

Beratung Aktuell  
Zeitschrift für Theorie und Praxis in der Beratung

**Jahrgang 14, Heft 1/2013**

**Inhalt**

<i>Editorial</i>	2
Matthias Ochs: Was heißt schon Idealfamilie? Sehnsucht Familie und Vielfalt der Lebensformen	3
Rudolf Sanders & Christine Kröger: Die Partnerschule als schematherapeutisch orientierter und emotionsfokussierender Beratungsansatz für Paare	20
Nancy Nadja Sandmann: „Dein Glaube hat dir geholfen“ (Mk 10,52) – Gottvertrauen als sinnfindende Haltung in der Beratung und Begleitung scheiternder Menschen	45
<i>Buchbesprechungen</i>	65
<i>Impressum</i>	76

### Editorial

Mit einer tiefen Sehnsucht nach Geborgenheit, nach verlässlichen Strukturen, nach etwas Zuverlässigem, einer sicheren Bindung, dem Wunsch nach Zugehörigkeit *und* der Erfahrung, dass diese Grundbedürfnisse nicht erfüllt wurden, kommen viele Menschen – in einer klassischen Ehe lebend, als alleinerziehende, homosexuelle oder Patchwork-Familien – in die Beratung. Sich als unrealisierbar erweisende Familienideale können in vielen Einzelfällen das Leben erschweren und unglücklich machen. So beleuchtet Matthias Ochs das Spannungsfeld zwischen *Sehnsucht Familie und Vielfalt der Lebensformen* unter der Fragestellung: *Was heißt schon Idealfamilie?* Er macht deutlich, dass all die sehr legitimen und gesunden Bedürfnisse, die hinter der Sehnsucht stehen, nicht in erster Linie von einer bestimmten Familienform abhängen; auch in alternativen Formen können sie einen guten Platz finden. Aber was steht der Erfüllung dieser Sehnsüchte im Wege? Dass es vor allem die als Kind gemachten Erfahrungen sind, die Auswirkungen auf das Gestalten von nahen Beziehungen in der Gegenwart haben, ist der zentrale Gedanke eines schematherapeutischen und emotionsfokussierenden Verständnisses. Kinder, die in ihren ersten Lebensjahren in engen Beziehungen ein hohes Maß an Unsicherheit, Angst und damit Stress erleben, entwickeln in der Regel als „Überlebensstrategie“ Vermeidungsschemata (z.B. echte und tiefe Nähe zu meiden), die sie zwar vor weiteren Verletzungen ihrer Grundbedürfnisse schützen, aber gleichzeitig adaptive bedürfnisbefriedigende Erfahrungen verhindern. Welche Möglichkeiten der Klärung und Bewältigung im therapeutischen Prozess mit Paaren möglich sind, zeigen Rudolf Sanders & Christine Kröger in ihrem Artikel *Die Partnerschule als schematherapeutisch orientierter und emotionsfokussierender Beratungsansatz für Paare* auf. In der Integration dieser beiden Ansätze steckt das Potenzial für ein grundlegendes Neuverständnis von Paarberatung und -therapie. Das Erkennen und Verstehen der eigenen Schemata und die Selbstwirksamkeit im Erleben befriedigender emotionaler Kontakte mit dem Partner werden hier zum Dreh- und Angelpunkt einer Paartherapie, die es sich zum Ziel setzt, die Krise eines Paares als Herausforderung zu begreifen, um zu einem glücklichen und befriedigenden Miteinander zurückzufinden. In ihrem Beitrag *„Dein Glaube hat dir geholfen“ (Mk 10,52) – Gottvertrauen als sinnfindende Haltung in der Beratung und Begleitung scheiternder Menschen*

macht Nancy Nadja Sandmann deutlich, dass in jeder Beratung auch eine spirituelle Dimension den Weg zur Heilung ebnen kann. (Bibel-)theologische Zusagen werden mit der Logotherapie Viktor Frankls verknüpft und auf die konkrete Berater*haltung* übertragen.

Dr. Rudolf Sanders

*Matthias Ochs*

## **Was heißt schon Idealfamilie? <sup>1</sup> Sehnsucht Familie und Vielfalt der Lebensformen**

### **1. Einführung**

Der Untertitel dieses Beitrags, „Sehnsucht Familie und Vielfalt der Lebensformen“, verweist auf ein Spannungsfeld, das wie kaum ein anderes im Zentrum der Ehe, Familien- und Lebensberatung steht: Häufig finden wir bei unseren Klienten, bei unseren Patienten als eines der basalen Themen eine tiefe Sehnsucht nach Geborgenheit, nach verlässlichen Strukturen, nach sicheren Bindungen vor. Wir haben es in der Eheberatung etwa mit Paaren zu tun, die sich gegenseitig beschimpfen, anklagen, niedermachen, häufig über viele, viele Jahre. Nicht selten steht hinter den gegenseitigen Attacken und Vorwürfen jedoch ein starkes Bedürfnis nach „Gehalten-Werden“, nach Geborgenheit, danach, sich endlich mit einem Menschen entspannen zu können. Oder ich denke an einen Patienten von mir, einen allein lebenden Mann Anfang vierzig, mit einer schwereren depressiven Episode, der voll Reue darüber war, dass er einer ehemaligen Partnerin vor einigen Jahren den Kinderwunsch verweigert hatte und diese Beziehung in der Folge auseinander ging. Oder mir kommen Fortsetzungsfamilien, sogenannte Patchwork-Familien (früher sprach man auch von Stieffamilien) in den Sinn, die es nun im zweiten oder dritten Anlauf endlich schaffen und das lang ersehnte Familienideal verwirklichen wollen; die sich damit einen Riesendruck machen, dass nun nichts schief gehen darf, die „Instant Happyness“ beschwören und dafür den Preis zahlen, dass all die unvermeidlichen und zum normalen Patchwork-Familienbildungsprozess dazu gehörenden Konflikte und Spannungen (Pasley & Garneau 2011) verdrängt und verleugnet werden – nicht selten mit dem Ergebnis, dass die Last und der Druck der ungelösten Probleme so groß werden, dass man sich dann doch wieder trennt. Das ist die eine Seite.

Auf der anderen Seite haben wir es seit vielen Jahrzehnten mit einem Zuwachs an Variationen und Vielfalt von Familienformen zu tun, wie z.B. alleinerziehende Familien, homosexuelle Familien und Patchwork-Familien – und gleichzeitig mit einer Abnahme traditioneller Familienstrukturen. Von 1992 bis 2003 etwa war die Zahl der Ehe-

---

<sup>1</sup> Festvortrag anlässlich des 40-jährigen Bestehens der Katholischen Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Siegen.

scheidungen (mit Ausnahme des Jahres 1999) beständig von 135.000 auf 214.000 angestiegen (Wenngleich seit 2004 in Deutschland eine leichte Abnahme der Ehescheidungen zu verzeichnen ist.) Die Zahl der verheirateten Paare mit Kind ging von 1996 bis 2006 um 16 % auf 6,5 Millionen zurück. Die Zahl der Familien mit mindestens einem Kind unter 18 Jahren ist innerhalb von zehn Jahren bundesweit um 7 % auf knapp 8,8 Millionen gesunken. Gleichzeitig wuchs die Zahl von Lebensgemeinschaften mit Kindern sowie Alleinerziehender von 1996 bis 2006 um 30 %. Dennoch, wie der Mikrozensus Familie der statistischen Landesämter und des Bundesamtes von 2007 zeigen konnte, ist die klassische Familie weiterhin die häufigste Familienform, wenn auch, wie bereits erwähnt, mit deutlich abnehmender Tendenz.

Das sind zunächst einmal kurz skizziert, die beiden Pole, zwischen denen sich das angesprochene Spannungsfeld aufspannt. Im Folgenden soll es nun darum gehen, dieses Spannungsfeld etwas näher zu erkunden und einige Überlegungen dazu anzustellen, wie selbiges aufgelöst und produktiv genutzt werden kann. Dies hat dann wieder mit der Frage im Haupttitel des Beitrags zu tun: Was heißt schon Idealfamilie?

Meine Hauptthese und meine Überzeugung ist hierbei, dass all jene sehr legitimen und gesunden Bedürfnisse, die hinter der Sehnsucht nach Familie stehen, nämlich das Bedürfnis nach Geborgenheit, nach sicheren, zuverlässigen Bindungen, nach Zugehörigkeit, auch in vielfältigen Variationen und Varianten von traditionellen Familien sowie auch in alternativen Familienformen einen guten Platz finden können (Ochs &Orban 2005, 2008). Denn, wie die amerikanische Familientherapeutin und -forscherin Walsh dies einmal prägnant zusammenfasste: „Family process is more important than family form“ (2011a). Das konkrete Geschehen in Familien ist also entscheidender als die Familienform an sich; mit konkretem Geschehen ist etwa gemeint: Haben Gefühle, Eigenheiten und Schwächen/Stärken von Familienmitgliedern einen guten Ort in der Familie? Gibt es beispielsweise Problemlösekompetenzen, Anpassungsfähigkeiten an Veränderungen oder familiäre Resilienz (Walsh 2011b)?

## **2. Sehnsucht Familie**

Zunächst möchte ich gerne anhand einer Fallgeschichte den Aspekt „Sehnsucht Familie“ nochmals illustrieren, eine Fallgeschichte, die verdeutlicht, welche enorme Kraft hinter dieser Sehnsucht stecken kann; trotz aller intellektuellen vermeintlichen Freigeistigkeit – und wie diese auch fehlgeleitet werden kann. Es ist die Geschichte eines der Vordenker der Postmoderne, nämlich des Wissenschaftsphilosophen Paul Feyerabend.

Eigentlich war der Slogan „Anything goes“, für den der Philosoph Paul Feyerabend weltberühmt wurde, und der später über den wissenschaftstheoretischen Kontext hinaus auf fast sämtliche gesellschaftlich-sozialwissenschaftlichen Phänomene angewendet wurde, eben auch auf Lebens- und Familienformen, eine intellektuelle Provokation in einem tragischen Kontext.

### ***Die Lebensgeschichte Paul Feyerabends<sup>2</sup>***

Doch zunächst ein wenig zur Person. Paul Feyerabend wurde am 13. Januar 1924 in Wien geboren. Seine Mutter war schwer depressiv; in seiner ihm eigenen manchmal flapsigen Art schrieb Feyerabend später, dass er sie als kleines Kind öfter davon abgehalten habe, aus dem Fenster zu springen. Das habe sie erst dann erfolgreich tun können, als er nicht mehr auf sie aufpassen konnte. Mit seinem Vater wie mit allen Autoritäten hatte er zeit seines Lebens große Probleme. Er war ein hochbegabtes Kind, das die Schule ohne Mühe absolvierte. Als junger Mann trat er freiwillig in die deutsche Wehrmacht ein und wurde aus Leichtsinn schwer verwundet, weil er einmal, wie er schrieb, den Helden spielen wollte. Er bekam einen Schuss in den Unterleib, der zu einer Gehstörung führte, die er elegant überspielte – er soll ein begnadeter und charmanter Tänzer gewesen sein. Durch die Schussverletzung wurde er aber auch impotent, was ihn aber nicht daran hinderte, viele Liebschaften zu haben und mehrfach zu heiraten.

Nach dem Krieg wurde er wider Willen Wissenschaftsphilosoph im Kreis von Karl Popper. Wider Willen, weil er eigentlich zu Ludwig Wittgenstein wollte, der aber plötzlich verstorben war. Als Wissenschaftler beschäftigte er sich mit der Geschichte wissenschaftlicher Theorien. Das Ergebnis seiner Nachforschung war, dass der Fortschritt der Wissenschaft nicht logisch sei und keiner erkennbaren Regel folge, dass stattdessen eben das Prinzip vorherrsche: Anything goes – alles geht. Anschließend wurde „Anything goes“ zu Feyerabends Motto erklärt. Tatsächlich aber hat Paul Feyerabend sich mehrfach dagegen verwahrt und daran gelitten, dass er als Theoretiker des „Anything goes“, das heißt einer postmodernen Beliebigkeit, bezeichnet wurde. Wegen seiner antiautoritären und unsteten Art nahm man ihm das aber nicht ab. Er galt als Clown der Wissenschaftsphilosophen, er selbst bezeichnete sich als Dadaist der Philosophie.

---

<sup>2</sup> Die Informationen und Textpassagen zur Lebensgeschichte Paul Feyerabends stammen größtenteils aus: Hardt, J. (2010): Sehnsucht Familie in der Postmoderne.

Zeitlebens hatte dieser scheinbar fröhliche Chaot mit schweren Depressionen und heftigen Suizidimpulsen zu kämpfen, die es ihm fast unmöglich machten, seinen vielfältigen Aufgaben nachzugehen. Er hatte etwa zur gleichen Zeit Lehrverpflichtungen in Auckland, Neuseeland, in Berkeley, USA und in Kassel. Also war er scheinbar selbst ein leuchtendes Beispiel dafür, dass alles möglich sei. Also doch „Anything goes“ als Lebensprinzip?

Mit fast 60 Jahren lernte Paul Feyerabend seine vierte Frau Grazia Borrini kennen, die ein Kind mit ihm haben wollte, was er zuerst weit von sich wies. Er heiratete sie im Alter von 65 Jahren, begann „wie sie zu fühlen“ und wollte trotz des inneren Zwiespalts nun doch ein Kind mit ihr bekommen. Mehrere Jahre versuchten die beiden, ihre Sehnsucht nach einem Kind, nach einer „richtigen Familie“, zu stillen. Sie nahmen dazu sogar die Hilfe von medizinischen Experten in Anspruch, es gelang aber nicht. Schließlich wurde bei Paul Feyerabend ein inoperabler Gehirntumor festgestellt; wenn man so will: eine Krebsgeschwulst am Ort seines wilden und freien „Anything-goes“-Denkens. Die Versuche, ein Kind zu zeugen, wurden trotz fortschreitender Krankheit von dem Paar fortgesetzt. Aber dann starb Paul Feyerabend – kinderlos. Er konnte den Wunsch seiner Frau nach einer „richtigen Familie“, der zu seinem eigenen geworden war oder in dem seine alte verborgene Sehnsucht wieder auflebte, nicht mehr erfüllen.

Soweit die Geschichte von Paul Feyerabends Sehnsucht nach einer Familie. Was folgt daraus? Verschiedenes denke ich. Zum einen: Die Sehnsucht nach Familie, bzw. die dahinterstehenden Bedürfnisse, lassen sich trotz enormer intellektueller Kapazität nicht wegrationalisieren. Sie tauchen irgendwann, quasi von hinten durch die Brust, wieder auf, da sie ein solches zentrales Moment unserer *conditio humana* im Kontext der abendländischen Kultur darstellen. Zum anderen: Lebensgeschichten entwickeln manchmal ihre eigene Logik, der sie anscheinend nicht entrinnen können. Im Falle Feyerabends hatte die scheinbar fröhliche Beliebigkeit und Leichtfüßigkeit eine fast tragisch-traurige Schattenseite. Seine Leichtigkeit war möglicherweise eher eine Art verzweifelter Versuch, vom depressiven Boden seiner Familiengeschichte loszukommen. Nicht selten hängt eine große Sehnsucht nach Familie bzw. die Abwehr der selbigen zusammen mit biografischen Situationen und Entwicklungen, die es auch zu verstehen und zu bearbeiten gilt.

Soviel zunächst einmal zum Aspekt der „Sehnsucht Familie“ im Spannungsfeld, das ich ein wenig beleuchten will. Kommen wir nun zu dem anderen Aspekt, nämlich jenem der Vielfalt der Lebensformen, den ich anfangs schon angedeutet habe.

### **3. Vielfalt der Lebensformen**

Die Vielfalt familiärer Lebensformen schlägt sich bezeichnenderweise in einer großen Anzahl von Begriffen für Familienformen nieder, wie sie aktuell in den Medien und in der Fachliteratur Verwendung finden. Da ist die Rede von Zwei-Eltern-Familien, kinderlosen Ehepaaren, Alleinstehenden, bi-kulturellen Familien, Commuter-Ehen, Ein-Eltern-Familien, Patchworkfamilien, Single-Mamas oder –Papas; von Alleinwohnenden, Partnerschaften mit getrennten Haushalten, Shuttle-Paaren, Mehr-Generations-Familien, biologischen Kernfamilien, Married Singles, Teilzeitehen, „Two Location Families“, Adoptivfamilien, Inseminationsfamilien, traditionellen Familien, Zweitfamilien, Pflegefamilien, Alleinerziehenden, Singles, Fortsetzungsfamilien etc.

Teilweise werden unterschiedliche Bezeichnungen synonym für dieselbe familiäre Konstellation verwendet (z.B. Ein-Eltern-Familie und alleinerziehend). Zum Teil markieren unterschiedliche Begriffe jedoch auch feine Differenzen: Eine Alleinerziehende ist nicht automatisch eine „Single-Mama“. Sie kann einen Freund haben, ohne deshalb bereits eine Patchworkfamilie gegründet zu haben (gleichzeitig ist „single mama“ die gebräuchliche englische Entsprechung für „Alleinerziehende“ – so verwirrend können Bezeichnungen alternativer Familienformen manchmal sein).

Wer nun aber glaubt, dass diese mit jener Aufzählung veranschaulichten Variationsformen traditioneller Familienstrukturen oder Vielfalt alternativer Familienformen quasi eine Erfindung der postmodernen Lebenswelten unserer westlichen Kultur sind, der irrt gewaltig. Im Folgenden möchte ich mit ihnen einen kleinen Ausflug in die historische Familiensoziologie unternehmen, um dies zu verdeutlichen.

### **4. Ein kleiner Ausflug in die Geschichte der Familie**

Im ersten Jahrtausend n. Chr. war innerhalb Europas neben der Ehe das Konkubinats, eine Lebensgemeinschaft ohne Eheschließung, die am weitesten verbreitete Familienform. Wie der Familiensoziologe Norbert Schneider (z.B. Schneider, Rosenkranz & Limmer 1998; siehe auch Goody 2002; Sieder 1987) ausführt, waren bei den Germanen im Wesentlichen drei Formen des Zusammenlebens zwischen Mann und Frau bekannt: die Munt-, die Friedel- und die Kebsehe. Bei der Muntehe wurde ein Ehevertrag zwischen den Sippen der Brautleute geschlossen – über deren Köpfe hinweg. Die Friedel- und Kebsehe waren weniger formalisierte und leichter aufzulösende Lebensgemeinschaften. Sie wurden auch unter der Bezeichnung „concupinatus“ geführt (sexuelle Ausschließlichkeit war beispielsweise kein eindeutiges Kriterium) und waren bis ins 13. Jahrhundert hinein weit verbreitet.

„Leider Gottes“ gingen jedoch auch Priester, Nonnen und Mönche gern Friedel- und Kebsehen ein, was für die Kirchenfürsten aufgrund der damit verbundenen finanziellen, materiellen und wirtschaftlichen Belastungen (man denke an die potenziell zu versorgende Kinder- und Partnerschar) ein immer größer werdendes Ärgernis darstellte. Deshalb verboten sie die Friedel- und Kebsehe unter Klerikern. In der Folge übertrug sich dieses Verbot auch langsam auf Nichtkleriker. Um sicherzustellen, dass zukünftig nur noch sexuell exklusive Ehen geschlossen werden konnten, unterstrich die Kirche im 13. Jahrhundert ihren Anspruch auf das alleinige Recht, Eheschließungen vorzunehmen. Auch das war vorher nicht selbstverständlich. Im Gegenteil: Zuvor hatte die Kirche keinerlei Einfluss auf das Eheschließungs- und Ehescheidungsgeschehen.

Was nun die Familienformen angeht, so stellte die bäuerliche Familie für die Zeit vom Mittelalter bis in die Moderne die am weitesten verbreitete Familienform dar. Basis dieser Familienform war die Muntehe in leicht abgewandelter Form: Die Eheleute schlossen eine Art „Ehevertrag“. Zur bäuerlichen Familie gehörten neben den Eheleuten die Kinder sowie andere Verwandte und Gesinde. Für die genealogische Familie, bestehend aus dem Bauer, seiner Frau und seinen leiblichen Kindern, gab es bis in die Neuzeit hinein keine eigene Bezeichnung. Man musste sich mit Beschreibungen wie „mit Weib und Kind“ begnügen. Die bäuerliche Familie wurde auch als Familie „des ganzen Hauses“ bezeichnet. Typisch für diese Familienform war eine hohe Fluktuation ihrer Mitglieder, entweder durch den Tod von Kindern, Eheleuten, Mägden oder Knechten oder deren Weggang aus anderen Gründen. In solchen Fällen wurden weitere Kinder gezeugt, eine neue Bauersfrau ins Haus geholt oder anderes Gesinde eingestellt. Ein besonderes Merkmal dieser Familienform war zudem, dass Familienleben und Arbeitswelt einen untrennbar miteinander verwobenen Komplex bildeten.

Das Beispiel der bäuerlichen Familie verdeutlicht, dass die Erscheinungsform von Familie immer mit den zur jeweiligen Zeit dominierenden wirtschaftlichen Verhältnissen und Produktionsweisen verbunden war. Nur in diesen Verflechtungen ist Familie angemessen zu verstehen (vgl. auch Sieder 2012a). Die Realität bäuerlicher Familien hatte im Übrigen nichts zu tun mit den romantisierenden und verklärenden Vorstellungen von Großfamilien, in denen die Großeltern im gemütlichen Bauernhaus am Kaminfeuer sitzen und der lieben Enkelkinderschar Geschichten erzählen. Die allermeisten Menschen wurden gar nicht so alt wie unsere heutigen Großeltern. Kinder mussten sich zudem spätestens ab dem vierten Lebensjahr in der Landarbeit bewähren.



Mit der Ausbreitung der kapitalistischen Produktionsweise im Zeitalter der Industrialisierung zu Anfang des 19. Jahrhunderts und der damit verbundenen Trennung von Arbeits- und Familienwelt kristallisierten sich zuerst im gebildeten und wohlhabenden Bürgertum (hohe Beamte, Unternehmer und Kaufleute, siehe z.B. „Die Buddenbrooks“ von Thomas Mann) die Vorläufer der heute so beliebten privatisierten Kleinfamilie (dies ist ein soziologischer Terminus Technicus) heraus. Ein besonderes Merkmal dieser Familienform war, dass Frauen und Kinder von der Erwerbstätigkeit freigestellt wurden, was mit einer völlig neuen Rollenaufteilung der Geschlechter einherging. Die Männer mussten nun im alltäglichen Konkurrenzkampf allein gegen andere Männer bestehen. Frauen wurden hierbei vor allem zwei Funktionen zugesprochen:

1. **Die Kindererziehung:** In der bäuerlichen Familie wurde die Kindererziehung noch von allen im Hause anwesenden Erwachsenen und älteren Kindern übernommen. Wobei der Begriff „Kindererziehung“ in diesem Zusammenhang fast schon ein Euphemismus ist. Das „Lernen am Modell“, wie es psychologisch so schön heißt, also das Abgucken dessen, was Erwachsene tun, war oft das Höchste der Gefühle. In der bürgerlichen Familie wurde die Kindererziehung erstmals allein auf die Frau übertragen. Für die Kleinen wurde die soziale Umwelt damit natürlich irgendwie kuscheliger und spendete plötzlich Geborgenheit. Gleichzeitig setzte jedoch auch die Verklärung der Mutter-Kind-Beziehung mit allen Vor- und Nachteilen ein. Noch heute zaubern ab und an Psychotherapeuten und Pädagogen eine Hypothese aus dem Hut, der zufolge Störungen und Krankheiten unterschiedlichster Art wie Asthma, Schizophrenie oder Magersucht auf die überbehütende, unterdrückende, lieblose oder konkurrierende Mutter zurückzuführen seien – eine Hypothese übrigens, die bisher wahrlich nicht überzeugend wissenschaftlich belegt werden konnte.
2. **Die emotionale Versorgung des Mannes:** Mit dem Aufkommen der kapitalistischen Produktionsweise wurde das Verhalten von Männern untereinander durch vermehrten Wettbewerb und den Einsatz der Ellenbogen bestimmt. Damit einhergehend erhielt die Frau die Funktion und Verantwortung, die Wunden des Mannes, die er aus dem Konkurrenzkampf davongetragen hatte, „zu verbinden“. Sie wurde der Gegenpol zur rauen Arbeitswelt und musste in dieser Funktion Verlässlichkeit, Geborgenheit, Intimität, Vertrauen und Wärme bieten. Die Familie wurde in dieser Zeit in den Stand der heiligen und heilmachenden Institution erhoben. Je stär-

ker sich im öffentlichen Leben kühle Berechnung und Zweckrationalität durchsetzten, desto mehr wurde das Gefühls-, Liebes- und Intimleben in Ehe und Familie verklärt. Auch gegenwärtig argumentieren kapitalistisch orientierte Zeitgenossen, dass die traditionelle Kleinfamilie geschützt werden müsse, wenn nötig durch gesetzliche Regelungen, da das kapitalistische Wirtschaftssystem nicht für sich allein existieren könne und sich ohne die ausgleichende Wirkung der Familie selbst zerstören würde.

Diese beiden Momente, die Kindererziehung und die emotionale Versorgung des Mannes in den Händen der Frau, waren und sind konstitutiv für unser heutiges Familienideal.

Die privatisierte Kleinfamilie, die sich aus der bürgerlichen Familie des 19. Jahrhunderts heraus entwickelte, ist aber nicht denkbar ohne ein weiteres wesentliches konstitutives Moment, nämlich den Mythos der romantischen Liebe (Sieder 2012a,b). Dieser erlebte eine seiner kraftvollsten geschichtlichen Entwicklungsphasen um die Wende vom 18. zum 19. Jahrhundert. Bemerkenswerterweise stellte die romantische Liebe anfänglich zunächst eine ziemlich anarchische, ja bedrohliche Kraft dar, die eigentlich gar nicht in die neuen wirtschaftlichen Ordnungen des kapitalistischen Handels und der damit verbundenen bürgerlichen Familienstruktur passte. Romantische Liebe, so zunächst die Vorstellung, fällt hin, wo sie will und ist unkalkulierbares Schicksal. Genau diese unberechenbare Kraft, die über die Liebenden hereinbricht, scheint diese dazu zu berechtigen, sich im Namen der romantischen Liebe gegen die gesellschaftliche Ordnung und ihre Klassenschranken aufzulehnen. Man denke nur an das bekannteste Beispiel, nämlich Goethes Werther (1774), der als einzigen Ausweg aus der unerfüllten romantischen Liebe zu Lotte den Freitod sah.

Um die romantische Liebe konstituierend für das Kleinfamilienideal nutzbar zu machen, musste sie also ihrer aufrührerischen, umstürzlerischen und dunkel-destruktiven Komponente beraubt werden. Genau dies geschah im 19. Jahrhundert, wie Reinhard Sieder beschreibt (2007, S. 25): „Konversations-Lexika und Ratgeber kehren bald nicht mehr die rauschhafte Gefährlichkeit, sondern die bergende und beruhigende Kraft der Liebe hervor. Nach seinen Geschäften finde, so der Tenor des 19. Jahrhunderts, der rastlos geschäftige Mann bei seiner Ehefrau Ruhe und Geborgenheit: den sprichwörtlichen Heimathafen.“ Die romantische Liebe ist, das sei noch angemerkt, im Gegensatz etwa zu Trennung und Scheidung, keine Univer-

salie, also nicht ein Phänomen, das in sämtlichen Kulturen und Zeiten anzutreffen ist, sondern spezifisch für die Geschichte des Westens.

Der Aufstieg des Bürgertums im 19. Jahrhundert hatte jedenfalls zur Folge, dass dessen Kleinfamilienideal überhöht und zum sozialen, gesellschaftlichen und kulturellen Leitbild wurde. Zunehmend strebten auch Arbeiterfamilien dieses Ideal an.

Die bürgerliche Familie war also das Vorläufermodell, aus dem sich die privatisierte Gatten-Kleinfamilie der 1950er- und 1960er-Jahre herausbildete. Diese Entwicklung vom späten 19. Jahrhundert bis ins zweite Drittel des 20. Jahrhunderts verlief jedoch keinesfalls ohne Brüche. Zwischen den beiden großen Weltkriegen des letzten Jahrhunderts, in den 1920er- und 1930er-Jahren, gab es sowohl in Nordamerika als auch in Europa eine Phase, in der Frauen wieder vermehrt einer Erwerbstätigkeit nachgingen und weibliche Biografien außerhalb des bürgerlichen Familienideals verliefen. Auch nach dem Zweiten Weltkrieg erfuhren die politischen und wirtschaftlichen Rahmenbedingungen Veränderungen, ohne die die privatisierte Gatten-Kleinfamilie sich überhaupt nicht hätte konstituieren können. Zwei Momente waren hierbei ausschlaggebend:

1. **Die Sehnsucht nach der heilen Welt als Reaktion auf die Hölle des Zweiten Weltkriegs:** Nach der humanen Katastrophe des Zweiten Weltkriegs sehnten sich die Menschen verständlicherweise nach Geborgenheit und Idylle. Sie suchten und fanden sie im Leitbild der bürgerlichen Familie. Wie schon im 19. Jahrhundert wurde die Familie zum Hort der Ruhe und Sicherheit, diesmal als scheinbar „paradiesische“ Antwort auf die Hölle des Zweiten Weltkriegs.
2. **Ein außergewöhnliches Wirtschaftswachstum:** Aufgrund des exorbitanten Wirtschaftswachstums in den beiden Jahrzehnten nach dem Zweiten Weltkrieg konnten es sich viele Menschen leisten, schon sehr früh eine Familie zu gründen. Arbeitsstellen gab es in Hülle und Fülle, Wohnraum stand billig zur Verfügung, und mit einem einzigen Einkommen konnte in der Regel eine Familie gut ernährt werden. Noch niemals zuvor waren so viele Menschen einer Generation – und zudem in so jungen Jahren – wirtschaftlich dazu in der Lage zu heiraten wie in der Generation der zwischen 1930 und 1945 Geborenen (90 % dieser Generation nahm diese Möglichkeit auch wahr).

