deren Realisierung im Mittelpunkt (vgl. ebd.). Dabei kommt es zum Einsatz unterschiedlicher Formen von Interventionsmöglichkeiten, die Hess (ebd., S. 283) nach dem „Zeitpunkt der Wirkung“, der „Absicht“, der „Intensität“ und dem „Wirkprinzip“ systematisiert hat.

3.3.4 Gegenüberstellung der Beratungskonzepte

Zur besseren Vergleichbarkeit wurden zwei Beratungskonzepte ausgewählt, die im systemisch-integrativen Ansatz verwurzelt sind. Trotz dieser gemeinsamen Basis lassen sich unterschiedliche Schwerpunktsetzungen erkennen. Die Ebenen der *Grundhaltung* und der *Theorie* ähneln sich in beiden Konzepten, da sie die theoretischen Annahmen des systemisch-integrativen Ansatzes als Grundlage haben. Entsprechend sehen beide Autoren Reaktions- und Verhaltensmuster als etwas Gewordenes an. Dennoch legt Welter-Enderlin bereits auf der Ebene der Theorie den Fokus mehr auf das Individuum und dessen Affekte, während Hess eher die theoretischen Komponenten des gesamten Prozesses im Blick hat. In der Gegenüberstellung der Ebene der *Beratungsgestaltung*, werden die wesentlichsten Unterschiede beider Konzepte sichtbar. Der Schwerpunkt des Konzeptes von Welter-Enderlin liegt auf der Begegnung, der Berater-Klienten-Beziehung und der emotionalen Rahmung, während bei Hess die Strukturierung des Beratungsprozesses im Mittelpunkt steht. Durch die Inklusion einiger Teilaspekte aus dem Bereich der Mediation wird der Stellenwert von Struktur im Beratungskonzept nach Hess nochmal hervorgehoben. Das heißt, den beratenden Personen werden in den beiden Konzepten unterschiedliche Funktionen zugewiesen. Auf der einen Seite der affektiv Rahmende sowie emotional Haltende und auf der anderen Seite der Führende und Strukturierende. Dennoch enthalten beide Konzepte empathische und strukturierende Aspekte, jedoch in unterschiedlicher Gewichtung.

Beide Konzepte weisen Differenzen in der Prozessdynamik auf. Während Welter-Enderlin die Notwendigkeit eines „langen Atems“ erwähnt, wie sie die ausgiebige Eingangsphase des Zuhörens und Austauschs von Blickkontakten mit den Paaren beschreibt, wirkt die Beratungsgestaltung von Hess eher ergebnis- und lösungsorientiert. Welter-Enderlin betont die Grundhaltung der Gelassenheit, indem sie dem Paar viel Raum für Erzählungen gibt und lösungsorientierten Ansätzen vorwirft, vorschnell auf Lösungssuche zu gehen. Hess hingegen kritisiert gerade diese Zurückhaltung von Beratern und entwickelt so ein Konzept, welches einen aktiv agierenden Professionellen vorsieht. Im Gegensatz zu Welter-Enderlin, die beraterisches Handwerkszeug und Interventionsmöglichkeiten in den Hintergrund des Beratungsprozesses stellt, gibt Hess dem

technischen Aspekt der Beratung, durch seine Systematisierung von zahlreichen Interventionsformen nach verschiedenen Gesichtspunkten, eine hohe Wertigkeit.

Die inhaltliche Gestaltung des Beratungsprozesses scheint gemäß der Konzepte ebenfalls Unterschiede aufzuweisen. Das Konzept „Fallverstehen in der Begegnung“ von Welter-Enderlin wirkt thematisch offen und wenig vorstrukturiert, mit einem allgemein formulierten Interesse für Lebensthemen und deren historisch und biografisch gewachsenen handlungsleitenden Mustern. Das Konzept der „Acht Orientierungsebenen“ von Hess sensibilisiert zum einen für eine große Themenvielfalt und berücksichtigt zeitgemäße, für die Paarberatung bedeutsame Themen wie Sexualität und Ambivalenz. Durch letzteres hebt Hess hervor, dass die Option der Trennung ein legitimes und wichtiges Thema in der Paarberatung darstellt. Dennoch wirkt die Schematisierung der Themenkomplexe in Form von unterschiedlichen Ebenen auf den ersten Blick sehr vorstrukturierend. Auf der Konzeptebene des *Handlungsmodells* werden Parallelen hinsichtlich der Beratungsziele in beiden Konzepten sichtbar, nämlich die Erweiterung von Sichtweisen und die Entwicklung von Visionen, um die Lösungsfindung zu begünstigen.

4 Eine Auswahl systemischer Methoden und Interventionsmöglichkeiten in der Paarberatung

Der folgende Themenkomplex soll einen Einblick in die Methodenvielfalt und die verschiedenen Interventionsmöglichkeiten geben, die einem systemischen Berater in der Begleitung von Paaren zur Verfügung stehen. Da der systemische Ansatz durch ein Facettenreichtum an beraterischen Techniken charakterisiert ist und diese im Kontext dieser Arbeit nicht in Gänze aufgeführt werden können, werden an dieser Stelle nur ausgewählte Interventionen näher beleuchtet.

4.1 Zur allgemeinen Bedeutung und Funktion von Interventionen in der systemischen Beratung

Nach Ludewig (2002, S. 69) wird ein systemischer Berater vor die Aufgabe gestellt im Beratungsprozess ein Gleichgewicht zwischen „Bestätigung/Würdigung“ und „Förderung/Anregung“ herzustellen. Über die Anerkennung der Fähigkeiten und Ressourcen wird ein sicherer Raum geschaffen, der als Grundlage für die Bearbeitung des Anliegens und der Anregung zur Veränderung, mit Hilfe von Interventionen dient. Durch die Einbringung von Interventionen sollen Alternativen eröffnet werden, welche Entwicklung und Veränderung begünstigen. „Die emotionalen, kognitiven und/oder interaktionalen Elemente, die am Fortbestehen bzw. an der Reproduktion des Problems beteiligt sind, sollen auf geeignete Weise destabilisiert werden“ (ebd.). Die

Problemstruktur und Problemkommunikation soll durch verschiedene Maßnahmen aufgeweicht werden. In der systemischen Arbeit mit Paaren wird versucht, mittels Interventionen, welche auf die Muster der Paarkommunikation ausgerichtet sind, psychische Veränderungsprozesse der Beteiligten zu ermöglichen (vgl. Retzer, 2011, S. 87). Ein grundlegendes Ziel der Beratung besteht in der Bildung von Neuem. Der Berater schleust nichts Neues in das System des Paares ein, sondern gibt Anregungen zur Erzeugung von Neuem bzw. neuen Kommunikationsweisen (vgl. ebd.). Systemische Beratung soll nach Schwing & Fryszer (2010, S. 169) in verschiedenen Bereichen handlungsfähig machen. Über „sprachliche Spiele, durch überraschende Umdeutungen, handfeste Arbeiten am konkreten Verhalten oder über das Erkunden gefühlsmäßiger Bewertungen“ (ebd.) können Alternativen zu bisherigen Mustern eröffnet werden. Die Alltagstauglichkeit von Interventionen ist von besonderer Bedeutung.

Wir können Neues und Unterschiede auf der Handlungsebene einführen und gewiss sein, dass sich über veränderte Erfahrungen auch Bedeutungsgebung, Bewertung und Wahrnehmung verändern können, genauso wie wir in der Arbeit an Bedeutungen im Handeln Veränderungen induzieren können (ebd.).

Das Erkennen von Systemmustern, das Sammeln und Gewinnen von Systeminformationen und das Anregen von Veränderungen im System kann auf unterschiedlichen Ebenen realisiert werden (vgl. ebd., S. 170). Interventionen können u. a. in Form von Fragetechniken und dadurch induzierten Beschreibungen, symbolischen Interaktionen, direkter Interaktion oder Aufgabenstellungen und deren Reflexion umgesetzt werden (vgl. ebd.). Jan Bleckwedel (2011, S. 148f.) plädiert für eine „mehrdimensionale Sichtweise“, welche sich auf fünf Interventionsebenen bzw. Arbeitsfeldern niederschlägt, die in der Arbeit mit Paaren einzeln fokussiert, aber auch miteinander kombiniert werden können. Wie in Tabelle 5 (siehe Anhang) ersichtlich, eröffnen sich je nach Dimensionen (Person, Interaktion, Umgebung usw.), denen im Beratungsprozess Aufmerksamkeit geschenkt wird, ein jeweiliges Arbeitsfeld (z. B. Kommunikation, Rangordnung, Strukturen etc.). Entsprechend der Arbeitsfelder können die passenden Interventionen angewendet werden.

4.2 Aufbereitung und Visualisierung von Informationen mittels Genogramm

Aufgrund der Komplexität von Systemen und der Fülle an Informationen, die gerade in der ersten Phase des Beratungsprozesses handhabbar gemacht werden müssen, kommt der Dokumentation dieser Informationen ein großer Stellenwert zu (vgl. Fryszer & Schwing, 2010, S. 60). Um in der Fülle an Informationen handlungsfähig zu sein, ist es für die beratende Person notwendig diese Komplexität zu reduzieren (vgl. Retzer, 2011, S. 83). Das Genogramm ist eine klassische Methode der systemischen Arbeit, um aus der Vogelperspektive einen Überblick über das System zu behalten und dabei dessen Geschichtlichkeit zu berücksichtigen (vgl. Fryszer & Schwing, 2010, S. 60). Es dient dazu, Systeminformationen zu verdichten, zu ordnen, zu dokumentieren

und Systemstrukturen offen zu legen. Des Weiteren bietet das Genogramm eine geeignete Grundlage zur ersten Bildung von Hypothesen (vgl. ebd.). Mit Hilfe von bestimmten Symbolen, die in Abbildung 9 (siehe Anhang) ersichtlich sind, können im Kontext der Paarberatung „Informationen zu Koalitionen, Grenzen und zum familiären Lebenszyklus“ (Simon, Clement & Stierlin 2004, S. 121 zitiert nach Welter-Enderlin, 2007, S. 56) des Paarsystems in der Umrahmung seiner Herkunftsfamilie gewonnen werden. Mit diesem Werkzeug wird dem herausragenden und oft unterschätzten Einfluss der Herkunftsfamilie für das Paarsystem und dessen Verlauf Rechnung getragen. Daher erfolgt an dieser Stelle ein kurzer Exkurs zur Bedeutung von Herkunftsfamilien.

Kinder sind ihr Leben lang an die Elterndyade und somit an die Herkunftsfamilie gebunden, auch wenn sie bereits in einer Partnerschaft leben (vgl. Kaiser, 2003, S. 113). Damit kommt es zu einer Erweiterung des Systems der Herkunftsfamilien der Partner um ein Subsystem und dem Zusammenwachsen der Schwiegerfamilien zu einem neuen großen System (vgl. ebd.). Trotz des äußerlichen Scheins der Ablösung der Partner von der Herkunftsfamilie haben psychologische Bindungen Bestand (vgl. Goldbrunner, 1994, S. 101). Beide Partner bringen ihre Herkunftsfamilie in die Partnerschaft mit ein. Nur selten passen die durch die Ursprungsfamilie geprägten und mitgebrachten Wert- und Lebensvorstellungen deckungsgleich zusammen, sodass diese ein großes Konfliktpotenzial in sich bergen. „Besonders bei Beziehungskrisen nähern sich die Partner häufig wieder der Herkunftsfamilie an, wodurch diese in einem labilen Stadium der Beziehung verstärkt Einfluß nimmt“ (ebd., S. 54). Aus einer Untersuchung von Szydlík (1995 zitiert nach Kaiser, 2003, S. 129) von 7000 „Eltern-Kind-Beziehungen“ und 11000 „Kind-Eltern-Beziehungen“ geht hervor, dass viele Familien in Deutschland durch eine enge Generationenverbindung charakterisiert sind. So „nannten 92% der Mütter die Beziehung zu ihrer erwachsenen Tochter und 83% der Väter die Beziehung zu ihrem Sohn eng“ (ebd.). Vor diesem Hintergrund ist es sinnvoll, sich in der Paarberatung mit der Herkunftsfamilie mit Hilfe der Erstellung eines Genogramms zu beschäftigen.