Die Grundpfeiler der bürgerlichen Familie des 19. Jahrhunderts und der privatisierten Gatten-Kleinfamilie der 1950er- und 1960er-Jahre haben sich tief in unsere Köpfe und Herzen eingegraben. Ungeachtet der Emanzipationsbestrebungen der Frauenbewe-

gung und der Entwicklung alternativer Lebensformen sowohl im 19. als auch im 20. Jahrhundert charakterisieren sie das (post)moderne Kleinfamilienideal, das die Mehrzahl der Menschen auch zu Beginn des 21. Jahrhunderts für erstrebenswert erachtet. Folgende drei Merkmale sind dabei grundlegend:

- Die Zuständigkeit der Ehefrau für die Privatsphäre (emotionale Aspekte, Kindererziehung) und die des Ehemanns für das Erwerbsleben,
- romantische Liebe als ehestiftendes und -erhaltendes Motiv,
- der zentrale Stellenwert der Kinder und ihrer Erziehung.

So sind wir nun auf unserem familiensoziologisch-historischen Ausflug in der Jetztzeit angekommen.

## **5. ... und die Vielfalt heutzutage**

Und heutzutage ist das immer noch vielmals idealisierte Modell der intakten Kernfamilie, mit geschlechtsspezifischen Breadwinner-Homemaker-Rollen, nur ein schmaler werdendes Band auf dem breiten Spektrum normaler Familien (Walsh 2011c). Beispiele für dieses breite Spektrum sind etwa Doppelverdiener-Familien. Nicht selten sind heutzutage zwei Gehälter eine Voraussetzung, um ein wenig moderaten Wohlstand leben zu können. Andere Beispiele: Viele Paare haben heutzutage keine Kinder, definieren ihre Beziehung aber dennoch als ihre Familie; statt eines Kindes entscheiden sie sich etwa für ein Haustier.

Weitere Beispiele: Lebensgemeinschaften unverheirateter Partner haben deutlich zugenommen. Zweidrittel dieser so zusammenlebenden Paare betrachten dieses Zusammenleben als einen Zwischenschritt hin zu einer Ehe – zu der es dann aber immer wieder gar nicht kommt. Andere leben nach Scheidung oder Trennung zusammen, ohne die Perspektive einer erneuten Heirat. Unverheiratete Paare driften manchmal sukzessive in eine Art Lebensgemeinschaft, ohne eine klare Entscheidung, zusammenzuleben. Viele davon trennen sich wieder, die meisten innerhalb der ersten drei Jahre. Immer mehr Kinder werden zur Welt gebracht und großgezogen von Paaren, die in solchen Lebensgemeinschaften zusammenleben. 40 % der Kinder werden aktuell außerhalb von Ehen geboren.

Viele Menschen leben zu einer bestimmten Zeit ihres Lebens, in einem bestimmten Lebensabschnitt alleine. Die Anzahl der Singlehaushalte hat sich in den letzten zwei Jahrzehnten verdoppelt. Man schätzt, dass grob ein Viertel aller Haushalte Singlehaushalte darstel-

len. Ein weiterer Trend, der weiter im Vormarsch ist, lautet: „living apart together“. Damit sind Paare gemeint, die eine stabile und intime Beziehung miteinander haben, aber nicht zusammen wohnen – nicht selten mehrere hundert Kilometer voneinander entfernt.

Außerdem: Ungefähr eins von zehn Kindern wird zu bedeutenden Anteilen von einem Großeltern teil mit aufgezogen. Eine wachsende Anzahl schwuler und lesbischer Alleinerziehender oder Paare ziehen Kinder groß – übrigens mit Argusaugen von Familienforschung und -politik beobachtet. Mit dem Ergebnis: Eines der bemerkenswertesten Merkmale von Familien in Deutschland heutzutage ist zudem deren wachsende kulturelle Diversität. In Frankfurt am Main hat fast jedes zweite Kind, das geboren wird, einen Migrationshintergrund.

### ***Weniger Mythos und mehr Rationalität (nicht Rationalisierung) beim Thema „Familie“***

Erlauben sie mir, nun noch ein Missverständnis auszuräumen, dem ich des Öfteren begegne, wenn ich zu dem Thema referiere. Auch wenn ich die historische und aktuelle Vielfalt von Familienformen beschreibe und den Mythos der Idealfamilie als allein seligmachend infrage stelle, so bedeutet dies keine Abwertung von Menschen, die in klassischen kleinen biologischen Kernfamilien leben – was auch abwegig wäre. Natürlich ist es letztlich Kindern zu wünschen, dass ihre biologischen Eltern einigermaßen glücklich und zufrieden zusammen leben. Deshalb bin ich ein großer Fan etwa von Ehevorbereitungskursen und Paarschulen, wo Menschen lernen, wie dies gehen kann. Eine Studie von Amato (2007) hat gezeigt, dass es für Paare mit Kindern bei milder Ehezufriedenheit besser ist zusammenzubleiben, vor allem aus systemischen Gründen der Kinder wegen.

Viele Menschen leben nach dem Familienideal und sind damit auch mehr oder weniger glücklich und zufrieden. Es gibt jedoch auch eine ganze Reihe von Menschen, die mit diesem Familienideal entweder nicht glücklich und zufrieden sind oder ihm nicht entsprechen wollen oder können. Aber selbst wenn Menschen neue Familienformen (wie etwa Patchworkfamilien) gründen, die sich nicht mehr an diesem Familienideal orientieren, dann führen sie nicht selten die darin auftretenden Schwierigkeiten, auch wenn sie damit gar nichts zu tun haben, auf die Abweichung von den drei zentralen Motiven des Familienmythos zurück, als da wären: die dauernde Liebe, die Leiblichkeit der Elternschaft und das gemeinsame Dach. So wirkt der Familienmythos genau dann, wenn eigentlich Beruhigung und Stärkung vonnöten wäre, beunruhigend und schwächend.

Wie lassen sich nun diese beiden Momente, nämlich einerseits die nicht „totzukriegende“ Sehnsucht nach Familie und die faktisch – schon immer – vorhandene Vielfalt an Variationen von Lebens- und Familienformen zusammendenken, unter einen Hut bringen und das daraus resultierende Spannungsfeld für die Ehe- Familien und Lebensberatung nutzbar machen? – Nun, ich denke, indem man zunächst einmal beide Momente von ihrer mythischen und irrationalen Aufladung gewissermaßen befreit.

Für das erste Moment, nämlich für die „Sehnsucht nach Familie“, bedeutet dies, menschliche Grundbedürfnisse nach verlässlichen Bindungen, nach Geborgenheit und Zugehörigkeit zu unterscheiden von den, in den Worten des Wiener Familiensoziologen Reinhard Sieder ausgedrückt, betörenden Verlockungen des Mythos der Idealfamilie. Sieder (2007, S. 14) schreibt hierzu: „Wie viele Mythen wirkt auch der abendländische Familienmythos in zweifacher Weise: Zum einen hält er Frauen, Männer und Kinder in seinen betörenden Bildern gefangen. Zum anderen verdeckt er die Fraglichkeit dessen, was er verspricht. Die Wahrheit des Mythos ist Fiktion. Nur eine Fiktion kann von den zahlreichen, verschiedenen und sich ständig verändernden Wirklichkeiten ein einziges starkes Bild der ‚Familie‘ abstrahieren: Mann und Frau leben als Paar mit ihren Kindern glücklich unter einem gemeinsamen Dach.“

Für das zweite Moment, nämlich für die geschilderte Vielfalt und Variationen von Lebens- und Familienformen, bedeutet dies zu konstatieren, dass die Vorstellung, diese Variationen und diese Vielfalt von Familienformen seien per se quasi pathogen und labilisiere die darin lebenden Erwachsenen und mache sie anfällig für psychische und andere gesundheitliche Probleme, eine irrationale ist. Vor allem die letzten beiden Dekaden von Familienforschung haben gezeigt, dass etwa ein gesundes Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen in ganz unterschiedlichen Lebens und Familienformen möglich ist und auch geschieht (Cummings, Davies & Campbell 2000; Walsh 2011a).

## **6. (Potenziell) unglücklich machende Familienideale**

Nimmt man diese beiden, nun von ihrer mythischen und irrationalen Aufladung befreiten Momente zusammen, kann ein Weg, mit dem Spannungsfeld umzugehen und es produktiv zu nutzen, der sein, bestimmte unglücklich machende Familienideale zu identifizieren: Jene, die aufgrund ihrer Unrealisierbarkeit in vielen Einzelfällen das Leben erschweren und unglücklich machen können, möchte ich im Folgenden kurz benennen (Schweitzer 2004; Ochs & Orban 2008):

1. Kinder brauchen eine Vater-Mutter-Kind-Familie: Wie eine Fülle von Forschungsergebnissen zeigt (z.B. Hetherington & Kelly 2002; Greene et al. 2011) sagt die Familienform überhaupt nichts über das Glück oder Unglück der in ihr lebenden Menschen aus.
2. Familien brauchen *ein* Heim: Es gibt keinen Beleg dafür, dass es Kindern schadet, an zwei oder mehr Adressen zuhause zu sein. Entscheidend für das Wohlergehen der Kinder ist die Qualität der Elternbeziehung, unabhängig davon, ob die Eltern getrennt oder zusammen leben.
3. Familien brauchen Zeit füreinander: Es ist sicher eine besorgniserregende Entwicklung, dass immer mehr Menschen (vor allem im Dienstleistungssektor) auch an Wochenenden samstags bis 22 Uhr arbeiten müssen. Gleichwohl ist es wichtig festzuhalten, dass nicht die Menge der miteinander verbrachten Zeit, sondern die Innigkeit und die emotionale Verbundenheit der gelebten Beziehung ausschlaggebend für deren Qualität ist.
4. Alleinerziehende Familien sind unvollständige Familien: Diese Idee macht u.a. glauben, Jungen könnten nicht auch von Müttern lernen, sich später als Männer im Leben zu behaupten, einer Arbeit nachzugehen oder eine Bohrmaschine zu benutzen. Das ist Unsinn. Zudem gibt es im Umfeld alleinerziehender Mütter durchaus Männer, die Kindern als Vorbild dienen könnten.
5. Kinder brauchen heterosexuelle Eltern: Es gibt keinerlei Hinweise darauf, dass Kinder, die mit homosexuellen Eltern aufwachsen, später auf irgendeine Weise sozial auffällig würden. Sie zeigen, verglichen mit Kindern aus traditionellen Konstellationen, keine Unterschiede hinsichtlich ihrer sexuellen Orientierung oder hinsichtlich psychiatrischer Störungen (Green 2011; Rauchfleisch 2011).
6. Eltern sollten einander lieben: Es ist schön, wenn sie es tun, aber romantische Liebe allein ist keine ausreichende Voraussetzung für eine gut funktionierende Familie.
7. Eltern sollten mit ihren Kindern zusammenleben: Mitunter, wenn Eltern überhaupt nicht mehr weiter wissen, ist es die verantwortungsvollere Lösung, die Kinder von anderen Personen erziehen zu lassen, sie z. B. befristet in Tagesgruppen unterzubringen. Dies soll kein Plädoyer dafür sein, Kinder schnell abzugeben, wenn sie Schwierigkeiten machen! Allerdings sollten auch Eltern lernen, selbstkritisch eigene Grenzen zu erkennen und zu akzeptieren.

## **7. Abschließende Anmerkungen oder: der Blick in die „nächste Gesellschaft“**

Wir werden heutzutage mit veränderten familiären Wirklichkeiten konfrontiert und neigen dazu, auf althergebrachte Landkarten von Familie zurückzugreifen, anstatt zunächst zu schauen, ob sie überhaupt noch aktuell, hilfreich und nützlich sind. Könnten wir die alten Pläne und Karten von Familie einen Moment lang vergessen, dann würden wir vielleicht entdecken, dass die veränderten familiären Wirklichkeiten gar nicht so unwegsam und labyrinthisch sind, wie wir meinen. Wir könnten vielleicht sogar beginnen, neue Landkarten zu entwerfen – Landkarten, die der veränderten Familienlandschaft eher entsprechen, uns beim Navigieren gute Dienste erweisen und uns zu Sehenswürdigkeiten, idyllischen Plätzen und auf Abenteuerwegen führen, die in den alten Landkarten überhaupt nicht verzeichnet sind. Für den Einzelnen wie auch für jede Familie folgt daraus, dass es durchaus lohnend sein kann, sich eben nicht blind auf vorgeschlagene Routen zu verlassen, sondern einen ganz eigenen Weg zu gehen und neue Pfade und Erfahrungen zu neuen oder auch gleichen Zielen zu erkunden.

Dass wir im Grunde, ob wir wollen oder nicht, gesellschaftlich schon längst neue Wege eingeschlagen haben, und dass wir eigentlich auch nicht anders können, darauf macht uns der Friedrichshafener Professor für Kulturanalyse und soziologischen Systemtheoretiker Dirk Baecker (2007, S. 21 f.) aufmerksam, der dies in seinem Buch „Studien zur nächsten Gesellschaft“ folgendermaßen beschreibt: „Die nächste Gesellschaft wird eine Gesellschaft sein, die die feudale Ordnung der Tradition hinter sich gelassen hat wie die funktionale Differenzierung der Moderne. Natürlich wird es nach wie vor soziale Ungleichheit und soziale Schichten geben. Und nach wie vor wird man zwischen wirtschaftlichem, politischem, religiösem, wissenschaftlichem, erzieherischem, künstlerischem, rechtlichem und familiärem Handeln unterscheiden können. Aber zugleich werden diese Muster zu Elementen einer Form gesellschaftlicher Selbstorganisation, die sowohl auf der mikrologischen als auch auf der makrologischen Ebene sehr viel mehr Variation zulässt, als wir es bisher gewohnt sind. Es werden Imperien entstehen und wieder vergehen, es werden Familienformen auftauchen und wieder verschwinden, es wird Milieus der Lebensführung geben, die niemand sich bisher vorstellen kann, es werden soziale Bewegungen attraktiv und wieder unattraktiv, es werden Krankheiten drohen und ihre Opfer fordern und bekämpft werden, es werden Sekten Anhänger finden und wieder verlieren, es werden



Schulen gegründet und wieder aufgelöst werden, die wir uns im Moment nicht vorstellen können.“

Soweit Baecker zur zu erwartenden selbstorganisierten sozialen Vielfalt der nächsten Gesellschaft, die natürlich schon längst begonnen hat; ein Hinweis dafür sind sicherlich die sozioökonomischen globalen Krisen der letzten Jahre. Auf diese Krisen bezieht sich die Journalistin Iris Radisch in einem in der ZEIT in 2011 erschienenem Interview<sup>3</sup> mit der indischen Schriftstellerin Arundhati Roy. Radisch fragt: „Übertrifft das Ausmaß der augenblicklichen Krise das, was unsere Eltern und Großeltern erlebt haben, in deren Lebenszeit ja zwei Weltkriege stattgefunden haben?“ Roy antwortet: „Diese Generationen haben in Europa einen hohen Preis bezahlt. Aber ihre Welt spannte sich noch in einem übersichtlichen Begriffsfeld auf. Es ging um Faschismus, Sozialismus oder Demokratie. Wir befinden uns bereits jenseits dieses Feldes.“ – Eben, wie ich bemerken möchte, auf der Schwelle zur „nächsten Gesellschaft“. Wir wissen nicht mehr, was unsere Träume sind und was wir unter Glück verstehen.

Ich glaube, dass die Ehe- Familien- und Lebensberatung wie kaum eine andere Institution dazu geeignet ist, die Menschen, Paare und Familien der nächsten Gesellschaft dabei zu begleiten und zu unterstützen, Orientierung darin zu finden, was ihnen Sinn vermitteln kann und was sie unter Glück verstehen möchten, da die Mitarbeiter/innen dort Experten dafür sind, mit sozialer Komplexität und familiärer Vielfalt sowie mit der Sehnsucht nach Geborgenheit, Zugehörigkeit und Verlässlichkeit konstruktiv umzugehen. Deshalb benötigen wir sie heutzutage, das ist meine feste Überzeugung, mehr denn je.

#### **Zusammenfassung**

Dieser Artikel beleuchtet das Spannungsfeld zwischen Sehnsucht nach Familie und Vielfalt von Lebens- und Familienformen und versucht, selbiges für die Beratung fruchtbar zu machen. Zur Veranschaulichung des Pols „Sehnsucht nach Familie“ wird auf die Biografie des Wissenschaftstheoretikers Paul Feyerabend rekuriert; zur Illustration des Pols „Vielfalt der Lebensformen“ werden historisch-familiensoziologische Aspekte sowie aktuelle Trends von Lebens- und Familienformen dargestellt. Es wird argumentiert, dass die hinter der Sehnsucht nach Familie stehenden Bedürfnisse nach Verbundenheit, Geborgenheit und zuverlässigen sozial-intimen Strukturen in einer Vielfalt an alternativen und traditionellen Familienformen einen guten Platz finden können. Abschließend werden einige potenziell unglücklich machende Familienideale aufgelistet und es wird ein Blick in die „nächste Gesellschaft“ (so der Titel eines Buches des soziologischen Systemtheoretikers Dirk Baecker) gewagt.

#### **Summary**

---

<sup>3</sup> <http://www.zeit.de/2011/37/Interview-Roy>

This article sheds light on the tension between the desire for family and a diversity of life and family forms, and tries to make this fruitful for counseling. The biography of philosopher of science Paul Feyerabend is referred to in order to illustrate the pole "desire for family". Historical aspects of family-sociology as well as current trends in life and family forms are presented in order to illustrate the pole "diversity of life forms". It is argued that the needs for connectedness, belonging, and reliable intimate social structures that underlie the desire for family can be met within a diversity of alternative and traditional family forms. Finally, some family ideals that can potentially bring unhappiness are listed and a look is ventured into the "Next Society" (the title of a book of the sociological system theorist Dirk Baecker).

#### Literatur

- Amato, Paul R. & Hohmann-Marriott, B (2007): A Comparison of High and Low-Distress, Marriages that End in Divorce. *Journal of Marriage and Family* 69: 621-638.
- Baecker, D. (2007): *Studien zur nächsten Gesellschaft*. Frankfurt a. Main: Suhrkamp.
- Cummings, E.M.; Davis, P.T., & Campbell, S.B. (2000): *Developmental Psychopathology and Family Process. Theory, Research and Clinical Implications*. New York: Guilford.
- Goody, J. (2002): *Die Geschichte der Familie*. München: Beck.
- Green, R.-J. (2011): Gay and Lesbian Family Life: Risk, Resilience, and Rising Expectations. In: Froma Walsh (Hrsg): *Normal Family Processes. Growing Diversity and Complexity (Fourth Edition)*. New York: Guilford.
- Greene, S.M.; Anderson, E.R.; Forgatch, M.S.; DeGarmo, D.S.; Hetherington, E.M. (2011): Risk and Resilience after Divorce. In: Froma Walsh (Hrsg): *Normal Family Processes. Growing Diversity and Complexity (Fourth Edition)*. New York: Guilford.
- Hardt, J. (2010): Sehnsucht Familie in der Postmoderne – Einführung in die Thematik. In: J. Hardt; F. Mattejat; M. Ochs; M. Schwarz; T. Merz & U. Müller (Hrsg.): *Sehnsucht Familie in der Postmoderne. Eltern und Kinder in Therapie heute (11-24)*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Hetherington, E.M. & Kelly, J. (2002): *For Better or for Worse. Divorce Reconsidered*. New York: Norton.
- Ochs, M. & Orban, R. (2005): Idealfamilie? Realfamilie! Die vielfältigen Formen des Zusammenlebens. In: A. Seybold-Krüger (Hrsg.): *Denkanstöße für Eltern (109-121)*. München: Piper.
- Ochs, M. & Orban, R. (2008): *Familie geht auch anders. Wie Alleinerziehende, Scheidungskinder und Patchworkfamilien glücklich werden*. Heidelberg: Carl Auer.
- Pasley, K. & Garneau, C. (2011): Remarriage and Stepfamily Life. In: Froma Walsh (Hrsg): *Normal Family Processes. Growing Diversity and Complexity (Fourth Edition)*. New York: Guilford.
- Rauchfleisch, U. (2011): *Schwule, Lesben, Bisexuelle: Lebensweisen, Vorurteile, Ein-sichten*. Göttingen: V&R.
- Schneider, N.F.; Rosenkranz, D. & Limmer, R. (1998): *Nichtkonventionelle Lebensformen. Entstehung, Entwicklung und Konsequenzen*. Opladen: Leske + Budrich.
- Schweitzer, J. (2004): Unglücklich machende Familienideale: Ihre Dekonstruktion in der Psychotherapie. *Psychotherapeut* 94(1), 15-20.
- Sieder, R. (1987): *Sozialgeschichte der Familie*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Sieder, R. (2007): *Patchworks – das Familienleben getrennter Eltern und ihrer Kinder*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Sieder, R. (2012a): *Geschiedene Eltern, verstörte Kinder – oder ein neues Familienleben? Wiener Vorlesungen*. Wien: Picus.
- Sieder, R. (2012b): Die Wunschmodern des rezenten Kapitalismus – romantische Liebe und Sexualität unter neoliberal-postmodernen Bedingungen. *Kontext*, 43, 132-141.

Walsh, F. (2011a): Strengthening Family Resilience (Second Edition). New York: Guilford.

Walsh, F. (2011b): The New Normal: Diversity and Complexity in 21st-Century Families. In: Froma Walsh (Hrsg): Normal Family Processes. Growing Diversity and Complexity (Fourth Edition). New York: Guilford.

**Matthias Ochs**, Dr. sc.hum. (Scientiarum Humanarum), Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut, Systemischer Paar- und Familientherapeut (DGSF/SG), Lehrtherapeut Systemische Therapie und Beratung (DGSF).  
Kaiser-Friedrich-Ring 11, 65185 Wiesbaden, Tel.: 0611/3606205, Mobil: 0172/7646507,  
E-Mail: [matthias\\_ochs@web.de](mailto:matthias_ochs@web.de)

*Rudolf Sanders & Christine Kröger*

## Die Partnerschule als schematherapeutisch orientierter und emotionsfokussierender Beratungsansatz für Paare

### 1. Einleitende Überlegungen

In den letzten Jahren haben zwei Therapieansätze zunehmend Beachtung in der deutschsprachigen Ehe- und Paarberatung gefunden, sodass fast so etwas wie ein Paradigmenwechsel angestoßen wurde: zum einen die Schematherapie sensu Jeffrey Young (2010; Young, Klosko & Weishaar 2008) und zum anderen der emotionsfokussierte Ansatz von Leslie S. Greenberg (2006; Greenberg, Rice & Elliott 2003).

Die Schematherapie nach Young wurde auf der Grundlage der kognitiven Verhaltenstherapie entwickelt, erweitert das stark symptom- bzw. störungsbezogene Vorgehen jedoch zu einem integrativen Gesamtkonzept, das vor allem bei tief verankerten persönlichkeitsbedingten Beeinträchtigungen wirksame Behandlungsmöglichkeiten eröffnet. Dies gelingt durch eine stimmige Verbindung von Konzepten aus der Tiefenpsychologie, der Gestalttherapie, der Bindungstheorie, der Transaktionsanalyse und der aktuellen neurobiologischen Forschung. Ein ganz entscheidender Wirkfaktor scheint darin zu bestehen, dass durch den Einsatz von Imaginationen und Methoden aus der Gestalttherapie gezielt Veränderungen auf der Ebene emotionaler Prozesse angestoßen werden (Young et al. 2008). Die therapeutische Beziehung zeichnet sich in der Schematherapie dadurch aus, dass sie – unter Berücksichtigung der Bedeutung früher Beziehungserfahrungen der Klienten<sup>4</sup> – einen Rahmen für „begrenzte elterliche Fürsorge“ bietet (vgl. Young et al. 2008). Dies bedeutet, dass sich Therapeuten bzw. Berater als Person in den Therapieprozess einlassen und dass sie dabei – so wie gute Eltern – ihren Klienten einerseits ein hohes Maß an emotionalem Halt, Zuwendung und Sicherheit geben, sie andererseits aber auch fordern, indem aktiv und empathisch konfrontierend darauf hingearbeitet wird, dass

---

<sup>4</sup> Die Begriffe Klient, Berater und Therapeut werden im Folgenden geschlechtsneutral verwendet und schließen (sofern keine nähere Spezifizierung erfolgt) sowohl Frauen als auch Männer mit ein. Lediglich aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde das Maskulinum gewählt.

sich Klienten mit schmerzhaften Erfahrungen auseinandersetzen (vgl. auch Roediger 2012). Die konkrete Beziehungsgestaltung orientiert sich daran, den Klienten Interaktions- und Beziehungserfahrungen zu ermöglichen, die ihre psychischen Grundbedürfnisse befriedigen. Dabei sind die von Young postulierten Grundbedürfnisse inhaltlich letztlich deckungsgleich mit denen, die Klaus Grawe (1998, 2004) im Rahmen seiner konsistenztheoretischen Überlegungen formuliert hat: Es geht um die menschlichen Grundbedürfnisse nach Bindung, Selbstwerterhöhung, Orientierung und Kontrolle sowie Lustgewinn bzw. Unlustvermeidung. Entscheidend ist, dass Young ebenso wie Grawe davon ausgeht, dass unsere Grundbedürfnisse *nicht* unmittelbar verhaltenswirksam werden, sondern dass Schemata, also früh entstandene automatisierte Erlebensmuster, unser Handeln und unser Denken, unser Fühlen und die Art, wie wir zu anderen Menschen in Beziehung treten, bestimmen. Gerade bei Menschen, die schädigende Kindheitserfahrungen machen mussten, werden zentrale Bedürfnisse (z.B. nach Nähe und Verbundenheit, nach Angenommen-Sein und Wertschätzung) nicht mehr direkt im Verhalten sichtbar, sondern liegen quasi „gut versteckt“ hinter maladaptiven Schemata und den entsprechenden Bewältigungsstilen und -modi. Daher sind Therapeuten bzw. Berater vereinfacht ausgedrückt immer aufgefordert, hinter vordergründige Verhaltensweisen zu blicken und „das bedürftige Kind im Hintergrund zu sehen“ (vgl. Roediger 2012, S. 67). Dann kann eine beraterisch-therapeutische Beziehung heilendes Potenzial entfalten und korrigierende emotionale Erfahrungen vermitteln (Young 2010). Da wir an dieser Stelle nur einen knappen Einblick in die zentralen schematherapeutischen Überlegungen leisten können, möchten wir insbesondere auf die Publikationen von Eckhard Roediger (2006, 2008, 2009, 2010, 2012) verweisen, der für den deutschsprachigen Raum exzellente Darstellungen dieses Ansatzes vorgelegt hat, zumal hier auch Verbindungslinien zu Grawes Überlegungen hergestellt werden.

Der emotionsfokussierte Ansatz der Paartherapie zeichnet sich durch ein konsequent bindungsorientiertes Verständnis von Paarbeziehungen aus und rückt den Umgang mit Emotionen in den Mittelpunkt der beraterisch-therapeutischen Arbeit. Paare werden dabei unterstützt, einen Zugang zu bindungsbezogenen Emotionen (z.B. Ängste vor dem Verlassen-Werden, vor Vereinnahmung) und Bedürfnissen (z.B. nach Nähe, Trost) zu entwickeln, die hinter destruktiven Interaktionsmustern bei anhaltenden Paarkonflikten liegen (vgl. Johnson 2009, 2011). Dementsprechend geht es darum, die entscheidenden emotionalen Themen zu bearbeiten, die sich mit Konflikten verbinden. Dafür ist es sinn-

voll, Paaren auch Kommunikations- und Problemlösekompetenzen zu vermitteln. Greenberg (2006) betont jedoch, dass die beraterisch-therapeutische Unterstützung darüber hinausgehen muss, indem die Partner dabei unterstützt werden, ihre primären Emotionen wahrzunehmen, einzuordnen und vor allem auch zu regulieren.

Interessant ist in diesem Zusammenhang, dass die Paartherapielandschaft in Deutschland bis in die siebziger und achtziger Jahre des letzten Jahrhunderts davon geprägt war, die Autonomie und Individualität des Einzelnen zu betonen und an Auswegen aus vermeintlich zu starker Verbundenheit zu arbeiten. Eine bindungstheoretische Perspektive auf Partnerschaften betont hingegen, dass tiefe emotionale Verbundenheit normal und entwicklungsförderlich ist. Partner suchen beim anderen nach emotionaler Sicherheit („einen sicheren Hafen“), insbesondere bei Belastungen und Stress. Wenn sie diese erleben, wird die Paarbeziehung zur emotionalen Basis, von der aus autonomes Handeln und eine Auseinandersetzung mit den Anforderungen der Welt („Exploration“) möglich ist. Das Bedürfnis nach Bindung und Verlässlichkeit wird als ein zentraler Aspekt einer zufriedenen Paarbeziehung betrachtet (vgl. Johnson 2009). Gleichzeitig gehen Greenberg und Goldman (2010) davon aus, dass die Themen Einfluss, Macht und Kontrolle entscheidende Teile im Puzzle zur Lösung von Paarkonflikten sind. Destruktive Dominanz- und Unterordnungszyklen können vor allem dadurch verändert werden, dass der dominierende Partner Zugang zu seinen dahinterliegenden Gefühle (häufig Angst vor Kontrollverlust und Scham) entwickelt und lernt, diese zu regulieren, anstatt zu verlangen, dass der andere auf ihn eingeht. Veränderungen finden somit dann statt, wenn die dominierende Seite ihr Kontrollbedürfnis abschwächt und die sich unterordnende Seite Selbstbewusstsein entwickelt. Die Autoren stellen ein Modell vor, wie die mit diesen Konflikten einhergehenden Emotionen geklärt und bearbeitet werden können. Dabei wird besonderes Augenmerk auf die Entwicklung neuer emotionaler Zustände gelegt, die den Partnern helfen, Gefühle von Sicherheit und Wertschätzung zu vermitteln. Die therapeutische Beziehung unterstützt die Partner dabei, ihre Ängste und Bedürfnisse offen auszudrücken und sich dabei sicher, geborgen und validiert zu fühlen. Insgesamt gehen Greenberg und Goldman (2010) in Übereinstimmung zu schematherapeutischen Überlegungen davon aus, dass es meist frühe Verletzungen und die damit einhergehenden „festgefahrenen“ und repetitiven Reaktionsformen sind, die es Paaren so schwer machen, tiefe und echte Verbundenheit miteinander zu (er-)leben.

Empirische Befunde bestätigen, dass ein vergleichsweise hoher Anteil an Ratsuchenden in der Paarberatung auf Grund prägender emotionaler Beziehungserfahrungen in der Vergangenheit (insbesondere in der Kindheit) maladaptive Schemata und Beziehungserwartungen entwickelt hat. Beispielsweise gaben in der Studie von Saßmann und Klann (2002) über 40 % der Ratsuchenden an, dass sie von ihren Eltern nur dann geliebt wurden, wenn sie sich so verhielten, wie ihre Eltern es wollten und 33 % schilderten, dass sie es als Kind ihren Eltern nie recht machen konnten, egal, was sie taten. In der Normalbevölkerung liegen die entsprechenden Anteile bei jeweils gut 10 %.