Im Kontrast zu individuumsbezogenen Herangehensweisen, wie beispielsweise in tiefenpsychologischen Ansätzen, nützt dieses Werkzeug nach dem systemischen Verständnis zur Kontextualisierung von Problemen (vgl. Schwing & Fryszer, 2010, S. 66). Paarprobleme können so in einem größeren familiären Zusammenhang gesehen werden. Lineare Schuldexplorationen zwischen den Partnern, bezüglich der Ursache für die Partnerschaftsproblematik, werden auf diese Weise aufgeweicht. Bestimmte Verhaltensmuster der Partner können in den geschichtlichen Kontext der jeweiligen Herkunftsfamilie gesetzt und als für die Gegenwart sinnerzeugend erkannt werden (vgl. Lenz et al., 1996, S. 76).

4.3 Methoden der Hypothesenbildung und handlungsorientierte Interventionen

4.3.1 Fragetechniken und Kommentare

In der systemischen Beratung besteht ein Großteil des Redebeitrages der beratenden Person aus Fragen. Damit wird der Klient stetig aktiv in den Beratungsprozess einbezogen (vgl. Retzer, 2011, S. 88). Zirkuläres Denken wird so in der Methode des zirkulären Fragens übersetzt (vgl. Schmidt, 2004, S. 242). Mit Hilfe von Fragen können Informationen über die Wirklichkeitskonstruktionen eines Paares hinsichtlich ihrer Beziehung hervorgebracht und zur Überprüfung zuvor gebildeter Hypothesen verwendet werden (vgl. Retzer, 2011, S. 89/Schlippe & Schweizer 1996/Simon & Rech-Simon, 1990 zitiert nach ebd.). Mit dem Ziel der Möglichkeitenkonstruktion können die herausgestellten Beziehungskonstellationen mit entsprechenden Fragen anschließend infrage gestellt werden (vgl. ebd.). Zirkuläre Fragen fokussieren die Wechselwirkungen im Paarsystem, insbesondere Wechselwirkungen zwischen dem Problem und dessen Kontext, in dem es auftritt (vgl. Fryszer & Schwing, 2010, S. 211). „Fragen dienen dazu, das betreffende Klientensystem zu perturbieren, d.h. zu durchdringen, zu erforschen, umzugraben, auf die Rückseite zu drehen, zu durchfluten und zu erweitern“ (Maturana/Varela, 1984 zitiert nach Lenz et al., 1996, S. 89). Es gibt verschiedene Formen von Fragen mit unterschiedlichen Schwerpunktsetzungen. Um beispielweise Informationen über den Auftragskontext und den Problemkontext zu erhalten, können sog. „Kontextfragen“ (Lenz et al., 1996, S. 90/Schmidt, 2004, S. 242) gestellt werden. Diese können in Anlehnung an Lenz et al. (1996, S. 90) folgendermaßen lauten: Von wem ging die Entscheidung zur Paarberatung aus? Gibt es bereits Vorerfahrungen im Bereich der Paarberatung? Wie könnten andere darüber denken, dass Sie Paarberatung in Anspruch nehmen? Fragen, die zur Exploration bisher nicht realisierter Beziehungsmöglichkeiten bzw. der Möglichkeitenerweiterung anregen, sind u. a. „Hypothetische Fragen“, zu denen auch die „Wunderfrage“ zählt (Schmidt, 2004, S. 242/Lenz et al., 1996, S. 91f.). Die bekannte „Wunderfrage“ kann folgendermaßen formuliert sein:

Angenommen es würde eines Nachts, während Sie schlafen, ein Wunder geschehen, und ihr Problem wäre gelöst. Wie würden Sie das merken? Was wäre anders? Wie wird Ihr Ehemann davon erfahren, ohne daß Sie ein Wort darüber sagen? (De Shazer, 1988, S. 24 zitiert nach Retzer, 2011, S. 92).

Diese Fragen laden zu einem gedanklichen Experiment ein und schaffen freien Raum, sich in bestimmte, noch nicht da gewesene Situationen/Beziehungswirklichkeiten hineinzudenken, zu fühlen und Visionen darüber anzustellen. „Fragen zu Unterschieden“ (Boeger, 2013, S. 126) transportieren das lösungsorientierte Interesse, Ausnahmen herauszustellen bzw. zu reflektieren, in denen beispielsweise ein Problem nicht präsent war. An dieser Stelle könnten noch eine Viel-

zahl weiterer Frageformen ergänzt werden, diese in Gänze aufzuführen soll jedoch nicht Ziel dieser Arbeit sein.

In der systemischen Beratung geht es nicht nur um die Beobachtung von Strukturen von Sprache und Kommunikation, sondern Sprache selbst kann zur Darstellung von Strukturen dienlich sein (vgl. Schmidt, 2004, S. 243). Berater können Paaren mittels „sprachlicher Kommentierungen“ (ebd.) mitteilen, wie sie das Paarsystem wahrnehmen. In der sprachlichen Begleitung der Klienten durch die Verwendung von Kommentaren, kann auf den Ebenen der Bewertung und Bedeutungsgebung gearbeitet werden. Damit wird die Veränderung von Perspektiven angeregt (vgl. Schwing & Fryszer, 2010, S. 238). Folglich wurden spezifische Arten beraterischer Kommentierungen, wie z. B. das „positive Konnotieren“ und das „Umdeuten“ (Schmidt, 2004, S. 243) herausgebildet. Das positive Konnotieren von Erlebens- und Verhaltensweisen der Klienten soll das Durchbrechen einseitiger negativer Interaktionsschleifen begünstigen. Um eine wertschätzende Atmosphäre zu schaffen und mutlos wirkende Paare für gelingende Aspekte ihrer Beziehung zu sensibilisieren, ist der wohlplatzierte und auf konkrete Verhaltensbeschreibungen des Paares bezogene Einsatz von Komplimenten hilfreich (vgl. Schwing & Fryszer, 2010, S. 240f.). Partner in einer Paarkrise sind oft umringt von einem Gefühlschaos und fühlen sich mit ihren Ängsten, Sorgen und Nöten allein (vgl. ebd., S. 239). „Hier können normalisierende Kommentare, also Formulierungen, die die genannten Anliegen als prinzipiell lösbare normale Anforderungen des Lebens beschreiben, hilfreich sein“ (ebd.). Durch umdeutendes Kommentieren, welches das sog. *Reframing* umfasst, wird dem Beschriebenen und Erlebten, was Klienten negativ bewertet, ein neuer positiver Sinn gegeben. Indem das Erzählte in einen positiven Rahmen (frame) gesetzt wird, kann zu andersartigen Handlungs- und Sichtweisen angeregt werden (vgl. ebd.). Zum Beispiel kann in der Paarberatung auf diese Weise gemeinsam mit einem Paar, dessen Auseinandersetzungen von einem Kreislauf aus wechselseitigen Vorwürfen geprägt sind, versucht werden, die jeweiligen Bedürfnisse der Partner, die hinter diesen Vorwürfen verborgen sind herauszuarbeiten (vgl. Mary, 2008, S. 143f.).

4.3.2 Handlungs- und erlebnisorientierte Interventionsmöglichkeiten

Die systemische Paarberatung bietet zu den bereits vorgestellten vornehmlich sprachlichen Vorgehensweisen, eine Vielzahl an Alternativen, um Systemprozesse auch auf eine körperbetonte und erlebnisnahe Art erfahrbar und beobachtbar zu machen (vgl. Schmidt, 2004, S. 243). Der besondere Nutzen von handlungs- und bewegungsorientierten Interventionen wird durch neurobiologische und lerntheoretische Untersuchungsbefunde gestützt. Die Besonderheiten dieser Techniken bestehen darin, dass besonders viele Sinneskanäle und Veränderungsdimensionen

(siehe Tab. 7 im Anhang) angesprochen werden (vgl. Bleckwedel, 2011, S. 283). Während sprachliche Prozesse in gewisser Weise kontrollierbar sind, befördern Techniken, die Anregungen auf verschiedenen Wahrnehmungsebenen geben, zuvor nicht zugängliche Informationen und innere Vorgänge zutage (vgl. Mary, 2008, S. 46f.).

4.3.2.1 Symbolisch-metaphorische Techniken

Die Arbeit mit sprachlichen Bildern und Metaphern ist in der systemischen Beratung sehr verbreitet. Die lexikalische Begriffsbestimmung enthält Hinweise auf den Nutzen von Metaphern. Das Wort Metapher ist gleichbedeutend mit „anderswohin tragen, übertragen“ (Duden, 2007, S. 875) oder wird als bildhafte Übertragung beschrieben. Eine Metapher ist ein „sprachlicher Ausdruck, bei dem ein Wort, eine Wortgruppe aus dem eigentlichen Bedeutungszusammenhang in einen anderen übertragen wird, ohne dass ein direkter Vergleich zwischen Bezeichnendem u. Bezeichnetem vorliegt“ (ebd.). Auf die Beratung bezogen, bedeutet das, dass bildhafte Sprache in Form von Symbolen, Aufstellungen, Skulpturen, Zeichnungen oder Geschichtenerzählen usw. repräsentiert werden kann (vgl. Lindemann & Rosenbohm, 2012, S. 7). An dieser Stelle sollen die Skulptur und die Skalierungsscheibe genauer beleuchtet werden.

Skulpturen oder „Metaphern im Raum“, wie Schwing & Fryszer (2010, S. 175) diese bezeichnen, stellen eine traditionelle Technik in der systemischen Arbeit dar. Dabei werden Sichtweisen der Klienten in körperlich-räumlichen Dimensionen dargestellt (vgl. ebd.). Eine Skulptur kann als ein visualisiertes inneres Bild verstanden werden, welches auf einen Blick viele Informationen über ein Paar, sein Beziehungsgeflecht, Entwicklungen des Paarsystems oder die Stimmungslage in der Beziehung zugänglich macht (vgl. Lenz et al., 1996, S. 97f./Schwing & Fryszer, 2010, S. 176). Skulpturen sind gekennzeichnet durch den Einsatz starker Ausdrucksmittel im Bereich Gestik, Mimik und Räumlichkeit (vgl. Schwing & Fryszer, 2010, S. 175). El Hachimi & Stephan (2012, S. 126) schlagen für die systemische Praxis eine Übung mit einer Skulptur vor, die Informationen über das Nähe-Distanz-Bedürfnis beider Partner eröffnen soll. Dabei wird das Paar gebeten, sich auf zwei Stühlen zu platzieren und die gegenwärtige Paardistanz durch den gewählten Abstand zwischen den Stühlen und ihrer Blickrichtung zum Partner darzustellen. Kann sich nicht auf eine Position geeinigt werden, besteht die Möglichkeit, dass die Partner jeweils ihre eigene „Wunschskulptur“ (ebd.) diesbezüglich explorieren.