Diese Befunde unterstreichen die Bedeutung der beiden kurz umrissenen Ansätze für die Paarberatung: Mithilfe schematherapeutischer Behandlungselemente können beide Partner immer mehr verstehen, warum sie sich so verhalten, wie sie sich verhalten. Durch korrigierende emotionale Erfahrungen, sowohl in der Beziehung zum Therapeuten bzw. Berater als auch zum eigenen Partner, können alte Verletzungen allmählich heilen. Gleichzeitig hilft die Förderung von Kompetenzen zur Affektregulierung („self- and other-soothing“, vgl. Greenberg & Goldman 2010, S. 16) dabei, maladaptive Gefühlszustände zu transformieren und Möglichkeiten zu einer gesunden Befriedigung von Grundbedürfnissen zu entwickeln. Damit dies geschehen kann, ist es notwendig, neue Erfahrungen zu machen, die den Schemata widersprechen.

Nach unserer Ansicht handelt es sich bei einer Integration dieser beiden Ansätze um weit mehr als eine Trendwende: Da beide Vorgehensweisen bestrebt sind, ihre Wirksamkeit in prospektiven Studien zu belegen (vgl. zusammenfassend Greenberg & Goldman 2010; Jacob & Arntz 2011; Johnson 2009; Young et al. 2008), sehen wir hier das Potenzial für ein grundlegendes Neuverständnis von Paarberatung und -therapie.

So wird die Verbindung zwischen Klärung und Bewältigung (Grawe 1996) bzw. das Erkennen und Verstehen der eigenen Schemata und die Selbstwirksamkeit im Erleben befriedigender emotionaler Kontakte mit dem Partner zum Dreh- und Angelpunkt einer Paartherapie, die sich als Ziel setzt, die Krise eines Paares als Herausforderung zu begreifen, um zu einem glücklichen und befriedigenden Miteinander zurück zu finden. Eine entsprechende Zielorientierung der Beraterin bzw. des Beraters scheint dabei eine wesentliche Rolle (vgl. auch Abschnitt 3 und 4) zu spielen.

## **2. Postmoderne Herausforderungen für Paare: „Ich will alles, ich will alles und zwar sofort“?!**

Ein Blick in die Geschichte zeigt uns unterschiedliche Ideen für das Zusammenleben von Frau und Mann (Überblick z.B. bei Barabas & Erler 2002). Aber was begegnet uns heute, in postmoderner Zeit? Auf der einen Seite spiegelt die zunehmende Instabilität von Ehen und Partnerschaften in den westlichen Industrienationen einen allgemeinen Trend wider (vgl. Pinsof 2002): In Deutschland haben sich 2011 rund dreimal so viele Paare scheiden lassen wie 1960. Auf der anderen Seite – und das ist das Entscheidende und Berührende – wünschen sich die meisten Menschen eine glückliche, harmonische und vor allem langfristige Partnerschaft (vgl. Hahlweg & Bodenmann 2003) und in den Zukunftsperspektiven vieler junger Menschen spielen Kinder, also die Gründung einer eigenen Familie, eine ganz zentrale Rolle (Hurrelmann & Albert 2006).

Wie lässt sich diese Diskrepanz zwischen Wunsch und Wirklichkeit erklären? Was sind die „Fallstricke der Liebe“ (vgl. hierzu auch Sanders 2010a)? Ohne Anspruch auf Vollständigkeit möchten wir im Folgenden einige Überlegungen darstellen, die unseres Erachtens hier eine Rolle spielen.

Paare, Eltern und Familien sind heutzutage mit komplexen Lebensbedingungen konfrontiert, die sich – kurz zusammengefasst – durch Individualisierung, Pluralisierung und Enttraditionalisierung auszeichnen (vgl. Fuhrer 2007). In unserer Gesellschaft ist eine Vielfalt an Werteorientierungen, Lebensstilen und Formen familialen Zusammenlebens möglich, wobei die traditionell starken sozialen Instanzen, wie Großfamilie oder Gemeinde an Einfluss verlieren. Diese Entwicklung ist nicht nur zu beklagen – ganz im Gegenteil: Sie bedeutet einen Gewinn an Handlungsspielräumen und eröffnet die Chance zur individuellen Lebensgestaltung; gleichzeitig ist sie aber mit einem Verlust an Sicherheit, an Orientierung und an Handlungswissen verbunden. Letztendlich sind Männer und Frauen erst seit zwei Generationen herausgefordert, ihre Beziehung auf Gleichberechtigung basierend zu gestalten. Die „Hausfrauenehe“ wurde 1976 abgeschafft – bis zu diesem Zeitpunkt konnte ein Mann z.B. den Arbeitsvertrag seiner Ehefrau gegen deren Willen kündigen. Heute stehen Männer und Frauen vor der anspruchsvollen Aufgabe ihre Rollenbeziehungen miteinander auszuhandeln, was hohe Kommunikations- und Problemlösekompetenzen erfordert. Eng damit verbunden ist, dass Fragen nach Vereinbarkeit von Familie und Beruf immer drängender werden. Gleichzeitig brechen tragfähige soziale Netze, die



z.B. auch bei der Betreuung von Kindern Unterstützung bieten können, weg. Zum einen durch den Verlust von Bindungen an Familie, Kirche oder Arbeitervereine, zum anderen dadurch, dass der Arbeitsmarkt eine enorme Flexibilität und räumliche Mobilität abverlangt.

Die (vermeintlich?) unendlichen Möglichkeiten lassen Menschen jedoch nicht zwingend freier und glücklicher werden, sondern führen allzu oft zum Gefühl verpasster Chancen, zum Erleben eigentlich mehr erreichen oder haben zu können (vgl. Hillenkamp 2010). Dabei scheint die Fülle an Lebensentwürfen auch die Erwartungen an Partnerschaften enorm in die Höhe geschraubt zu haben – eben ganz im Sinne des Schlagers „Ich will alles, ich will alles und zwar sofort“. Statt sich auf *den einen* oder *die eine* wirklich einzulassen, bietet ja der oder die potenzielle andere vielleicht doch die Chance, noch glücklicher zu werden. So nimmt die Unverbindlichkeit und damit auch das Nichtverbunden-Sein zu. Der Preis dafür ist hoch: Mit einer Trennung oder Scheidung gehen – ebenso wie mit schweren Beziehungskrisen und Partnerschaftskonflikten – erhebliche Beeinträchtigungen der psychischen und physischen Gesundheit beider Partner einher (Bodenmann 2000; Hahlweg 2003; Robles & Kiecolt-Glaser 2003). Darüber hinaus sind eine Trennung oder Scheidung der Eltern ebenso wie das Aufwachsen in einer durch chronische Paarkonflikte belasteten Familie zentrale Risikofaktoren für die Entstehung und Aufrechterhaltung von Verhaltensstörungen und emotionalen Auffälligkeiten im Kindes- und Jugendalter. Paare sind eben die „Architekten der Familie“ – wie bereits Virginia Satir (1972) so treffend hervorhob – und wir verfügen mittlerweile über eine fundierte Basis an theoretischen Überlegungen und empirischen Befunden, die diesen engen Zusammenhang zwischen der Paarbeziehung der Eltern und der kindliche Entwicklung verstehen lassen (vgl. Kröger, Haslbeck, Dahlinger & Sanders 2008). Gleichzeitig mehrten sich die Hinweise darauf, dass wir die negativen Folgen einer elterlichen Trennung oder Scheidung für die betroffenen Kinder und Jugendlichen eher unterschätzen: Beispielsweise konstatierten die Familienrichter in Nordrhein-Westfalen im Rahmen einer Presseerklärung eine Steigerung der Kriminalitätsrate bei Kindern und Jugendlichen und benannten als Ursache vor allem eine Verletzung des kindlichen Bindungsbedürfnisses durch Trennung und Scheidung sowie mangelnde Erziehungscompetenz (Richterbund 2004). Auch die Idee, man könne Kindern durch eine kooperative und freundliche Scheidung Leid ersparen, erweist sich zunehmend als Trugschluss. Marquardt (2007) zeigt in ihrem Buch, das auf Interviews mit über 1500 jungen Erwachsenen basiert (die ei-

ne Hälfte hat eine Scheidung der Eltern erlebt, die andere nicht), eindrucksvoll auf, wie sehr eine Scheidung die Kindheit verändert. Selbst bei „guten“ Scheidungen vermissen die betroffenen Kinder Halt, Sicherheit und Verlässlichkeit und haben das Gefühl, wie Erwachsene funktionieren zu müssen. Sie stehen vor der Herausforderung die beiden unterschiedlichen Lebenswelten ihrer Eltern zu integrieren und haben damit eine Aufgabe, die vielfach überfordert, verunsichert und einsam macht. Dabei will Marquardt, die selbst Kind einer „glücklichen“ Scheidung ist, sich trennenden Eltern keineswegs Vorwürfe machen – sie betont ausdrücklich, dass es Situationen gibt, in denen eine Scheidung ein sinnvoller Weg ist. Ihr Anliegen ist vielmehr, das Erleben der Kinder konsequent in den Mittelpunkt zu rücken.

In Übereinstimmung hierzu mahnt Gerhard Amendt (2004) – Direktor des Instituts für Geschlechter- und Generationsforschung an der Universität Bremen – an, dass unbequeme Fakten nicht gern wahrgenommen werden:

Weil Scheidungen für die Kinder etwas sehr Schmerzliches sind, gibt es unter Eltern so etwas wie Selbsttäuschung, weil sie ihre Kinder eben nicht verletzt sehen wollen. Ihre Selbsttäuschung betrifft das, was sie den Kindern antun. Deshalb wird am nachdrücklichsten beschwiegen, dass Scheidungen eine von den Eltern gegen die Kinder gerichtete Form der Aggressivität darstellen. Diese Form der Aggressivität wird verleugnet. Deshalb sprechen Geschiedene nicht darüber und auch kein Ratgeber weist sie darauf hin. Je höher die Scheidungsziffern klettern, umso mehr greift diese Aggression um sich (S. 22).

Leider findet sich dieses Nicht-Wahrhaben-Wollen nicht nur bei Betroffenen, sondern auch in der Fachliteratur und betrifft hier vor allem die Bedeutung von Hilfen für Paare – und zwar solange diese ein Paar sind! In der 2. durchgesehenen Auflage zur Beratungspsychologie (Nußbeck 2010) fällt die im Kinder- und Jugendhilfegesetz (SGB VIII, KJHG 17) verankerte Pflichtaufgabe von Kommunen, Elternpaare zu einem partnerschaftlichem Miteinander zu befähigen und darin zu unterstützen, Probleme konstruktiv zu lösen, glatt unter den Tisch. Obwohl die Ehe- und Paarberatung diese wichtige Aufgabe leistet – allein in den katholischen Eheberatungsstellen werden mit steigender Tendenz jährlich über 100.000 Klienten unterstützt (Ziegler 2003) – wird in dieser Veröffentlichung eine Beratung nur auf §17, 3 der Beratung im Falle einer Trennung und Scheidung bezogen: „Das KJHG formuliert neben dem Anspruch auf Hilfe zur Erziehung auch die Verpflichtung zur Beratung bei Trennung und Scheidung“ (Nußbeck 2010, S. 144). Darüber hinaus wird eine zentrale Untersuchung zur Wirksamkeit von *Paarberatung* (Klann & Hahlweg 1994) fälschlicherweise als Nachweis der Wirksamkeit von Familien-

und *Erziehungsberatung* zitiert (Nußbeck 2010, S.129). Uns ist wichtig, an dieser Stelle zu betonen, dass die Wirksamkeit von *Ehe- und Paarberatung* in mehreren prospektiven Studien bestätigt werden konnte (Klann & Hahlweg 1994; Klann 2002). Dabei gibt es in der Ehe- und Paarberatung einen hohen Anteil an Elternpaaren, die erhebliche Belastungen in der Kindererziehung aufweisen. Cowan & Cowan (2012) konnten im Rahmen einer Längsschnittstudie empirisch belegen, dass die Teilnahme von Eltern an einer partnerschaftsbezogenen Gruppe nicht nur positive Auswirkungen auf die Paarbeziehung, sondern auch auf die Eltern-Kind-Beziehungen und die kindliche Entwicklung insgesamt hat. Demgegenüber zeigten sich bei Eltern, die an einer auf Erziehungsfragen bezogenen Gruppe teilnahmen lediglich Veränderungen in der Qualität des Erziehungsverhaltens, nicht jedoch in der Beziehung zwischen den Eltern. Besonders beeindruckend ist, dass die Kinder der Eltern, die die paartherapeutische Intervention bekommen hatten, noch 10 Jahre später von ihren Lehrerinnen als sozial und schulisch kompetenter eingeschätzt wurden und weniger problematische Verhaltensweisen zeigten (vgl. Cowan, Cowan & Barry 2011).

Erfreulicherweise liegen auch für den deutschen Sprachraum erste empirische Ergebnisse vor, die aufzeigen, dass ein paarbezogener Beratungsansatz die Kindererziehung positiv zu beeinflussen vermag (Kröger, Hahlweg & Klann 2004; Kröger & Klann 2006). Wie schon an anderer Stelle betont (vgl. Kröger et al. 2008, S. 150) ist davon auszugehen, dass sich mit einer wirksamen Ehe- und Paarberatung positive Auswirkungen auf das Familienleben, insbesondere auf das Befinden von Kindern ergeben. Angebote der Ehe- und Paarberatung sind als eine Unterstützung einzuordnen, die auch dem Wohl von Kindern zugutekommt, da deren familiäre Entwicklungsumwelt durch Paarberatung positiv beeinflusst werden kann. Eine zentrale Chance der Ehe- und Paarberatung besteht darin, dass viele Eltern aus Eigenmotivation kommen und zu einem Zeitpunkt, zu dem die Kinder oftmals (noch) keine Verhaltensauffälligkeiten oder emotionalen Probleme aufweisen (vgl. auch Abschnitt 5).

### **3. Die Vision vom Paar: so nah – und doch so un- erreichbar?**

In der Antike war die Vorstellung verbreitet, dass die Geschlechterteilung nicht von Anfang an bestanden habe, sondern einen Spätzustand des Menschseins darstellt. In Platons „Sympo-

sium“ („Gastmahl“) ist von kugelrunden Doppelwesen die Rede, die die Götter in zwei Hälften schnitten, aus Angst vor deren Kraft und Stärke. Seitdem gehen die beiden Teile getrennt, aufrecht auf zwei Beinen und haben Sehnsucht danach, sich mit dem jeweils anderen Teil wieder zu vereinen. Dieser Drang der zwei Hälften, sei die Liebe („erôs“).

Wenn wir uns von dem mit diesem Mythos verbundenen Bild einladen lassen, so verbindet sich mit jeder Paarbeziehung eine „Vision“ von den Potenzialen und Möglichkeiten eben dieses einmaligen Paares. Als Berater bedarf es einer positiven inneren *Haltung*, eines *wachstumsorientierten* Blicks auf Paare, um die schlummernden Potenziale wieder zum Vorschein bringen. Nicht ohne Grund hat Grawe (1998) darauf aufmerksam gemacht, wie entscheidend es ist, zu Beginn eines beraterisch-therapeutischen Prozesses Hoffnung zu induzieren, Erwartungen an ein gelingendes Miteinander, an eine zufriedenerere gemeinsame Zukunft zu stärken.

Manche Menschen sehen in ihrem Partner etwas Besonderes, das für Außenstehende häufig nicht offensichtlich ist – und damit ist nicht die sprichwörtliche „rosa Brille“ der Verliebtheit gemeint. Mitunter nimmt der Partner etwas in einem geliebten Menschen wahr, was dieser selbst auch in seinem Inneren spüren oder erahnen kann. Finkel von der Northwestern University vertritt die Ansicht, dass der Partner dazu beitragen kann, das eigene ideale Ich nach außen zu kehren (Rusbult, Kumashiro, Kubacka & Finkel 2009), solche Paare sind meist besonders glücklich. Dieses Phänomen wird als Michelangelo-Effekt bezeichnet – in Analogie zu dem Künstler, der aus einem Stück Marmor etwas Schönes und Einzigartiges herausarbeitet. Wir vermuten, dass dieser Effekt auch für die Beziehung zwischen Berater und einem Paar zur Geltung kommen könnte. Als Berater innerlich zuerst auf die Vision eines Paares zurückzugreifen, d.h. trotz allem anderen *auch* nach dem Gelingenden Ausschau zu halten, scheint hierfür ein vielversprechender Ansatzpunkt zu sein (vgl. auch Abschnitt 4.4), denn Visionen setzen Kräfte frei und stellen Energie zur Verfügung.

Zu Beginn ihrer Beziehung haben Paare meist selbst eine starke und erfüllende Vision von ihren Möglichkeiten – auf dem gemeinsamen Lebensweg geht diese manchmal verloren. Immerhin tragen beide einen „Rucksack“ mit Lebenserfahrungen. Diese können – bei verlässlichen und liebevollen frühen Beziehungserfahrungen mit wichtigen Bezugspersonen – „Wegzehrung“ sein und hilfreich, stärkend und wachstumsorientiert wirken. Sie können aber auch die gemeinsame Wegstrecke schwer werden lassen – insbesondere, wenn die frühen Beziehungserfahrungen mit

tiefen Verletzungen der zentralen psychischen Grundbedürfnisse verbunden waren (vgl. Abschnitt 1). Das Herausfordernde ist, dass die daraus resultierenden Schemata nur implizit zur Verfügung stehen, blitzschnell „getriggert“ werden und die Betroffenen in Millisekunden reagieren und handeln, ohne dass sie sich des Auslösers bewusst sind. Roediger (2012) vergleicht das mit dem Bild einer Klingel. Eine aktuelle Erfahrung (z.B. eine Bemerkung des Partners, ein bestimmtes Verhalten) löst ein Reaktionsmuster aus – genauso wie eine Klingel nur klingelt, wenn jemand auf den Knopf drückt. Die Klingel würde aber ohne entsprechende Leitungen zur Glocke stumm bleiben. Das heißt, es wird hilfreich sein, zu lernen, zwischen Auslöser und inneren Voraussetzungen, die die Reaktionen (das Klingeln) wesentlich mit bedingen, zu unterscheiden (Roediger 2012, S. 12).

In Paarbeziehungen hat derjenige, bei dem es „läutet“ den Eindruck (meist sogar die feste Überzeugung), dass der, der das Klingeln auslöst, der Verursacher sei. Es folgen Streit, Vorwürfe, Feindseligkeiten, Beleidigungen oder andere - für den Partner unbegreifliche - Verhaltensweisen. Bei Paaren in der Krise gelingt es nicht mehr das zu klären. Einer oder beide verhalten sich wie ein verletzbares, wütendes, oder undiszipliniertes Kind (vgl. Modus-Modell der Schematherapie, z.B. Roediger 2012). Es kann auch sein, dass sich einer wie ein glückliches Kind verhält und der andere dies nicht aushalten kann, neidisch und eifersüchtig auf das innere Glück des anderen reagiert. Ähnlich wie wir die Grammatikregeln unserer Muttersprache implizit kennen und anwenden, wenden wir auch die Regeln für das Leben in einer nahen Beziehung implizit an, ohne diese benennen zu können – aber manchmal wird spürbar, dass der Rucksack, der eigentlich Proviant enthalten sollte, nur eine drückende Last ist ...

Im Folgenden möchten wir einen konkreten Paarberatungsansatz, die *Partnerschule*, vorstellen und aufzeigen, wie ein schematherapeutisches und emotionsfokussierendes Verständnis von Veränderungsprozessen diese Vorgehensweise bereichert.

## **4. Die Partnerschule: ein klärungs- und bewältigungsorientierter Ansatz**

### **4.1 Entstehung der Partnerschule**

Die Partnerschule, die sich insbesondere durch beraterische Arbeit in und mit Gruppen von Paaren auszeichnet, wurde von Rudolf Sanders ab 1990 kontinuierlich an der Katholischen Beratungsstelle für Ehe- und Familienfragen Hagen und Iserlohn entwickelt (Sanders 1997, 1998, 2001, 2005). Dabei kommt in der

Diskussion mit Fachleuten und Laien nicht selten die Frage auf, ob das klare Ziel der Stabilisierung einer Ehe oder Partnerschaft seitens des Beraters überhaupt gerechtfertigt sei oder ob es nicht zunächst darum gehen müsse, herauszufinden, ob ein Paar überhaupt zusammen bleiben wolle oder nicht, „da muss man doch ergebnisoffen sein“ – so ein häufiger Einwand. Angesichts der gravierenden Folgen von Trennung und Scheidung für die Betroffenen und deren Kinder (vgl. Abschnitt 2) fiel die Entscheidung, alles, was die wissenschaftliche Forschung an Erkenntnissen zur Verfügung stellt, zu nutzen, um eine Ehe oder Partnerschaft zu stabilisieren (vgl. Sanders 2006, S. 18). Selbstverständlich wird dies zu Beginn eines Beratungsprozesses dem Paar gegenüber transparent kommuniziert. Die Rückmeldungen ratsuchender Paare sprechen dafür, dass der Zuspruch zur Partnerschule genau mit dieser Entscheidung und der damit verbundenen eindeutigen Zielorientierung in Zusammenhang steht.

Der Begriff *Partnerschule* wurde gewählt, weil sich Ratsuchende leichter mit dem Begriff eines Lernenden in Sachen Partnerschaft identifizieren können. Eine Reihe an prospektiven Studien belegt die Wirksamkeit und Nachhaltigkeit dieses Ansatzes (Kröger & Sanders 2002, 2005; Kröger 2006; Sanders 1997).

Eine Übersicht über den aktuellen Stand findet sich bei Sanders (2010b). Dabei versteht sich die Partnerschule als „Open-Source“-Projekt. Der Quellcode liegt durch die Veröffentlichungen vor, die Anwender nutzen ihn und stellen ihre Erfahrungen und Verbesserungsvorschläge wiederum der Gemeinschaft der Interessierten durch das Forum auf der Website [www.partnerschule.de](http://www.partnerschule.de) zur Verfügung (Sanders 2006, S.12). In diesem Sinne fügen sich Veröffentlichungen und Erfahrungen mit der Schematherapie (Roediger 2010; Young et al. 2008) bzw. emotionsfokussierte Vorgehensweisen (Johnson 2009; Greenberg & Goldman 2010) in das Konzept der Partnerschule ein.

#### **4.2 Ein schematherapeutisches Verständnis von Partnerschaftsproblemen: Implikationen für die Beratungsarbeit**

Den Empfehlungen von Klaus Grawe folgend werden in der Partnerschule die Klärungs- und Bewältigungsperspektive, aus seiner Sicht die wichtigsten therapeutischen Wirkprinzipien (1996), miteinander verbunden und umgesetzt. Gemeinsam mit den Partnern wird eine nachvollziehbare Erklärung für die Entstehung ihrer Probleme im Miteinander erarbeitet, was dazu motiviert, neue Muster ihres „Beziehungstanzes“ zu lernen und einzuüben. Das Wissen um und die Auswirkungen von Schemata spielen eine zentrale Rolle, damit beide die Beziehungsverwirrungen

verstehen und einordnen können. Dabei wird auch vermittelt, dass es im innerpsychischen Geschehen zwei qualitativ unterschiedliche Funktionsweisen gibt: eine implizite und eine explizite. Letztere wird von Bewusstsein und Willen begleitet, also von mitteilbaren inneren Konzeptionen; demgegenüber ist die implizite Funktionsweise nicht von Bewusstheit begleitet, sondern „automatisiert“, so dass entsprechende Prozesse „bottom-up“ und mit hoher Geschwindigkeit erfolgen (vgl. auch Abschnitt 3). Kennzeichnend ist, dass im impliziten Funktionsmodus mehrere Prozesse gleichzeitig ablaufen – dies stellt nach Grawe (1998) einen Schlüssel zum Verständnis des menschlichen Seelenlebens und damit auch einen Schlüssel zum Verständnis von Partnerschaftskonflikten dar.

Paare kommen zur Beratung, weil *zwischen* beiden etwas stört. Dieser Störung in der interpersonellen Beziehung kommt im innerpsychischen Geschehen des Einzelnen eine ganz individuelle Bedeutung zu, die eng mit dessen bisherigen Beziehungserfahrungen verwoben ist. Insofern ist in der Paarberatung die *intrapyschische Perspektive* unverzichtbar, auch wenn es um Probleme im Miteinander geht. Gleichwohl bleibt das intrapsychische Geschehen eines Menschen immer auf andere, auf ein Gegenüber bezogen, denn unsere psychischen Grundbedürfnisse können nur im zwischenmenschlichen Kontakt befriedigt werden.

Im Rahmen der konkreten Beratungsarbeit geht es zunächst darum, implizite sich destruktiv auf die Beziehung auswirkende motivationale Schemata der einzelnen Partner zu „dechiffrieren“; also zu verstehen, wie man derjenige geworden ist, der man ist, um vor diesem Hintergrund die Dynamik im Miteinander zu erschließen. Individuelle motivationale Schemata bestimmen implizit, wie andere Menschen wahrgenommen werden, welche Erwartungshaltungen an sie heran getragen werden, wie Kontakte, Interaktionen und Beziehungen gestaltet werden. Dabei sind innerpsychische Prozesse und soziales Beziehungsgeschehen während des gesamten Lebens durch wechselseitige Einflüsse eng miteinander verwoben. Daher sind sowohl die Veränderung motivationaler Schemata als auch die Veränderung von konkreten Interaktionsmustern zentrale Ansatzpunkte in der Paarberatung. Die Interaktionen sind die Bühne eines Menschen, auf der sich seine Schwierigkeiten zeigen und gleichzeitig der Weg zur Befriedigung seiner Bedürfnisse.

Es ist davon auszugehen, dass zu Beginn einer Beratung in hohem Maß das Grundbedürfnis nach Orientierung und Kontrolle (Grawe 2004) aktiviert ist. Ratsuchende wollen die Regeln im nahen Miteinander verstehen, die sie zwar anwenden, von deren Existenz und Art sie aber (noch) kaum Bewusstheit haben.



Wir unterstellen, dass Paare in die Paarberatung kommen, um diese Regeln kennen zu lernen und so zu steuern, dass sie verändert werden können. Dabei geht es zunächst darum, zu verstehen, was los ist, was auf unbewusster Ebene immer wieder miteinander passiert. Denn unangenehmer als ein aversives Ereignis selbst (z.B. feindselige Vorwürfe vom Partner) ist es, aus heiterem Himmel und ohne nachvollziehbaren Grund damit konfrontiert zu werden. Es macht es leichter zu wissen: „Bei dem allerkleinsten Anzeichen, dass seine Bedürfnisse übersehen werden könnten, tickt er aus und brüllt herum“ und auch: „dann meint er es eigentlich nicht so und hinterher tut es ihm leid“ und vor allem „das hat mehr mit seinen Erfahrungen als kleiner Junge zu tun, weil er immer zurückstecken musste, die Mutter absorbiert war von der Pflege des Bruders mit schweren Mehrfachbehinderungen – und weniger, mit dem, was ich getan und gesagt habe“.

Ein plausibles Modell für die Entstehung und den Verlauf hat auch insofern große Bedeutung, als dadurch eine neue kognitive Strukturierung der Problematik erfolgt, die Distanzierung erlaubt und Einflussmöglichkeiten eröffnet. Dabei ist zu beachten, dass das entscheidende Kriterium für die Richtigkeit eines solchen Modells dessen Plausibilität aus Sicht der Klienten ist (vgl. Kanfer, Reinecker & Schmelzer 2006).

Ziel des Klärungsprozesses ist es, den Ratsuchenden einen Rahmen zur Verfügung zu stellen, in dem sie ihr Erleben und Handeln, ihre Schemata verstehen lernen. Um diesen Klärungsprozess anzustoßen, werden verschiedene diagnostische Verfahren eingesetzt, d.h. die Ratsuchenden bekommen die standardisierten Fragebögen der Beratungsbegleitenden Forschung (BF; Klann 2002; Klann & Hahlweg 1994). Zur Einschätzung wesentlicher Aspekte der Paarbeziehung werden der Fragebogen zur Einschätzung von Partnerschaft und Familie (EPF; Klann, Hahlweg, Limbird & Snyder 2006) und die Problemliste (PL; Hahlweg 1996) genutzt. Eine Beurteilung der eher individuellen Belastungssymptomatik ermöglicht zum einen die Allgemeine Depressionsskala (ADS; Hautzinger & Bailer 1992), die sich insbesondere zur Erfassung depressiver Verstimmungen in der Allgemeinbevölkerung eignet, und zum anderen die Beschwerdenliste (BL; Zerssen 1976) anhand derer sich subjektive, überwiegend körperlich bedingte Beeinträchtigungen (wie z.B. Müdigkeit, innere Unruhe) quantitativ einschätzen lassen. Zur Erfassung der allgemeinen subjektiven Lebensqualität bzw. -zufriedenheit der Klienten wird das Modul A des Fragebogens zur Lebenszufriedenheit (FLZ-A; Henrich & Herschbach, 2000) eingesetzt. Eine ausführ-



liche Beschreibung der Fragebogenbatterie findet sich bei Sanders (2006, S. 160-167) und Kröger (2004).

Durch das Bearbeiten der Fragebögen und die Nachbesprechung im Rahmen der Beratung bekommen Paare einen ersten kognitiven Zugang zu ihren Schwierigkeiten. Die Bögen helfen zu benennen, was bisher nur schwer mit Worten zu fassen war. Wird im Verlauf deutlich, dass tief verankerte Muster aus Kindertagen die Schwierigkeiten im Miteinander wesentlich bestimmen, werden zusätzlich Schema-Fragebögen (Roediger 2010, S. 117) einbezogen. In diesem Zusammenhang haben sich auch die allgemeinverständlichen Selbsthilfebücher von Young und Klosko (2008) sowie von Roediger (2012) bewährt. Durch die nachvollziehbare Erläuterung der einzelnen Schemata (wie z.B. „Emotionale Vernachlässigung“, „Unzulänglichkeit/Scham“, „Aufopferung“ etc.) bekommen die Ratsuchenden eine Idee von der Bedeutung und den Auswirkungen wichtiger Erfahrungen in Kindheit und Jugend; sie erkennen und verstehen zunehmend eigene Schemata und die des Partners. So erscheint dysfunktionales Verhalten im Miteinander in einer neuen Perspektive, was dazu motiviert, andere Interaktions- und Kommunikationsformen zu lernen, die den eigentlichen Wünschen an das Miteinander in der Beziehung entsprechen.