Eine weitere neuere Technik zur Repräsentation von Beziehungszusammenhängen vor dem Hintergrund unterschiedlicher Positionen und Wahrnehmungen der Systemmitglieder stellt die sog. Skalierungsscheibe dar (vgl. Natho, 2007, S. 243). Die Skalierungsscheibe besteht aus einer Holz oder Glasscheibe mit einem farblich abgesetzten Mittelpunkt, der die Frage oder zu skalierende

Aussage verkörpert, zu der sich die Beteiligten mittels Figuren räumlich und inhaltlich positionieren (vgl. ebd./Natho, 2008, S. 3). Um diesen Mittelpunkt liegen sieben kreisförmige Skalierungsfelder, die von innen nach außen mit den Zahlen von 7 bis 1 versehen sind. Dieses Instrument vereint traditionelle „Brett-Systemkonstellation“ und das „systemische Prinzip der Unterschiedsbildung“ (Natho, 2008, S. 1). Da in der Paarberatung die Differenz zwischen den Beziehungsvorstellungen der Partner häufig thematisiert wird, können mittels der Skalierungsscheibe die unterschiedlichen Ziele und Bedürfnisse verglichen werden (vgl. Natho, 2007, S. 251). Eine bewährte Ergänzung zur Skalierungsscheibe bietet das sog. Skalierungsblatt. Dieses kann, wie in Abbildung 10 (siehe Anhang) ersichtlich, auf jedes Paar abgestimmte Themenbereiche und die dazugehörigen von jedem Partner zu beantwortenden Skalierungsfragen (Wertigkeitsabstufungen 1-7) enthalten. Die Werte, welche die Partner den jeweiligen Themen zugeordnet haben, werden dann nacheinander auf der Skalierungsscheibe abgetragen, wie in Abbildung 11 (siehe Anhang) beispielhaft gezeigt (vgl. ebd., S. 255). Die Anordnung der Figuren bietet für den Berater fruchtbaren Boden für hypothetische und zirkuläre Fragen (vgl. ebd., S. 256).

4.3.2.2 Psychodramatische und aktionsorientierte Interventionen

Es gibt eine Vielzahl an Techniken, die ihre Inspirationen aus dem psychodramatischen Bereich haben und die Ratsuchenden dazu einladen, einzelne Situationen aus ihrem Alltag szenisch nachzustellen (vgl. Schwing & Fryszer, 2010, S. 275). Bleckwedel (2011, S. 158) stellt in seinen Ausführungen zur aktionsorientierten systemischen Therapie von Paaren und Familien die zentralen psychodramatischen Techniken vor, welche die Grundlage bilden, um die beraterischen Sitzungen unter Verwendung verschiedener „Aktionstools“ auszugestalten. Diese Techniken sind ebenfalls für die systemische Paarberatung geeignet. Die szenische Basis bilden, wie in Abbildung 12 (siehe Anhang) deutlich wird, u. a. die Einteilung des Beratungsraumes in „Zuschauer-raum + Bühne“ (ebd., 158ff.), der „Szenenwechsel“ und der „Rollenwechsel“, bei dem der eine Partner die Rolle des anderen einnimmt, wodurch eine Verstärkung der Einfühlung angeregt werden kann. Das vielfach kombinier- und individualisierbare Repertoire an systemischen Aktionstechniken, zu denen, wie in Tabelle 6 (siehe Anhang) aufgeführt, u. a. „Skalen in Aktion“, „Rituale“ oder „Aufstellungen“ gehören, findet in den einzelnen szenischen Elementen Anwendung (vgl. ebd., S. 209). Des Weiteren zeichnen sich psychodramatische Techniken durch die Hinzunahme von verschiedensten Requisiten, wie z. B. Alltagsgegenständen, Bändern, Tüchern und Stühlen, aus (vgl. ebd., S. 210).

Zur praktischen Veranschaulichung kann ein Beispiel für das Aktionstool „Skalen in Aktion“ zur Thematik sexueller Zufriedenheit in der Partnerschaft angeführt werden. Dafür wird im Bera-

tungsraum ein ca. 2 m langes Seil ausgelegt, welches als Skala von 0 (sehr unzufrieden mit der partnerschaftlichen Sexualität) bis 10 (sehr zufrieden mit partnerschaftlicher Sexualität) dient (vgl. El Hachimi & Stephan, 2012, S. 198f.). Es werden beide Partner dazu eingeladen, sich auf den Skalenwert zu stellen, mit dem sie den gegenwärtigen Stand sexueller Zufriedenheit beschreiben würden. Ergänzend werden sie gebeten auf Karten zuschreiben, was gerade gut läuft und diese an ihrem Standpunkt niederzulegen. Anschließend werden sie aufgefordert, sich auf den 10. Skalenwert zu positionieren und auf Karten zu notieren, welches Bild sie von einer sehr zufriedenstellenden Sexualität haben (vgl. ebd., S. 199). Letztere Formulierungen werden im Beratungsprozess offengelegt. Von der Ausgangsposition aus wird mit dem Berater gemeinsam mithilfe von Fragetechniken erarbeitet, welche Entwicklungsschritte das Paar umsetzen kann, um sich dem optimalsten Skalenwert zu nähern (vgl. ebd.).

„Die Arbeit mit Aktionsmethoden zielt darauf ab, die Metaphorik der Formen und die Metaphorik von Anordnungen im Raum zu beachten und zu nutzen“ (Bleckwedel, 2011, S. 210). Durch Handeln im Raum können Unterschiede erfahrbar und Entwicklung möglich gemacht werden (vgl. ebd.). Alle diese aufgeführten Interventionsmöglichkeiten lassen den Beratungsprozess humorvoller, beweglicher und leichter wirken, was gerade in erstarrten Situationen einen kreativitäts- und lösungsfördernden Effekt haben kann (vgl. Schwing & Fryszer, 2010, S. 279). Neben der starken emotionalen Einbeziehung der Paare sind diese Techniken durch nachhaltige sinnese physiologische und optische Eindrücke gekennzeichnet, die bis in den Alltag hineinwirken können. Dennoch ist darauf hinzuweisen, dass diese Art von Methoden ein besonders sensibles Vorgehen durch die beratende Person erfordern (vgl. ebd.). Diese Techniken erheben einen höheren Anspruch als rein sprachliche Methoden, da sie einer stetigen Prozessevaluation auf körperlicher und nicht-verbaler Ebene bedürfen (vgl. ebd.).

5 Schlussbetrachtung

Die Auseinandersetzung mit der Thematik der professionellen Begleitung von Paaren in Krisen und dem besonderen Augenmerk auf die Theorien, Konzepte und Methoden, an denen sich die systemische Paarberatung orientiert bzw. derer sie sich bedient, zeigt, wie facettenreich und anspruchsvoll dieser Beratungszweig ist. Die Beschäftigung mit der wechselseitigen Verwendung der Begrifflichkeiten von Paartherapie und Paarberatung macht darauf aufmerksam, dass die Arbeit mit Paaren diesbezüglich einen Sonderfall darstellt. Die Legitimation, die professionelle Begleitung von Paaren in beiden Berufsgruppen zu realisieren, wird zusätzlich durch den Sachverhalt gestützt, dass Paartherapie keine Kassenleistung darstellt und Paarproblemen somit offiziell der Krankheitswert abgesprochen wird. Dieser Aspekt beinhaltet weiteres Diskussionspoten-

zial. Die Darlegung des aktuellen Stands von Paarberatungsstellen in Deutschland hat zeigt, dass das Arbeiten nach dem systemischen Ansatz sehr verbreitet ist. Das lässt darauf schließen, dass sich dieser in der Praxis vor dem Hintergrund vieler anderer Beratungsansätze bewährt hat.

Die Besonderheiten des systemischen Ansatzes, in Abgrenzung zu anderen Beratungsansätzen, gehen aus der Ausarbeitung der wichtigsten historischen Entwicklungslinien dieser Profession und aus der Beschäftigung mit den Grundlagen systemischen Denkens hervor. Im Wesentlichen hat sich die systemische Paarberatung aus der systemischen Familientherapie entwickelt. Der systemische Ansatz hat in seiner Entwicklung viele Abzweigungen herausgebildet, die sich in der beraterischen Arbeit durch unterschiedliche Akzentsetzung auszeichnen, jedoch auf demselben theoretischen Grundstock aufbauen. Ein Schwerpunkt der systemischen Betrachtungsweise besteht u. a. in der Berücksichtigung des wechselseitigen Austausches des Paarsystems mit den umliegenden Systemen, wie Kultur und Gesellschaft. Die zirkuläre Sichtweise, ermöglicht es Probleme zu kontextualisieren, anstatt nach einseitigen Ursachen und Schuld bei seinem Gegenüber zu suchen. Außerdem überwiegt im systemischen Ansatz die Gegenwartsorientierung. Es wird nicht nach traumatischen Ereignissen in der Vergangenheit gesucht, die als ursächlich für Verhaltensweisen in der Gegenwart angesehen werden. Der systemische Fokus liegt verstärkt auf Kommunikation und Interaktion, als auf persönlichen Zuschreibungen, die einen Diagnosewert haben. Zudem zeichnet sich systemische Beratung durch Lösungs- und Ressourcenorientierung aus und versucht Defizite und Mängel, nicht in den Vordergrund rücken zu lassen. Diese Charakteristika klassischen systemischen Verständnisses unterscheiden sich im Wesentlichen von individuumsbezogenen Beratungsansätzen, wie z. B. tiefen-psychologisch oder psychoanalytisch orientierter Paarberatung. Interessant im geschichtlichen Entwicklungsverlauf des systemischen Ansatzes ist die anfängliche scharfe Abgrenzung von anderen existierenden anderen Ansätzen und die spätere Annäherung und Fruchtbarmachung einzelner Elemente aus diesen. Gerade der daraus hervorgegangene systemisch-integrative Ansatz ermöglicht eine Perspektiverweiterung auf das Paarsystem. Diese äußert sich darin, dass das geschichtliche Gewordensein eines Paarsystems in Betracht gezogen wird und Affekte und Gefühle mehr in den Blick genommen werden, als im klassischen systemischen Verständnis. Entsprechende theoretische Kenntnisse zum systemischen Denken stellen die Grundlage für das praktische Arbeiten bzw. Begleiten von Paaren dar.

Die Auseinandersetzung mit dem Hauptgegenstand systemischer Paarberatung, der Paarbeziehung, dient der Abgrenzung dieser von anderen Beziehungsformen. Demnach ist die Paarbeziehung durch Exklusivität und die „Dimensionen der Abgrenzung, Privatheit, Dauerhaftigkeit und der körperlichen, geistigen und emotionalen Nähe“ (Schneewind (1999 zitiert nach Schmidt, 2004, S. 222) charakterisiert. Die Beschäftigung mit ausgewählten Theorien zur Paarbeziehung

und den Beziehungsverständnissen nach Michael Mary (2008) sowie Hans Goldbrunner (1994) hat eine multiperspektivische Sichtweise auf diesen Beratungsgegenstand ermöglicht. Durch die klare Differenzierung von Liebesbeziehung und Partnerschaft, wie sie von einigen Autoren postuliert wird, wird zwar die Erzeugung verschiedener Perspektiven ermöglicht, dennoch erscheint dieser Blickwinkel für die Praxis eher ungünstig. Paare würden durch eine derartige Kategorisierung eher in ihren Entwicklungsmöglichkeiten eingeschränkt. Praxistauglicher erscheint dabei die Auffassung von Astrid Riehl-Emde (2007, S. 88f.), nach der eine Paarbeziehung Anteile aus beiden Komponenten in unterschiedlicher Gewichtung besitzt.

Die Beziehungsverständnisse nach Mary (2008) und Goldbrunner (1994) können jeweils auf ihre eigene Art Anregungen für die Begleitung von Paaren geben. Indem Mary die Beziehung als ihr eigenes, nicht willentlich beeinflussbares Werk in den Mittelpunkt stellt, können gegenseitige Schuldzuweisungen von Paarbeziehungen in einer Krise bezüglich des Partnerschaftsverlaufes entkräftet werden. Goldbrunner hingegen fokussiert das Festhalten der Partner an nicht alltags-tauglichen Liebes- und Beziehungsvorstellungen und sensibilisiert für die entwicklungshemmende Wirkung dieses Verhaltens auf die Paarentwicklung. Des Weiteren macht er darauf aufmerksam, wie sehr die Bildung von Beziehungsvorstellungen durch das soziale Umfeld beeinflusst wird.

Die darauffolgende Gegenüberstellung der Paarverlaufsmodelle zeigt, dass diese einen idealtypischen Charakter haben, in der beratenden Begleitung von Paaren in Krisen jedoch für die Wirkung von Übergangssituationen im Paarverlauf sensibilisieren. In der Beschäftigung mit den Entstehungsbedingungen und Anzeichen von Paarkrisen wird deutlich, welche Kenntnisse in der professionellen Arbeit mit Paaren wichtig sind, um diese verstehend begleiten zu können und deren Bedürfnisse zu erkennen. Das Herausarbeiten gesellschaftlicher Umstände, mit denen Paare sich im täglichen Austausch befinden, hebt die Komplexität und Wechselseitigkeit partnerschaftlicher Problemsysteme mit ihrer Umwelt hervor. Das Herausstellen unterschiedlicher Entstehungsbedingungen weist darauf hin, dass sich Krisen aus der Summation wechselseitiger Aspekte entwickeln und die Anpassungsleistung der Partner an Veränderungen in und außerhalb des Paarsystems eine wesentliche Rolle für den weiteren Paarverlauf spielt. Generell gilt für die systemische Paarberatung die Haltung eines neutralen Krisenkonzeptes, nach welchem der Ausgang einer Krise offen ist, im Sinne einer Trennung oder Verbesserung der Paarbeziehung. In der Auseinandersetzung mit den wesentlichen Äußerungen einer Paarkrise kristallisieren sich destruktive Kommunikationsmuster als besonders dominant heraus. Insbesondere Gottmann & Silver (2014) haben mit ihrem Konzept der „vier apokalyptischen Reiter“ die verschiedenen Arten destruktiver Kommunikation bildhaft dargestellt. Das Herausstellen der wesentlichen Schwellen-

und Wendepunkte im lebensgeschichtlichen Paarverlauf, gibt einen lebensnahen Einblick in die Vielfältigkeit krisenbegünstigender Ereignisse ermöglicht.

Die Beschäftigung mit ambivalenten Paaren, in Bezug auf die Entscheidung, die Beziehung fortzuführen oder sich zu trennen, sensibilisiert zum einen dafür, dass Trennung ein häufiges Thema in der Paarberatung ist und zum anderen, dass die Auflösung einer Beziehung auch Entwicklungsmöglichkeiten bereithält. Der erörterte Zusammenhang zwischen krisenhaften Paarverläufen und der Gesundheit der Beteiligten hebt hervor, dass eine zufriedenstellende Paarbeziehung eine positive und teilweise protektive Wirkung auf das psychische und physische Wohlbefinden haben kann. In seinem Modell der „Triadischen Balance“ verbildlicht Gottmann (1994) die Wechselwirkung der Art der gegenseitigen Wahrnehmung, der Kommunikation und der psychophysiologischen Prozesse in einer Partnerschaft. Aufgrund dieser körperlichen und psychischen Komponente in Paarbeziehungen kommt der professionellen Begleitung von Paaren ein wesentlicher Stellenwert zu. Kröger (2006, S. 40) hebt hervor, dass diese Arbeit mit Paaren in Krisen Chronifizierungen im gesundheitlichen Bereich vorbeugt und somit einen wesentlichen Beitrag zur Volksgesundheit und Entlastung des Gesundheitssystems liefert.

Aus der Bearbeitung des Themenkomplexes zu den Rahmenbedingungen und der thematischen sowie konzeptionellen Gestaltung von systemischen Beratungsprozessen mit Paaren, ist ein kleines Abbild des Zeitgeistes von Paarberatung entstanden. Demnach suchen Paare gegenwärtig Beratungsstellen wegen Schwierigkeiten im Nähe-Distanz-Verhältnis, alltäglicher Widrigkeiten, Problemen in der partnerschaftlichen Sexualität und intimen Außenbeziehungen auf. In der Auseinandersetzung mit diesen Punkten kristallisierten sich die jeweiligen Anforderungen heraus, die jedes Thema für sich an den Berater und an den Beratungsprozess stellt. Folglich erfordert jedes Thema eine andere Akzentsetzung im beraterischen Prozess.

Das Herausstellen der wesentlichen Rahmenbedingungen des Paarberatungs-Prozesses verdeutlicht, dass die Dreier-Konstellation aus einem Berater und zwei Klienten andere Anforderungen an den Professionellen stellt, als eine Einzelberatung. Dabei wird die beraterische Haltung der Allparteilichkeit besonders auf die Probe gestellt. Das Risiko der Bündnisbildung zwischen dem Berater und einem der Partner ist in dieser Beratungskonstellation besonders hoch. Hinzu kommt, dass Paare in Krisen zu einer 2:1 Konstellation neigen. Auch der Geschlechterrollen-Aspekt kann einen oft unterschätzten Einfluss auf die Prozessdynamik und die Berater-Klienten-Beziehung haben. Als eine mögliche Lösung dieser Problematiken hat sich die Beratung durch ein Koberater-Paar herausgestellt. Diese Variante ist jedoch aus Kostengründen nicht immer realisierbar.

Die Gegenüberstellung zweier Beratungskonzepte, die auf dem systemisch-integrativen Ansatz basieren, zeigt, dass die Prozessgestaltung trotz einer vergleichbaren theoretischen Basis variie-

ren kann. Auf der Analysegrundlage des Modells zu den allgemeinen Ebenen eines Beratungskonzeptes nach Kuhn (2001) wird herausgestellt, dass das Beratungskonzept „Begegnung im Fallverstehen“ (Welter-Enderlin, 2007) die Begegnung und die affektive Rahmung im Sinne der Berater-Klienten-Beziehung in den Mittelpunkt des Beratung stellt und das Modell der „Acht Orientierungsebenen“ (Hess, 2006) hingegen der Strukturierung im Beratungsprozess einen besonders großen Stellenwert beimisst.

Der letzte Themenkomplex, der sich mit der Frage beschäftigt, welche Methoden und Interventionsmöglichkeiten systemischen Beratern zur Verfügung stehen, verdeutlicht, dass sich die systemische Praxis durch ein großes und vielfältiges Repertoire an Techniken auszeichnet. Mittels Techniken die auf sprachlicher und nicht-sprachlicher Ebene wirken, können stetig neue Informationen über das System gewonnen und die Klienten zu Neuem angeregt werden. Neben Fragetechniken, Kommentierungen und Skulpturen haben sich insbesondere in den letzten Jahren zahlreiche sog. Aktionsmethoden herausgebildet, welche die emotionale, körperliche und sinnesphysiologische Teilhabe der Klienten in den Mittelpunkt des Beratungsprozesses stellen.

Die Auseinandersetzung mit der Thematik der systemischen Paarberatung hat zeigt, dass der systemische Ansatz durch eine konzeptionelle und methodische Vielfalt geprägt ist, die in der beraterischen Praxis der Individualität und Einzigartigkeit jeder Paarbeziehung Rechnung trägt. Aus der Perspektive des Beraters ist es unabdingbar, sich auch theoretisch mit der Thematik der Paarkrise zu beschäftigen und auf diese Art eine professionelle beraterische Haltung zu entwickeln, die sich auf der Handlungsebene niederschlägt. Erst auf diese Weise ist eine adäquate Begleitung von Paaren möglich.

Angeregt durch diese Arbeit und vor dem Hintergrund, dass im paarberaterischen Diskurs häufig die Rede davon ist, dass Paare in vielen Fällen in die Beratung kämen, „wenn es bereits zu spät ist“, wäre es interessant, sich im Rahmen einer weiteren wissenschaftlichen Aufarbeitung mit Krisen-Präventionsprogrammen für Partnerschaften zu beschäftigen. In diesem Zusammenhang könnte erörtert werden, welche Konzepte dieser Art bereits in der Praxis erprobt sind und ob es Studien zur Nachhaltigkeit derartiger Programme gibt.

Literatur- und Quellenverzeichnis

I. Literatur

Beck-Gernsheim, Elisabeth, 1993: Familie und Alter: Neue Herausforderungen, Chancen und Konflikte. In: Naegele, Gerhard/Tews, Hans Peter (Hrsg.): Lebenslagen im Strukturwandel des Alters. Alternde Gesellschaft – Folgen für die Politik. Opladen: Westdeutscher Verlag, S. 158-169.

Beelmann, Wolfgang/Schmidt-Denter, Ulrich, 2003: Auswirkungen von Scheidung. In: Grau, Ina/Biehoff, Hans-Werner (Hrsg.): Sozialpsychologie der Partnerschaft. Berlin, Heidelberg: Springer Verlag, S. 505-532.

Bleckwedel, Jan, 2011: Systemische Therapie in Aktion. Kreative Methoden in der Arbeit mit Familien und Paaren. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Bodemann, Guy, 2001: Stress und Partnerschaft. Gemeinsam den Alltag bewältigen. 2., überarb. u. ergänzte Aufl. Bern: Hans Huber Verlag.

Bodemann, Guy, 2002: Beziehungskrisen. Erkennen, verstehen und bewältigen. Bern: Hans Huber Verlag.

Boeger, Annette, 2013: Psychologische Therapie- und Beratungskonzepte. Theorie und Praxis. 2., aktual. Aufl. Stuttgart: W. Kohlhammer Verlag.

Braukhaus, Christoph/Hahlweg, Kurt, 2004: Prävention von Beziehungsstörungen – Ein Konzept. In: Sulz, Serge K. D. (Hrsg.): Paartherapien. Von unglücklichen Verstrickungen zu befreiter Beziehung. 2. Aufl. München: CIP-Medien, S. 39-58.

Burkart, Gunter, 1997: Lebensphasen Liebesphasen. Vom Paar zur Ehe zum Single und zurück. Opladen: Leske + Budrich.

Clement, Ulrich, 2007: Erotische Entwicklung in langjährigen Partnerschaften. In: Willi, Jürg/Limacher, Bernhard (Hrsg.): Wenn die Liebe schwindet. Möglichkeiten und Grenzen der Paartherapie. 2. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag, S. 170-183.