Um maladaptive Schemata zu verändern, ist es unabdingbar, diese prozessual zu aktivieren. „Verstandene“ Gefühle sind nicht gleichzusetzen mit einer Schemaaktivierung! Bei der beraterisch-therapeutischen Arbeit mit Paaren ist es hilfreich, wenn dysfunktionale Schemata nicht nur in der Gegenwart des Beraters aktualisiert werden, da dieser sonst leicht als parteiisch wahrgenommen wird. Ein Beispiel mag hier die Bedeutung des Gruppensettings veranschaulichen: Ein Mann beklagte während einer Gruppensitzung der Partnerschule, dass ihm seine Frau seit der Geburt der Kinder nicht mehr genug Aufmerksamkeit schenke. Die anderen Gruppenmitglieder formulierten unmittelbar, dass sie gerade im Moment erlebten, dass seine Frau ihm voller Aufmerksamkeit zugewandt zuhöre. Diese Rückmeldung öffnete wesentlich die Tür für die weiterführende therapeutische Arbeit, in der sich eine Verbindung zu seinem Erleben in der Herkunftsfamilie mit seiner Mutter aktualisierte. Im Rahmen einer leeren Stuhl-Arbeit (vgl. Greenberg et al. 2003) konnte der Klient seine Enttäuschung und Wut gegenüber seiner Mutter ausdrücken und bearbeiten. Gleichzeitig wurde er darin unterstützt, in der Beziehung zu seiner Frau deren Zuwendungen wahrzunehmen (u.a. durch den Einsatz von „Schemamemos“, vgl. Young et al. 2008).

Zu Beginn des Basisseminars entwickeln die Teilnehmer nach einer Imagination (in der sie sich als Paar auf einer Theaterbühne betrachten; vgl. Sanders 2006, S. 181) eine Tonfigur, die die „Gestalt“ des Paares ausdrückt und die schließlich den anderen Gruppenmitglieder vorgestellt wird. Diese Tonarbeiten bringen die Problematik eines Paares häufig sehr verdichtet auf den Punkt. Wenn zum Beispiel ein Mann, der im öffentlichen Leben eine herausragende Position bekleidet, seiner Tonfigur den Titel gibt „Wenn du mich nicht hältst, falle ich auf die Schnauze!“ wird eine innere Zerrissenheit ausgedrückt, die schematherapeutisch durch die verschiedenen Bewältigungsstrategien (in diesem Fall Kompensation versus Erduldung) verstehbar wird. Aus einem tiefen Unzulänglichkeitserleben heraus wird auf der einen Seite in hohem Maß öffentlich Leistungsverhalten gezeigt, täglich unerbittliche „Standfestigkeit“ bewiesen, auf der anderen Seite aber eine unstillbare Bedürftigkeit erlebt, die sich in der Ehe in „unterwürfigem“ Verhalten zeigt.

Damit eine solche Offenheit innerhalb einer Gruppe von Paaren möglich wird und diese nicht nur als Zeugen („Ja, wir glauben dir, was du als Kind erlebt hast, was dir widerfahren ist“), sondern im Sinne von „Empowerment“ als tragende Gemeinschaft erlebt werden kann, sind die Herausforderungen und Besonderheiten des Gruppensettings zu berücksichtigen (Fiedler 1996; Sanders 2008). Hier kommt dem Grundprinzip der Freiwilligkeit zentrale Bedeutung zu: Zu Beginn der Seminare wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass alle Angebote der Gruppenarbeit freiwillig sind und niemals ein Zwang zur Teilnahme besteht. So ist es prinzipiell möglich, dass jemand schweigend an der Partnerschule teilnimmt. Entscheidend ist nur, dass er bzw. sie dies mitteilt. Tatsächlich ist dies in den letzten 20 Jahren in mehr als 135 Seminaren noch nicht vorgekommen. Dies ist vermutlich auch darauf zurückzuführen, dass seitens der Leitung maximaler Schutz für den Einzelnen realisiert wird. So werden Aggressionen der Gruppenmitglieder untereinander sofort unterbrochen und geklärt. Außerdem zeichnet sich die beraterisch-therapeutische Arbeit durch ein hohes Maß an Transparenz aus und es wird bewusst eine wohlwollende, Sicherheit gebende und offene Atmosphäre aufgebaut (vgl. auch Abschnitt 4.5). Dieses Erleben von „aufgehoben und sicher sein“ in der Gruppe und bei den Beratern ist Voraussetzung dafür, dass die mit der Aktivierung von Schemata verbundenen Emotionen ausgedrückt werden können.

Die emotionale Aktivierung von Schemata erfolgt in der Partnerschule durch verschiedene Imaginationen bzw. hypnoide Trancen zur Kindheit (Sanders 2006, S.189). Vorstellungsbilder

eröffnen einen Zugang zu Emotionen, der nicht durch Bedeutungszuschreibungen und sprachbasierte Erinnerungen blockiert wird. So wird die Assoziationsfähigkeit des non-deklarativen Gedächtnisses genutzt, denn insbesondere bei frühen Erfahrungen stehen uns keine bzw. nur fragmentarische verbalisierbare Gedächtnisinhalte zur Verfügung.

Bei einer hypnoiden Trance handelt es sich um einen entspannungsinduzierten Zustand (Svoboda 1984), der sich durch eine Loslösung vom Alltag, von den augenblicklichen Erfahrungen auszeichnet. In diesem Zustand ist es zum einen möglich, Phantasien zu entwickeln, die kreative Prozesse zur Lösung aktueller Probleme anregen können. Zum anderen kann in einer Trance Vergangenes auftauchen, z.B. Bilder von emotionalen Schlüsselerfahrungen. Damit bieten Trancen und Imaginationen einen Zugang zur Entstehung von schädigenden Beziehungsschemata.

Wenn die Teilnehmer anschließend wieder mit ihrer Aufmerksamkeit im Hier und Jetzt präsent sind, ist es sinnvoll, das in der Trance Erlebte (dies wird vor der Imagination angekündigt) in einem schöpferischen Akt auszudrücken (z.B. durch Farben auf einem großen Blatt Papier oder durch das Formen von Ton). Die praktische therapeutische Arbeit zeigt, dass über diesen Weg tatsächlich sehr häufig zentrale emotionale Schlüsselerfahrungen auftauchen und „fassbar“ werden, die von starken Verletzungen und intensiven Gefühlen (wie Angst, Enttäuschung, Scham) geprägt sind. Durch das Teilen dieser Erfahrungen in der Gruppe und das Teilhabendürfen an den Biografien der anderen, wird meist recht deutlich, welche impliziten Regeln für den einzelnen bei der Beziehungsgestaltung zum Tragen kommen. So entsteht Verständnis für und Zugang zu Beziehungsmustern und den zugrundeliegenden Schemata. Dabei spielt die Erfahrung, nicht nur mit allem angenommen zu sein, sondern auch, mit Hilfe der Gruppe und der Berater zu entdecken, welche *Kompetenz*, in dem, was heute stört, einmal gesteckt haben mag (Fiedler 1995), ebenfalls eine entscheidende Rolle.

Dabei bieten Imaginationen und hypnoide Trancen auch besondere Möglichkeiten, „heilenden“ und damit bewältigungsorientierten Einfluss zu nehmen, indem in der Vorstellung tröstend und Sicherheit gebend auf die Bedürfnisse des verletzten Kindes eingegangen wird (vgl. auch Roediger 2012; da wir in der Kindheit am bedürftigsten und verletzbarsten sind, entstehen maladaptive Beziehungsschemata meist in dieser Zeit). Gleichzeitig werden die Paare darin unterstützt in ihrer Beziehung auszudrücken, was sie brauchen, was sie sich wünschen – hier rückt dann das kon-

krete Einüben von Kommunikationskompetenzen in den Vordergrund.

#### **4.4 Emotionen als Ressourcen und Energiequelle**

In seiner Einführung zur *Psychologischen Psychotherapie* betont Grawe (1998) die Bedeutung der Induktion von Hoffnung bzw. guten Emotionen, denn diese vermögen Selbstheilungskräfte bei Klienten zu aktivieren. Er unterstreicht, wie wichtig es ist, dass Klienten bereits im ersten Kontakt selbstwerterhöhende Erfahrungen machen (Grawe 2004, S. 437). Wie kann es in der Arbeit mit Paaren gelingen, wieder eine hoffungsvolle Vision zu entwickeln? Denn: „Ohne Hoffnung lässt sich Entmutigung nicht überwinden, ohne Hoffnung kommt es zu keiner Veränderung“ (Greenberg & Goldman 2010, S. 420).

Im Rahmen der Partnerschule hat sich zu diesem Zweck das Paarinterview zur Beziehungsgeschichte (PIB; Saßmann 2001) bewährt, das als Standard in der zweiten Sitzung durchgeführt wird (Sanders 2006, S. 157-159). Es handelt sich um ein halbstrukturiertes Interview, das eine Reihe offener Frage zum Kennenlernen, zur Hochzeit, zum Übergang zur Elternschaft etc. umfasst und positive Aspekte der Beziehung fokussiert. Selbst vergleichsweise stark belastete und unzufriedene Paare genießen es, über ihre Beziehungsgeschichte zu sprechen und es entsteht meist eine angenehme Atmosphäre zwischen beiden. Durch das PIB wird ermöglicht an vorhandene, aber zurzeit verschüttete emotionale Ressourcen anzuknüpfen bzw. die Vision dieses Paares aufleuchten zu lassen. Die Erinnerungen stärken das Gefühl miteinander verbunden zu sein, wodurch sich die Therapie- bzw. Beratungsmotivation erhöht (Gottman 1994). Gleichzeitig entsteht ein guter Kontakt zum Paar und der Berater erhält reichhaltige anamnestiche und diagnostische Informationen, vor allem auch dadurch, *wie* das Paar seine Beziehungsgeschichte schildert.

Dieses Anknüpfen an gute Vorerfahrungen, an Ressourcen eines Paares und das Induzieren guter Emotionen setzt sich in der Partnerschule vielfältig fort. Beispielsweise werden die Teilnehmer im Rahmen des Basisseminars eingeladen, einander im Wechsel für je 20 Minuten auf dem Boden sitzend bzw. liegend den Kopf zu halten, um gute Erfahrungen des Gehaltenwerdens lebendig werden zu lassen. Dabei werden die Teilnehmer eingeladen, die Worte *Ich halte dich in meinen Händen* bzw. *Ich liege in deinen Händen* auszusprechen (vgl. Sanders 2006, S. 184). Selbst Paare, die sich schwer emotional verletzt haben, lassen sich – bis auf wenige Ausnahmen – auf diese Übung ein und sind von ihren Erfahrungen in der Regel tief berührt.

#### **4.5 Zur Bedeutung der begrenzten elterlichen Fürsorge**

Damit Ratsuchende solche Interventionsangebote überhaupt annehmen können, sind sie auf eine Atmosphäre von Geborgenheit, Sicherheit und Akzeptanz angewiesen, die wesentlich auf der begrenzten elterlichen Fürsorge des Beraters basiert (vgl. Abschnitt 1 bzw. Young 2010). Wir müssen davon ausgehen, dass Klienten meist keine sicheren Bindungen und haltgebenden Beziehungen in ihrer Kindheit erfahren konnten, was auch die Entwicklung von Selbstwirksamkeit nachhaltig beeinträchtigt. Dass solche frühen Lernerfahrungen Auswirkungen auf das konkrete Gestalten von nahen Beziehungen in der Gegenwart haben, ist der zentrale Gedanke eines schematherapeutischen und emotionsfokussierenden Verständnisses. Kinder, die in ihren ersten Lebensjahren in engen Beziehungen ein hohes Maß an Unsicherheit, Angst und damit Stress erleben müssen, entwickeln in der Regel als „Überlebensstrategie“ Vermeidungsschemata (z.B. echte und tiefe Nähe zu meiden), die sie zwar vor weiteren Verletzungen ihrer Grundbedürfnisse schützen, aber gleichzeitig adaptive bedürfnisbefriedigende Erfahrungen verhindern. Die neurowissenschaftliche Perspektive unterstützt die Überlegung, dass insbesondere frühe Erfahrungen die Entstehung hochgradig automatisierter Reaktionsmuster begünstigt:

Je früher sich diese prägenden Erfahrungen [...] in das Gehirn eingraben können, je verformbarer die Verschaltungen des Gehirns also zu dem Zeitpunkt sind, zu dem diese Erfahrung gemacht werden, desto besser sitzen sie für den Rest des Lebens. Sie sehen dann aus wie angeborene Instinkte, lassen sich auslösen wie angeborene Instinkte, sind aber keine angeborenen Instinkte, sondern in das Gehirn eingegrabene, während der frühen Kindheit gemachte Erfahrungen [...] (Hüther 2001, S. 51).

Grawe (1998, 2004) hat in seiner Forschungsarbeit immer wieder betont, dass sich Vermeidungsschemata überaus negativ auf die psychische Gesundheit auswirken. Dementsprechend zeigte eine umfassende Emnid-Studie für den Arbeitsbereich der Ehe- und Familienberatung, dass Ratsuchende in allen Bereichen der psychischen Beeinträchtigung, die durch die Kurzform der SCL-90 erfasst werden, signifikant belasteter sind als eine repräsentative Vergleichsstichprobe: Beispielsweise erlebten sich 82 % der Ratsuchenden als ausgesprochen verletztlich in Gefühlsdingen, 78 % hatten das Gefühl, sich zu viele Sorgen machen zu müssen, 71 %, dass sie angespannt oder aufgeregt sind und 60 % berichteten davon, dass es ihnen schwer fällt, etwas anzufangen (vgl. Saßmann & Klann 2002, S. 94).

Nach dem gegenwärtigen Forschungsstand ist davon auszugehen, dass sich insbesondere frühkindliche Verletzungen

des Bindungsbedürfnisses nachhaltig schädigend auf die seelische Gesundheit auswirken. Dies liegt daran, dass gerade bei sehr kleinen Kindern die Befriedigung der anderen Grundbedürfnisse in hohem Maße davon abhängt, dass Bezugspersonen feinfühlig sind und eine sichere Bindung aufzubauen vermögen (vgl. auch Borg-Laufs & Dittrich 2010). Grawe (2004) kommt zusammenfassend zu dem Schluss, dass ein unsicherer Bindungsstil der größte Risikofaktor für die Ausbildung einer psychischen Störung ist, den wir bis heute kennen.

Genau aus diesem Grund ist das Gruppensetting der Partnerschule ein optimales Lern- und Erfahrungsfeld (Sanders 2008). Es ermöglicht gute (und korrigierende) zwischenmenschliche Erfahrungen nicht nur in der Beziehung zum Berater, sondern letztlich zu vielen anderen Menschen.

Genauso, wie man Sprechen nur in einer Sprachgemeinschaft durch Sprechen und Verstehen lernt, lernt man Sozialverhalten nur in einer Gemeinschaft, in und mit der man handeln darf und kann. Kooperation wird spielerisch gelernt, aber das Spiel heißt nicht *Mensch ärgere dich nicht* und auch nicht *Monopoly*. Es heißt *Miteinander leben!* Und es ist kein Spiel (Spitzer 2007, S. 314).

Unterstützende und tragfähige zwischenmenschliche Beziehungen sind letztlich das beste und wirksamste „Arzneimittel“ gegen seelischen und körperlichen Stress – sie wirken wie ein „soziales Immunsystem“ (vgl. Pauls 2011, S. 85). Dementsprechend nimmt das Erkrankungsrisiko zu, wenn Menschen nur in geringem Ausmaß in soziale Beziehungen eingebunden sind bzw. wenn sich die Qualität ihrer zwischenmenschlichen Beziehungen verschlechtert (zusammenfassend bei Pauls 2011). In der Studie von Saßmann und Klann (2002) wurde deutlich, dass Ratsuchende dies intuitiv erfassen und sich mehr Hilfestellung und solidarische Unterstützung im nahen sozialen Umfeld wünschen. Von den befragten Klienten von Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen wünschten sich 89 % mehr Kontakt zu Freunden und 59 % äußerten, mehr Kontakt zu Nachbarn haben zu wollen. Die Partnerschule schafft gerade durch die beraterrische Arbeit in Gruppen eine Basis für Kontakte und somit dafür, dass Klienten genau diese Wünsche realisieren können. Das Bedürfnis der Klienten, das, was sie an Miteinander und Solidarität in den Gruppen erfahren haben, in ihren Alltag zu transportieren, spiegelt sich auch darin wider, dass im Mai 2000 ehemalige Ratsuchende den Verein Netzwerk Partnerschule e.V. gegründet haben, der einen Rahmen für informelles Miteinander bietet (Sanders 2008).

Die konkrete Erfahrung begrenzter elterlicher Fürsorge im Einzelkontakt mit einem Paar ist häufig Voraussetzung dafür, dass sich Klienten, überhaupt auf das „Wagnis“ der beraterrischen

Gruppenarbeit einlassen. Die wohlwollende und sichere Gruppenatmosphäre bietet dann die Basis dafür, dysfunktionale Schemata bewusst zu machen und konstruktives Miteinander zu lernen. Darüber hinaus verbinden sich mit dem Gruppensetting eine Reihe von Wirkfaktoren, die im Einzelsetting so kaum herzustellen sind – angefangen bei der entlastenden Erfahrung, dass andere ähnliche Schwierigkeiten haben („Universalität des Leidens“) bis hin zu dem Erleben, mit dem, was man sagt oder tut für andere wichtig zu sein („Altruismus“; vgl. Yalom 2010).

## **5. Ausblick: Paare als Eltern**

Last – but not least möchten wir noch einmal (vgl. auch Abschnitt 2) darauf aufmerksam machen, dass die meisten ratsuchenden Paare als Eltern für Kinder verantwortlich sind.

Bei schweren Beziehungskonflikten und Krisen ihrer Eltern erleben Kinder nicht die notwendige Sicherheit, um die eigenen anstehenden Entwicklungsaufgaben zu bewältigen. Daher ist es gerade für Paare mit Kindern wichtig, sich bei andauernden und nicht mehr lösbaren Partnerschaftsproblemen professionelle Hilfe zu holen. Entsprechenden Hilfen und Unterstützungsangeboten für Paare wohnt durchaus das Potential inne, psychopathologische Entwicklungswege von Kindern zu verhindern oder zumindest abzufangen. Dies ist vor allem deshalb so wichtig, weil die Wirksamkeit von Kinderpsychotherapie, die erst dann in Anspruch genommen wird, wenn den Entwicklungsauffälligkeiten Krankheitswert zukommt, eher begrenzt zu sein scheint (zusammenfassend bei Heinrichs, Bodenmann & Hahlweg 2008).

Im Rahmen der Partnerschule werden die Kinder während der Seminararbeit ihrer Eltern parallel in einer eigenen Gruppe betreut. Im Verlauf ist meist eine deutliche Entspannung zwischen Eltern und Kindern zu beobachten, was sich z.B. darin zeigt, dass die Kinder zu Beginn der Partnerschule bei den gemeinsamen Mahlzeiten nicht von der Seite ihrer Eltern weichen, diese ständig ängstlich-aufmerksam im Blick haben. Nach einigen Tagen etabliert sich meist ein eigener Kindertisch und wir nehmen die Kinder insgesamt ausgelassener und unbeschwerter wahr. Dies dürfte nicht zuletzt darauf zurück zu führen sein, dass die Kinder implizit erleben, dass und wie ihre Eltern die Verantwortung für ihre Probleme selbst übernehmen (Sanders 2013).

Somit gehen wir davon aus, dass sich mit der Partnerschule positive Auswirkungen auf das Familienleben insgesamt verbinden, insbesondere auch auf das Befinden der Kinder (vgl. auch Kröger et al. 2008). Eine glückliche und zufriedenstellende



Partnerschaft erleichtert es, die Herausforderungen der Erziehungsaufgabe kompetent zu bewältigen.

Es entspricht auch der praktischen Erfahrung, dass Eltern oftmals gerade in der gemeinsamen Verantwortung für ihre Kinder einen wesentlichen Grund sehen, an ihrer Beziehung zu arbeiten bzw. professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Allerdings müssen sich viele Ratsuchende auf eine vergleichsweise lange Wartezeit einstellen. Ein Paar verglich es mit einem „Sechser im Lotto“ einen Beratungsplatz bekommen zu haben. Angesichts des im Sozialgesetzbuch VIII in §17 KJHG verankerten Rechtsanspruchs auf Beratung für alle Paare, die für Kinder Sorge tragen, um partnerschaftliches Miteinander aufzubauen bzw. Konflikte und Krisen zu bewältigen und, falls zu einer Trennung oder Scheidung kommt, zu einvernehmlichen Umgangsregelungen mit ihren Kindern zu finden, ist dieser Mangel an entsprechenden Unterstützungsmöglichkeiten ein Skandal. Allzumal wir in der praktischen Beratungsarbeit immer häufiger beobachten, dass viele Paare, die Eltern sind, aufgrund von schwierigen Alltagsverhältnissen (z.B. durch drohende Arbeitslosigkeit), hohen beruflichen Belastungen und den Herausforderungen in Kindererziehung und Partnerschaft erschöpft und ausgezehrt sind (vgl. auch Lutz 2012) und einen dringenden Hilfebedarf haben.

#### Zusammenfassung

Die vorliegende Arbeit setzt sich mit der Bedeutung schematherapeutischer Überlegungen und emotionsfokussierender Vorgehensweisen für die Ehe- und Paarberatung auseinander. Anhand des paartherapeutischen Verfahrens Partnerschule wird aufgezeigt, wie schematherapeutische und emotionsfokussierende Behandlungselemente das konkrete Vorgehen bereichern.

Abschließend wird kurz darauf eingegangen, dass sich mit einer wirksamen Ehe- und Paarberatung positive Auswirkungen auf die familialen Beziehungen und insbesondere das Befinden der Kinder ergeben.

**Schlüsselwörter:** Ehe- und Paarberatung, Partnerschule, Elternschaft, Schematherapie, emotionsfokussierte Paartherapie

#### Abstract

The following article deals with the importance of schema therapy and emotionally focused therapy for marital and couples counselling. Based on the couple therapy program 'Partnerschule' we show, how elements of schema therapy and emotionally focused therapy enrich the treatment of couples.

Finally the paper outlines the positive effects of effective marital and couples counselling on family relations and especially on children's well-being.

**Key words:** marital and couples counseling, Partnerschule, parenthood, schema therapy, emotionally focused therapy for couples



### Literatur

- Amendt, G. (2004): Väterlichkeit, Scheidung und Geschlechterkampf. *Aus Politik und Zeitgeschichte (Beilage zur Wochenzeitung Das Parlament)*, 19, 19-25.
- Barabas, F.K. & Erler, M. (2002): *Die Familie, Einführung in Soziologie und Recht*. Weinheim: Juventa.
- Bodenmann, G. (2000): *Stress und Coping bei Paaren*. Göttingen: Hogrefe.
- Borg-Laufs, M. & Dittrich, K. (2010): Die Befriedigung psychischer Grundbedürfnisse als Ziel psychosozialer Arbeit. In M. Borg-Laufs & K. Dittrich (Hrsg.), *Psychische Grundbedürfnisse in Kindheit und Jugend. Perspektiven für Soziale Arbeit und Psychotherapie* (S. 7-22). Tübingen: dgvt.
- Cowan, P.A. & Cowan, C.P. (2012): Erwachsenenbindung, Paarbindung und Kindesentwicklung: Ein familiensystemisches Modell und seine Bedeutung für beziehungs- und bindungsorientierte Interventionen. In K.H. Brisch (Hrsg.), *Bindungen – Paare, Sexualität und Kinder* (S. 123-146). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Cowan, C.P., Cowan, P.A. & Barry, J. (2011): Couples groups for parents of pre-schoolers: Ten-year outcomes of a randomized trial. *Journal of Family Psychology*, 25, 240-250.
- Fiedler, P. (1995): *Persönlichkeitsstörungen*. Weinheim: PVU.
- Fiedler, P. (1996): *Verhaltenstherapie in und mit Gruppen*. Weinheim: PVU.
- Fuhrer, U. (2007): *Erziehungskompetenz. Was Eltern und Familien stark macht*. Bern: Huber.
- Gottman, J.M. (1994): *What predicts divorce?* Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Grawe, K. (1996): Klärung und Bewältigung: Zum Verhältnis der beiden wichtigsten therapeutischen Wirkprinzipien. In H. Reinecker & D. Schmelzer (Hrsg.), *Verhaltenstherapie, Selbstregulation, Selbstmanagement* (S. 49-74). Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K. (1998): *Psychologische Psychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K. (2004): *Neuropsychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Greenberg, L.S. (2006): *Emotionsfokussierte Therapie. Lernen, mit den eigenen Gefühlen umzugehen*. Tübingen: dgvt Verlag.
- Greenberg, L.S. & Goldman, R.N. (2010): *Die Dynamik von Liebe und Macht. Emotionsfokussierte Paartherapie*. München: Reinhardt Verlag.
- Greenberg, L.S., Rice, L.N. & Elliott, R. (2003): *Emotionale Veränderung fördern: Grundlagen einer prozess- und erlebensorientierten Therapie*. Paderborn: Junfermann.
- Hahlweg, K. (1996): *Fragebogen zur Partnerschaftsdiagnostik (FPD)*. Göttingen: Hogrefe.
- Hahlweg, K. (2003): Beziehungs- und Interaktionsstörungen. In H. Reinecker (Hrsg.), *Lehrbuch der Klinischen Psychologie und Psychotherapie* (S. 429-454). Göttingen: Hogrefe.
- Hahlweg, K. & Bodenmann, G. (2003): Universelle und indizierte Prävention von Beziehungsstörungen. In I. Grau & H.W. Bierhoff (Hrsg.), *Sozialpsychologie der Partnerschaft* (S. 191-217). Berlin: Springer.
- Hautzinger, M. & Bailer, M. (1992): *Allgemeine Depressionsskala ADS*. Weinheim: Beltz Test Gesellschaft.
- Heinrichs, N., Bodenmann, G. & Hahlweg, K. (2008): *Prävention bei Paaren und Familien*. Göttingen: Hogrefe.
- Henrich, G. & Herschbach, P. (2000): Fragen zur Lebenszufriedenheit (FLZ). In: U. Ravens-Sieberer & A. Cieza (Hrsg.), *Lebensqualität und Gesundheitsökonomie in der Medizin* (S. 98-110). München: ecomed.

- Hillenkamp, S. (2010): *Das Ende der Liebe: Gefühle im Zeitalter unendlicher Freiheit*. Stuttgart: Klett Cotta.
- Hurrelmann, K. & Albert, M. (2006): 15. *Shell Jugendstudie. Eine pragmatische Generation unter Druck*. Frankfurt: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Hüther G. (2001): *Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Jacob, G. & Arntz A., (2011): *Schematherapie in der Praxis*. Weinheim: Beltz Verlag.
- Johnson, S. M. (2009): *Praxis der Emotionsfokussierten Paartherapie*. Paderborn: Junfermann.
- Johnson, S. M. (2011): *Halt mich fest. Sieben Gespräche zu einem von Liebe erfülltem Leben. Emotionsfokussierte Therapie in der Praxis*. Paderborn: Junfermann.
- Kanfer, F.H., Reinecker, H. & Schmelzer, D. (2006): *Selbstmanagement-Therapie. Ein Lehrbuch für die klinische Praxis*. Berlin: Springer.
- Klann, N. (2002): *Institutionelle Beratung: Ein erfolgreiches Angebot. Von den Beratungs- und Therapieschulen zur klientenorientierten Intervention*. Freiburg i.B.: Lambertus.
- Klann, N. & Hahlweg, K. (1994): *Beratungsbegleitende Forschung - Evaluation von Vorgehensweisen in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung und ihre spezifischen Auswirkungen* (Schriftenreihe des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend Band 48.1). Stuttgart: Kohlhammer.
- Klann, N., Hahlweg, K., Limbird, C. & Snyder, D. (2006): *Einschätzung von Partnerschaft und Familie. Deutsche Form des Marital Satisfaction Inventory - Revised (MSI-R) von Douglas K. Snyder*. Göttingen: Hogrefe.
- Kröger, C. (2004): *Zur Wirksamkeit der Katholischen Ehe-, Familien- und Lebensberatung in Nordrhein-Westfalen. Wissenschaftlich begleitete Studie zur Klärung von Effektivität und Effizienz von Ehe-, Familien- und Lebensberatung „unter Feldbedingungen“*. Unveröffentlichter Abschlussbericht.
- Kröger, C. (2006): Evaluation. In R. Sanders (Hrsg.), *Beziehungsprobleme verstehen - Partnerschaft lernen. Partnerschule als Kompetenztraining in Ehe- und Familienberatung* (S. 255-268). Paderborn: Junfermann.
- Kröger, C., Hahlweg, K. & Klann, N. (2004): Eltern in der Eheberatung: Zu den Auswirkungen von Ehe- und Paarberatung auf die Zufriedenheit mit der Kindererziehung. *Verhaltenstherapie und Psychosoziale Praxis*, 36, 821-834.
- Kröger, C., Haslbeck, A., Dahlinger, K. & Sanders, R. (2008): „Paare sind Architekten der Familie“ – Zur Bedeutung der Paarbeziehung für die Familienentwicklung. *Beratung Aktuell*, 9, 139-155.
- Kröger, C. & Klann, N. (2006): Väter in der Ehe- und Paarberatung. *Beratung Aktuell*, 7, 242-254.
- Kröger, C. & Sanders, R. (2002): Klärung und Bewältigung von Partnerschaftsstörungen in und mit Gruppen. Effektivität und Effizienz des paartherapeutischen Verfahrens Partnerschule. *Beratung Aktuell*, 4, 176-195.
- Kröger, C. & Sanders, R. (2005): Paarberatung in und mit Gruppen - eine wirksame Intervention? *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 34, 47-53.
- Lutz, R. (Hrsg.) (2012): *Erschöpfte Familien*. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften.
- Marquardt, E. (2007): *Kind sein zwischen zwei Welten. Was im Inneren von Scheidungskindern vorgeht*. Paderborn: Junfermann
- Nußbeck, S. (2010): *Einführung in die Beratungspsychologie*. Stuttgart: UTB.
- Pauls, H. (2011): *Klinische Sozialarbeit. Grundlagen und Methoden psychosozialer Behandlung*. Weinheim: Juventa.