Dechmann, Birgit/Ryffel, Christiane, 2007: Vom Ende zum Anfang der Liebe. Ein Leitfaden für die systemische Beratung und für Paare, die zusammenbleiben wollen. 6. Aufl. Weinheim & Basel: Beltz Verlag.

Duden, 2007: Metapher. In: Dudenredaktion (Hrsg.): Das große Fremdwörterbuch. Herkunft und Bedeutung der Fremdwörter. 4. aktual. Aufl. Mannheim: Dudenverlag, S. 875.

El Hachimi, Mohammed/Stephan, Liane, 2012: Paartherapie – Bewegende Interventionen. Tools für Therapeuten und Berater. 3., erweit. Aufl. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.

Goldbrunner, Hans, 1994: Masken der Partnerschaft. Wie Paare ihre Wirklichkeit konstruieren. Mainz: Matthias-Grünwald-Verlag.

Gottman, John M./Silver, Nan, 2014: Die 7 Geheimnisse der glücklichen Ehe. Berlin: Ullstein Verlag.

Hantel-Quitmann, Wolfgang, 2007a: Der Zeitgeist in der Paartherapie Teil 1. In: Familiendynamik: systemische Praxis und Forschung, H. 32(2). Stuttgart: Klett-Cotta Verlag, S. 184-201.

Hantel-Quitmann, Wolfgang, 2007b: Der Zeitgeist in der Paartherapie Teil 2. In: Familiendynamik: systemische Praxis und Forschung, H. 32(3). Stuttgart: Klett-Cotta Verlag, S. 262-279.

Heidbrink, Horst/Lück, Helmut E./Schmidtman, Heide, 2009: Psychologie sozialer Beziehungen. Stuttgart: Kohlhammer.

Hess, Thomas, 2006: Lehrbuch für die systemische Arbeit mit Paaren. Ein integrativer Ansatz. 2. Aufl. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.

Jellouschek, Hans, 2003: Anforderungen der Gegenwart an die Paartherapie. In: Zeitschrift für systemische Therapie und Familientherapie, H. 34(3). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, S. 255-266.

Jellouschek, Hans, 2007: Paarberatung und Paartherapie – gestern und heute. In: Stimmen der Zeit, H. 225(9). Freiburg: Herder Verlag, S. 606-618.

Kaiser, Peter, 2003: Transgenerationale Interaktionen und Partnerschaft. In: Grau, Ina/Biehoff, Hans-Werner (Hrsg.): Sozialpsychologie der Partnerschaft. Berlin, Heidelberg: Springer Verlag, S. 111-136.

Klein, Thomas/Rapp, Ingmar, 2010: Der Einfluss des Auszuges von Kindern aus dem Elternhaus auf die Beziehungsstabilität der Eltern. In: Zeitschrift für Soziologie, Jg. 39, H. 2. Stuttgart: Lucius & Lucius Verlag, S. 140-150.

Kröger, Christine/Sanders, Rudolf, 2013: Beratung von Paaren und Familien. In: Pauls, Helmut/Stockmann, Petra/Reicherts, Michael (Hrsg.): Beratungskompetenz für die psychosoziale Fallarbeit: ein sozialtherapeutisches Profil. Freiburg im Breisgau: Lambertus, S. 193-206.

Küpper, Beate, 2003: Was unterscheidet Singles und Paare. In: Grau, Ina/Biehoff, Hans-Werner (Hrsg.): Sozialpsychologie der Partnerschaft. Berlin, Heidelberg: Springer Verlag, S. 77-110.

Lambert, Diana, 2003: Prävention von Beziehungsstörungen im Kontext gesellschaftlicher Wandlungsprozesse. Neuenhagen b. Berlin: CAB-Service.

Lenz, Gerhard/Osterhold, Gisela/Ellebracht, Heiner, 1996: Erstarrte Beziehung – heilendes Chaos. Einführung in die systemische Paartherapie und -beratung. 2. Aufl. Freiburg: Herder Verlag.

Lenz, Karl, 2009: Soziologie der Zweierbeziehung. Eine Einführung. 4. Aufl. Wiesbaden: VS.

Limacher, Bernhard, 2007: Mit Vorwürfen die Liebe retten? – Paartherapeutische Möglichkeiten. In: Willi, Jürg/Limacher, Bernhard (Hrsg.): Wenn die Liebe schwindet. Möglichkeiten und Grenzen der Paartherapie. 2. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag, S. 212-226.

Lindemann, Holger/Rosenbohm, Christiane, 2012: Die Metaphern-Schatzkiste. Systemisch arbeiten mit Sprachbildern. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Lösel, Friedrich/Bender, Doris, 2003: Theorien und Modelle der Paarbeziehung. In: Grau, Ina/Biehoff, Hans-Werner (Hrsg.): Sozialpsychologie der Partnerschaft. Berlin, Heidelberg: Springer Verlag, S. 43-76.

Ludewig, K., 2002: Systemische Therapie mit Paaren und Familien. In: Wirsching, M./Scheib, P. (Hrsg.): Paar- und Familientherapie. Berlin, Heidelberg: Springer-Verlag, S. 59-78.

Mary, Michael, 2008: Erlebte Beratung mit Paaren. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.

Natho, Frank, 2007: Die Skalierungsscheibe in drei ausgewählten beraterischen Kontexten: Erziehungsberatung, Schuldnerberatung und Paarberatung. In: Zeitschrift für systemische Therapie und Familientherapie. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, S. 242-257.

Patrick, Kent/Heywood, Wendy/Smith, Anthony M. A./Simpson, Judy M./Shelley, Julia M./Richters, Juliet/Pitts, Marian K., 2013: A population-based study investigating the association between sexual and relationship satisfaction and psychological distress among heterosexuals. In: Journal of sex and marital therapy. H. 32(2). Philadelphia: Routledge, S. 56-70.

Proulx, Christine M./Snyder-Rivas, Linley A., 2013: The longitudinal associations between marital happiness, problems, and self-rated health. In: Journal of family psychology: JFP; journal of the Division of Family Psychology, H. 27(2). Washington, DC: APA, S. 194-202.

Retzer, Arnold, 2011: Systemische Paartherapie. Konzepte – Methoden – Praxis. 4. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.

Riehl-Emde, Astrid, 2007: Liebe im Fokus der Paartherapie. In: Willi, Jürg/Limacher, Bernhard (Hrsg.): Wenn die Liebe schwindet. Möglichkeiten und Grenzen der Paartherapie. 2. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag, S. 80-98.

Ruiner, Caroline, 2010: Paare im Wandel. Eine qualitative Paneluntersuchung zur Dynamik des Verlaufs von Paarbeziehungen. Wiesbaden: VS.

Schaer, Markus, 2012: Das Früher im Heute. Liebespaare und ihre Herkunftsfamilien. Kröning: Asanger Verlag.

Schall, Traugott, 2008: Lernfeld Paarbeziehung – Ein weites Feld für Seelsorge und Beratung. In: P & S: Magazin für Psychotherapie und Seelsorge. Witten: Bundes-Verlag, S. 34-39.

Schindler, Ludwig, 2004: Interventionsbereich Partnerschaft. In: Sulz, Serge K. D. (Hrsg.): Paartherapien. Von unglücklichen Verstrickungen zu befreiter Beziehung. 2. Aufl. München: CIP-Medien, S. 11-38.

Schmidt, Gunter, 2007: Partnerschaft in drei Generationen. Zum gesellschaftlichen Hintergrund paarthapeutischer Arbeit. In: Willi, Jürg/Limacher, Bernhard (Hrsg.): Wenn die Liebe schwindet. Möglichkeiten und Grenzen der Paartherapie. 2. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag, S. 43-60.

Schmidt, Martin, 2004: Systemische Paartherapie. In: Sulz, Serge K. D. (Hrsg.): Paartherapien. Von unglücklichen Verstrickungen zu befreiter Beziehung. 2. Aufl. München: CIP-Medien, S. 219-250.

Schwing, Rainer/Fryszner, Andreas, 2010: Systemisches Handwerk. Werkzeug für die Praxis. 4. Aufl. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Schwing, Rainer/ Fryszner, Andreas 2013: Systemische Beratung und Familientherapie. Kurz, bündig, alltagstauglich. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Tavares, Lara Patricio, 2013: Psychological distress of marital and cohabitation breakups. In: Social science research: a journal of social science methodology and quantitative, H. 42(6). Amsterdam: Elsevier, S. 1599-1611.

Vogler, Ingeborg/Merbach, Martin, 2010: Die Beziehung verbessern. Beratung von Paaren, die unter ihrer Kommunikation leiden. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Von Schlippe, Arist/Schweitzer, Jochen, 2007: Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung. 10. Aufl. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Welter-Enderlin, Rosmarie/Jellouschek, Hans, 2002: Systemische Paartherapie – Ein integratives Konzept. In: Wirsching, M./Scheib, P. (Hrsg.): Paar- und Familientherapie. Berlin, Heidelberg: Springer-Verlag, S. 199-226.

Welter-Enderlin, Rosmarie, 2005: Deine Liebe ... ist nicht meine Liebe. Partnerprobleme und Lösungsmodelle aus systemischer Sicht. Paderborn: Junfermannsche Verlagsbuchhandlung.

Welter-Enderlin, Rosmarie, 2007: Einführung in die systemische Paartherapie. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.

Willi, Jürg, 2007: Die Sehnsucht nach der absoluten Liebe. In: Willi, Jürg/Limacher, Bernhard (Hrsg.): Wenn die Liebe schwindet. Möglichkeiten und Grenzen der Paartherapie. 2. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag, S. 15-42.

Willi, Jürg, 2008: Therapie der Zweibeziehung. Einführung in die analytische Paartherapie. Anwendung des Kollusionskonzeptes. Beziehungsgestaltung im therapeutischen Dreieck. vollst. bearb. Neuaufl. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.

Willi, Jürg, 2012: Die Zweierbeziehung. überarb. erweit. Neuaufl. Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag.