- Pinsof, W. (2002): The death of „Till death do us part“. The transformation of pair-bonding in the 20<sup>th</sup> century. *Family Process*, 41, 135-157.
- Richterbund – NRW (Hrsg.) (2004): *Kinder- und Jugendkriminalität- Schicksal einer modernen, offenen Gesellschaft? Strategien des DRB NRW zur Bekämpfung der Kinder- und Jugendkriminalität*. [http://www.drbrnw.de/attachments/403\\_04-11-20\\_thesepapier\\_kinder-und-jugendkriminalitt.pdf](http://www.drbrnw.de/attachments/403_04-11-20_thesepapier_kinder-und-jugendkriminalitt.pdf) (30.1.2013)
- Robles, T.F. & Kiecolt-Glaser, J.K. (2003): The physiology of marriage: Pathways to health. *Physiology & Behavior*, 79, 409-416.
- Roediger, E. (2006): Grundlagen der Schematherapie nach Jeffrey Young - Schemastehung – Fallkonzeption – Therapeutenverhalten – Eine Einführung. *Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin*, 27, 189-205.
- Roediger, E. (2008): Stationäre Schematherapie auf einer psychosomatischen Akutstation. *Verhaltenstherapie und Psychosoziale Praxis*, 40, 281-294.
- Roediger, E. (2009): *Was ist Schematherapie? Eine Einführung in Grundlagen, Modell und Anwendung*. Paderborn: Junfermann.
- Roediger, E. (2010): *Praxis der Schematherapie, Grundlagen-Anwendungen-Perspektiven*. Stuttgart: Schattauer.
- Roediger, E. (2012): *Raus aus den Lebensfallen! Das Schematherapie-Patientenbuch*. Paderborn: Junfermann.
- Rusbult, C. E., Kumashiro, M., Kubacka, K. E., & Finkel, E. J. (2009): "The part of me that you bring out": Ideal similarity and the Michelangelo phenomenon. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96, 61-82.
- Sanders, R. (1997): *Integrative Paartherapie. Grundlagen-Praxeologie-Evaluation. Eine pädagogische Intervention zur Förderung der Beziehung von Frau und Mann als Partner*. Frankfurt a. M.: Peter Lang.
- Sanders, R. (1998): *Zwei sind ihres Glückes Schmied. Ein Selbsthilfeprogramm für Paare*. Paderborn: Junfermann.
- Sanders, R. (2001): Partnerschule. Ein Weg zur Gewaltprävention in Ehe und Familie. *Beratung Aktuell*, 2, 109-119.
- Sanders, R. (2005): Vermittlung von Beziehungs- und Erziehungskompetenz in der Ehe- und Familienberatung. *Beratung Aktuell*, 6, 41 -56.
- Sanders, R. (2006): *Beziehungsprobleme verstehen, Partnerschaft lernen. Partnerschule als Kompetenztraining in Ehe- und Familienberatung*. Paderborn: Junfermann.
- Sanders, R. (2008): Empowerment - Hilfe zur Selbsthilfe in der Ehe- und Familienberatung am Beispiel des „Netzwerk Partnerschule e.V.“ *Beratung Aktuell*, 9, 43-60.
- Sanders, R. (2009): Ehe und Beziehungstraining. In A. Lenz & F. Nestmann (Hrsg.), *Handbuch Persönliche Beziehungen* (S. 879 – 900). Weinheim: Juventa.
- Sanders, R. (2010a): Beziehungsweise – Paarberatung als Herausforderung oder Art und Weise, (kluge) Beziehungskompetenzen zu vermitteln. *Verhaltenstherapie und Psychosoziale Praxis*, 42, 899-906.
- Sanders, R. (2010b): Die Partnerschule. Ein klärungs- und bewältigungsorientierter Weg in Eheberatung und Paartherapie. *Verhaltenstherapie und Psychosoziale Praxis*, 42, 907-917.
- Sanders, R. (2013): Kinder als implizite Zeugen der Ehetherapie ihrer Eltern. In D. Röhrle (Hrsg.), *Kinder in schwierigen Familien und destruktiven sozialen Netzwerken*. Tübingen: dgvt, 307-330.
- Saßmann, H. (2001): *Die Beziehungsgeschichte: Das ewig gleiche Lied – oder der kleine Unterschied?* Münster: Verlag für Psychotherapie.
- Saßmann, H. & Klann, N. (2002): *Es ist besser das Schwimmen zu lehren, als Rettungsringe zu verteilen. Beratungsstellen als Seismografen für Veränderungen in der Gesellschaft*. Freiburg i.B.: Lambertus.

- Satir, V. (1972): *Peoplemaking*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Spitzer, M. (2007): *Lernen - Die Hirnforschung und die Schule des Lebens*. Heidelberg: Spektrum
- Svoboda, T. (1984): *Das Hypnose Buch*. München: Kösel.
- Yalom, I.D. (2011): *Theorie und Praxis der Gruppenpsychotherapie. Ein Lehrbuch*. Stuttgart: Klett Cotta.
- Young, Y. (2010): *Limited Reparenting in Schema Therapy*. Vortrag beim 26. Kongress für Klinische Psychologie, Psychotherapie und Beratung vom 5.- 9. März 2010 an der Freien Universität Berlin.
- Young, J.E. & Klosko, J.S. (2008): *Sein Leben neu erfinden – Wie Sie Lebensfallen meistern*. Paderborn: Junfermann.
- Young, J.E., Klosko, J.S. & Weishaar, M.E. (2008): *Schematherapie*. Paderborn: Junfermann.
- Zerssen, D. (1976): *Klinische Selbstbeurteilungs-Skalen (Ksb-S) aus dem Münchener Psychiatrischen Informationssystem (PSYCHIS München). Die BEschwerdenliste. Manual*. Weinheim: Beltz Test Gesellschaft.
- Ziegler, T. (2003): Berater verteilen keine Patentrezepte. *Psychologie Heute*, Dez./03, 26-29.

**Anmerkung: Die Veröffentlichung von R. Sanders sind weitgehend unter <http://www.partnerschule.de/sites/wissenschaft/fachartikel.html> verfügbar.**

**Rudolf Sanders**, Dr. phil., Dipl.-Päd.; Leiter der Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Hagen-Iserlohn, Lehr- und Forschungstätigkeit im Bereich Eheberatung und Paartherapie, Begründer des Verfahrens Partnerschule, Herausgeber der Fachzeitschrift *Beratung Aktuell*, Junfermann Verlag, Paderborn.  
**Sauerlandstr. 4, 58706 Menden, Internet: [www.partnerschule.de](http://www.partnerschule.de)**  
**E-Mail: [Dr.Sanders@partnerschule.de](mailto:Dr.Sanders@partnerschule.de)**

**Christine Kröger**, Dr. rer. nat., Dipl.-Psych., Professorin für die Lehrgebiete Klinische Heilpädagogik, Klinische Sozialarbeit und Psychologische Grundlagen der Sozialen Arbeit an der Hochschule Coburg (Fakultät Soziale Arbeit und Gesundheit).  
 Forschungsschwerpunkte: Evaluation von Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Qualitätssicherung in der Beratung. Mitglied im Wissenschaftlichen Beirat und in der Redaktion von *Beratung Aktuell*.  
**Hochschule Coburg, Fakultät Soziale Arbeit und Gesundheit, Friedrich-Streißstraße 2, 96450 Coburg**  
**E-Mail: [kroeger@hs-coburg.de](mailto:kroeger@hs-coburg.de)**

*Nancy Nadja Sandmann*

## **„Dein Glaube hat dir geholfen“ (Mk 10,52) – Gottvertrauen als sinnfindende Haltung in der Beratung und Begleitung scheiternder Menschen**

### **1. Einleitung**

Der Satz ist kurz und knapp: „Dein Glaube hat dir geholfen“ (Mk 10,52), sagt Jesus zu Bartimäus, als dieser wieder sehen kann. Ob sein Gegenüber wohl mit dieser Antwort gerechnet hat? Was ist das für ein Glaube, der die Macht hat zu heilen? Eine erste Spur weist das etymologische Wörterbuch. Das Verb „glauben“ gehört seit dem 8. Jahrhundert zum Standardwortschatz der deutschen Sprache und ist wahrscheinlich abgeleitet von dem althochdeutschen Begriff „giloub“, was „vertraut machen“ bedeutet. Seinen Ursprung hat dieses Wort wohl in dem anschaulichen Bild eines Menschen, der das Vieh hütet und es mit Laubbüscheln lockt – die Tiere also zutraulich und handzähm macht (vgl. Kluge 2002).

Glaube schenkt also nicht per se Sicherheit, sondern umschreibt vor allem das stets aufs Neue riskierte Wagnis, in Gott zu vertrauen. Denn letztlich bedeutet Glaube in seiner ganzen Tiefe, auch dann auf Gottes Güte zu bauen, wenn das Leben leid- und schmerzvoll ist und alles verloren scheint. In der vorliegenden überarbeiteten Kurzfassung meiner Master-Arbeit aus dem Jahr 2011 möchte ich auf der Basis ausgewählter (bibel-)theologischer und humanwissenschaftlicher Literatur meine These entfalten und begründen, nach der die Gabe des Gottvertrauens der Wurzelgrund einer professionellen Beraterhaltung sein kann. Dabei möchte ich (bibel-)theologische Zusagen an einen heilsamen Gott, der in Jesus Christus aufscheint, mit den Gedanken des Begründers der Existenzanalyse und der Logotherapie, Viktor Frankl, verknüpfen und die daraus gewonnenen Erkenntnisse auf die konkrete Beraterhaltung übertragen.

In Gott zu vertrauen ist eine lebendige Erfahrung mit Zeiten der Zuversicht und Zeiten der Klage. So spiegelt diese Arbeit in ihrem Aufbau vor allem mein persönliches Ringen mit Gott. Scheitern gehört zu meiner Familiengeschichte. Auf alten Kummer häufte sich stets neues Leid. Über die Jahre entwickelte ich deshalb die Fähigkeit, auszuhalten und durch schlimme Zeiten hindurch zu gehen. Mein Gottvertrauen festigte sich erst in späteren Jahren, als ich sah, dass ich das Leid meiner Familie und damit auch mein eigenes Leid zwar

nicht wegwischen, aber unbeschwerter leben kann, indem ich das Dunkle nicht mehr so sehr fürchte, sondern meinen Glauben aus der Erfahrung beziehe, dass sich vieles auch zum Guten fügt - wenn ich Fügungen als solche sehen mag und mein Leben danach ausrichte. Denn nach Berger (2001) sind es die Gegenwart und Treue Gottes, die uns die Kraft zum Leben geben. Gottvertrauen ist demnach keine Haltung ist, die gelehrt kann, sondern möchte erfahren werden und entspringt – wie Frankl (1974) anmerkt – dem persönlichen Glauben, dem eine gewählte Konfession eine offene Form sein kann, in die er sich ergießen und seinen Ausdruck finden kann.

Nach einer knappen Einordnung der Begegnung Jesu mit dem blinden Bettler Bartimäus in den Gesamtzusammenhang des Markusevangeliums taste ich mich im zweiten Kapitel an den spannungsreichen Begriff des Gottvertrauens mit Hilfe exegetischer Literatur heran. Wenn ich die absolute Person Gottes anerkenne, bedarf es in mir auch eines Raumes, in dem ich Gott nah sein kann. Viktor Frankl wusste darum und hat das psychoanalytische Menschenbild um den Geist ergänzt; seinen existenzanalytischen Gedanken ist das dritte Kapitel gewidmet. Ist Gott – wie Frankl (1974) erklärt – vielen Menschen unbewusst, dann ist es nicht Aufgabe der Beraterin, ungefragt an diesem Umstand zu rütteln.

Kein Leben ist frei von schmerzlichen Erschütterungen. Deshalb werfe ich im vierten Kapitel einen Blick auf das Leid, indem ich die Theodizeefrage diskutiere. So diskutiere ich unter anderem die traditionell Gott zugeschriebenen Attribute von Allmacht und Güte. In Gott zu vertrauen kann helfen, auch im Leid ein wenig heiler zu werden. Im fünften Kapitel betrachte die oft gebrochene Sehnsucht des Menschen nach Heil-Sein. Dabei greife ich Gedanken der Soteriologie auf – also der Lehre vom vollendeten Heil bzw. der Erlösung des Menschen – und setze sie in Beziehung zu einem für die Beratung wesentlichen Teilaspekt: der seelischen Heilung. Frankls weiterführende Gedanken zum Sinn des Leids schließen sich im sechsten Kapitel an.

Im siebten Kapitel fasse ich abschließend wesentliche Kennzeichen einer professionellen Beraterhaltung auf der Grundlage von Gottvertrauen zusammen: Dies sind die Gaben, zu zuhören, Trost zu spenden und Hoffnung zu wecken. Beraterin und Klienten legen immer einen inneren Weg zurück. Dieser Weg darf fragmentarisch bleiben, weil das Leben stets seinen eigenen Gang nimmt und es keine perfekten Lösungen gibt. Beratung ist dann hilfreich, wenn Klienten an Kraft und Zuversicht gewinnen, ihren Weg im Guten zu gehen.

In diesem Sinne ist die Beraterin in Resonanz, kann mitfühlen ohne mitzuleiden und somit die nötige Distanz halten. Ihre Haltung ist dann professionell, wenn neben dem Mitschwingen im Augenblick die

übergeordnete nüchterne Sicht auf das Beratungsgeschehen als Ganzes möglichst ungetrübt bleibt. Dies setzt die Einsicht der Beraterin voraus, ihr erfahrenes Leid liebevoll zu betrachten und nicht darin verhaftet zu bleiben.

## 2. Warten auf Gottes Wort – Gottvertrauen aus biblischer Sicht

*„Sie kamen nach Jericho.  
Als er mit seinen Jüngern und einer großen Menschenmenge Jericho wieder verließ,  
saß an der Straße ein blinder Bettler,  
Bartimäus, der Sohn des Timäus.“ (Mk 10,46)*

Vielleicht bedeutet zu glauben eben genau dies: zu warten. Auf die Treue Gottes zu hoffen setzt ohne Zweifel eine gewisse Zähigkeit voraus. Bartimäus wartet vielleicht schon lange. Er ist arm und blind, aber innerlich wachsam. Denn zu warten bedeutet nach jemandem auszuschaun (Kluge, 2002), in Bartimäus' Fall nach Jesus. – Übertragen auf das Beratungsgeschehen mag es nahe liegen, in dem Bettler die Menschen zu sehen, die – in Leid gefangen – in die Beratung kommen und auf Erleichterung hoffen. Mein Blick geht etwas weiter, denn auch die Beraterin hat ihre Not. So schlüpfte ich gern in die Rolle des Bartimäus, eben weil sie mir so vertraut ist.

Die Geschichte der Begegnung Jesu mit Bartimäus ist Teil des Markusevangeliums. Fritzen (2008) hat den Aufbau dieses ältesten Evangeliums untersucht und den Erzählverlauf anschaulich gliedert. Der erste Teil umfasst Jesu Wirken in Galiläa bis hin zur Speisung der Fünftausend (Mk 6,30-44) sowie die Aussendung und Belehrung der Jünger. Auch diese sind mit Blindheit geschlagen bzw. es fällt ihnen schwer, in Jesus Gottes Sohn zu sehen und ihm zu vertrauen. Besonders die zweite Bootsperikope – der Gang Jesu auf dem Wasser (Mk 6,45-52) – offenbart die Angst der Jünger, in leidvoller Zeit von Gott verlassen zu sein. Auch die erste Blindenheilung im Markusevangelium (Mk 8,22-26) verweist nach Fritzen genau in diese Richtung.

Der Weg der Jünger vom ängstlich-verschwommenen bis zum klareren und tieferen Sehen endet kurz vor Jerusalem mit Jesu Worten über das Herrschen und Dienen (Mk 10,35-45). Hier streiten sich die Jünger beinahe wie Kinder um die besten Plätze an Jesu Seite. Erneut fordert Jesus sie auf, ihren Blick zu schärfen und zu verstehen, was Herrschen in seinem Sinne bedeutet. Denn die großen Herrscher der Welt „*gelten*“ nur als solche; sie *scheinen* zu herrschen“ (Fritzen 2008, S. 308). Wer aber Augen habe zu sehen, erkenne, dass ein



anderer herrscht und eben diese Herrschaft Gottes nicht mit menschlicher Macht gleichzusetzen ist.

Direkt an Jesu Belehrung schließt die Heilung des blinden Bartimäus an (Mk 10, 46-52):

„Sie kamen nach Jericho. Als er mit seinen Jüngern und einer großen Menschenmenge Jericho wieder verließ, saß an der Straße ein blinder Bettler, Bartimäus, der Sohn des Timäus. Sobald er hörte, dass es Jesus von Nazaret war, rief er laut: Sohn Davids, Jesus, hab Erbarmen mit mir! Viele wurden ärgerlich und befahlen ihm zu schweigen. Er aber schrie noch viel lauter: Sohn Davids, hab Erbarmen mit mir! Jesus blieb stehen und sagte: Ruft ihn her! Sie riefen den Blinden und sagten zu ihm: Hab nur Mut, steh auf, er ruft dich. Da warf er seinen Mantel weg, sprang auf und lief auf Jesus zu. Und Jesus fragte ihn: Was soll ich dir tun? Der Blinde antwortete: Rabbuni, ich möchte wieder sehen können. Da sagte Jesus zu ihm: Geh! Dein Glaube hat dir geholfen. Im gleichen Augenblick konnte er wieder sehen, und er folgte Jesus auf seinem Weg.“ (Die Bibel 2003, S. 1131).

Der Heilung des Blinden kommt nach Fritzen (ebd. S. 276 ff.) eine Doppelfunktion zu. Zum einen könne sie als Kritik am zähen Unverstand der Jünger gelesen werden; zum anderen als Verheißung: Wer wie der Blinde in Gott vertraue und um Jesu Erbarmen bitte, dürfe auch darauf hoffen, von seiner eigenen Blindheit geheilt zu werden. Indem Markus den Namen des Blinden nennt, hebt er Bartimäus als eigenständige Erzählfigur aus der Gruppe der Geheilten hervor. Bartimäus soll nach Fritzen vom Leser beachtet und vielleicht als beispielhaft für den eigenen Lebensentwurf verstanden werden. Dieser exemplarische Charakter der Begegnung wird mit den Schlussworten „...und er folgte Jesus auf seinem Weg“ noch einmal unterstrichen: Erkennen, Glaube und Nachfolge bedingen nach Fritzen einander.

Berger macht darauf aufmerksam, dass Jesus jeden Glauben an seine persönliche Macht zurück weist und stattdessen Bartimäus zusagt: „Dein Glaube hat dir geholfen“. Denn nicht Jesus selbst habe „den Blinden direkt von außen her - etwa durch Berührung - geheilt, sondern dessen eigener Glaube. (...) Es ist nicht der Glaube an einen Menschen, sondern in diesem Menschen Jesus ist der gegenwärtig, der ihn gesandt hat.“ (Berger 2008, S. 258 f.).

Wunder sind nach Berger (2001) Zeichen, die – ähnlich den Sakramenten – auf jemanden oder auf etwas im Verborgenen hinweisen. Damit hätten sie auch, aber nicht nur Symbolcharakter, denn nach biblischem Verständnis sei das Bild und damit das Symbol immer auch Teil der Wirklichkeit. Insofern zeuge das Symbol von der Wirklichkeit, während die bloße Abbildung derselben leer und kraftlos bleibe. Wunder seien deshalb Hinweise auf die Wirklichkeit des Heils. Fingerzeigen gleich bleiben sie zeichenhaft und vereinzelt und entsprechen damit nach Bergers Einschätzung unserem manchmal brü-



chigen Empfinden der Anwesenheit Gottes in der Welt. Trotzdem würden sie immer schon über sich hinaus verweisen, seien also endzeitlich und damit eschatologisch ausgerichtet. Im Heilwerden wirkt nach Berger stets die Kraft Gottes, die in der Person Jesu aufscheint. Indem dieser dem Blinden nahekomme, wecke er dessen Vertrauen, auf eben diese Kraft Gottes zu bauen. Damit, so Berger (2008), sei der Kranke wieder angebunden an die festigende Autorität Gottes. Denn alle Krankheit bestehe nach biblischer Auffassung im Verlust der inneren Mitte, der Freiheit und Selbstbestimmung. Gottvertrauen entspringt im Sinne Bergers (ebd.) demnach nicht nur einem subjektiven Empfinden. Vielmehr sei der Glaube an einen heilsamen Gott zugleich „objektive Teilhabe an der lebendig ordnenden Festigkeit Gottes“ (Berger 2008, S. 260).

### **3. Der unbewusste Gott: existenzanalytische Impulse für eine geistig verankerte Beraterhaltung**

*„Sobald er hörte, dass es Jesus von Nazaret war, rief er laut: Sohn Davids, Jesus, hab Erbarmen mit mir!“ (Mk 10,47)*

Bartimäus hat lange gewartet und innerlich Ausschau gehalten. Nun hört er die Menschenmenge und ahnt, dass einer dieser Menschen Jesus sein muss: „Jesus, hab Erbarmen mit mir!“ – In Gott zu vertrauen heißt, auf Gottes Wort zu lauschen und seinen Fügungen zu folgen, auch wenn wir seinen Willen nicht erfassen können. Hier stellt sich die Frage, ob es im Menschen einen Raum gibt, der für Gott empfänglich ist bzw. einen Resonanzboden für das Transzendente bietet. Viktor E. Frankl (1905-1997) nennt diesen Ort das geistig Unbewusste. Der österreichische Neurologe und Psychiater war kein Theologe, aber Gott hat ihn stets bewegt und mit Sicherheit auch seine tiefen Gedanken zum Sinn des Daseins inspiriert, die er ab 1933 in seiner Existenzanalyse als anthropologische Basis der einige Jahre zuvor erarbeiteten Logotherapie auffächert (Kriz 2001).

Eine wesentliche Ursache seiner integrativen Geisteshaltung mag in Frankls persönlichem Leid liegen: 1942 wurden seine Familie und dann auch er selbst in das Ghetto Theresienstadt deportiert. Später kam Frankl über Auschwitz in das Konzentrationslager neun nach Türkheim, wo ihn die US-amerikanische Armee im April 1945 befreite. Seine Eltern, sein Bruder und seine erste Frau hatten die Deportation nicht überlebt. Frankl selbst meint im Rückblick, er sei nur deshalb nicht mit gestorben, weil es ihm gelungen sei, „seinem Leben gerade auch im größten Leid einen Sinn zu geben“ (Frankl 2006, S. 24).

Vor seiner Deportation hatte Frankl bereits vier Jahre am Psychiatrischen Krankenhaus Wien-„Steinhof“ gearbeitet, und zwar als Leiter des sogenannten „Selbstmörderinnenpavillons“. Die Erfahrungen und Eindrücke dieser Zeit schärften seinen Blick für das Leiden an der Sinnleere, für das Empfinden, in einem „existenziellen Vakuum“ (Kriz 2001, S. 203) leben zu müssen. In Frankl reifte die Überzeugung heran, dass die Frage nach dem Sinn als die eigentlich menschliche Frage zu verstehen ist (Frankl 1987). In diesem Ringen um Sinn ist der Mensch nach Frankl auf sich selbst geworfen. Zwar dürfe er auf Begleitung hoffen, doch nichts und niemand nehme ihm diese Aufgabe ab. Denn „Sinn kann letztlich überhaupt nicht gegeben, sondern muss gefunden werden“ (Frankl 1974, S. 81). Sinn sei einzigartig und demnach stets bezogen auf eine bestimmte Person in einer bestimmten Situation. „Es gibt keine Person, für die das Leben nicht eine Aufgabe bereithielte, und es gibt keine Situation, in der das Leben aufhören würde, uns eine Sinnmöglichkeit anzubieten“ (Frankl, 1988 S. 60). Sinnfindung ist insofern ein Prozess der Wahrnehmung und setzt eine Haltung der Offenheit voraus. Verstehe sich der Mensch als vom Leben befragt, übernehme er in seiner Antwort eben auch die Verantwortung für sein Leben. Dasein sei deshalb immer verantwortetes Dasein, und nur im Handeln – in der Tat – ließen sich die Fragen, die das Leben an uns stellt, wahrhaft beantworten (Frankl, 1974).

In der Logotherapie hat Frankl (1987) seine existenzanalytischen Erkenntnisse in eine praktische Form gegossen. Er versteht die von ihm entworfene Therapieform als erweiterte Form der Psychotherapie. Gehe es Letzterer um das Bewusstmachen von Seelischem, so bemühe sich Ersterer um das Bewusstmachen von Geistigem. Damit erweitert er die psychoanalytische Sicht auf das triebhafte Unbewusste des Menschen um das geistig Unbewusste (Frankl 1974). Ausgehend von seiner Überzeugung, dass die geistige Person die Ganzheit eines Menschen stiftet und diese zu einer geistig-seelisch-leiblichen Einheit fügt, entwirft Frankl eine personale Achse, „die dann, mitsamt den sie umgebenden psychophysischen Schichten, durch das Bewusste, Vorbewusste, Unbewusste hindurchzieht“ (Frankl 1974, S. 21).

Die eigentliche Mitte eines Menschen bilde demnach die geistige Tiefenperson, die unreflektierbar sei (ebd). „Aus all dem ergibt sich nicht weniger, als dass just die ‚Mitte‘ menschlichen Seins (die Person) in der ‚Tiefe‘ (Tiefenperson) unbewusst ist: Der Geist ist gerade an seinem Ursprung unbewusster Geist“ (Frankl 1974, S. 23). In eben dieser Tiefe siedelt Frankl auch das Gewissen an. Ohne das Phänomen des Gewissens sind wir nach Frankl nicht fähig, unser

Verantwortlichsein zu leben, versteht er doch menschliches Sein im Wesentlichen als entscheidendes Sein.

Zugleich betrachtet er Religiosität als natürlichen Teil des geistig Unbewussten eines jeden Menschen. Der Mensch sei nicht nur kraft seines Wesens dazu berechtigt, seinem Leben einen Sinn abzutrotzen, sondern er habe auch die Gabe, sich mit „dem Willen zum *letzten* Sinn, einem Über-Sinn“ (Frankl 1974, S. 78) zu befassen. Der Glaube ist nach Frankl nichts anderes als das Vertrauen in eben diesen übergeordneten, umfassenden und zugleich verborgenen Sinn. Religiös zu sein beinhaltet deshalb die Erkenntnis, dass es dem Menschen auf Grund seiner eigenen Begrenztheit verwehrt bleibt, den Sinn des Weltganzen zu begreifen. Gewinne der Mensch im Glauben Zugang zu eben jener gegebenen Religiosität, ermögliche sie ihm dennoch „eine Geborgenheit und eine Verankerung sondergleichen (...), die er nirgendwo anders fände, die Geborgenheit und die Verankerung in der Transzendenz, im Absoluten“ (Frankl 1974, S. 74). In der Konsequenz aus dieser Erkenntnis plädiert Frankl für einen wirklich erfahrenen Glauben. „Ich kann mir (...) nicht vorstellen, dass es sinnvoll ist, wenn eine Kirche von mir *verlangt*, dass ich glaube. Ich kann doch nicht glauben *wollen* – ebenso wenig wie ich lieben wollen, also zur Liebe mich zwingen kann, und ebenso wenig wie ich mich zur Hoffnung zwingen kann, nämlich gegen besseres Wissen“ (Frankl 1974, S. 78). Echte und damit existenzielle Religiosität keine spontan auf. Jedes Drängen erfahre der Mensch als manipulativ und schädlich, weil es einem Heilwerden entgegen wirke.

#### **4. Kein Leben ohne Leid: Gottvertrauen im Angesicht der Theodizeefrage**

*„Viele wurden ärgerlich und befahlen ihm zu schweigen.  
Er aber schrie noch viel lauter:  
Sohn Davids, hab Erbarmen mit mir!“ (Mk 10, 48)*

Es scheint, als würde Jesus den Ruf des Bettlers überhören. Aber Bartimäus ringt verzweifelt um Mut. Er leidet. Soll er noch einmal rufen? Kann er Jesus wirklich vertrauen? – In der Beratung scheiternder Menschen stellt sich stets die Frage nach dem rechten Umgang mit Leid. Wie lassen sich der Glaube an Gott und der Blick auf das Leid der Welt vereinbaren? Ist dies überhaupt möglich? Für Kreiner bleibt es „kaum vorstellbar, dass Gott als allmächtiger Schöpfer dieser Welt nicht verantwortlich ist für deren Strukturen, unter denen empfindungsfähige Lebewesen unsäglich zu leiden haben“ (Kreiner 2005, S.

27). Wer vor dem Übel in der Welt nicht die Augen verschließt, komme eben an jenen Punkt, an dem die Gewissheit über die Existenz und das Wesen Gottes und damit auch die rationale Verantwortbarkeit des Glaubens an einen solchen Gott in Frage gestellt wird. Eben deshalb gehe es bei der Theodizeefrage nicht um die Rechtfertigung Gottes, sondern „um die Rechtfertigung des Glaubens an Gott angesichts des Einwands seiner offenkundigen Widersprüchlichkeit bzw. Irrationalität“ (Kreiner 2005, S. 24).

Der Begriff „Theodizee“ setzt sich zusammen aus den griechischen Wörtern theos (Gott) und dike (Gerechtigkeit). Er geht zurück auf das gleichnamige Buch von Gottfried Wilhelm Leibniz (1646-1716), das in einer überarbeiteten Auflage 1710 erschien. Leibniz vertritt darin seine Erkenntnis, dass die Existenz des Bösen in der Welt nicht der Allmacht und Güte Gottes widerspricht, weil eben unsere Welt „die beste aller möglichen Welten“ ist (Böhnke 2007).

Die Ursache aller moralischen Übel schreibt Leibniz der menschlichen Willensfreiheit zu. Diese Freiheit sei eben auch eine Freiheit zum Bösen, die wiederum unabdingbar für das sittliche Selbstverständnis des Menschen sei. Deshalb führe kein Weg am Leid vorbei, und ohne Schuld und Strafe sei das Leben sinnlos. Auch die physischen und metaphysischen Übel haben demnach ihre Berechtigung als Teile eines göttlichen Schöpfungsplans, der auf umfassende Harmonie ausgerichtet sei (Kühlwein 2003).

Aurelius Augustinus (354-430) zählt zu den ersten christlichen Theologen, die sich mit der Beziehung Gottes zum Leid auseinandersetzen. Kühlwein (ebd.) merkt dazu an, dass dessen These vom universellen Verderben als Folge des Schöpfungsfalls von Anfang an kritisiert wurde und dennoch bis heute kirchlich verbreitet und verteidigt wird. Augustinus gehe im Wesentlichen von einem absolut guten Gott aus, der wiederum eine gute Schöpfung erschuf. Alles Böse in der Welt sei „Mangel des Guten“ (Kühlwein 2003, S. 92) und damit eigentlich ohne Substanz und nicht vorhanden. Gerade eben diese Haltung, das Böse als nichtig aufzufassen, sei für viele inakzeptabel. Augustinus begründet seine ablehnende Haltung gegenüber einem dualistischen Verständnis in der Schöpfung im siebten Buch seiner „Bekenntnisse“: „Und für dich [Gott] gibt's überhaupt nichts Böses, und nicht nur für dich nicht, sondern auch nicht für das All deiner Schöpfung. Denn es ist nichts draußen, was in sie einbrechen und deine für sie gestiftete Ordnung stören könnte“ (Kühlwein 2003, S. 93).

Bis ins christlich dominierte Mittelalter hielten die Menschen fraglos an der Existenz Gottes fest. Für Böhnke (2007) ist es ein neuzeitliches Phänomen, mittels der menschlichen Vernunft Gott rechtfertigen zu wollen, da in diesem Versuch ein grundlegender Wandel in der Beziehung zwischen Gott und dem Menschen aufscheint: „Nicht

Gott hält über den Menschen, der Mensch hält über Gott Gericht.“ (Böhnke 2007, S. 75). Dieser Satz werfe vor allem die Frage auf, ob mittels der menschlichen Vernunft überhaupt über Gott geurteilt werden dürfe und könne. Stehe hinter diesem Vorgehen nicht doch vielleicht die Annahme, von sich aus wissen zu können, wer oder was Gott überhaupt ist?

Wäre das Leid in der Welt demnach als Tatsache unserer Geschöpflichkeit zu akzeptieren und uns Menschen zugleich eine notwendige Aufgabe, es nach Kräften zu lindern, aber auch demütig anzunehmen? Und kann dies im Vertrauen in einen Gott geschehen, der sich jeglicher Festlegung entzieht? Söding betont, dass wir unseren Glauben an einen guten, allmächtigen Gott richten, und er beruft sich dabei auf die Verkündigung Jesu. Dessen Worte würden ohne diesen Glauben an Wert verlieren, sei doch „die Reich-Gottes-Botschaft Jesu (...) vom Vertrauen in Gottes Gerechtigkeit und Güte, seine Allmacht und Allwissenheit geprägt“ (Söding 2007, S. 50).

Für den religionskritischen Rechtsphilosophen Norbert Hoerster gibt es nur einen Weg, unser Ringen um Gott und das Leid zu beenden: Gott sei schon lange tot, gestorben an einem Übermaß an Leid (Kühlwein 2003). Befürworter dieses Theodizee-Atheismus‘ halten den Versuch der Rechtfertigung Gottes für zum Scheitern verurteilt, da jener nicht rational zu begründen sei. Gerade dies sei aber eine Bedingung, der sich weltanschauliche Überzeugungen mit dem Ziel der gegenseitigen Verständigung zu stellen hätten. Für Hoerster ist deshalb „der Abschied von Gott redlicher und plausibler als alle Gottesverteidigungen zusammen“ (Kühlwein 2003, S. 90).

#### **4.1 Abschied vom allmächtigen und allgütigen Gott?**

Der jüdische Denker Hans Jonas (1903-1993) unternimmt in seinem Werk „Gottesbegriff nach Auschwitz“ den Versuch zu verstehen, wieso Gott angesichts des millionenfachen Mordes an europäischen Juden schweigen konnte. Nach Böhnke (2007 S. 82ff) kann ein solcher Gott für Jonas nicht zugleich gut, allmächtig und verstehbar sein. Weil aber der Glaube an die Güte Gottes Teil jüdischer Tradition und daher für Jonas wesentlich sei, habe dieser sich dazu durchgerungen, den Glauben an die Allmacht Gottes aufzugeben. „Und da sage ich nun: nicht weil er nicht wollte, sondern weil er nicht konnte, griff er nicht ein“ (Jonas 1991; in: Böhnke 2007, S. 83).

Ein ohnmächtiger Gott? Kessler (2000) merkt dazu an, dass wir uns nicht von der Allmacht Gottes, sondern von unserem Verständnis dieses Begriffs verabschieden müssen. Denn oftmals werde All-Macht nicht transzendental, sondern räumlich-gegenständlich verstanden. Wenn Gott ein solches räumlich-gegenständliches Wesen wäre, dann hätte er sich in sich zurück zu nehmen, um Raum für die

Welt zu schaffen. Gott sei jedoch der ganz Andere und damit transzendent. Somit signalisiere die Vorsilbe „All“ einen qualitativen Unterschied zur menschlichen Macht. Gottes All-Macht habe keinen zwingenden, gewaltsamen Charakter, sondern dürfe nur zusammen mit dessen Güte betrachtet werden, das heißt „als Fähigkeit gedacht werden, den anderen überhaupt erst *sein* zu lassen und ihn *frei* zu machen“ (Kessler 2000, S. 66). Der dänische Philosoph Sören Kierkegaard notierte dazu 1846 in sein Tagebuch: „Das Höchste, das überhaupt für ein Wesen getan werden kann, höher als alles, wozu einer es machen kann, ist dies: es frei zu machen. Eben dazu, dies tun zu können, gehört Allmacht“ (Kierkegaard 1954; in: Kessler 2000, S. 67).

Kessler hebt hervor, dass dieser übergegenständliche Gott um uns, bei uns und in uns sein könne, ohne sich selbst zu beschränken, um wiederum uns nicht beengen zu müssen. Er sei „nicht Konkurrent oder Grenze der Schöpfung und der menschlichen Freiheit, sondern gerade ihr ermöglichender Grund, auch ihre tragend-heilende Kraft und ihre rettende Aussicht“ (Kessler 2000, S. 69). Deshalb lehnt Kessler die Vorstellung eines tatsächlich bösen Gottes ab. Vorausgesetzt, Gott ist der Urgrund aller Wirklichkeit, teilt er aber die Ansicht, dass in Gott auch „so etwas wie der *Grund der Möglichkeit* des Übels, des Leids und eben auch des Bösen gedacht werden“ (ebd. 2000, S. 71) kann. So sei biophysisches Leben nicht ohne die Dynamik der Evolution und damit auch nicht ohne die Möglichkeit von Fehlentwicklungen, Schmerz und Tod denkbar. Ebenso sei menschliche Freiheit ohne den darin eingeschlossenen möglichen Missbrauch nicht vorstellbar.

Daran schließen sich Gedanken Thomas von Aquins (1225-1274). Er hebt nach Kessler (ebd.) hervor, dass die positive Aussage „Gott ist gut“ nicht das widerspiegelt, was Gott ist. Diese Unterscheidung sei wesentlich, weil sich das Adjektiv auf die Gutheit unserer endlichen Welt bezieht und oft gedankenlos auf Gott übertragen werde. „Es [das Wort, Anm. der Verfasserin] erfasst nicht das Mysterium der Katastrophen, der verheerenden Tätigkeit Gottes, der Tragik und der Schmerzen; und was es erfasst, nämlich diejenigen Offenbarungen Gottes, die uns angenehm sind, das ist immer noch unendlich höher als menschlich gut“ (Joseph Wittig 1947; in: Kessler 2000, S. 77).

Ich teile Kesslers Skepsis gegenüber rein theoretischen Versuchen, die Vereinbarkeit von Gott und dem Leid darzulegen. Zwar stimmt er Kreiner (2005) zu, der Theodizeefrage unter Berufung auf die Geheimnishaftigkeit auf Dauer nicht ausweichen zu können. Zugleich merkt er aber auch an, dass sich die Widersprüchlichkeit der Gotteserfahrung im Leid mittels rationaler Argumentationsketten nicht ausräumen lässt. Jedes Verstehen bleibe ein aporetischer und damit

im tiefsten ratloser Versuch, sich bis zu dem Punkt der Denkbareit vorzutasten, an dem Gott als absolutes Geheimnis aufscheine, und eben dieses Tasten rational nachzuvollziehen.

## 5. Scheitern erleben oder am Erlebten scheitern: über die Sehnsucht, heil zu sein

*„Jesus blieb stehen und sagte: Ruft ihn her!  
Sie riefen den Blinden und sagten zu ihm:  
Hab nur Mut, steh auf, er ruft dich.“ (Mk 10,49)*

Bartimäus hat laut genug gerufen, lange genug geklagt. Jesus bleibt stehen, und die Geschichte wendet sich: „Hab nur Mut, steh auf, er ruft dich.“ Ob es zur heilsamen Begegnung kommt oder ob der Bettler scheitert, liegt von nun an allein an Bartimäus. – Fischer (2006 S. 32 f.) sieht im heilen Menschen eine unserer Ur-Sehnsüchte. Als soteriologisches Schlüsselwort führe Heil, früher oft Glückseligkeit genannt, genau ins Innere des Glaubens und sei, christologisch betrachtet, das Geschenk Gottes in Jesus Christus. „... Heil ist als zentraler theologischer Terminus der Inbegriff der Vollendung des menschlichen Verlangens nach einem endgültigen Innewerden von Wahrheit und Güte in Freiheit und Liebe. Geschichtlich kommt es zustande durch die erlösende, befreiende und rettende Tat Gottes. Im tiefsten Sinn ist Heil die Gegenwart Gottes beim Menschen (...).“ (Müller G. L.; in: Beinert, W. (Hrsg.)1991; in: Fischer 2006, S. 41).

Nach der tiefenpsychologisch geprägten und von Fischer zitierten Hermeneutik Eugen Drewermanns entspringt Gottvertrauen der spezifisch menschlichen Sehnsucht nach einem absoluten Gegenüber. So bedürfe „der Mensch (...) eines Gegenübers (,) jenseits der Natur, damit er einen Grund des Vertrauens und der Geborgenheit findet“, aber auch jenseits der Kultur und damit der Welt der Menschen, „damit er einen Grund der Unabhängigkeit von (ödpalen) Autoritäten des Über-Ich in Elternhaus, Kirche und Gesellschaft findet“. Und er bedürfe eines Gegenübers jenseits dessen, „was wir, (...) entlang einer Kette von Projektionen und Introjektionen im Rahmen der Psychogenese als ‚Person‘ bezeichnen, damit der Mensch einen Grund für die Möglichkeit von Freiheit und Liebe findet“ (ebd. 2006, S. 256 f.). Dieses Gegenüber werde dem Menschen in der absoluten Person Gottes geschenkt; und es sei das Wesentliche an der Rede Jesu, gerade diesem Gott „vollkommen vertrauen zu können“ (ebd. 2006, S. 257).

Eugen Biser (2002) sieht die Lebensleistung Jesu darin, uns Gott nahe zu bringen und damit unsere Angst zu lindern. „Seine lebensgeschichtliche Großtat aber bestand darin, dass er das Gottesbild der Menschheit als eine aus Angst und Hoffnung hervorgegangene Projektion entlarvte, den aus diesen widersprüchlichen Faktoren gewobenen Schleier von ihrem ambivalenten Gottesbild



entfernte und das wahre Antlitz Gottes zum Vorschein brachte“ (Biser, 2002 S. 29). In diesem Sinne hält Biser am therapeutischen Grundcharakter der Sendung Jesu fest, weil eben das Therapeutische das Ganze seiner Sendung berühre und zugleich „als konstitutives Moment seiner heilvollen Proexistenz für den heils- und heilungsbedürftigen Menschen zu verstehen ist“ (Biser 1994; in: Fischer 2006, S. 115).

Stricker (1994; in: ebd.) unterstreicht, dass die Wirksamkeit Jesu als Heilender nicht in Beziehung zur Tätigkeit eines Arztes betrachtet werden darf, sondern dessen Tun übersteigt, indem sie auf die messianische Sendung Jesu und dessen Botschaft vom anbrechenden Reich Gottes verweise. So sei die Heilung des Körpers nur ein Teil innerhalb des umfassenden Heils.

Für Fischer (ebd. 2006, S. 114) bleibt die Doxologie des Ignatius von Antiochien (IgnEph 7,2) gültig. In seinem Lobpreis Jesu Christi mit den Worten „Einer ist Arzt, aus Fleisch zugleich und aus Geist gezeugt und ungezeugt, im Fleische erschienener Gott, im Tod wahrhaftiges Leben, aus Maria sowohl wie aus Gott, zuerst leidensfähig, dann leidensunfähig, Jesus Christus, unser Herr“ rühme er Jesus als Arzt für alle Dimensionen des Menschen. Dieses Modell des integralen Arztes spiegelt nach Fischer eine spätantike Vorstellung von Ganzheitlichkeit und Identität wider, wie sie heute nach der Differenzierung von Glaube, Theologie und Medizin nicht mehr möglich sei, dafür aber in abgewandelter Form Gestalt annehmen könnte: und zwar „auf dem Weg der komplementären und kooperativen Synergie von Glaube, Theologie und Medizin. Das optimale Leitbild dazu gibt in biblisch-soteriologischer Perspektive das heilende und heilvolle Reden und Tun des Jesus von Nazareth“ (ebd. 2006, S. 371).

## **5.1 Jesu Liebe als Weg zur heilsamen Erkenntnis Gottes**

Heilung ist nach Müller (2002) ein Teilaspekt des umfassenden Heilbegriffs und kann sowohl aus theologischer, als auch aus medizinischer bzw. psychotherapeutischer Perspektive betrachtet werden. Heilung aus Sicht der Psychotherapie und analog dazu aus Sicht der Beratung heißt vor allem, Beziehungen zu heilen. Für den französischen Psychoanalytiker, Bindungsforscher und Neuropsychiater Boris Cyrulnik (2007) schenkt uns das Leid überhaupt erst die Möglichkeit, glücklich sein zu dürfen, zu lieben und Bindungen einzugehen. Der Neuropsychiater belegt seine These mit Hilfe von Befunden der Hirnforschung, die eine veränderte Sicht auf die Bindungsfähigkeit von Säuglingen eröffnet. „Die Stärkung der Bindung erwächst nämlich aus der Linderung eines Leidens und nicht aus der Befriedigung einer Lust, was gleichbedeutend ist mit der Feststellung, dass man, um das Glück der Liebe zu erleben, zuvor einen emotionalen Verlust erlebt haben muss. Die Figur, die die Linderung bringt, ge-



winnt daraufhin besondere Bedeutung für die Psyche des Leidenden“ (Panksepp 1998; in: ebd, 2007, S. 144).

Die wiederkehrende Erfahrung, in Momenten des Kummers die tröstende Nähe eines als hilfreich erlebten Menschen zu spüren, lehre demnach das Kind zu hoffen und befähige es, für die eigene Sicherheit zu sorgen.

„Heilung aus Sicht des Glaubens heißt: *in Einklang kommen mit der Sinnausrichtung des Daseins*. Der Zustand, aus dem ein solcher Heilungsprozess befreit, ist der Widerwille gegen das Dasein, das eigene und das der anderen, weil die Sinnausrichtung nicht zugänglich ist“ (Müller 2002, S. 14). Der Mensch finde zur heilen Gestalt seines Lebens, wenn er seine Berufung entdecke, sie zu seinem Lebensprojekt mache und an ihrer Verwirklichung arbeite wie ein Künstler an seinem Kunstwerk. „Die so zu findende heile Gestalt des Lebens ist freilich immer nur fragmentarisch zu gewinnen, zudem ist sie immer fragil, sie kann zerbrechen, sich aber auch wieder erneuern“ (ebd. 2002, S. 15 f.). Gravitationszentrum der jeweils eigenen Berufung ist nach Müller die Liebe. Und auch wenn das Unabschließbare des Heilungsprozesses anzuerkennen sei, könne eben diese Liebe schon über sich hinausweisen und in der Welt fruchtbringend sein.

Bisher lenkt den Blick noch einmal auf Jesus. Denn als inwendiger Lehrer wirke Christus im Glaubenden „als Lese-, Lebemeister und Therapeut und richtet den Blick des Menschen auf die Mitte, die er, Christus, selbst ist und die er selbst vermittelt“ (Biser 1998; in: ebd. 2006, S. 120). Wo dies geschehe, begeben sich der Glaubende auf den Weg der identitätsstiftenden Innensicht. Identitätsstiftend deshalb, weil der Glaube uns zugleich das existenzielle Verstehen unserer selbst und das Verstehen Gottes eröffne und in diesem Sinne heilsam sei (ebd. 1997; in: ebd.).

## **6. Weiterführende existenzanalytische Impulse für eine geistig verankerte Beraterhaltung: Sinn finden im Leid**

*„Da warf er seinen Mantel weg, sprang auf und lief auf Jesus zu.  
Und Jesus fragte ihn: Was soll ich dir tun?  
Der Blinde antwortete: Rabbuni, ich möchte wieder sehen können.“ (Mk 10,50-51)*

„Da warf er seinen Mantel weg...“ - Bartimäus entscheidet sich, und zwar aus vollem Herzen und voll Vertrauen. Renate Fink (2000; in: Fischer 2006, S. 311) beschreibt die Dramatik dieser Szene auf treffende Weise: „Mit dem Wegwerfen des Mantels entledigt sich Bartimäus des Letzten was er besitzt. Der Mantel ist das, was dem Armen unter keinen Umständen weggenommen werden darf. Er bedeutet Schutz vor der Hitze des Tages und vor der Kälte der Nacht. Der Mantel ist ein kleines Stück Geborgenheit für die Ungeborgenen, das ‚Haus des Bettlers‘.“ Nun möchte Bartimäus zurück ins Leben keh-

ren, und auf Jesu Frage „Was soll ich dir tun?“ weiß er sofort eine Antwort: „Rabbuni, ich möchte wieder sehen können.“ – Nicht mehr blind zu sein, könnte in der Gedankenwelt Frankls bedeuten, sich seines Verantwortlichseins in der Welt bewusst zu sein. In seiner Existenzanalyse (1974 S. 45 ff.) versteht Frankl menschliches Sein grundsätzlich als Verantwortlichsein – auch gegenüber einem transzendenten Gott. Seiner Überzeugung nach hat alle Freiheit des Menschen ein Wovon und ein Wozu: das, *wovon* wir frei sein können, sei das Getrieben-Sein, und *wozu* wir frei seien, sei das Verantwortlichsein.

Wieder sehen zu können heißt aber auch, das zu betrachten, was ist und die Augen nicht mehr vor dem zu verschließen, was schmerzt. „In der Weise, wie einer diese Dinge auf sich nimmt, ergibt sich eine unabhäufbare Fülle von Wertmöglichkeiten. Das heißt aber, dass nicht nur im Schaffen und im Freuen das menschliche Leben sich zu erfüllen vermag, sondern auch noch im Leiden!“ (Frankl 1987, S. 145).

Einstellungswerte drängen nach Frankl immer dann zur Verwirklichung, wo wir etwas Unabänderliches und damit Schicksalhaftes zu tragen haben.

Als grundlegend für seinen Gedankengang nennt Frankl den Wert bzw. die Würde des Menschen - beide behalten ihre Geltung unabhängig vom Scheitern oder Gelingen eines Lebens. Äußere Erfolglosigkeit könne insofern sehr wohl mit innerer Erfüllung einhergehen und sei deshalb nicht mit Sinnlosigkeit gleichzusetzen. Manchmal vermag sich das Leben nach Frankl auch erst im Scheitern zu erfüllen, so etwa dann, wenn ein Mensch in seinen letzten Lebenstagen Einsicht in die Sinnlosigkeit seines gelebten Lebens gewinnt, jedoch nicht daran zerbricht, sondern noch einmal über sich hinaus wächst. Und zwar „zu einer inneren Größe, die rückwirkend sein ganzes bisheriges Leben – trotz dessen scheinbarer Vergeblichkeit – zu einem sinnvollen weicht“ (ebd. 1987, S. 146).

Wir stoßen uns im Sinne Frankls vor allem deshalb am Leiden, weil wir das positive oder negative Vorzeichen der Lust- bzw. Unlust-Betontheit unserer Erlebnisse überbewerten und im letzteren Falle wehleidig reagieren. Doch letztlich sage es nichts über den Wert einer Melodie, ob sie in Dur oder Moll gesetzt sei oder vielleicht Teil eines unvollendeten Werks sei. Also leiden wir, wie Frankl meint, unter einer Situation vor allem deswegen, weil wir sie nicht leiden mögen und die Gegebenheiten nicht gelten lassen wollen. Folglich sei die „Auseinander-setzung mit dem schicksalhaft Gegebenen (...) letzte Aufgabe und eigentliches Anliegen des Leidens“ (ebd. 1987, S. 147). In dieser fruchtbaren Spannung des Leidens an etwas Seiendem gegenüber etwas Sein-Sollendem gewinne der Mensch demnach überhaupt erst Einblick in das, was nicht sein soll: Wir erkennen vermeidbares und schuldhaftes Leiden und können uns davon befreien; und

wir erkennen unvermeidliches Leiden und sind dazu aufgerufen, uns in das Unabänderliche zu fügen.

Leiden bewahrt uns davor, gleich einer seelischen Totenstarre in Apathie zu versinken. „Solange wir leiden, bleiben wir seelisch lebendig“ (ebd. 1987, S. 149). Wer dagegen dem Leiden ausweicht, sich ablenkt oder betäubt, löst kein Problem und schafft auch kein Unglück aus der Welt – vielmehr entflieht er der Wirklichkeit. Denn es bleibt nach Frankl eine Tatsache, dass der Akt des Hinsehens weder den Gegenstand der Not erzeugt noch der Akt des Wegsehens ihn vernichtet.

## 7. Beratung auf der Grundlage von Gottvertrauen

*„Da sagte Jesus zu ihm:  
Geh! Dein Glaube hat dir geholfen.  
Im gleichen Augenblick konnte er wieder sehen,  
und er folgte Jesus auf seinem Weg.“  
(Mk 10,52)*

„Da sagte Jesus zu ihm: Geh! Dein Glaube hat dir geholfen.“ – Es ist dieses „Geh!“, das mich fasziniert. Ein lieber Freund sagte mir einmal in einem traurigen Moment: „Wir fallen hin, stehen wieder auf und gehen weiter.“ Jesus weiß um unsere Fähigkeit, am Leid zu wachsen. Nun ist Bartimäus unterwegs. Er hat sich aufgemacht, im Vertrauen in Gott seinen Weg zu gehen. – Kennzeichen einer professionellen Beraterhaltung, die in eben diesem Gottvertrauen wurzelt, sind meiner Erfahrung nach die Gaben zu zuhören, zu trösten und Hoffnung zu schenken. Hinzu kommt der Mut der Lücke, also das beherzte Ablegen des unerfüllbaren Anspruchs, perfekt beraten zu wollen.

Nach Eicher (2006) ermuntern Heilungsgeschichten wie die des Bartimäus dazu, „Heilungsprozesse ernst zu nehmen und Leidende so zu begleiten, dass deren eigener ‚Glaube‘, deren Vertrauen in das Leben und in die eigenen Gesundheitsprozesse gefördert und seelsorgerlich oder therapeutisch nicht behindert werden“ (Eicher 2006, S. 19). Erste und unverzichtbare Bedingung wirklich hilfreicher Beratung auf dem Boden der Nächsten- und Gottesliebe sei demnach das schlichte Zuhören. Denn ein „Zuspruch ohne Zuhören ist immer zu viel, zu viel des Guten, weil der Leidende damit nicht zu seiner Sprache finden kann“ (ebd. 2006, S. 20). Dagegen liegt nach Eicher das Fruchtbare einer Beraterhaltung, die ihre Offenheit gegenüber der Sprache des Klienten in Momenten des Stillschweigens und der leisen Erwartung zeigt, darin, dass sich manchmal die Tür zu jenem Raum der Leere, des Zögerns und des Suchens öffnet, in dem Klienten von sich erzählen dürfen.

Auch Cyrulnik (2006) weiß aus seiner Arbeit mit traumatisierten Menschen darum, wie wesentlich es ist, Worte für die neue Situation zu finden und die Bruchstücke der einstigen Identität in eine neue, tragfähige Form zu fügen. „Mit der Entstehung der Sprache verlieren die Dinge an Einfluss. Zuerst haben sie die Oberhand und setzen sich in unserer Erinnerung fest, aber sobald wir fähig sind, Symbole zu schaffen, ein Objekt durch ein anderes zu repräsentieren, kann unsere innere Welt Gedanken an die Stelle von Gegenständen setzen“ (Cyrulnik, 2006, S. 36). Solange eine seelische Verletzung - ein Trauma - sinnlos erscheint, sind wir aus der Sicht Cyrulniks gefangen in einem Durcheinander widersprüchlicher Informationen und nicht fähig zu einer Entscheidung. Ein bewährtes Mittel, die Gedanken zu klären, sei deshalb der Bericht – allerdings unter folgender Voraussetzung: „Der Zuhörer muss da sein und schweigen“ (ebd. 2006, S. 43). Erzählen werde somit zur Sinnarbeit, indem Erinnerungen in der Sprache des Leidenden mit neuen Informationen belegt werden, um die eigene seelische Widerstandskraft zu stärken.

Ohne die Gabe der Empathie ist Zuhören nicht möglich. Empathie wiederum setzt in den Worten Fromms (1991) die Fähigkeit zu lieben voraus. „Einen anderen Menschen zu verstehen, bedeutet, ihn zu lieben, nicht im erotischen Sinne, sondern so, dass er den anderen erreichen kann und seine Angst überwindet, sich selbst dabei zu verlieren“ (Fromm 1991, S. 225 f.) Fehlt es dagegen am Mut zu lieben, werden Verstehen und Lieben getrennt, und die Therapie bzw. Beratung verharrt in einem verstandesmäßigen Prozess.

Es ist eine Kunst, Trost zu spenden ohne den anderen zu trösten. Gerade dann, wenn Menschen scheitern, sind sie sensibel für den rechten Ton, in dem Trost ausgesprochen wird.

„Nur durch gutes Zuhören kann ein Begleiter erfahren, worin der Schmerz des Leidenden liegt und was ihn am meisten plagt. (...) Besonders in Situationen, in denen sich ein Begleiter hilflos vorkommt und nicht weiß, was er hier sagen soll, entlastet dieses Wissen um die tröstende Wirkung des Zuhörens ungemein“ (Schäfer 2009, S. 86). Echte Anteilnahme ist demnach stets hilfreich, wenn auch schmerzvoll, denn die begleitende Person spürt in diesen Augenblicken etwas von dem Schmerz ihres Gegenübers.

Leid ist eine Wunde des Herzens; und jede Wunde braucht die ihr eigene Zeit zum Heilen. Trost zu spenden heißt, sich fremdem Kummer auszusetzen und den Anderen nicht zu drängen, seine Trauer abzulegen. Damit Trost überhaupt sinnvoll geleistet werden kann, hat die begleitende Person nach Schäfer achtsam mit sich selbst umzugehen. Dazu gehört das Anerkennen der Grenzen der eigenen Kompetenz, aber auch das behutsame und doch nachdrückliche Ziehen von Grenzen, wenn Leidende zu viel fordern. Schäfer betont, dass die beratende bzw. begleitende Person in gesunder Eigenliebe für sich selbst zu sorgen habe. Jedes Empfinden von Unwohlsein gilt es zu beachten und ernst zu nehmen.

Das innere Auseinandersetzen mit dem Wirken Jesu im lebendigen Glaubensbezug kann der Beraterin helfen zu trösten. Entscheidend ist stets, in wie weit sie selbst ihren Glauben als trostreich empfindet. Denn „Trost ist die von Gott geschenkte Glaubenserfahrung (...) des Getragenseins auch des scheinbar ausweglosen u. zerfallenden Daseins durch die - wenn auch unbegreifliche u. souveräne - Liebe Gottes in Jesus Christus. Diese Erfahrung macht nur der, der sich glaubend ohne Vorbehalt u. ohne eine ‚Vorleistung‘ Gottes zu fordern, Gott anvertraut, (...) den T.[rost] als Tat zum Heil anderer versteht (...) u. bereit ist, anderen den Trost Gottes zu vermitteln (...)“ (Rahner & Vorgrimler 1985, S. 422).

### **7.1 Vom heilsamen Hoffen**

Hoffnung ähnelt dem „ersten Lichtstrahl des Sonnenaufgangs, der jeder noch so dunklen Nacht garantiert folgen wird“ (Short & Weinspach 2007, S. 42). – Beratung setzt auf Veränderung zum Guten, und dies auch gerade dann, wenn vieles ausweglos erscheint. Hoffnung ist nach Short & Weinspach die Antagonistin der Resignation und induziert immer eine Bewegung. Dies beschreibt Martin Walser in seinem Buch „Jenseits der Liebe“ auf anschauliche Weise: „Sobald man überlegt, wo man ist, ist man schon an einem bestimmten Punkt. Man muss dann nur den nächsten Schritt tun. Mehr als den nächsten Schritt kann man überhaupt nicht tun.(...)Dem Gehenden schiebt sich der Weg unter die Füße“ (1976; in: ebd. 2007, S. 43).

Im neutestamentlichen Sinn konstituiert sich Hoffnung („durch den Schnittpunkt einerseits jener schicksalhaften Verfügung Gottes über den Menschen, durch die dieser wirksam u. bleibend von der in Jesus Christus menschengewordenen (...) Liebe Gottes getroffen worden ist, andererseits durch die dieser Verfügung antwortende Verhaltensweise des Menschen (...), der, auf der glaubenden Gewissheit der schon endgültig geschehenen Heilsverfügung Gottes stehend, auf die letzte Vollendung der göttlichen Heilsveranstaltung im Kommen Jesu Christi zuversichtlich wartet. (...) Die H.[offnung] hält die Erinnerung an die noch unabgeholten Verheißungen Gottes wach, auf deren Erfüllung der Mensch zugeht, indem er an der innerweltlichen Zukunft arbeitet. Die christliche H.[offnung] wird in der Praxis der innerweltlichen H.[offnungen] u. im erlittenen Vorübergehen der ‚Gestalt der Welt‘ eingeübt u. vermittelt“ Rahner & Vorgrimler 1985, S. 194).