I. Internet-Quellen

Buchebner-Ferstl, Sabine, 2003: Pensionierung Konsequenzen für die Partnerschaft. Zugriff am 23.06.2015 unter: <https://www.familienhandbuch.de/elternschaft/familie/pensionierung-konsequenzen-fur-die-partnerschaft>

Groeneveld, Berend/ Moeser-Jahntke, Florian, 2014: Was kostet eine Beratung? In: Deutschen Jugend- und Eheberatung e.V. (Hrsg.): Psychologische Beratung hilft ... 2. Aufl. München: o. V., S. 35. Zugriff am: 25.04.2015 unter: <http://www.dajeb.de/pbh.pdf>

Koschorke, Martin, 2004: Trennung oder Neubeginn? Konzepte und Methoden der Paarberatung beim Thema Trennung („Trennungsberatung“). Zugriff am 25.04.2015 unter: http://www.eaf-bund.de/documents/Paare_Navipunkte/4_Info_Text2_Trennung.pdf

Krabbe, Heiner/Weber, Roger, 2014: Paarkrisen und Scheidungskonflikte aus psychologischer und juristischer Sicht – eine Einführung. Zugriff am 03.05.2015 unter: http://www.heiner-krabbe.de/fileadmin/daten/www.heiner-krabbe.de/Paarkrisen_und_Scheidungskonflikte.pdf

Kröger, Christine, 2006: Institutionelle Beratung in Zeiten von Trennung und Scheidung – ein wirksames Angebot zur Stärkung familialer Beziehungskompetenzen. Zugriff am 10.05.2015 unter: <http://www.beratung-aktuell.de/Institutionelle%20Paarberatung.pdf>

Kuhn, Rolf, 2001: Arbeit am persönlichen Beratungskonzept. Zugriff am 02.07.2015 unter: http://www.panorama.ch/pdf/2001/Heft_4_2001/pan1406.pdf

Kuhn, Rolf, 2010: Beratungskonzept – Definition, Gliederung und Nutzen. Zugriff am 02.07.2015 unter: <http://www.beratungstag.ch/programm/downloads/>

Natho, Frank, 2008: Einführung in das Arbeitsverfahren der Skalierungsscheibe. Zugriff am 05.07.2015 unter: <http://skalierungsscheibe.de/>

Robert Koch-Institut, 2008: Psychotherapeutische Versorgung. Gesundheitsberichterstattung des Bundes. H. 41. Zugriff am 20.05.2015 unter: http://www.rki.de/EN/Content/Health_Monitoring/Health_Reporting/GBEDownloadsT/Psychotherapeutische_Versorgung.pdf?__blob=publicationFile

Statistisches Bundesamt, 2013: Datenreport 2013. Ein Sozialbericht für die Bundesrepublik Deutschland. Zugriff am 30.04.2015 unter: https://www.destatis.de/DE/Publikationen/Datenreport/Downloads/Datenreport2013.pdf?__blob=publicationFile

Therapie.de, o. J.: Paartherapie und Familientherapie. Hilfe bei Konflikten und Problemen in Partnerschaft oder Familie. Zugriff am 24.06.2015 unter: <https://www.therapie.de/psyche/info/fragen/wichtigste-fragen/paartherapie-familientherapie/>

Anhang

Tabellenverzeichnis

Tab.1: Beratungsschwerpunkte von Beratungsstellen in Deutschland (Mehrfachnennungen)

Beratungsschwerpunkt	Anzahl der Beratungsstellen
Ehe-, Familien-, Lebens- und Partnerberatung	5.105
Erziehungsberatung und Beratung für Kinder und Jugendliche	1.408
Krisenintervention	4.989
Frauenberatung	3.008
Beratung Alleinerziehender	2.903
Suchtberatung	2.365
Beratung für psychisch Kranke	1.818
Ausländerberatung	1.884
Sexualberatung	1.382
Familienplanungsberatung	1.028
AIDS-Beratung	820

Quelle: Schriftliche Mitteilung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung e.V. (DAJEB), 2006 zitiert nach Robert Koch-Institut, 2008, S. 18

Tab. 2: Die Differenz zwischen Liebesbeziehung und Partnerschaft

Liebesbeziehung	Partnerschaft
nicht-intentional (Schicksal) Geständnis Eintritt und Austritt ist unmöglich unbedingt und absolut ohne Vertrag ohne Anspruch auf Vertragstreue geschenkte Gaben exklusives asoziales Sinnsystem	intentional (Entschluß) Bekenntnis Eintritt und Austritt ist möglich bedingt und relativ mit Vertrag mit Anspruch auf Vertragstreue verhandelter Tausch integratives soziales Sinnsystem

Quelle: Retzer, 2004, S. 57

Tab. 3: Mögliche Schwellensituationen in Paarbeziehungen

Paarbeziehungsphase	Anforderung
Individuelle Orientierung	Will ich eine Paarbeziehung? Welche?
Kennenlernen und Verlieben	Warum ich/er/sie/wir? Was ist der Unterschied zum Alleinleben?
Vertragsabschluss	Was machen wir gemeinsam? Was getrennt? Ziehen wir zusammen? In welcher Form? Heiraten wir?
Erste Evaluation	Was sind meine eigenen und unsere Ziele? Was müssen wir aufgeben? Was können wir dazu gewinnen?
Reproduktive Phase	Wollen wir Kinder? Wie regeln wir den Alltag mit Familie und Beruf? Wer von uns beiden entwickelt sich wie beruflich? Wohin geht unsere materielle Entwicklung?
Stabilisierungsphase	Wie gehen wir mit der zunehmenden Selbstständigkeit unserer Kinder um? Was wollen wir beruflich noch erreichen? Was sind meine und unsere Ziele? Was müssen wir aufgeben, was können wir dazu gewinnen?
Empty-Nest-Phase	Wie definieren wir uns neu als Paar, nachdem die Kinder das Haus verlassen haben und wir in unseren beruflichen Alltag eingespielt sind?
Ruhestandsphase	Wie gehen wir mit dem Zugewinn an gemeinsamer Paarzeit im Rentenalter um? Welchen neuen Vertrag schließen wir ab? Wie organisieren wir unsere Zukunft (die Pflege, das Erbe etc.)? Welche Rolle haben wir als Großeltern?
Auflösung der Partnerschaft	Was bedeuten die Veränderungen in unserer Partnerschaft aufgrund von Krankheit? Wie lebe ich nach dem Tod meines Partners weiter?

Quelle: Vogler & Merbach, 2010, S. 37

Tab. 4: Kontinuitäts-Ritual und Selbstrealisierung

	Kontinuitäts-Ritual wird ausgedrückt	Kontinuitäts-Ritual wird nicht ausgedrückt
Selbstrealisierung: möglich	A Sexuelle Befriedigung	B Trennung der Partner oder Außenbeziehung
Selbstrealisierung: nicht möglich	C Sexuelle Luststörung	D Innere Kündigung; bedeutungslose Beziehung

Quelle: Clement, 2007, S. 173

Tab. 5: Dimensionen und Arbeitsfelder

Multidimensionaler Ansatz		
Dimensionen	Im Rahmen der Psychoanalyse	Arbeitsfelder
Individuum	Erleben einzelner Individuen in Bezug auf: sich selbst, Anderen, Gegenständen, Stoffen, Maschinen, Lebewesen, Themen, Projekten, Landschaften, Orten	Körper-Geist-Seele, Handeln, Wahrnehmen, Denken, Fühlen, Wollen, Wünschen, Träumen, Emotionen, Selbstempfinden, Kohärenztherapie in der Weiterentwicklung, Selbstheilung, Musik, etc.
Beziehungen	Beziehungen im Beziehungsnetzwerk mehrerer Personen	Kommunikation, Kommunikation, emotionale Abstimmung, Muster und Regeln der Interaktion, Kooperation, Interaktion, Interaktion, Kooperation, etc.
Kontexte	Konfigurationen von sozialen Systemen	Positionen in Konstellationen, Rangordnung, Machtverteilung, etc., etc.
Organisation	Organisation des sozialen Raums	Organisation des sozialen Raums, sozialer Raum, Verbindungen, etc.
Werte	Werte, die sich auf Felder, Konstellationen, Interaktionen und Funktionen auswirken	Kultur, Religion, Ökonomie, Politik, Organisation, Institution, Medien, Technik, etc.

Quelle: Bleckwedel, 2011, S. 149

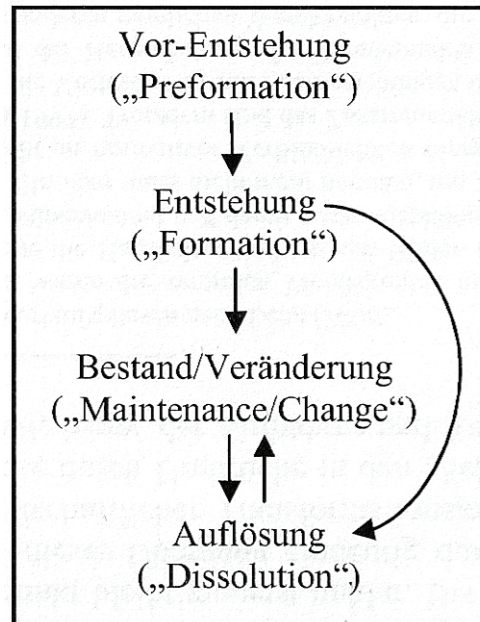
Tab. 6: Systemische Aktionstools im Überblick

Systemische Aktionstools	
1	Symbolische Darstellung mit Gegenständen und Figuren
2	Markierungen im Raum
3	Aktionstechniken in Kombination mit Symbolen
4	Interpunktionen und Orte
5	Entwicklungslinien
6	Feldarbeit
7	Positionen und Anordnungen von Personen im Raum
8	Skalen in Aktion
9	Rangfolgen in Aktion
10	Ambivalenzfelder
11	Aktionssoziometrie
12	Gestaltung unmittelbarer Szenen
13	Gäste im Rollenwechsel
14	Bilder und Metaphern in Aktion
15	Skulpturen
16	Aufstellungen
17	Rituale

Quelle: Bleckwedel, 2011, S. 209

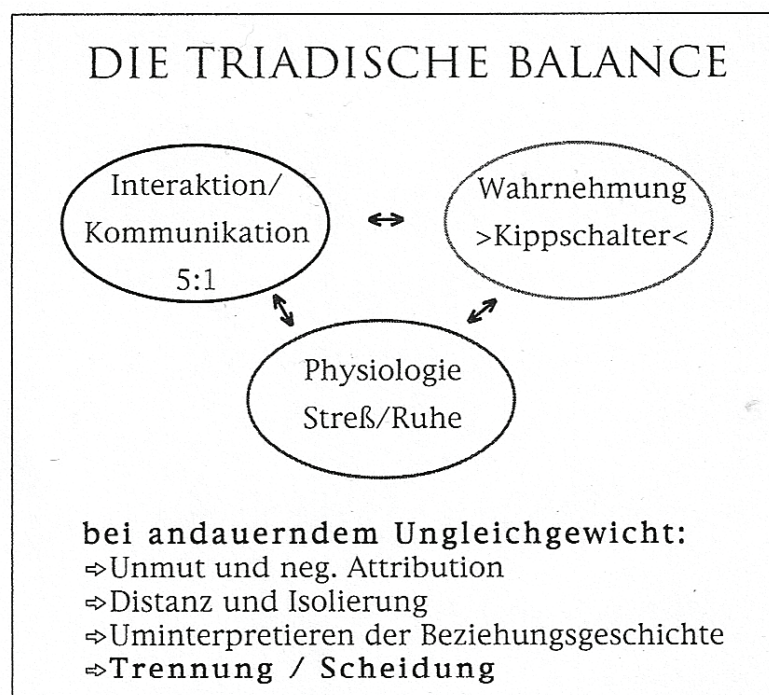
Abbildungsverzeichnis

Abb. 1: Das Modell der Entwicklung von Primärbeziehungen nach Scanzoni/Polonko et al. (1989)



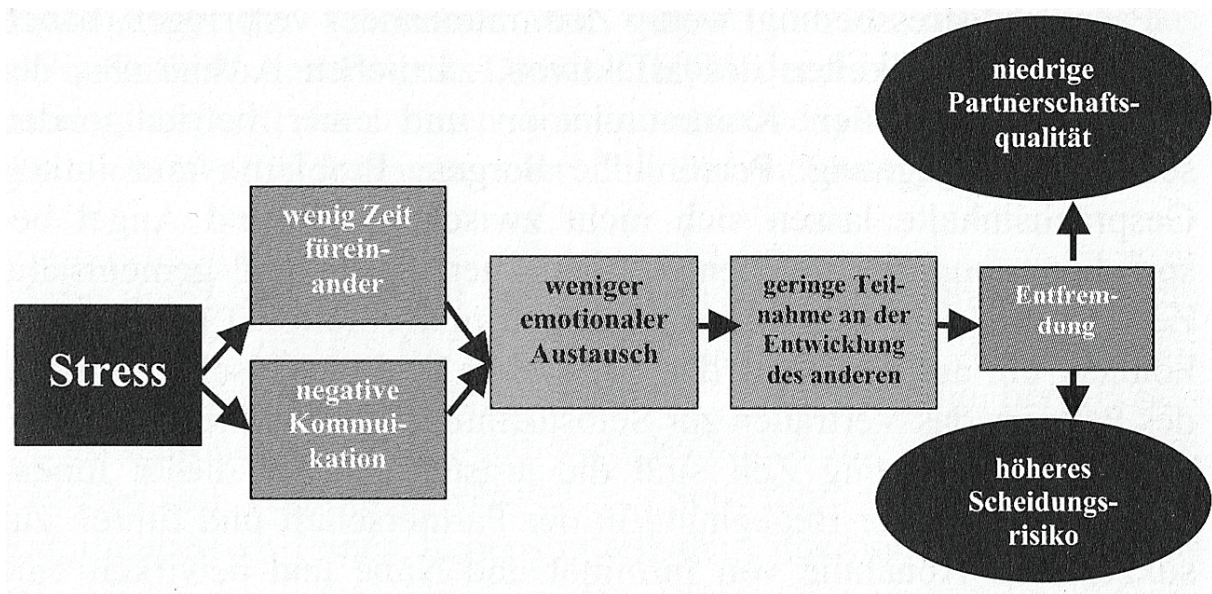
Quelle: Scanzoni & Polonko et al., 1989 zitiert nach Ruiner, 2010, S. 30

Abb. 2: Die Triadische Balance einer glücklichen und stabilen Beziehung



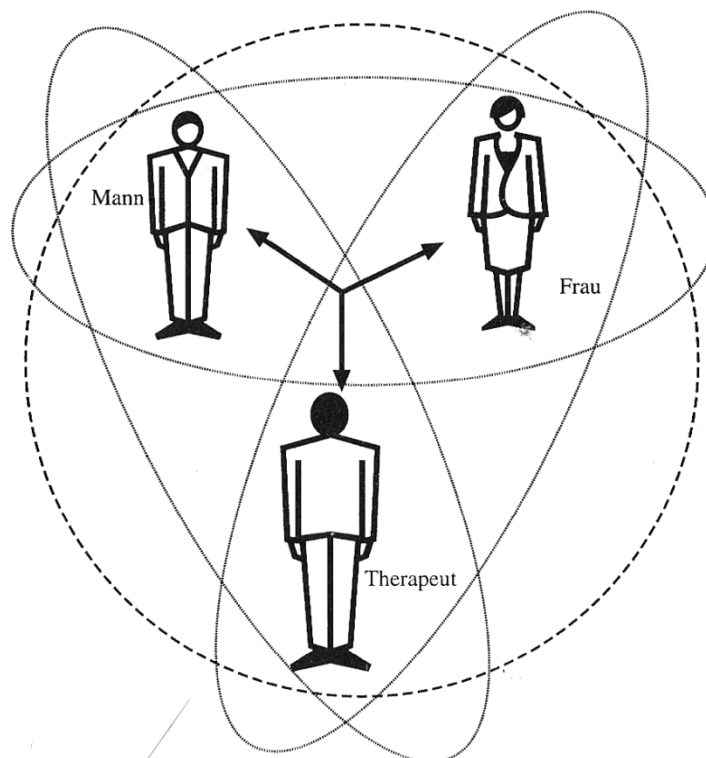
Quelle: Gottmann, 1994 zitiert nach Braukhaus & Hahlweg, 2004, S. 41

Abb. 3: Der destruktive Einfluss von Stress auf die Partnerschaft



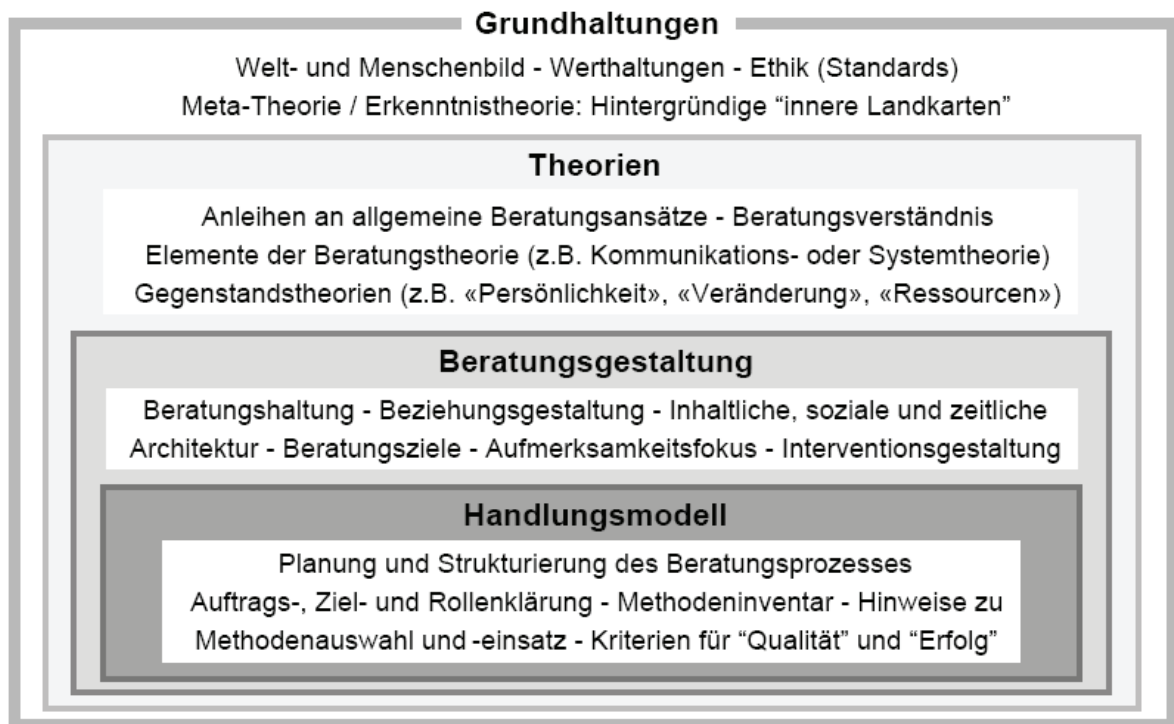
Quelle: Bodemann, 2002, S. 105

Abb. 4: Die therapeutische Triade



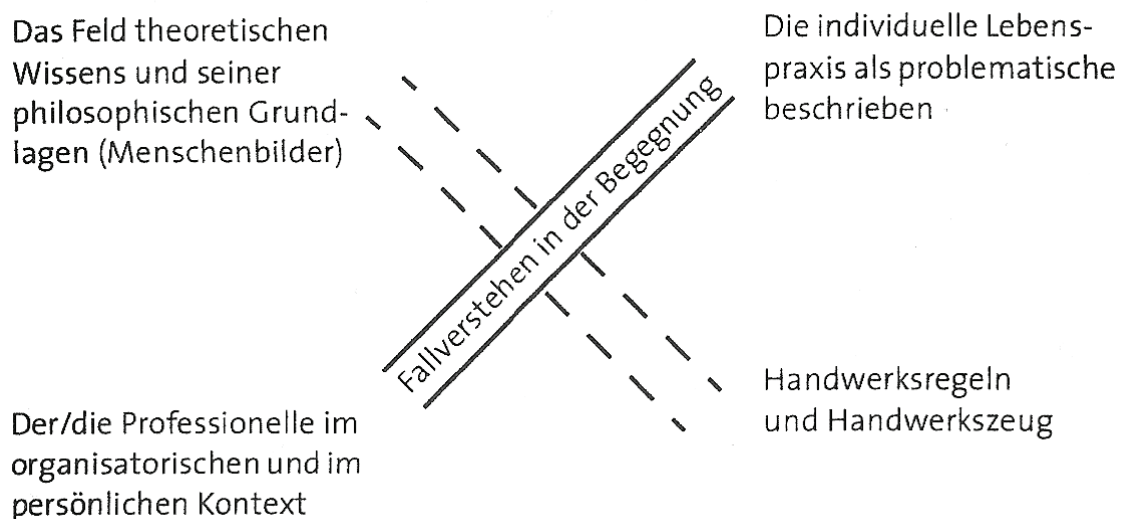
Quelle: Lenz et al., 1996, S. 14

Abb. 5: Struktur und Ebenen eines Beratungskonzepts



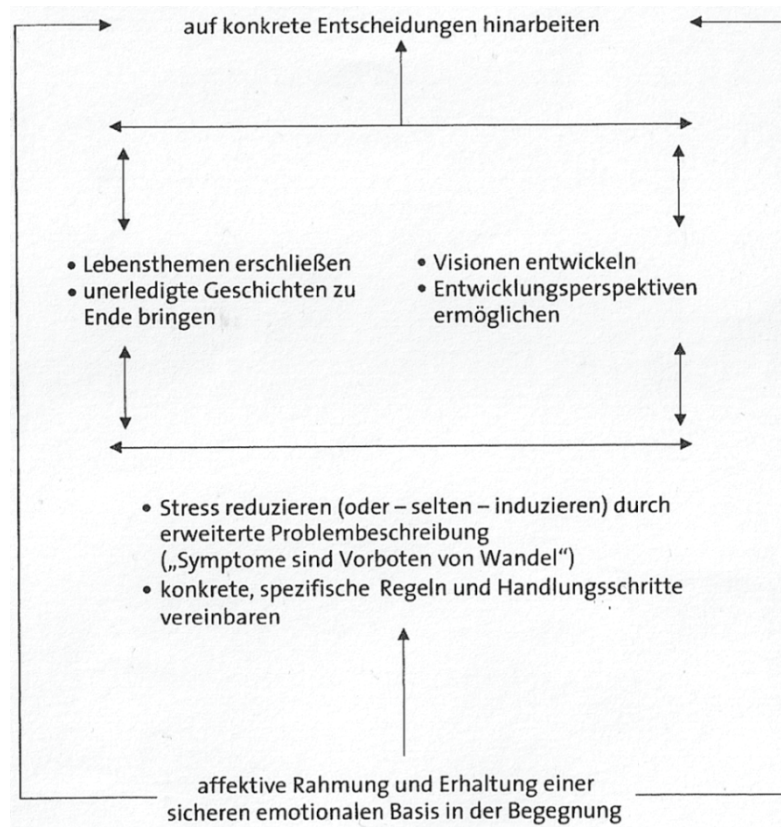
Quelle: Kuhn, 2001 zitiert nach Kuhn, 2010