Die Psychotherapeutin Pauline Boss (2008) hebt in diesem Zusammenhang hervor, dass Hoffnung und Glaube zwar einander ähneln, aber nicht dasselbe sind: „Glaube impliziert die Bereitschaft, alles zu nehmen, wie es kommt. Hoffnung impliziert die Erwartung auf ein *gutes* Ergebnis. (...) Glaube impliziert Vertrauen in eine höhere Macht, und da die meisten Gläubigen auf Gottes Güte bauen, ist vielleicht auch hier die Erwartung eines guten Ausgangs gegeben“ (ebd. 2008; S. 244 f.). Wenn der Glaube nicht das Bindeglied zur Hoffnung sei, benötige diese einen anderen Anker, ein anderes sinn-erfülltes Ziel wie das Wohl von Familie und Gemeinschaft. Ansonsten laufe sie Gefahr, im Status eines egozentrischen Werts zu verharren und somit ganz von den begrenzten individuellen Möglichkeiten der

Beherrschbarkeit und Kontrolle abzuhängen – was in die Verzweiflung führen kann.

Damit wir unsere Hoffnung ausrichten und als heilsam erleben dürfen, braucht es Ruhe und Beistand. Denn um tragfähig hoffen zu können, bedarf es nach Pauline Boss aktiver Bewältigungsarbeit. Deshalb sei „Geduld (...) ein therapeutisches Gütezeichen für die Erneuerung von Hoffnung. Statt beharrlich nach der perfekten Lösung oder nach Heilung zu suchen, sollten wir den Klienten helfen, geduldiger mit unbeantworteten Fragen umzugehen. Das braucht Zeit“ (ebd. 2008, S. 261).

Beratung ist nicht unbedingt auf Zeit ausgerichtet; manchmal bestehen Stundenvorgaben, die es einzuhalten gilt. Entlastend kann hier die Einsicht wirken, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und Gelassenheit einzuüben. Dies setzt voraus, eigene Gefühle der Hilflosigkeit, Ungeduld oder Kontrollbedürftigkeit zu reflektieren und ein wenig abzulegen. In Gott zu vertrauen bedeutet für mich deshalb auch stets, in die eigenen Kräfte und die des Gegenübers zu vertrauen. Und es umschließt das freundliche Eingeständnis der eigenen Ratlosigkeit. Marie-Luise Conen (2006, S. 259) schreibt dazu: „Die allgemein verbreitete Erwartung, dass Menschen sich aufgrund von planbaren Interventionen oder gar manualisierten Vorgehensweisen verändern würden, ist Teil der Machbarkeitsidee. Sie lässt außer Acht, dass Menschen aus den verschiedensten und vielfältigsten Gründen entscheiden, sich zu verändern oder sich auch nicht zu verändern.“ Denn gerade weil ich in Gott vertraue, weiß ich „um die Geschöpflichkeit und Fragmentenhaftigkeit menschlichen Lebens, damit auch um die Begrenztheit und Vorläufigkeit beraterischer (...) Kompetenz und Verantwortung“ (Klessmann 2006, S. 37).

## 8. Fazit

Es ist ein schönes Bild, das Martin Walser vom Leben entwirft: *Im Gehen schiebt sich der Weg unter die Füße*. Beim Verfassen dieser Arbeit habe ich erfahren, wie sich dieses Gehen anfühlt. Da meine Arbeit theologisch ausgerichtet ist, ich aber keine Theologin bin, hieß das für mich, mich in kurzer Zeit mit den ausgewählten Themengebieten vertraut zu machen und sie auf meine Fragestellung hin zu lesen. So tappte ich vorwärts und wusste gegen Ende eines jeden Kapitels noch nicht, wie das Folgende aussehen wird.

Nun liegt dieser Weg hinter mir und ich hoffe, dass meine Arbeit ein wenig dazu ermuntert, in der täglichen Beratungsarbeit auf die Kraft und Tiefe persönlicher Glaubenserfahrung zu vertrauen, sich gleichsam darin zu verankern, um gegenüber den Klienten frei und beweglich zu bleiben. Ich denke, Gottvertrauen kann eine wesentliche Ressource für gläubige Beraterinnen und Berater sein, weil es – im Sinne Frankls – tragfähiger Boden sein kann für die Verwirklichung einer Vielzahl von Wertmöglichkeiten. Allein die Gewissheit, trotz der Geheimnishaftigkeit Gottes stets in ihm geborgen zu sein, stärkt die

gesunde Selbstliebe und lässt uns offen bleiben für unser eigenes Leben und das unserer Klientinnen und Klienten: Wir spüren unsere Grenzen und gehen nicht zu sehr über sie hinweg, weil wir uns nicht schaden möchten. Und wir sehen unsere Möglichkeiten und trauen uns vielleicht noch zaghaft zu, uns zu entfalten. Im besten Fall ist dieser Weg heilsam. Wir kommen in Einklang mit der eigenen Berufung und finden inneren Frieden, den wir in der Beratung auch ausstrahlen, wenn wir mit dem, was wir tun, *zufrieden* sind. Unser Gegenüber profitiert von dieser Haltung, weil sie stets aufs Neue die Hoffnung stiftet, weiter zu gehen.

#### **Zusammenfassung**

In der Kurzfassung meiner Master-Arbeit (2011) diskutiere ich meine These, dass Gottvertrauen tragfähiges Fundament professioneller Beraterhaltung sein kann. Vor dem Hintergrund existenzieller Erfahrungen wie Sinn und Leid verknüpfe ich (bibel-)theologische Zusagen an einen heilsamen Gott, der in Jesus Christus aufleuchtet, mit den Gedanken des Begründers der Logotherapie, Viktor Frankl. Meine Erkenntnisse übertrage ich auf die konkrete Beraterhaltung.

**Stichworte:** Gottvertrauen, Leid, Sinn, Beratung, Theologie, Logotherapie

#### **Abstract**

In this abridged version of my master's dissertation (2011) I discuss my thesis, that trust in God can be an acceptable foundation of a professional counseling attitude. Against the background of existential experiences like meaning and sorrow I connect (Bible)-theological promises to a healing God, the one in Jesus Christ lights up, with the thoughts of the founder of the logotherapy, Viktor Frankl. I transfer my insights to the concrete counseling attitude.

**Key words:** trust in God, sorrow, meaning, counseling, theology, logotherapy

#### **Literatur**

- Berger, Klaus (2001). *Was gibt uns die Kraft zum Leben?* Gütersloh: Quell/Gütersloher Verlagshaus.
- Berger, Klaus (2008). *Evangelium unseres Herrn Jesus Christus*. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.
- Biser, Eugen (2002). *Der inwendige Lehrer: der Weg zur Selbstfindung und Heilung*. Schwerin: Thomas-Morus-Bildungswerk [u.a.].
- Böhnke, Michael (2007). Von scheinbaren Lösungen zu existenziellen Fragen. Zur verantworteten Rede von Gott angesichts des Leids. In Böhnke, M./Söding, T. (Hrsg.) *Leid erfahren – Sinn suchen. Das Problem der Theodizee*. S. 69-105. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.
- Boss, Pauline (2006). *Verlust, Trauma und Resilienz*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Conen, Marie-Luise (2008). Die Ratlosigkeit des Helfers – eine Ressource! In Welter-Enderlin, R. und Hildenbrand, B. (Hrsg.), *Resilienz – Gedeihen trotz widriger Umstände (2. Auflage)*. S. 255-270. Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.
- Cyrlunik, Boris (2006). *Warum die Liebe Wunden heilt*. Weinheim und Basel: Beltz-Verlag.
- Cyrlunik, Boris (2007). *Mit Leib und Seele*. Hamburg: Hoffmann und Campe Verlag.
- Eicher, Peter (2006). „Dein Glaube hat dich gerettet.“ *Blickpunkt EFL-Beratung, Zeitschrift des Bundesverbandes katholischer Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen und -berater, Ausgabe April 2006*, S. 11-23.



- Fischer, Ralph (2006). Macht der Glaube heil? In Biberstein, K., Bruns, P., Heimbach-Steins, M., Hierold, A., Klausnitzer, W., Ruppert, G., Schöttler, H.-G., Wehr, L. Wünsche, P. (Hrsg.), *Bamberger Theologische Studien, Band 30*. Frankfurt am Main: Peter Lang, Europäischer Verlag der Wissenschaften.
- Frankl, Viktor E. (1974). *Der unbewusste Gott*. München: Kösel-Verlag.
- Frankl, Viktor E. (1987). *Ärztliche Seelsorge (4. Auflage)*. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Frankl, Viktor E. (1988). *Die Sinnfrage in der Psychotherapie (3. Auflage)*. München: R. Piper Co. Verlag.
- Frankl, Viktor E. (2006). Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. *Blickpunkt EFL-Beratung, Zeitschrift des Bundesverbandes katholischer Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen und -berater, Ausgabe April 2006*, S. 24-28.
- Fritzen, Wolfgang (2008). *Von Gott verlassen? Das Markusevangelium als Kommunikationsangebot für bedrängte Christen*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Fromm, Erich (1991). *Von der Kunst des Zuhörens*. Weinheim und Basel: Beltz Verlag.
- Katholisches Bibelwerk (2003). *Die Bibel. Einheitsübersetzung (4. Auflage)*. Stuttgart: Katholische Bibelanstalt GmbH.
- Kessler, Hans (2000). *Gott und das Leid seiner Schöpfung. Nachdenkliches zur Theodizeefrage*. Würzburg: Echter-Verlag.
- Klessmann, Michael (2006). Persönliche Spiritualität als Teil professioneller Kompetenz in Seelsorge und Beratung. *Blickpunkt EFL-Beratung, Zeitschrift des Bundesverbandes katholischer Ehe-, Familien und Lebensberaterinnen und -berater, Ausgabe April 2006*, S. 29-38.
- Kluge, Friedrich (2002). Bearbeitet von Elmar Seebold. *Etymologisches Wörterbuch Der deutschen Sprache (24. durchgesehene und erweiterte Auflage)*. Berlin: Walter de Gruyter GmbH & Co. KG.
- Kreiner, Armin (2005). *Gott im Leid. Zur Stichhaltigkeit der Theodizee-Argumente (erweiterte Neuausgabe)*. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.
- Kriz, Jürgen (2001). *Grundkonzepte der Psychotherapie (5. vollständig überarbeitete Auflage)*. Weinheim: Verlagsgruppe Beltz.
- Kühlwein, Klaus (2003). *Schöpfung ohne Sinn?* Düsseldorf: Patmos Verlag.
- Müller, Stephan E. (2002). Die therapeutische Dimension des Glaubens. In Möde, E. Und Müller, St. (Hrsg.) *Von der Heilkraft des Glaubens*. S. 9-22 Würzburg: Echter Verlag.
- Rahner, Karl; Vorgrimmler, Herbert (1985). *Kleines theologisches Wörterbuch (15. Auflage)*. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder.
- Schäfer, Klaus (2009). *Trösten-aber wie?* Regensburg: Verlag Friedrich Pustet.
- Short, Dan & Weinspach, Claudia (2007). *Hoffnung und Resilienz*. Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

**Nancy Nadja Sandmann**, Master of Counseling, Erziehungswissenschaftlerin B.A., EFL-Beraterin im Bistum Hildesheim. **Marktstraße 18, 31246 Lahstedt, E-Mail: [Nancy.Nadja.Sandmann@t-online.de](mailto:Nancy.Nadja.Sandmann@t-online.de)**



## **Buchbesprechungen**

**Gisela Hötter-Ponath**

*Trennung ohne Rosenkrieg*  
*Ein psychologischer Wegweiser*  
Stuttgart, Klett-Cotta 2012, € 17,95

Wenn ein Paar heute zusammenkommt und heiratet, ist der Wunsch da, dass die Liebe halten möge, „bis dass der Tod sie scheidet“. Nun kann man sich fragen, was mit dem Tod gemeint sei, der leibliche oder der Tod der Liebe? Aber wer will das schon definieren, wann die Liebe tot ist? Aber eins ist auch Realität: Paare können heute davon ausgehen, dass sie ein sehr hohes Risiko haben, dass die Ehe eines Tages geschieden wird. Ist eine Beziehung an diesem Punkt gekommen und mindestens einer von beiden definiert es für sich so, dass keine Liebe mehr da sei, ist es für beide und insbesondere auch für betroffene Kinder hilfreich zu wissen, mit welchen innerpsychischen Reaktionen zu rechnen ist. Hoffnungen, Investitionen in die Beziehung, Pläne für die Zukunft sind gescheitert. Da sind Wut, Verzweiflung, Trauer angemessen. So hilft das vorliegende Buch, diese schmerzhaft Situation zu verstehen und begleitet psychologisch durch die einzelnen Stadien. Immer wieder gibt es Beispiele, Selbsttests und auch praktische Anregungen, sowohl für den verlassenen Partner als auch für den verlassenden. Und immer wieder kommen betroffene Kinder in den Blick, denn je mehr die bisherigen Partner ihre aktuelle Situation verstehen und auf einer Erwachsenen-Ebene, auch mithilfe einer Paarberatung, klären und bewältigen können, desto leichter machen sie es auch den Kindern, mit dem Ende der bisherigen familiären Situation klarzukommen. Ehen und Lebenspartnerschaften, aber auch Trennungen und Scheidungen gehören zu unserem Leben dazu und sind integraler Bestandteil unserer Gesellschaft. Statt über Scheidungen zu lamentieren, oder schlimmer noch, zu moralisieren, gilt es Wege zu finden, Trennungsprozesse fair zu gestalten und die Situation von getrennten und von Folgefamilien zu verbessern. Damit besteht die Chance, dass Kinder nicht zu Scheidungswaisen werden, sondern dass sie weiterhin beide Eltern lieben dürfen und erleben können, dass liebende und fürsorgliche Eltern nicht in einem Haus wohnen müssen. Um dieses Ziel zu erreichen, bietet das vorliegende Buch hervorragende Unterstützung.

*Dr. Rudolf Sanders*

**Anke Lengning und Nadine Lüpschen**

*Bindung*  
München, Ernst Reinhard Verlag 2012, € 14,99

Schaue ich auf meine langjährige paartherapeutische Praxis, so ist diese durch die Erkenntnisse der Bindungsforschung und der daraus entwickelten Bindungstheorie John Bowlbys (1907–1990) und den Längsschnittuntersuchungen von Klaus und Karin Grossmann in Deutschland maßgeblich beeinflusst und geprägt worden. Achte ich z.B. weniger auf den Inhalt dessen, was ein Paar mir erzählt, sondern vielmehr darauf, wie sie dabei miteinander umgehen, wird leicht deutlich, wo das eigentliche Problem in der Interaktion beider verborgen liegt. Durch die Bindungserfahrungen mit verschiedenen Bindungspersonen in frühester Kindheit werden vom Kind die sogenannten „internalen Arbeitsmodelle“ abgespeichert. Diese werden zur Grundlage, sowohl die Welt zu verstehen, als auch dafür, im weiteren Lebenslauf Beziehungen zu gestalten. So wird es z.B. zur Unterdrückung der Gefühle vonseiten des Kindes kommen, wenn sich die Eltern ihm gegenüber ablehnend verhalten. Dies wiederum hat im weiteren Lebenslauf Auswirkungen auf das Bewältigungsverhalten in schwierigen zwischenmenschlichen

Situationen. Das Wissen um diese Zusammenhänge ermöglicht Ratsuchenden, ihre Probleme zu verstehen und dadurch motiviert konstruktives Miteinander einzuüben. Auf knapp 100 Seiten findet man die wichtigsten Aussagen zur Bindungstheorie, Forderungen zur personalen Besetzung von Kindertagesstätten bis hin zu Modellen, wie Eltern die Bindungssicherheit ihrer Kinder durch gezielte Programme fördern können.

*Dr. Rudolf Sanders*

### **Carl R. Rogers**

*Eine Theorie der Psychotherapie*

München, Ernst Reinhardt Verlag (1959) 2009, € 17,90

Es über ein halbes Jahrhundert her, dass diese Schrift erstmals erschienen ist. Da mag man sich fragen, warum eine Neuauflage Sinn macht. Ich selber habe die Schriften von Carl Rogers Anfang der 1970er-Jahre im Rahmen meiner Leiter-Ausbildung bei den Pädagogen kennengelernt. Etwa die „Nicht-direktive Beratung“ oder die „Klientenzentrierte Gesprächstherapie“ haben mein Menschenbild, meine Haltung Ratsuchenden gegenüber und später ganz besonders bei der Paarberatung in und mit Gruppen im Rahmen der Partnerschule (Sanders 2010) maßgeblich beeinflusst. Wie genau diese Beeinflussung meiner therapeutischen Haltung stattgefunden hat, mag ich zunächst an einigen Zitaten deutlich machen. Hinsichtlich dessen, was „Liebe“ ist – und dies ist ja für Paare, die eine Paartherapie aufsuchen, ein zentraler Wert, den Ratsuchende durch ihren Therapeuten erleben sollten: „Geliebt“ hat hier vielleicht seine tiefste und allgemeinste Bedeutung – nämlich die, tief verstanden und tief akzeptiert zu werden“ (1972, S. 154). Dass die Partnerschule (Sanders 2006) eine so hohe Akzeptanz bei Klienten erfährt und sie gerne davon erzählen, mache ich daran fest, dass sie zunächst „zu sehr mit sich selbst beschäftigt sind, und wahrscheinlich sind sie sich kaum der Tatsache bewusst, dass neben ihrem Bedürfnis nach Erleichterung der eigenen Qual noch anderes wichtig ist ... Wenn sie (die Akzeptanz und das Wohlwollen) jedoch vom Therapeuten gehegt und von den positiven Gefühlen der Gruppenmitglieder bekräftigt werden, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass sie in der Gruppensituation eindeutig wirksamer werden als in der Einzeltherapie. Von einem Therapeuten verstanden und akzeptiert zu werden, ist eine Sache, eine wesentlich überzeugendere Erfahrung ist es jedoch, von verschiedenen Leuten verstanden und akzeptiert zu werden, die auch bei einer gemeinsamen Suche nach einer befriedigenderen Art zu leben ehrlich ihre Gefühle teilen. Mehr als alles andere macht dies die Gruppentherapie zu einer Erfahrung, die sich qualitativ von der Einzeltherapie unterscheidet“ (a.a.O. S. 262 f.). So empfahl Rogers: „Wenn ein Katalysator-Leiter eine gewährende Atmosphäre schafft; wenn die Verantwortung wirklich dem einzelnen oder der Gruppe übergeben wird; wenn grundlegender Respekt vor der Fähigkeit des einzelnen oder der Gruppe vorhanden ist; dann wird das Problem verantwortlich und angemessen analysiert; tritt verantwortliche Selbstlenkung zu Tage; sind Kreativität, Produktivität und Qualität der Produktion den Resultaten anderer vergleichbarer Methoden überlegen; entwickeln sich beim einzelnen und bei der Gruppe Moral und Selbstvertrauen“ (1972, S. 71). Insbesondere der Glaube von Rogers, dass in jedem Menschen die tiefe Weisheit steckt, das, was für ihn im Moment zu tun richtig ist, auch zu tun: „... dass ich Vertrauen in die mögliche Kraft des Klienten zur konstruktiven Veränderung und Entwicklung in Richtung auf ein volleres und befriedigenderes Leben habe“ (a.a.O. S. 47).

Warum ist es mir wichtig, einleitend diese Zitate zu bringen? Ich habe den Eindruck, dass die Weisheit, die dahinter steckt verloren zu gehen scheint, und in Lehrbüchern Rogers Ansatz und insbesondere seine Haltung dem Menschen gegenüber nur noch auf die Basisvariablen der Gesprächspsychotherapie reduziert wird. Das vorliegende Werk stellt nun in sehr kompakter Weise seinen therapeutischen Ansatz vor. Es wurde geschrieben auf Bitte der American Psychological Association (APA) in Verbindung mit ihrer Studie „Study of the Status and Development of Psychology in the United States“. Vielleicht macht es Lust, sich über diesen Schlüsseltext des Personenzentrierten Ansatz-

zes diesen kennenzulernen, zu vertiefen und ihn vielleicht auch in der Praxis anwenden zu wollen.

Rogers, C. (1972): Die klientbezogene Gesprächstherapie. München: Kindler.

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

*Dr. Rudolf Sanders*

### **Doris Bühler-Niederberger**

*Lebensphase Kindheit*

*Theoretische Ansätze, Akteure und Handlungsräume*

Weinheim, Juventa 2011, € 17,95

Beraterinnen und Berater, die im Familienkontext arbeiten, haben in der Regel eine implizite Vorstellung davon, wie eine gute Kindheit auszusehen muss: lang und behütet, als normatives Muster. Das hat zur Folge, dass es eine recht enge Vorstellung von Kindheit gibt, an der sich Handlungen und Entscheidungen in Bezug auf einzelne Kinder und auf die Kindheit als solche mit großer Selbstverständlichkeit orientiert wird. Nur Kindheiten, die diesem theoretischen Hintergrundmuster entsprechen, gelten als gute Kindheiten. Häufig führt gerade erst diese Bewertung zur Abwertung anderer Muster des Aufwachsens.

Im ersten Teil des Buches wird ausführlich auf der Grundlage empirischen Materials die Lebenssituation von Kindern in Deutschland und darüber hinaus aufgrund von Erzählungen die Situation von Kindern in anderen Ländern der Welt gesichtet und geordnet. Der Abriss einer Geschichte der Kindheit in unserer Gesellschaft lässt das normative Muster einer langen, behüteten Kindheit auch als ein wesentliches Element der Bemühungen um eine geordnete Gesellschaft erkennen. So ist es in nahezu selbstverständlich, dass „gute Kindheiten“ sich in Familien abspielen, die möglichst dem männlichen Ernährermodell der Familie entsprechen und der Mittelschicht angehören, andere Modelle der Kindheit gelten in gewissem Maße immer schon als defizitär. Dies ist z.B. eine Handlungslinie, an der sich staatliche Regelungen orientieren: Vor allem über das Ehegattensplitting werden nicht nur verheiratete Paare, sondern prinzipiell auch besser verdienende Paare begünstigt, während Alleinerziehende benachteiligt werden. Häufig haben Lehrkräfte auch eine dezidierte Meinung bezüglich schwieriger Scheidungskinder. Diese übersetzt sich zwar nicht in tatsächlich schlechterem Schulerfolg dieser Kinder, trägt aber dennoch zweifellos zur Aufrechterhaltung einer traditionellen Vorstellung bei, wie Kindheit zu sein habe. Ausgeschlossen werden Alleinerziehende und Unterschichtsfamilien oder Familien mit Migrationshintergrund und zwar von den Vorteilen und dem Ansehen, die die traditionelle strukturierte Mittelschichtfamilie und die Kindheiten, die darin stattfinden, genießen. Ausgeschlossen werden aber in nicht geringem Maße auch hochgebildete Frauen; sie werden ausgeschlossen vom Mutterwerden, das als Modell der Lebensführung, wenn es in dieser Weise normativ verankert wird, nicht in ihre Biografien passt. Zusammengefasst kann man sagen, dass die lange und behütete Kindheit sich ausrichtet auf die zentralen Probleme moderner sozialer Ordnung: Die Herstellung des erwünschten Verhältnisses zwischen Individuum und Gesellschaft – und dies in einer gesellschaftlichen Ordnung, die zunehmend auf den Einzelnen und seine innere Disziplin setzt.

Im zweiten Teil werden die wichtigsten Begriffe der Sozialisationstheorie und der „Neuen Soziologie der Kindheit“ vorgestellt und in den sozialwissenschaftlichen Diskussionszusammenhängen verortet. Im Mittelpunkt steht das theoretische Konzept der „Generationalen Ordnung“. Dabei muss die sozialwissenschaftliche Kindheitsforschung sich dafür interessieren, was die jeweils geltende generationale Ordnung Kindern an Handlungsmöglichkeiten abverlangt und was sie ihnen zugesteht. Sie muss sich fragen, wie

weit Kinder ihre Anliegen und Bedürfnisse darin geltend machen und über welche Strategien sie das können, und wie sie selber ihre Position darin wahrnehmen. Das Buch ist ein wichtiger Beitrag dazu, der Kindheitsforschung einen zentralen Platz in der Soziologie zu sichern.

*Dr. Rudolf Sanders*

**Holger Lindemann und Christiane Rosenbohm**

*Die Metaphern-Schatzkiste*

*Systemisches Arbeiten mit Sprachbilder*

Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht 2012, € 29,95

Ein zentrales Problem in Beratung und Therapie besteht häufig darin, dass Klienten für das, was sie erlebt haben, was sie wollen oder für ihre Visionen wenig Möglichkeiten haben, dies/e zum Ausdruck zu bringen. Um ihnen sprachliche Hilfe zu geben, ist die vorliegende Schatzkiste wirklich eine Fundgrube. Unsere Sprache ist voll von Metaphern und Sprachbildern und Menschen arbeiten implizit immer damit. Wie dies nun in Beratung und Therapie genutzt werden kann, wird hier an vielen Beispielen aufgezeigt. Anstatt eine Metapher wie „Der ist für mich wie ein rotes Tuch“ oder „Ich habe gerne mehrere Eisen im Feuer“ nur implizit aufzunehmen, werden diese direkt für die Beratung genutzt. Etwa: „Wer hält denn das rote Tuch hin?“ Oder: „Wodurch unterscheiden sich diese Eisen denn?“ Die implizite Metaphorik wird bewusst verwendet, um in einem weiteren Schritt wieder in den Alltag übertragen zu werden. Der Vorteil darin besteht auch, dass manche schweren Probleme mit Humor und Leichtigkeit angegangen werden können, wenn etwa in einer Paarberatung der Ehemann den Eindruck hat, dass die Liebe verlorengegangen sei, kann man danach fragen, ob er sich auf die Suche machen mag, sie wieder zu finden.

Für das metapherngestützte Arbeiten an Problemlösungen bzw. das Finden von Lösungsgeschichten eignet sich die sogenannte Heldenreise in besonderem Maße. Dabei handelt es sich um die Bezeichnung für den literarischen und cineastischen Erzählverlauf, dem die allermeisten Geschichten folgen. Das Grundmuster der Heldenreise findet sich in der Mythologie und in Sagen ebenso wie in Kindergeschichten und Spielfilmen. Die Struktur dieser Reise wird ausführlich beschrieben und auch auf der beiliegenden DVD beispielhaft im Rahmen einer Beratung genutzt, um damit eine Problemlösung zu erarbeiten. Darüber hinaus finden sich auf der DVD eine Datenbank mit über 18000 Sprachbildern und Redewendungen sowie zahlreichen Kopiervorlagen und ein weiteres Beratungsvideo.

*Dr. Rudolf Sanders*

**Ingrid Müller-Münch**

*Die geprügelte Generation*

*Kochlöffel, Rohrstock und die Folgen*

Klett-Cotta Verlag 2012, Stuttgart, 19,95€

Die wichtigsten Erziehungsziele nach dem Zweiten Weltkrieg, gewachsen aus einem Respekt vor Autoritäten, waren Gehorsam und Unterordnung. Nach überlebter Flucht, Vertreibung, Zerstörung und dem damit einhergehenden Chaos waren vor allen Dingen Ordnungsliebe und Fleiß für viele besonders erstrebenswert. Nach Umfragen aus dieser Zeit setzten über die Hälfte der Eltern zur Durchsetzung dieser Ziele körperlichen Strafen ein und hielten sie für notwendig und richtig. Nur wenige erzogen ihre Kinder ganz ohne Schläge. Als weitere Strafen war damals der Stubenarrest sehr populär. Darüber hinaus gab es aber auch Entzug von Vergünstigungen, Essen, Taschengeld und vor allen Dingen von Liebe.

In diesem Buch bekommen geprügelte Kinder einen Namen und ihre Leidensgeschichte wird dokumentiert und damit bezeugt. Es wird auch deutlich, dass die wenigsten Eltern

richtige Sadisten waren, die emotional ausbeutend mit Lustgewinn geprügelt haben. Das Problem bestand insbesondere darin, dass die Eltern wirklich glaubten, dass das, was sie taten, richtig war. So lässt sich die antiautoritäre Erziehung der 1960er-Jahre als Gegenstück zum autoritären Erziehungsstil vielleicht als alleinseligmachende Lösung nach so viel Unterdrückung und Gewalt verstehen. Allerdings geschah hier der Zwang und Druck mit umgekehrtem Vorzeichen. Das unartige Kind war das gute Kind, das brave war verhaltensgestört. So ist die Diskussion darüber, wie Kinder am besten gedeihen können und ob es ein Patentrezept gibt, noch nicht abgeschlossen. Allerdings verfügen Eltern mittlerweile über mehr Wissen und Informationen als diejenigen, die im Konfliktfall nichts anderes zur Hand hatten als Rohrstock und Repression. Abgerundet wird das Buch mit den aktuellen Studien zu den Auswirkungen von frühen Schlägen. So ist z.B. wissenschaftlich nachgewiesen, dass, je mehr geprügelt wird, die Schulnoten umso schlechter ausfallen.

*Dr. Rudolf Sanders*

**Julia Weber & Johannes Storch**

*Tiger Blick trifft Himbeerlächeln*

*Wie Ihnen das Unbewusste dabei hilft, lustvoll zu flirten*

Bern, Verlag Hans Huber 2012, € 24,95

Wie stelle ich es an, den passenden Partner zu finden? Nicht wenige treibt diese Frage um, sodass Partnerschaftsbörsen Hochkonjunktur haben. Sicherlich sind die Gelegenheiten einen passenden Partner zu finden weit vielfältiger geworden als noch vor 50 Jahren. Auch haben sich die Erwartungen an eine Liebesbeziehung und Ehe kontinuierlich verändert. Einen Einschnitt markierte die Scheidungsrechtsreform aus dem Jahr 1976 mit der Beendigung des Konstrukts der Hausfrauenehe. Neben den wirtschaftlichen Bedingungen sind heute vor allen Dingen Glück und Liebe die konkrete Messlatte für das Gelingen von intimen Beziehungen. Das Problem besteht aus meiner Sicht häufig darin, dass das Unbewusste, das Implizite dem Expliziten, den Wünschen Vorstellungen und Plänen entgegensteht. Wissenschaftlich fundiert wird im Buch die Funktionsweise des Bewussten und Unbewussten in einfachen Bildern und Worten verständlich erklärt. Hat man nämlich erst einmal das Unbewusste mit im Boot, sodass es das Bewusste nicht mehr torpediert sondern unterstützt, setzt sich dieses auch im Handeln, also konkret in der Art des Flirtens, um. Grundlage dieses Flirt-Kurses ist das Züricher Ressourcenmodell, ZRM, welches von Maja Stock und Frank Krause für die Universität Zürich entwickelt wurde. (Storch & Krause 2007). Es beruht auf aktuellen Forschungsergebnissen der Neurowissenschaften und psychologischen Erkenntnissen. Dabei handelt es sich um eine Methode zur gezielten Entwicklung von neuen Handlungskompetenzen, die sich konsequent an den individuellen Ressourcen einer Person orientieren. Sechs unterschiedlichen Flirt-Typen, die Unnahbare, der Schüchterne, die Rastlose, der Grübler, die Anspruchsvolle und der Sexhungrige werden anschaulich durch dieses Training bis zu ihrem Erfolg (durch Rückmeldungen nach dem Training dokumentiert) begleitet. Erfolgreiche Flirter und Flirterinnen gelangen zu Selbsterkenntnis, wie sie sich selbst im Wege stehen und vor allem erfahren sie, wie sie dies konkret verändern können.

*Dr. Rudolf Sanders*

**Ronald Lutz (Hrsg.)**

*Erschöpfte Familien*

Wiesbaden, VRS Verlag für Sozialwissenschaften 2012, € 14,95

Paare bzw. Familien, die in Therapie und Beratung als besonders schwierig erlebt werden, werden nicht selten als Multiproblemfamilie, Streitpaare bzw. – hinter vorgehaltener Hand – als „Unterschichtsfamilie“ oder „Hartz-IV-Familie“ bezeichnet. Die vorlie-

gende Veröffentlichung weist auf ein ganz anderes Phänomen hin: Viele dieser Menschen in diesen Familien sind einfach erschöpft und ausgezehrt. Und dies beginnt nicht beim Vorliegen statistischer Armut, sondern findet sich, wie die empirische Realität zeigt, auch bei Familien, die sich oberhalb der definierten Armutsgrenze befinden. In verschiedenen Aufsätzen werden soziale, ökonomische und familiäre Hintergründe durch eine Innenansicht ergänzt, indem durch Blicke auf den familiären Alltag und alltagskulturelle Handlungsmuster die Wirklichkeit der erschöpften Familie in den Fokus genommen wird. So wird die Arbeit für und in der Familie, das Gestalten von Beziehungen oftmals an den Grenzen der Belastbarkeit erbracht.

Die Eltern sparen dabei weniger an Zeit und Engagement für ihre Kinder, als an eigener Regenerationszeit. Fürsorge und Aufmerksamkeit haben einen hohen Stellenwert im Selbstkonzept der Eltern, insbesondere in dem der Mütter. Die Beobachtung, dass einige der befragten erwerbstätigen Mütter und Väter sehr bewusst eigene Erholungsbedürfnisse zurückstellen und sich daraus Lücken bei der Wiederherstellung der eigenen Arbeits- und Lebenskraft ergeben, aber dafür die Fürsorge (vor allem in Bezug auf das eigene Kind) nicht gefährdet ist, führt zur zunehmenden Prekarität der Selbstsorge. Die erwerbstätigen Eltern versuchen fast um jeden Preis, das Familienleben trotz der eigenen Erschöpfung am Laufen zu halten. Bei meinen Vorträgen zur Beziehungsgestaltung von Eltern zu ihren Kindern benenne ich immer diese Schiefelage mit dem Hinweis, dass es eigentlich eine Arbeitsschutzverordnung mit regelmäßigen Ruhezeiten für die Verantwortlichen in einer Familie geben müsse. Schmunzelnd wissen die Eltern sofort, wovon ich rede.

Abgerundet wird dieser Sammelband mit Aufsätzen zum Thema, wie auf diese veränderte Sichtweise sozialpolitisch und im Rahmen sozialer Arbeit zu reagieren sei.

*Dr. Rudolf Sanders*

#### **Unmada Manfred Kindel**

*Ohrwürmchen*

*Kinderlieder-Praxisbuch*

Münster, Ökotopia 2012, €, 14,90

Mit Kindern zu singen war lange Zeit in der Familie, im Kindergarten, in der Schule selbstverständlich. Irgendwann einmal ist diese Tradition mehr oder weniger verloren gegangen. Da ist es dringend erforderlich, Eltern eine Hilfe an die Hand zu geben, was und wie sie mit ihren Kindern wieder singen können. Denn Singen stärkt die körperliche, seelische und geistige Entwicklung und zusammen zu singen fördert das Gemeinschaftsgefühl einer Familie und jeder Gemeinschaft. Dazu bietet das vorliegende Buch eine Fülle an Liedern, die auf der beiliegenden CD alle auch zu hören sind. Aber es handelt sich nicht nur einfach um eine Liedsammlung, sondern es wird auch in einzelnen Kapiteln jeweils der tiefere Sinn vermittelt, wenn es z.B. um die Bedeutung des Ritter-Liedes als Beitrag zur Geschlechtererziehung von Jungen geht. Oder wenn mithilfe des Liedes zum Bauernhof nicht nur Kinder lernen, das stimmlose vom stimmhaften S zu unterscheiden, sondern dass sie anschließend Kartoffelbrei herstellen können. Anleitungen für Bewegungslieder unterstützen die Körperwahrnehmung des Kindes. Ein Buch für alle, die mit Kindern leben bzw. sie zeitweise betreuen und ihnen als Alternative zur Musik aus der Steckdose die Freude am Selber-Singen und Musizieren vermitteln und insbesondere selbst erleben lassen wollen.

*Dr. Rudolf Sanders*

**Christian Hawellek***Entwicklungsperspektiven öffnen**Grundlagen beobachtungsgeleiteter Beratung nach der Marte-Meo-Methode*

Göttingen, Vandenhoeck &amp; Ruprecht 2012, € 16,95

Zunächst einmal geht dieser Ansatz von Beratung ganz „normal“ vor. Nach dem Klären, was dazu geführt hat, eine Beratung aufzusuchen, wird ein vorläufiger Arbeitsauftrag definiert und ein Kontrakt geschlossen und es werden Beratungsziele festgelegt. Das Besondere besteht dann darin, dass Videoaufzeichnungen, etwa über die Interaktion zwischen Eltern und Kindern für den Bratungsprozess genutzt werden. Die „Erzeugung von Instabilität“ als wichtiges Prozedere innerhalb systemischer Beratung geschieht hier nicht primär sprachlich, sondern durch die Präsentation der Videoclips einer zuvor ausgewählten Situation mit entsprechend geeigneten Sequenzen. Da wir Menschen Augenwesen sind, werden normalerweise in erster Linie das Gegenüber und seine (Re-)Aktionen mit den Augen wahrgenommen. Im Rahmen einer videobasierten Beratung entsteht eine Beobachtungssituation zweiter Ordnung. Die Person A kann beobachten, wie sie mit der Person B interagiert und wie die Person B darauf reagiert und wie sich ihr Gegenüber verhält. Damit tritt die aktuelle Präsenz des Gegenübers in den Hintergrund und das Wechselspiel der Beziehung wird sichtbar. Den Beteiligten wird damit eine Metaperspektive eröffnet. Eine gemeinsame Beobachtung ermöglicht einen Perspektivwechsel. Wenn z.B. eine Mann-Frau-Interaktion in der Paarberatung gemeinsam mit dem Berater beobachtet wird, werden die Partner zu Selbstbeobachtern einer Szenerie, an der sie teilgenommen und die sie aktiv mitgestaltet haben. Dieses ermöglicht dann, die Betriebsblindheit ein wenig zu erhellen, destruktive Kreisläufe zu verstehen und konstruktive zu implementieren. In diesem Beispiel wird deutlich, was mit „Marte Meo“ beabsichtigt ist, denn die wörtliche Übersetzung heißt: „Aus eigener Kraft“.

*Dr. Rudolf Sanders***Joachim Bauer***Schmerzgrenze**Vom Ursprung alltäglicher und globaler Gewalt*

München, Karl Blessing Verlag 2011, € 8,99

Eine Idee, die sich in vielen Köpfen festgesetzt hat und die für wahr gehalten wird, ist die vom Aggressionstrieb. Auch wenn der Vater dieser Idee, Sigmund Freud, sich zunächst alles andere als sicher war, passt sie scheinbar doch bis heute in die Welt. Wie soll man sonst Kriege, Gewalt und Aggressionen im Großen wie auch im Kleinen, etwa in einer Familie, erklären können? Als Neurowissenschaftler weist Joachim Bauer empirisch gut belegt auf, das zu kooperieren, anderen zu helfen und Gerechtigkeit walten zu lassen eine globale anzutreffende, biologisch verankerte menschliche Grundmotivation ist. Dieses Muster zeigt sich über alle menschlichen Kulturen hinweg und findet sich auch in jenen wenigen Gesellschaften, die sich heute noch auf dem Niveau der Steinzeit bewegen. Aber woher kommt nun Aggression? Da der Ausschluss aus der Gruppe der Artgenossen über Millionen von Jahren hinweg das Todesurteil bedeutete, diente der Aggressionsapparat als Hilfesystem des Motivationssystems, um Bindung, Akzeptanz und Zugehörigkeit zu sichern. Sind sie bedroht, reagieren die Alarmsysteme des menschlichen Gehirns. Als unmittelbare Folgen zeigen sich Angst und Aggression. Betrachtet man z.B. in der Beratung mit Paaren bzw. mit Eltern Konflikte unter diesem Aspekt, so nehmen diese schnell einen ganz anderen nicht erwarteten Verlauf. Statt sich mit Schaumstoff-Schlägern gegenseitig die Aggressionen um die Ohren zu hauen, bringt die Frage, ob jemand Angst hat, nicht mehr dazuzugehören, bzw. den anderen zu verlieren nach meinen langjährigen Erfahrungen die entscheidende Wende in der Konfliktodynamik.



Weitet man den Blick auf gesellschaftliche Zusammenhänge, so bedeuten das Leistungsprinzip statt einer egalitär definierten Gerechtigkeit, Bindungsarmut und Individualisierung anstatt Gemeinschaft, Konkurrenzneid anstatt Kooperation, Ausgrenzungserfahrungen statt bedingungsloser soziale Akzeptanz, der Mensch als Ware, anstatt vorbehaltloser Daseinsberechtigung, Machtausübung anstatt Reziprozität fundamentale Veränderungen, die konträr zur neurobiologische Konstruktion des menschlichen Gehirns passen. Das hat global gesehen für die Zukunft der Menschheit katastrophale Auswirkungen. Denn die Schmerzgrenze, die Ausgrenzung, korreliert mit der Ungleichverteilung von Vermögen und Einkommen innerhalb eines Landes mit der Gewaltbereitschaft seiner Bevölkerung. Länder mit großer Ungleichverteilung haben nicht nur höhere Mordstatistiken, auch die Gesundheit der Bevölkerung ist viel stärker beeinträchtigt. Deshalb ist Gerechtigkeit ist für eine Gesellschaft die beste Gewaltprävention. Ich wünsche dem Buch eine weite Verbreitung, nicht nur in der Kollegenschar, sondern auch bei Politikern und den ganz normalen Lesern, um die Ursachen von Aggressionen zu verstehen und sich, dadurch motiviert, für Inklusion stark zu machen.

*Dr. Rudolf Sanders*

**Peter Zorn & Volker Roder**

*Schemazentrierte emotiv-behaviorale Therapie (SET)*  
*Therapieprogramm für Patienten mit Persönlichkeitsstörungen*  
Mit einem Geleitwort von Peter Fiedler. Mit Online Materialien  
Weinheim, Beltz 2011, € 39,95

Ein Großteil der Menschen, die eine Paar- und Familienberatung aufsuchen, leiden im weitesten Sinne unter Störungen ihrer Interaktion und Kommunikation, denn ihre Krisen treten meist im Kontext ihrer Beziehung auf. Da diese Störungen häufig ich-synton sind, erleben sie ihr Verhalten als völlig in Ordnung, nur die anderen sind schuld. So kommen sie nicht selten mit der Erwartung an die Beraterin, diese möge den Partner bzw. die Kinder ändern. Sie haben wenig bis keinen Zugang dazu, dass sie selbst es sind, die durch ihr Verhalten die Interaktionsläufe dysfunktional gestalten. Und so sitzen sie in einer Falle, wenn sie z.B. Nähe wollen und sie gleichzeitig vermeiden müssen. Dann wird das Binnenklima, ohne dies genau verstehen oder noch weniger benennen zu können, zum Beratungsanlass. So bezeichneten fast zwei Drittel aller Klienten im Rahmen einer Untersuchung zur Eheberatung die Emotionalität und Kommunikation als konfliktbeladen: Sexualität (68 %), Zuwendung des Partners (65 %), gemeinsame Gespräche (56 %), fehlende Akzeptanz und gegenseitige Unterstützung (55 %). Dagegen hatten explizite Themen wie Haushaltsführung (32 %), Einteilung des monatlichen Einkommens (19 %) oder außereheliche Beziehungen (18 %) eher eine nachrangige Bedeutung (Sanders 1997, S. 294). Dieses Binnenklima gestalten die Partner implizit nach dem Muster für das Leben in einer nahen Beziehung, welches sie in ihrer Herkunftsfamilie erfahren haben und in ihrem Gepäck mitbringen. Nach Bowlby (1976) schlagen sich diese in einem „inneren Arbeitsmodell“ nieder. Wie also jemand seine Partnerbeziehung sucht und gestaltet, hängt maßgeblich von den im impliziten Modus gespeicherten Beziehungserfahrungen mit den ersten Bezugspersonen ab. So konnten Collins & Read (1990) nachweisen, dass Menschen mit einer sicheren Basis später in einer Paarbeziehung mehr Nähe zulassen können und geringere Angst vor dem Verlassen-Werden haben als solche, die sich nicht auf eine sichere Bindung zu zentralen Bezugspersonen verlassen konnten. Da diese Bindungsmuster zum impliziten inneren Gepäck eines Menschen gehören, spürt dieser zwar, dass er Schwierigkeiten im Gestalten seiner Beziehungen hat, weiß aber fast nie, wie er selbst diese Schwierigkeiten immer wieder aktiv herbeiführt und aufrechterhält. So gaben in der Studie von Saßmann & Klann (2002) knapp 40 % der Ratsuchenden an, dass sie es als Kind ihren Eltern nie

recht machen konnten – egal, was sie taten. Die implizite Regel: „Was ich auch mache, es ist eh falsch!“ bringen sie dann mit in ihre nahen Beziehungen.

Eine gute Möglichkeit, diesen destruktiven Beziehungsmustern bzw. Schemata auf die Spur zu kommen ist die von Jeffrey Young entwickelte Schematherapie, die die Grundlage des vorliegenden Therapieprogramms bildet. Die Schemazentrierte emotiv-behaviorale Therapie (SET) wurde mit dem Ziel entwickelt, ein Gruppentherapieverfahren für Patienten mit Persönlichkeitsstörungen bereitzustellen, das sich vorrangig an den Rahmenbedingungen teilstationärer bzw. spezialisierter stationärer Behandlungseinrichtungen orientiert. Dabei liegt der Fokus auf den störungsübergreifenden dysfunktionalen bzw. maladaptiven Schemata der Betroffenen. Geht man davon aus, dass Schemata prägende lebensgeschichtliche Beziehungserfahrungen reflektieren, impliziert dies, dass diesen ursprünglich mentale Repräsentationen der Bezugspersonen mit ihren charakteristischen Verhalten zugrunde lagen, die sich im Laufe der Entwicklung individuell ausdifferenziert, abstrahiert und schließlich zu Schemata verfestigt haben. Diese Repräsentationen können als „personalisierte“ Formen von Schemata betrachtet werden, die auch in späteren Lebensphasen fortbestehen und somit parallel zu den Schemata aktiviert werden. Solche sind es vor allen anderen expliziten, „objektiven Gründen“, die nach meinen Erfahrungen das Binnenklima in einer nahen Beziehung vergiften. Sind diese nicht bewusst, bringt es auch wenig, die Problemlösung in Trennung und Scheidung zu suchen, da sie dann auch in einer neuen Beziehung wieder aktiv werden. Stattdessen ist zunächst eine Aktivierung und Modifikation der störungsspezifischen negativen Schemata und Repräsentanzen sowie der damit verbundenen interaktionellen und selbstbezogenen Strategien und Selbstzustände vorrangiges Ziel.

Im Rahmen der SET wird dieses mithilfe von Fallgeschichten zu paranoiden, narzisstischen, histrionischen, Borderline-, zwanghaften, vermeidend-selbst unsicheren und dependenten Persönlichkeitsstörungen mit den Klienten in und mit einer Gruppe erarbeitet. Mit online abrufbaren Arbeitsblättern, einem breiten Methodenangebot, wie etwa der modifizierte Einsatz der Stühle-Technik, innere Dialoge oder Methoden zur Förderung der Selbstakzeptanz und Selbstfürsorge, wird ausführlich aufgezeigt, wie dieses „Erarbeiten“ aussehen kann.

Auch wenn diese Veröffentlichung nicht für das weite Feld der Beziehungsberatung gedacht ist, halte ich doch die Lektüre und den Einsatz einzelner Vorgehensweisen und Techniken für ausgesprochen hilfreich. Auch würde sich ein Einsatz der Fallgeschichten unter der Voraussetzung, dass eine tragfähige therapeutische Beziehungen aufgebaut ist, sicherlich sehr hilfreich auf das Klären und Bewältigen der Interaktions- und Kommunikationsstörungen in einer nahen Beziehung, wie einer Partnerschaft und Ehe auswirken.

Bowlby J. (1976): Trennung. Frankfurt: Fischer.

Collins W.A. & Read S.J. (1990): Adult attachment, working models and relationship quality in dating couples. *Journal of personality and Social Psychology*, 58, 644-663.

Sanders R. (1997). Integrative Paartherapie - Eine Pädagogische Intervention zur Förderung der Beziehung zwischen Frau und Mann als Partner, Grundlagen – Praxeologie – Evaluation. Frankfurt: Peter Lang.

Saßmann, H. & Klann, N. (2002): Es ist besser das Schwimmen zu lehren als Rettungsringe zu verteilen. Beratungsstellen als Seismografen für Veränderungen in der Gesellschaft. Freiburg: Lambertus.

*Dr. Rudolf Sanders*

**Thomas Ehring & Anke Ehlers**

*Ratgeber Trauma und posttraumatischen Belastungsstörung  
Informationen für Betroffene und Angehörige  
Göttingen, Hogrefe 2012, € 8,95*

In den letzten Jahren habe ich den Eindruck, dass das Wort Trauma im Zusammenhang mit psychischen Störungen inflationär verwendet wird. Das führt zu manchen Verwirrungen, insbesondere bei Ratsuchenden. Sehr anschaulich zeigt dieser Ratgeber, wann man von einem Trauma sinnvollerweise sprechen sollte und wann nicht und vor allem, wann und wie aus einem Trauma eine posttraumatische Belastungsstörung wird. Eine zentrale Botschaft, die sich durch den gesamten Ratgeber zieht ist die, dass nicht nach jedem Trauma Menschen die Kontrolle oder den Verstand verlieren werden oder es ist ihnen nie gelingen würde, das Ereignis hinter sich zu lassen. Vermittelt wird insbesondere, dass Reaktionen auf ein Trauma normal und verständlich sind. Mögliche werden aufgezeigt und so erklärt, dass Körper und Geist sie benötigen, um das Erlebnis zu verarbeiten. Falls die Erholung nach einem Trauma nicht gelingt, werden die Vorgehensweisen professioneller Behandlung ausführlich erklärt. Diese basieren vor allem auf der kognitiven Verhaltenstherapie, die sich in vielen Therapiestudien als sehr wirksam erwiesen hat und in internationalen Richtlinien zur Behandlung der posttraumatischen Belastungsstörung empfohlen wird. Abgerundet wird der Ratgeber mit Hinweisen für Angehörige, die nahestehenden Personen helfen möchten, mit dem Trauma fertigzuwerden und ferner mit empfehlenswerten Büchern bzw. Adressen und Internetseiten. Dieser Ratgeber gehört sinnvollerweise in die Auslage einer Beratungsstelle in der Wartzone.

*Dr. Rudolf Sanders*

**Christian Roesler (Hrsg.)**

*Interprofessionelle Kooperation, Mediation und Beratung im Rahmen des FamFG  
Studien und Praxiskonzepte zur Arbeit mit hochstrittigen Eltern bei Sorge- und Umgangskonflikten  
Frankfurt, Wolfgang Metzner Verlag 2012, € 21,50*

Nur ca. 7 % aller Trennungen verlaufen hochkonflikthaft. Dennoch gehen alle professionellen Kolleginnen und Kollegen davon aus, dass diese Familien etwa 90 % unserer Aufmerksamkeit binden. In diesem Arbeitsfeld müssen viele Aspekte berücksichtigt werden. Dies wird in dem Band von Christian Roesler sehr facettenreich beleuchtet. Zunächst wird das Cochemer Modell beschrieben und kritisch darüber diskutiert, wo die Grenzen dieses Modells liegen. Es wird angeregt, im Einzelfall genau zu überlegen, in welchen Fällen Beratung Sinn macht. Ein Forschungsbericht zum interprofessionellen Hinwirken auf einvernehmliche Umgangsrechtsregelungen wird beschrieben und die Übertragbarkeit des Modells auf andere Städte dargestellt. Franziska Gestle eruiert die Besonderheiten „hochstrittiger Eltern“ und geht der Frage nach, was ihnen hilft. Besonders anregend und für die praktische Arbeit von hoher Bedeutung ist die Frage der interprofessionellen Kooperation. Die Autorengruppe beschäftigt sich in diesem Kontext mit der Frage, welche Schwierigkeiten in Kooperationen auftreten. In ihrem Beitrag wird sehr anschaulich erörtert, wo bei den einzelnen Prozessbeteiligten die Barrieren der Kooperation liegen. Nausikaa Schirilla greift in ihrem Beitrag „Interkulturelle Kompetenz“ eine wesentliche Frage für die Arbeit mit Migrationsfamilien auf. Gerade auch im Kontext der Konzepte für hochkonflikthafte Familien muss diesem Aspekt besondere Bedeutung gegeben werden, da besonders im Aufgabenfeld des „begleiteten Umgangs“ Sprachbarrieren

eine wesentliche Rolle spielen. Darüber hinaus beschreibt die Autorin, welche überaus große Bedeutung spezifisches Wissen der kulturellen Hintergründe der Familien in diesem Arbeitsfeld benötigt wird.

Neben den Standortbestimmungen zu Kooperation und interkulturellen Fragestellungen sind flexible Interventionsansätze notwendig. Sonja Bröning beschreibt ein psychoedukatives Elterntraining, „Kinder im Blick“, das durchaus hilfreich in der Arbeit mit hocheskalierten Elternkonflikten sein kann.

Ein ganz neues Instrument kann für getrennte Eltern das Online-Tool „Umgangskalender“ darstellen. Die Eltern müssten, wenn sie dieses Angebot nutzen, keine emotionsbesetzten Auseinandersetzungen führen, sondern könnten über das vorgefertigte Tool Absprachen miteinander treffen. Inwieweit sich diese Möglichkeit für höher eskalierte Konflikte eignet, müsste in der Praxis noch bewiesen werden.

Insgesamt wird aus den Beiträgen deutlich, dass die Einführung des FamFG zusätzliche Anforderungen an alle Prozessbeteiligten stellt. Gerade für Kolleginnen und Kollegen, die sich mit dem Arbeitsfeld in Zukunft beschäftigen werden, ist dieser praxisnah geschriebene Band eine sehr gute Basis zur Erstellung eines Arbeitskonzeptes, da alle wesentlichen Aspekte in der Arbeit mit hocheskalierten Elternkonflikten abgebildet sind.

*Katrin Normann, Familien-Notruf München*

## Impressum

Eine Vielzahl gesellschaftlicher Umbruch-Situationen kennzeichnet die Gegenwart. Die daraus entstehenden Verunsicherungen werden u.a. deutlich in steigenden Scheidungszahlen, dem Leid der Scheidungswaisen, beim Bewältigen persönlicher Krisen sowie in vermehrten Schwierigkeiten im mitmenschlichen Umgang (Mobbing etc.). Die Frage, wie unter diesen Umständen der Einzelne sein Leben gestalten soll, führt viele Menschen in die Beratung.

**Beratung Aktuell** will Erkenntnisse der wissenschaftlichen Psychologie und Pädagogik in einer verständlichen Form als Hilfe für den Praxisalltag zur Verfügung stellen. Gleichzeitig sollen Erfahrungen der Praktiker die wissenschaftliche Theoriebildung fruchtbar beeinflussen. Die Darstellung gesellschaftlicher Tendenzen, die sich in der Beratung seismografisch abzeichnen, wie etwa die Folgen von Arbeitslosigkeit, finden in der Zeitschrift Platz, um so gesellschaftspolitisches Handeln mit zu beeinflussen.

### Zielgruppe:

Die Zeitschrift richtet sich an Beraterinnen und Berater, an Fachleute, die mit Zuhören, Rat, Anleitung, Supervision, Therapie zur Seite stehen und begleiten in den Bereichen:

- Ehe-, Familien- und Lebensberatung
- Erziehungsberatung
- Schwangerschaftsberatung
- Schuldnerberatung
- Psychotherapie
- Ärztliche Praxis
- Erwachsenenbildung
- Schule
- Seelsorge
- Prophylaxe und Gesundheitsförderung

### Herausgeber:

**Rudolf Sanders**, Dr. phil., Dipl.-Päd., Leiter der Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Hagen & Iserlohn, Lehr- und Forschungstätigkeit im Bereich Eheberatung, Paartherapie, Begründer des Verfahrens Partnerschule.

Beratungsstelle, Hohle Straße 19 a, 58091 Hagen, Tel.: 02331-788582, Fax: 02331-788583, E-Mail: [Dr.Sanders@partnerschule.de](mailto:Dr.Sanders@partnerschule.de), Web: [www.partnerschule.de](http://www.partnerschule.de)

**Notker Klann**, Dr. rer. nat., Dipl.-Psych., Ehe-, Familien- und Lebensberater; Forschungsschwerpunkte: Partnerschaft, Prozess- und Ergebnisqualitätssicherung in der Eheberatung.

Am Eichweg 14, 53572 Bruchhausen, Tel.: 02224-3468, E-Mail: [klann.beratung@t-online.de](mailto:klann.beratung@t-online.de)

**Wissenschaftlicher Beirat:**

Prof. Dr. **Friedrich K. Barabas**, Jurist, Prof. für Recht FB Sozialpädagogik, FH Frankfurt/ M.; Dr. **Günther Bitzer-Gavornik**, Leiter der Akademie SteiGLS in Graz; Prof. Dr. **Peter Fiedler**, Psychologisches Institut der Universität Heidelberg; Prof. Dr. **Kurt Hahlweg**, Psychologisches Institut der Universität Braunschweig; Prof. Dr. **Peter Kaiser**, Arbeitsbereich Psychologie, Hochschule Vechta; Prof. **Nitza Katz-Bernstein**, Erziehungswissenschaftliches Institut der Universität Dortmund; Prof. Dr. **Andrea Kerres**, Dipl.-Psych., FH München; Prof. Dr. **Andreas Kerres**, Stiftungsfachhochschule München; Prof. Dr. **Christine Kröger**, FH-Coburg; Prof. Dr. **Michael Märten**, FH Dresden, EAG Düsseldorf; Prof. Dr. **Frank Nestmann**, TU Dresden FB Beratung und Rehabilitation; Dr. phil. **Agostino Mazziotta**, Diplom-Psychologe, FernUniversität in Hagen Institut für Psychologie, LG Community Psychology Dr. **Dorothea Rahm**, Dipl.-Psych., Braunschweig; Prof. Dr. **Bernd Roehrle**, Universität Marburg; Dr. **Dieter Schmelzer**, Dipl.-Psych., Nürnberg; Dr. **Elmar Struck**, Dipl.-Psych., Ehe-, Familien- und Lebensberater Bonn; Prof. Dr. Dr. **Paul Michael Zulehner**, Institut für Pastoraltheologie, Wien.

**Redaktion:**

Dr. Rudolf Sanders, Alte Str. 24e, D-58313 Herdecke, Tel.: 02331-73434, Fax: 02331-788583  
E-Mail: [Dr.Sanders@partnerschule.de](mailto:Dr.Sanders@partnerschule.de), Web: [www.partnerschule.de](http://www.partnerschule.de)  
Dr. Notker Klann, Am Eichweg 14, 53572 Bruchhausen, Tel.: 02224-3468, E-Mail: [klann.beratung@t-online.de](mailto:klann.beratung@t-online.de)

**Projektleitung:**

Heike Carstensen, Junfermann Verlag, Postfach 18 40, D-33048 Paderborn, Andreasstraße 1a, D-33098 Paderborn, Tel.: 05251-13 44 18, Fax: 13 44 44, E-Mail: [carstensen@junfermann.de](mailto:carstensen@junfermann.de)

**Erscheinungsweise/Service:**

Beratung Aktuell erscheint viermal jährlich als Online-Ausgabe auf: [www.active-books.de](http://www.active-books.de), einem E-Book-Angebot des Junfermann Verlages. Einzelne Artikel werden zudem als separate E-Books angeboten.

**Verantwortlich für [www.active-books.de](http://www.active-books.de):**

Monika Köster, Tel.: 05251-13 44 14, Fax: 13 44 44, E-Mail: [koester@junfermann.de](mailto:koester@junfermann.de)

**Zitierhinweis:**

Nach den Vorgaben der „Deutsche Gesellschaft für Psychologie – Richtlinien zur Manuskriptgestaltung“ kann wie folgt aus der Zeitschrift zitiert werden bzw. sind entsprechende Angaben in der Literaturliste zu machen:

1.) beim Zitat: Es kann die übliche Form angewendet werden, weil alle nötigen Angaben der jeweiligen Ausgabe entnommen werden können.

2.) Literaturliste: Autor, A.A., Autor, B.B. & Autor, C.C. (2009). Titel des Artikels. *Beratung Aktuell*, XX (Ausgabe des aktuellen Jahres), XXX-XXX (Seitenzahl: von-bis). Zugriff am Tag. Monat. Jahr, Verfügbar unter <http://www.active-books.de/beratung-aktuell.html>  
(Alle verwendeten Satzzeichen und die Schreibweise (kursiv) entsprechen den Vorgaben)