Abb. 6: Fallverstehen in der Begegnung



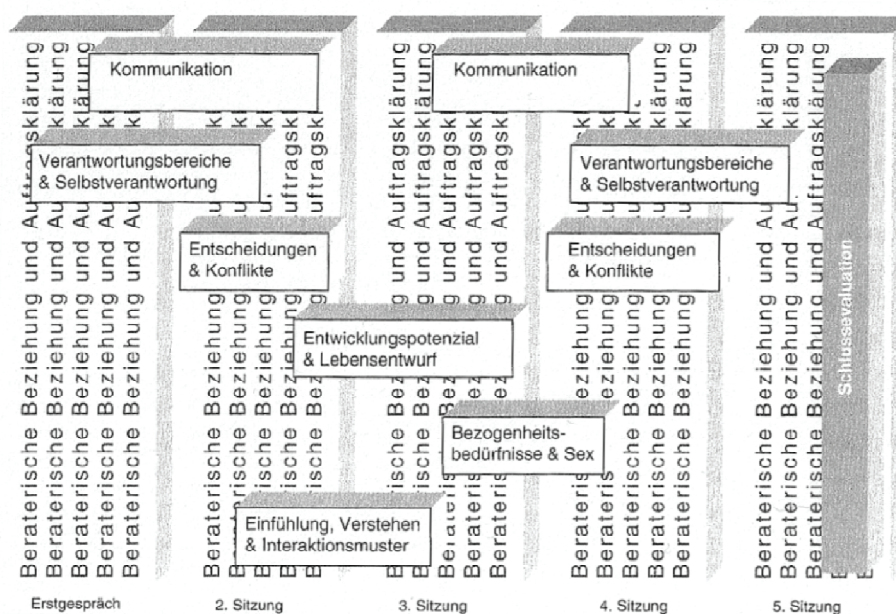
Quelle: Welter-Enderlin, 2007, S. 15

**Abb. 7: Systemisches Beratungsmodell und affektive Rahmung
(von unten nach oben zu lesen)**



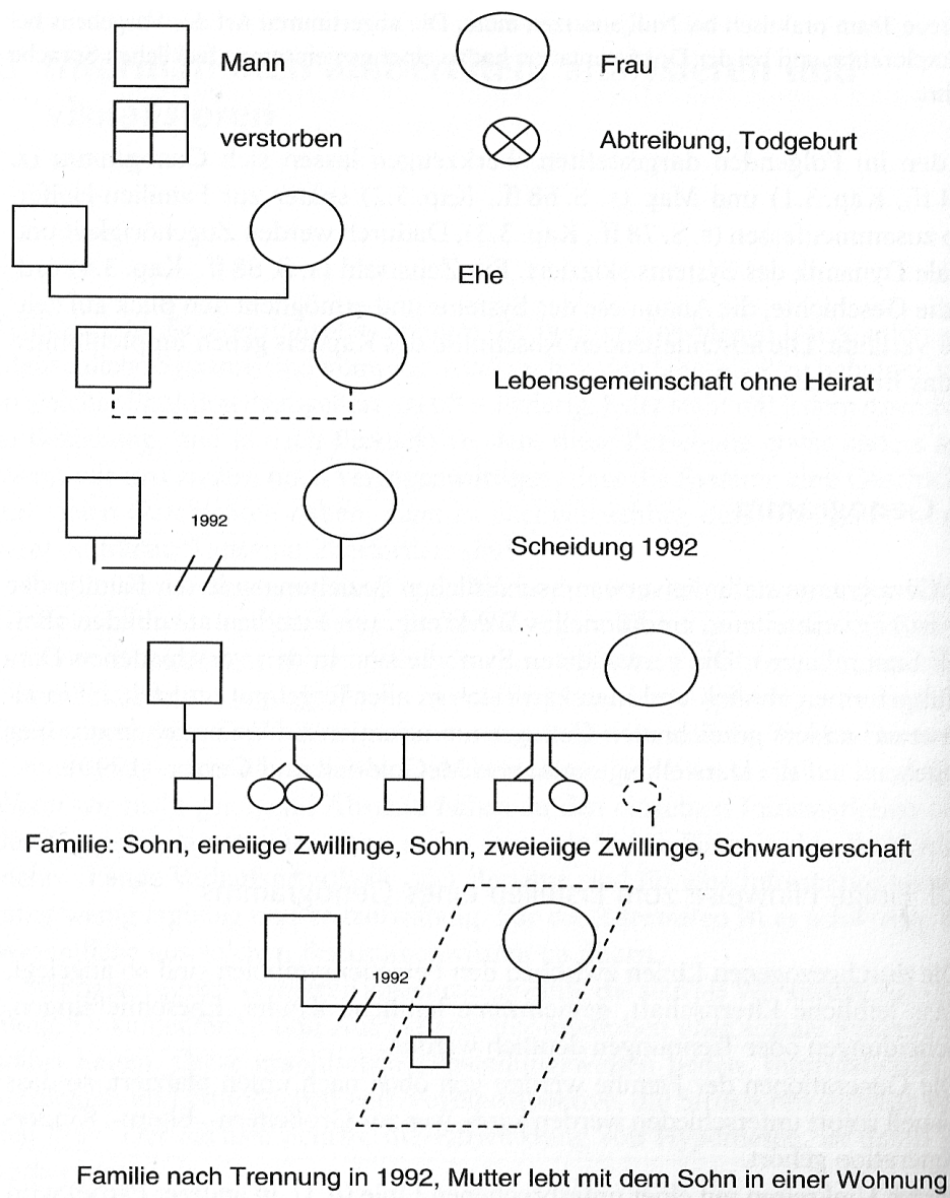
Quelle: Welter-Enderlin, 2007, S. 54

Abb. 8: Die acht Orientierungsebenen: Möglicher Ablauf einer Beratung



Quelle: Hess, 2006, S. 150

Abb. 9: Symbole zum Erstellen von Genogrammen



Quelle: Schwing & Fryszer, 2010, S. 62

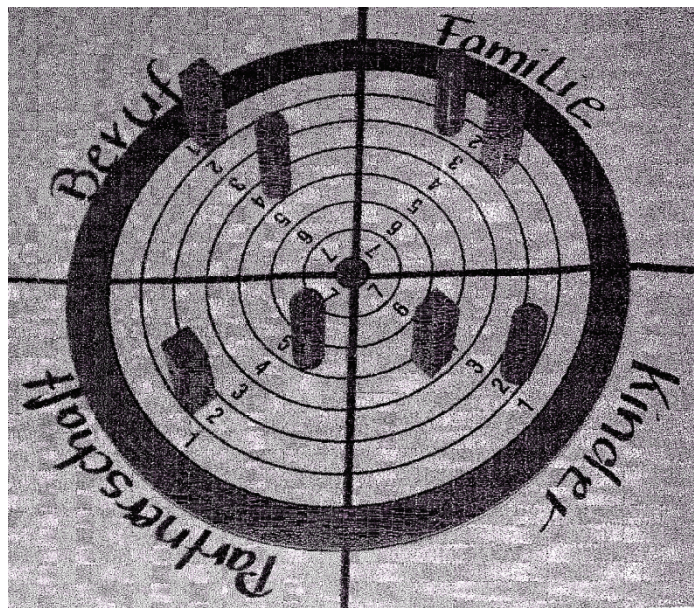
Abb. 10: Skalierungsblatt für Paarberatung

Aufgabe: Überlegen Sie zunächst, wie wichtig Ihnen persönlich die jeweiligen Beziehungsaspekte sind und wie viel Aufmerksamkeit und Zeit Sie dafür investieren verwenden! Kreuzen Sie jeweilige Werte oberhalb oder unterhalb der Skalen (Symbol mit einem + = weiblich, - = männlich) auf, in einem zweiten Abschnitt überlegen Sie bitte, wie Ihre Partner/in die jeweiligen Aspekte skaliert würde und setzen Sie dafür die entsprechenden Kreuze!

Fragen zur Aufmerksamkeitsverteilung	Skalierung	
	sehr viel	wenig
① Ich selbst: Wie viel Aufmerksamkeit bringe ich derzeit auf meine berufliche Selbstverwirklichung?	7 + + + + + 6 + + + + 5 + + + + 4 + + + + 3 + + + + 2 + + + + 1	
② Partner/in: Wie viel Aufmerksamkeit bringe ich derzeit auf meine berufliche Selbstverwirklichung?	7 + + + + + 6 + + + + 5 + + + + 4 + + + + 3 + + + + 2 + + + + 1	
③ Partner/Partnerin: Wie viel Aufmerksamkeit und Zeit habe ich derzeit für die Zusammenarbeit mit meinem/er Partner/in?	7 + + + + + 6 + + + + 5 + + + + 4 + + + + 3 + + + + 2 + + + + 1	
④ Kinder: Wie viel Aufmerksamkeit und Zeit investiere ich in die Beziehung und das Zusammenleben mit meinem/ren Kindern?	7 + + + + + 6 + + + + 5 + + + + 4 + + + + 3 + + + + 2 + + + + 1	
Fragen zur Beziehungsintensität (Alltag, Gespräche, Sexualität, Freunde)	Skalierung	
	sehr wichtig	unwichtig
⑤ Wie wichtig ist mir derzeit das Leben mit einem gemeinsamen Freund?	7 + + + + + 6 + + + + 5 + + + + 4 + + + + 3 + + + + 2 + + + + 1	
⑥ Wie wichtig ist mir der geistige Austausch und das Gespräch mit meinem/er Partner/in?	7 + + + + + 6 + + + + 5 + + + + 4 + + + + 3 + + + + 2 + + + + 1	
⑦ Wie wichtig ist mir gemeinsame Sexualität?	7 + + + + + 6 + + + + 5 + + + + 4 + + + + 3 + + + + 2 + + + + 1	
⑧ Wie wichtig sind mir gemeinsame Freunde außerhalb der Familie?	7 + + + + + 6 + + + + 5 + + + + 4 + + + + 3 + + + + 2 + + + + 1	

Quell: Natho, 2008, S. 254

Abb.11: Skalierungsscheibe in der Paarberatung



Quelle: Natho, 2007, S. 255

Abb. 12: Zentrale psychodramatische Techniken in der Therapie mit Familien und Paaren

Techniken	Einblick in der Arbeit mit Familien und Paaren (S. 161/162)
Techniken	
 Unterstützung im Zuschauerraum & Bühne	Unterstützung in Bestehendes ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.
 Spiegelung	Spiegelung ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.
 Sozialverhalten	Sozialverhalten ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.
 Rollenspiel	Rollenspiel ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.
 Interaktion	Interaktion ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.
 Reflexion	Reflexion ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.
 Spiegelung	Spiegelung ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.
 Spiegelung	Spiegelung ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.
 Spiegelung	Spiegelung ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.
 Spiegelung	Spiegelung ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.
 Spiegelung	Spiegelung ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.
 Spiegelung	Spiegelung ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.
 Spiegelung	Spiegelung ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.
 Spiegelung	Spiegelung ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.
 Spiegelung	Spiegelung ist ein zentraler psychodramatischer Prozess. Interaktion und Beziehung sind zentral. Der Zuschauer ist ein Spieler. Zuschauer-Spieler-Spieler-Interaktion ist zentral.

Quelle: Bleckwedel, 2011, S. 176

Selbstständigkeitserklärung

Hiermit versichere ich, dass ich die vorliegende Masterarbeit selbstständig verfasst und keine anderen als die von mir angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt habe. Die Stellen der Arbeit, die anderen Werken wörtlich oder sinngemäß entnommen sind, wurden in jedem Fall unter Angabe der Quellen (einschließlich des World Wide Web und anderer elektronischer Text- und Datensammlungen) kenntlich gemacht. Mir ist bewusst, dass jedes Zuwiderhandeln als Täuschungsversuch zu gelten hat. Ich bin mir weiter darüber im Klaren, dass das zuständige Prüfungsamt über den Betrugsversuch informiert werden kann und Plagiate rechtlich als Straftatbestand gewertet werden.

Ort, Datum: Unterschrift: