

Beratung Aktuell

Zeitschrift für Theorie und Praxis in der Beratung

Jahrgang 16, Heft 4/2015

Inhalt

<i>Editorial</i>	2
<i>Notker Klann & Erhard Scholl: Begrenzte Wirksamkeit bisheriger Paartherapien?</i>	3
<i>Renate Lissy-Honegger: Paare in Bewegung. Körperarbeit in der Partnerschule</i>	27
<i>Buchbesprechungen</i>	61
<i>Impressum</i>	68

Editorial

Mit einem kritischen Aufsatz in der Zeitschrift *Familiendynamik* (2015, 4, 336–345) hat Christian Rösler, Professor an der Katholischen Hochschule Freiburg mit den Schwerpunkten klinische Psychologie und Arbeit mit Familien, die Wirksamkeit von Paarberatung in institutioneller Beratung hinterfragt. Seine Grundthese lautet, dass Paarberatung immer noch mit Ansätzen aus den 1970er-Jahren stattfindet und dass weit effektivere Methoden kaum zur Kenntnis genommen würden, diese aber den Anliegen der Ratsuchenden weit mehr entsprechen. In einer Replik: *Begrenzte Wirksamkeit bisheriger Paartherapien?* setzen sich Notker Klann & Erhard Scholl mit der These von Rösler auseinander. Dabei decken sie eine ganze Reihe handwerklicher Fehler auf, bleiben aber nicht dabei stehen, sondern können anhand von zwei Beispielen zudem darauf hinweisen, dass Ratsuchende auch in institutioneller Beratung ein „State-of-the-Art“-Angebot bekommen. Nichtsdestotrotz greifen sie den Impuls von Rösler als Anregungen zur Diskussion über ein zentrales Thema beraterisch-therapeutischer Verantwortung auf.

Die zweite Veröffentlichung ist ein weiteres Beispiel für die Arbeit mit Klienten auf der Höhe der Zeit. In dem Aufsatz *Paare in Bewegung, Körperarbeit in der Partnerschule* beschreibt Renate Lissy-Honegger ihre erfolgreiche Umsetzung des auf der Bewegungslehre von Rudolf Laban basierenden Bewegungskonzepts auf die klärungs- und bewältigungsorientierte Paarberatung Partnerschule. Anhand von Bildern kann man sehr gut die Umsetzung nachvollziehen. Die Masterarbeit anlässlich ihres Studiums der Pastoralpsychologie an der katholischen Fakultät der Karl-Franzens-Universität in Graz nutzte sie, um ihre Interpretation der Körperarbeit im Kontext des Verfahrens Partnerschule darzustellen, zu begründen und zu untersuchen. Die wesentlichen Erkenntnisse aus dieser Masterthesis werden ebenfalls vorgestellt.

Mit diesen beiden Veröffentlichungen laden die Herausgeber ein, sich doch an der Diskussion um die Wirksamkeit von Paarberatung in institutioneller Beratung aus eigener Erfahrung zu beteiligen und Masterarbeiten des Studienganges „Master of Counseling“ hier einem breiten Leserkreis zur Verfügung zu stellen.

Dr. Rudolf Sanders

Notker Klann & Erhard Scholl
Begrenzte Wirksamkeit bisheriger Paartherapien?

Antwort auf eine kritische Anfrage und Anregungen zur Diskussion über
ein zentrales Thema beraterisch-therapeutischer Verantwortung

0. Zusammenfassung der differenzierten Replik

Als Lesehilfe wird zunächst eine Zusammenstellung der Themenschwerpunkte vorgelegt, die den Einstieg in die zu erwartende Diskussion erleichtern soll.

Roesler (2015) hat in einem Beitrag (*Familiendynamik*, 4, 336–345) die Forderung erhoben: „Die begrenzte Wirksamkeit bisheriger Paartherapien verlangt neue Methoden – Paarinteraktions- und Wirkungsforschung und die Konsequenzen für die Praxis“, damit die Institutionelle Beratung den aktuellen Forschungsstand berücksichtigt und den Klienten ein besseres Angebot gemacht werden kann. Diese Schlussfolgerung wird aus den Erkenntnissen einer Feldstudie zur Ergebnisqualität in der Partnerschafts- und Eheberatung (2000 / 2001) abgeleitet (Klann, 2002). Im Rahmen dieser Replik auf die Publikation werden Ergänzungen und Anfragen zusammengestellt, die zu einer breiteren Diskussion auf unterschiedlichen Ebenen führen soll:

- Zunächst wird die Frage erörtert, ob und in welchem Umfang die zitierte Studie als für die Institutionelle Beratung repräsentativ angestuft werden kann (vgl. 2. Institutionelle Beratung).
- Der berichtete „Stand der Forschung“ als weiterer Bezugspunkt für die Beurteilung des Beratungsangebotes wird ergänzend diskutiert (vgl. 3. Stand der Forschung [Roesler S. 336/7]).
- Es werden charakteristische Elemente der vorgeschlagenen, effektiveren Paartherapie, zur Abwägung für eine Bewertung, zusammengestellt (vgl. 4. Emotionsfokussierte Paartherapie [EFT]).
- Die durchgeführte Studie, die als Bezugsrahmen für die Beurteilung gilt, wird in den Kontext der üblichen Untersuchungen zur Ergebnisqualität eingeordnet (vgl. 5. Feldstudie [2000 / 2001]).
- Die besonderen Merkmale der Studie werden als typische Elemente der Institutionellen Beratung vorgestellt, um einen Bezug zur Emotionsfokussierten Paartherapie (EFT) herstellen zu können (vgl. 6. Methodische Elemente der Studie 2000 / 2001).
- Es werden evidenzbasierte Arbeitsweisen aus der Institutionellen Beratung vorgestellt, die hohen wissenschaftlichen Ansprüchen genügen (vgl. 7. Evidenzbasierte Ansätze in der Institutionellen Beratung).
- In Abwägung der Argumente wird ein Vorschlag zur Fortsetzung der Analyse und öffentlichen Diskussion gemacht (vgl. 8. Schlussfolgerungen).

Mit dem Artikel ist eine Einladung zur Intensivierung und Vertiefung der Diskussion um das beste Angebot für die Klienten der Institutionellen Beratung verbunden. Schriftliche und mündliche Rückmeldungen sind willkommen. Es wird vorgeschlagen, die Diskussion gegebenenfalls im Rahmen einer Fachtagung, die in Zusammenarbeit von dem Bundesverband Katholischer Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen und -berater e.V. und der Katholischen Bundesarbeitsgemeinschaft für Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Telefonseelsorge und Offene Tür e.V. durchgeführt werden könnte, weiterzuführen. Eine thematisch erweiterte Kurzfassung der Replik wird voraussichtlich in der Familiendynamik Nr. 2, 2016 erscheinen, in der der Artikel von Roesler veröffentlicht wurde.

1. Einleitung

Unter verschiedensten Gesichtspunkten und nicht zuletzt unter ethischen Aspekten, sind die Psychotherapeuten und die in der Beratung tätigen Personen so wie die Träger von Beratungsstellen in der Pflicht, dass jeweils wissenschaftlich bewährteste Angebot für die Klienten vorzuhalten. Von daher ist es hilfreich, durch entsprechende Publikationen auf aktuelle Entwicklungen aufmerksam zu machen. In diesem Kontext ist wohl der Beitrag von Roesler (2015) „Die begrenzte Wirksamkeit bisheriger Paartherapien verlangt neue Methoden – Paarinteraktions- und Wirkungsforschung und die Konsequenzen für die Praxis“ zu sehen.

Als Beleg für die Notwendigkeit eines Wechsels wird beispielhaft die Institutionelle Beratung erwähnt, da sie hinter den Ergebnissen der Wirkungsforschung der neueren Paartherapien, insbesondere der Emotionsfokussierten Paartherapie (EFT), deutlich zurück bleibe (S. 336). Als Begründung für diese Einschätzung wird eine Studie herangezogen, deren Ergebnisse von Klann (2002) veröffentlicht wurden. Im Rahmen dieses Beitrags werden, im Sinne einer Ergänzung und Präzisierung, einige Passagen aus dem Artikel von Roesler aufgenommen und mit den Ergebnissen aus der zitierten Studie in Bezug gesetzt und diskutiert. Dabei wird besonders der Frage nachgegangen, ob gute Effekte in der Wirkungsforschung des vorgeschlagenen Beratungs- und Therapieansatzes (Emotionsfokussierten Paartherapie) verallgemeinernd auf die Klientel der Institutionellen Beratung übertragen werden können. Um dies zu entscheiden, sind zunächst u.a. nachfolgende Fragen zu beantworten, was nicht unmittelbar aus dem Text von Roesler möglich ist. Dazu wird ein Vorschlag von Fryers (1979, zitiert nach Wittchen, 1997, S. 13-14) herangezogen, um einen möglichen Transfer der Emotionsfokussierten Paartherapie (EFT) prüfen zu können:

- Welche Phänomene definieren die Ratsuchenden?
- Was sind die Bedürfnisse der Ratsuchenden?
- Erhalten die Ratsuchenden das, was sie brauchen?
- Brauchen die Ratsuchenden das, was sie bekommen?
- Welche Beiträge leisten Struktur und Prozess des Beratungsangebotes?

- Vorschläge für Struktur und Beratungsweise des institutionellen Beratungsangebotes.

Diese Vorgaben machen eine genaue Ausgangsanalyse im Sinne einer Diagnostik zu Beginn der Beratung notwendig, die gegebenenfalls über den gesamten Beratungsprozess fortgesetzt werden sollte. Folgende Aspekte sind dabei zu berücksichtigen:

- Verlässliche und zuverlässige Problem- oder Anlassdiagnose.
- Ist eine klar umschriebene Störungdiagnose im Sinne eines entsprechenden Klassifikationssystems vorhanden?
- Schweregrad des Problems.
- Dauer des auftretenden Problems.
- Welche psychosozialen Probleme sind assoziiert?
- Was wissen wir über den Spontanverlauf und den Ausgang solcher Probleme und Störungen?
- Was wissen wir über die Wirksamkeit dafür entwickelter Beratungs- und Interventionskonzepte?

Bei allen Bemühungen um ein spezifisch klientenorientiertes beraterisches Tun, wird man zum einen versuchen, den Gegebenheiten der Beratungssituation zu entsprechen, andererseits sollten aber die Beurteilungen und Einschätzungen nachvollziehbar sein, d. h., sie sollten auch in anderen psychosozialen und medizinischen Diensten verstanden werden können (Wittchen, 1997, S. 10-18).

Dieser Text versteht sich als ein Beitrag zu einer wissenschaftlichen Disputation im Hinblick auf die Wirkweise und die Effektivität des Institutionellen Beratungsangebotes.

2. Institutionelle Beratung

Die freien Träger in der Bundesrepublik Deutschland, die die Institutionelle Beratung im Sinne des Subsidiaritätsprinzips vorhalten, repräsentieren die gesellschaftliche Vielfalt und sind gleichzeitig gemeinsamen Grundlage (z. B. Grundgesetz und fachlichen Standards) verpflichtet. Die etablierten Verbände, aus dem Bereich der Partnerschaft und Eheberatung, haben sich 1959 im Deutschen Arbeitskreis für Jugend-, Ehe- und Familienberatung (DAKJEF) zusammengeschlossen. Für den Fachbereich der Partnerschafts- und Eheberatung gibt es keine, alle institutionellen Träger verpflichtende, definierte Bundeskompetenz zur Entwicklung und Sicherung der organisatorischen und fachlichen Standards in diesem Beratungssektor. Aus dem Grunde ist der Deutsche Arbeitskreis für Jugend-, Ehe- und Familienberatung (DAKJEF)¹ in diesem Feld tätig,

¹ Deutscher Arbeitskreis für Jugend-, Ehe- und Familienberatung:

Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V.

Evangelische Konferenz für Familien- und Lebensberatung e.V.; Fachverband für

Psychologische Beratung und Supervision

Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung e.V.

um Absprachen und Perspektiven zu ermöglichen (Deutscher Arbeitskreis, 1998, 2001). In ihm sind zurzeit ca. 2000 Beratungsstellen über die Mitgliedsverbände repräsentiert.

In dem Artikel von Roesler (2015, S. 337) wird die Institutionelle Beratung insgesamt mit den in der Studie von Klann (2002) erfassten Beratungsstellen gleichgesetzt. Es ist jedoch zu beachten, dass sich bei dieser Evaluationsstudie der überwiegende Teil der Beratungsstellen in Trägerschaft der katholischen Kirche befunden hat. Leider sind die Beratungsstellen anderer Träger nur begrenzt der Einladung zur Teilnahme an dieser Feldstudie gefolgt. Aufgrund einer früheren Erhebung, die alle Beratungsstellen der Mitgliedsverbände im DAKJEF einbezogen hat, lässt sich jedoch feststellen, dass es keine Belege dafür gibt, dass sich die Beratungsstellen aus der Feldstudie in besonderer Weise unterscheiden würden. Somit wird eine Quasi-Repräsentativität für den Beratungsbereich im Kontext dieser Untersuchung angenommen (Klann & Hahlweg, 1996b). Dennoch muss festgestellt werden, dass die zitierte Studie (Klann, 2002) insgesamt nicht für die Institutionelle Beratung stehen kann.

3. Stand der Forschung (Roesler S. 336/7)

Für den nicht in der speziellen Forschungsliteratur beheimateten Leser kann bei der Lektüre des Artikels von Roesler der Eindruck entstehen, dass in einem gewissen Umfang wichtige Fakten von der Institutionellen Beratung nicht zur Kenntnis genommen und für die Beratungsarbeit nutzbringend einbezogen wurden. Hierzu einige Beispiele aus dem Artikel:

- S. 336: *„Dabei haben sich in der Forschung zur Paarinteraktion, zur Emotionsregulation, in der neurowissenschaftlichen und Bindungsforschung mittlerweile neue Erkenntnisse ergeben, die stark veränderte Vorgehensweisen für die Paartherapie nahelegen.“*

Hier wäre interessant zu erfahren, wie Forschungsergebnisse, die z. B. mit bildgebenden Verfahren gewonnen wurden, neue Erkenntnisse für die Paartherapie ergeben haben. Diese Forschung hat bisher nur sehr begrenzte Relevanz für das bisher übliche psychotherapeutische Vorgehen bei Depression, Angst oder Schizophrenie gezeigt – neurowissenschaftliche Arbeiten zur Paartherapie sind den Autoren so nicht bekannt. Dies ist ein Beispiel für „name dropping“, um die Argumentation aufzuwerten.

- S. 336: *„...insbesondere das Modell von John Gottman.... Dabei fügt sich Gottmans Forschung nahtlos in die neue Konzeption, die insgesamt sehr viel besser empirisch fundiert ist als alle bisherigen Modelle der Paardynamik.“*

Gottman's Beiträge zur Interaktionsforschung werden genannt – diese stammen vor allem aus den 80iger und 90iger Jahren und sind bereits

Katholische Bundesarbeitsgemeinschaft Ehe-, Familien- und Lebensberatung,
Telefonseelsorge und Offene Tür e.V.
PRO FAMILIA - Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualpädagogik und
Sexualberatung e.V.

damals in die Praxis der kognitiv-verhaltenstherapeutischen Paartherapie eingeflossen – und von daher nicht neu.

- S. 336 aus der Übersicht: *„...die neue Vorgehensweisen in der Paartherapie nahelegen: nicht die Verarbeitung von Konflikten oder der Kommunikation, sondern die Wiederherstellung einer sicheren emotionalen Verbindung zwischen den Partnern, die wechselseitige Emotionsregulation wieder ermöglicht.“*

Dieser Satz ist nicht haltbar und durch die Wirksamkeitsforschung nicht gedeckt: *“Meta-analyses provide little evidence of differential effectiveness across different theoretical orientations to couple therapy, particularly once other covariates (e.g., reactivity of measures) are controlled (Shadish & Baldwin, 2003). “In short, there is no convincing evidence at this point that any one couple therapy is better than another” (Christensen & Heavy, 1999).*

D.h., sehr unterschiedliche Vorgehensweisen erzielen ähnliche Ergebnisse. Im Übrigen bleibt Roesler in diesem Artikel den Nachweis schuldig, dass mit Kommunikations- und Problemlösetrainings nicht auch eine sichere emotionale Bindung hergestellt werden kann.

- S. 336 aus der Übersicht: *„Neuere Paartherapiemethoden, insbesondere die Emotionsfokussiert Paartherapie (EFT) haben diese Erkenntnisse aus der Forschung von Anfang an in ihre konzeptionelle Entwicklung einbezogen und erreichen damit Wirkungsraten von über 80%“.*

Die Aktualität der Emotionsfokussiert Paartherapie (EFT) ist relativ zu sehen. Johnson und Greenberg entwickelten EFT in den 80iger Jahren, damals gab es keine bildgebenden Verfahren und Gottman hatte seine Forschungsergebnisse noch nicht zusammenfassend publiziert. Deshalb stellt sich die Frage: wie konnten die Autoren dann diese Erkenntnisse damals mit einbeziehen? Die Wirkungsraten von über 80% beziehen sich auf eine Analyse von vier empirischen Arbeiten, die Johnson et al. 1999 publizierten. Hier ist anmerken, dass die Übersicht von der EFT-Entwicklerin erstellt wurde, während die anderen Meta-Analysen, z. B. von Shadish et. al. (1993) und Dunn & Schwebel (1995) von unabhängigen Forschern angefertigt wurden.

- S. 337 „In einer Meta-Analyse mit 17 Untersuchungen (Dunn & Schwebel, 1995) ergaben sich folgende Effektstärken: für Behavioral Marital Therapy (BMT): .78, Cognitive BMT (CBMT): .71, Insight Oriented Marital Therapy (IOMT): 1.37; d. h. VT-Ansätze schnitten mit einer mittleren, psychodynamische Paartherapie mit einer sehr hohen Effektstärke ab.“

Es ist anzumerken, dass der Befund für IOMT nur auf einer Studie (Snyder et al., 1991) beruht, die bisher nicht repliziert wurde.

- S. 337 Die Bemerkung, *„dass psychodynamische Therapieverfahren auf lange Sicht deutlich nachhaltiger wirken als andere Verfahren“*

ist angesichts der Studienlage in dieser Unbedingtheit nicht gegeben. In diesem Kontext sind die 5-Jahres-Ergebnisse von Christensen et al. (2010) zu Integrativer VT und Traditioneller VT zu erwähnen.

- S. 338 *„Bei der Behandlung etablierter Konflikte haben sich Kommunikationstrainings als nicht effektiv erwiesen, weil Paare im Konflikt nicht darauf zurückgreifen können“.*

Dieser Satz lässt alle Ergebnisse von Studien außer acht, die hohe Effektstärken von Kommunikationstrainings auch bei schwer belasteten Paaren nachweisen. Die Studie von Christensen et al. (2010) wurde an 134 schwer belasteten Paaren durchgeführt und erbrachte für traditionelle VT (mit hohem Anteil an Kommunikationstraining) hohe Effektstärken von über .90. Studien im Bereich indizierter Prävention mit einem Anteil von ca. 70% belasteter Paare zeigten 11 Jahren nach der Teilnahme am „Ein Partnerschaftliches Lernprogramm“ (EPL) eine deutliche Reduktion der Scheidungsrate im Vergleich zu Paaren, die nicht am EPL teilnahmen: „EPL-takers had a significantly lower divorce and separation rate (27.5%) than non-EPL-takers (52.6%) (Hahlweg & Richter, 2010, P. 377).

- S. 339 *„...und wird von Gottman auch als die therapeutische Methode bezeichnet, die neben seiner eigenen (Gottman & Gottman, 2008) am ehesten seine empirischen Erkenntnisse zur Entwicklung von Paarbeziehung umsetzt“.*

Dazu ist zu bemerken, dass Gottman's Therapiemethode bisher noch nicht in kontrollierten Studien untersucht wurde und deshalb auch in Meta-Analysen nicht berücksichtigt wurde. Seine Ergebnisse zur Interaktionsforschung wurden bisher noch nicht umfassend repliziert. Gottman's Forschungen als Richtschnur und Basis für Paartherapie zu verwenden, ist von daher sehr gewagt.

Diese Anmerkungen sollen verdeutlichen, dass die Argumente, die Roesler vorträgt, um einen zwingenden Wechsel der Arbeitsweise der Institutionellen Beratung hin zur Emotionsfokussierten Paartherapie (EFT) zu begründen, einer weiteren Überprüfung bedürfen: rechtfertigen sie einen solch weitreichenden Schritt – oder vielleicht doch nicht ?

4. Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT)

Da die Emotionsfokussierten Paartherapie (EFT) als die Vorgehensweise der Wahl, auch im Sinne von „State of Art“ empfohlen wird, werden für eine sachliche Abwägung Elemente zusammengetragen, die eine erste Orientierung ermöglichen können. Dabei wird versucht, einen direkten Bezug zur Institutionellen Beratung herzustellen, um die Anwendungsfelder in den Blick nehmen zu können.

Grundlage dafür ist eine Übersichtsarbeit von Heekerens (2000), die unter den Titel *Die Emotions-Fokussierte Paartherapie: Ansatz, Ergebnis- und Prozessevaluation* erschienen ist. Aus ihr stammen auch die aufgeführten Zitate.

Nach Heekerens liegen dem Ansatz vier Prinzipien zugrunde, die sich dann in neuen Schritten zur Beratung / Therapie niederschlagen und auswirken (S.324/5):

„Die Sicht der Emotions-Fokussierten Paartherapie beruht auf vier Prinzipien, die Prozessdiagnose und Intervention steuern. Das erste Prinzip besagt, dass das Selbst in jedem Augenblick durch emotionale Erfahrung in einer bestimmten Art und Weise organisiert ist. Dem zweiten zufolge dient interpersonelle Wahrnehmung

dazu die Selbstorganisation ebenso aufrechtzuerhalten wie Interaktionspositionen. Das dritte Prinzip hebt darauf ab, dass bestimmte Grundüberzeugungen bezüglich jemandes Selbstsicht in einer Beziehung dessen Verhalten kontinuierlich beeinflussen. Und nach dem vierten sind die Interaktionsmuster in beeinträchtigten Paarbeziehungen selbstperpetuierend und dienen dazu, sowohl das Problem als auch die innere Erfahrungswelt der Partner aufrechtzuerhalten. Emotion, Wahrnehmung, Kognition und Interaktion, sie alle sind Aspekte des Problems und damit Zielpunkt der Veränderung (ausführlich Greenberg & Safran 1984, 1987). Hinzu kommt, dass alle Prozesse eng miteinander verschränkt sind – und das auf verschiedensten Ebenen.

Im Einzelnen sieht die Emotions-Fokussierte Paartherapie neun Schritte vor, die in der Behandlung selbst nicht immer linear und in derselben lückenlosen Ordnung ablaufen, wie sie hier dargestellt sind. Anfangs stellt der Therapeut sowohl fest, welche Konfliktthemen es gibt und wie jeder einzelne Partner die Partnerschaft erlebt (Schritt 1), als auch welche Position(en) jeder Partner im negativen Interaktionszirkel einnimmt (Schritt 2). Der Therapeut führt dann die Partner dazu ihrer jeweiligen nicht bewussten Gefühle, die den einzelnen Interaktionspositionen zugrunde liegen, gewahr zu werden, das heißt *Awareness* zu erlangen (Schritt 3). Dann wird das Paarproblem, das eingangs ja in anderer Formulierung vorlag, umgedeutet derart, dass es jetzt in den Rahmen dieser bislang nicht bewussten Gefühle gestellt wird (Schritt 4), und die Klienten werden ermuntert, sowohl zu ihren eigenen Gefühlen und Bedürfnissen, denen sie entfremdet waren, zu stehen (Schritt 5) als auch die Erfahrung des jeweils anderen zu akzeptieren (Schritt 6). Schließlich hilft der Therapeut, echte Bedürfnisse (felt-needs) zum Ausdruck zu bringen (Schritt 7) und neue Interaktionspositionen, die ein restrukturiertes emotionales Band konstituieren, zu erkunden (Schritt 8) und zu festigen (Schritt 9). In dieser Neun-Schritte-Behandlung scheint der primäre Mechanismus der therapeutisch bewirkten Veränderungen darin zu bestehen, dass der Therapeut den Klienten mit erlebnisaktivierenden Methoden hilft, ihr vormals unbewußten und nicht gewahren Gefühlen, die dem negativen Interaktionszirkel zugrunde liegen, zugänglich und ausdrücklich (Schritt 3) sowie dies für den anderen Partner akzeptabel zu machen (Schritt 6). Dieser therapeutische Veränderungsmechanismus unterstellt, dass es bestimmte vom bewußten erleben ausgeschlossene emotionale Grundverfaßtheiten gibt, die assoziiert sind mit stabilen Interaktionspositionen, und dass das emotionale Band zum Guten hin umstrukturiert werden kann, wenn die Partner mit diesen ihren Basisemotionen wieder in Kontakt kommen, wenn sie sie (wieder) erleben.

Dem *Experiencing*, in seiner Bedeutsamkeit für Therapieerfolg gut belegt (vgl. zusammenf. Orlinsky, Grawe & Parks, 1994) wird also größte Bedeutung zugesprochen. Daher verwundert nicht, dass als Referenzorientierung einmal die Gestalttherapie genannt wird und daneben aus der Tradition der Klientenzentrierten Psychotherapie vor allem die beiden erlebnisaktivierenden Innovationen: Gendlins *Experiencing-Ansatz* und Rice' Betonung der evokativen Funktion des Therapeuten (beides in *Innovations in client-centered therapy*; Wexler & Rice, 1974).“

Vor dem Hintergrund dieser Kurzdarstellung wird auf die durch diese Vorgehensweise erzielten Therapieeffekte eingegangen, wie sie u. a. von Roesler zitiert werden. Dabei interessiert besonders, ob die erfassten und untersuchten Klienten mit denen aus der Institutionellen Beratung vergleichbar sind. Darin liegt eine Voraussetzung, um zunächst eine theoretische Übertragbarkeit der Forschungsergebnisse vornehmen zu können, damit in eine weiterführende Diskussion eingetreten werden kann.

Heekerens stellt in seiner Übersichtsarbeit (S. 328/9) sieben Studien vor. Dieser Darstellung ist auch zu entnehmen, welche Messinstrumente zur Ergebnissicherung eingesetzt wurden. In allen Studien wurde die *Dyadic Adjustment Scala (DAS) von Spanier (1976)* verwendet. Die deutsche Version ist unter dem Namen *Fragebogen zur Beurteilung einer Zweierbeziehung – Selbstbeurteilungsverfahren (FBZ)* veröffentlicht (Klann, Hahlweg & Heinrichs, 2003).

Die deutsche Version ist zur Validierung bei mit der Partnerschaft zufriedenen Paaren (N = 109) und bei Klienten von Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen (Kath. Trägerschaft) zum Einsatz gekommen (N = 136). Diese Fassung ist dann, auf der Basis der Mittelwerte, mit der Ursprungsfassung für die Validierung in USA in Bezug gesetzt worden. Die Ergebnisse (Gesamtmittelwerte über alle Skalen) waren bei den *zufriedenen Paaren* identisch (USA verheiratete Paar = 115; deutsche Stichprobe der *zufriedenen Paare* = 115). Die Gegenüberstellung *geschiedener Paare* (USA Gesamtmittelwert = 70) und *Paare die in Beratung* sind (Gesamtmittelwert = 93) ergab nur tendenziell vergleichbare Werte, weil wohl die Ausgangslage unterschiedlich war.

Bei der Prüfung der Ausgangssituation der Untersuchungsgruppen vor den Wirksamkeitsstudien, ein Ergebnis wurde von sechs Studien berichtet, ergab sich ein Gesamtmittelwert (über alle Skalen) von 94. Damit liegt ein leichter Hinweis vor, dass das Ausmaß der Belastung mit dem vergleichbar sein könnte, welches bei Klienten aus der Institutionellen Beratung anzutreffen ist.

Um diese Zahlen auch inhaltlich zu füllen, damit der Vergleich zu den Anlässen, warum Klienten die Institutionelle Beratung aufsuchen, versucht werden kann, werden die Skalen des *Fragebogen zur Beurteilung einer Zweierbeziehung – Selbstbeurteilungsverfahren (FBZ)* zusammenfassend dargestellt:

- 41% der Fragen beziehen sich auf die „Dyadische Übereinstimmung“.
- 31% der Fragen erfassen die „Erfüllung in der Partnerschaft“.
- 16% der Fragen den „Partnerschaftlichen Zusammenhalt“.
- 12% der Fragen den „Ausdruck von Gefühlen“.

Da dieser Fragebogen (Klann, Hahlweg & Heinrichs 2003) bei allen Studien zur Ergebnissicherung eingesetzt wurde, sind im Rahmen dieser Skalen die erfassten Veränderungen eingetreten. Es sind aber auch noch anderen Instrumente, je nach Studie (3 bis 6 Selbstbeurteilungsfragebogen) und Beobachtungsschwerpunkt eingesetzt worden, die nicht unmittelbar mit den Erhebungsinstrumenten vergleichbar sind, die in der Bezugsstudie aus der Institutionellen Beratung (siehe 5. Feldstudie (2000 / 2001)) eingesetzt wurden.

5. Feldstudie (2000 / 2001)

Die Studie (Klann, 2002), auf die von Roesler Bezug genommen wird, war ein Projekt im Rahmen einer Feld- und Effektforschung im Beratungsbereich, welches nicht mit einer Wirksamkeitsforschung gleichgesetzt werden kann. Die erfassten Klienten² und die dabei zur Beratung anstehenden Probleme wurden nicht zugewiesen und ausgewählt. Die fachlichen Voraussetzungen bei den Beratern für die Bearbeitung der Anlässe, die zum Aufsuchen der

² Es wird die männliche Form zur Erleichterung des Leseflusses gewählt, in die selbstverständlich die weibliche Form jeweils eingeschlossen ist.

Stellen führten, waren unterschiedlich, so dass dieser Evaluationsansatz stärker zur persönlichen und fachbezogenen Reflexion Anstöße ergibt. Gleichzeitig wurde mit dieser Studie eine Schwerpunktsetzung versucht, um von der schwerpunktmäßigen Orientierung an den Beratungs- und Therapieschulen zu evidenzbasierten, klienten- und problem- bzw. störungsorientierten Interventionen zu kommen. Es ging somit nicht um die Überprüfung einer umschriebenen Methode zur Paartherapie.

Zentraler Punkt dieser Studie war die Qualitätssicherung in den Beratungsstellen. Damit wurde ein Thema aufgenommen, welches im Rahmen der Psychotherapieforschung intensiv behandelt wird (Grawe, Donati & Bernauer, 1994; Hahlweg & Markman, 1998; Schadish et al. 1993). Es wird in diesem Kontext zwischen Effizienz (efficiency, statistisch belegte Wirksamkeit) und Effektivität (klinische Wirksamkeit) unterschieden. Dieser Zugang wurde auf die Beratung bei Partnerschaftsproblemen übertragen. Ein weiteres Ziel war dabei außerdem die Replizierung der Ergebnisse aus der Studie von 1990 - 1993, die einen vergleichbaren Ansatz hatte (Klann & Hahlweg, 1996a).

Unter den beschriebene Bedingungen ist eine Feldstudie gewissermaßen der Ernstfall für die entwickelte beraterisch-therapeutische Vorgehensweise. Das bezieht sich sowohl auf die persönlichen Anteile des Beraters, seine Qualifikation, wie auch auf die zu bearbeitenden bzw. zu behandelnden Probleme und / oder Störungen. Als Beispiel dafür kann die Darstellung der unterschiedlichen Hochschulabschlüsse der Berater dienen, die an der Studie teilgenommen haben (Klann, 2002; S. 69-70). Folgende Grundberufe wurden angegeben, die u. a. durch die *Weiterbildung zur/zum Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberater/in* ergänzt wurde:

➤ Diplom-Pädagogin/Pädagogin	33 %
➤ Diplom-Theologin/Theologin	22 %
➤ Diplom-Psychologin	15 %
➤ Diplom-Pädagogin/Theologin	11 %
➤ Diplom-Psychologin/Diplom-Theologin	7 %
➤ Diplom-Sozialpädagogin	7 %

93 % der Studienteilnehmer waren männlichen Geschlechts. Ihr durchschnittliches Alter betrug 51 Jahre (Range: 38 bis 62 Jahre). Die mittlere Berufserfahrung lag bei 14,3 Jahren (Range: 7 bis 27 Jahre). Im Mittel arbeiteten sie 450 Stunden pro Jahr mit Klienten (Range: 200 bis 1000 Stunden).

Die Klienten, die die Beratungsstellen aufsuchen, kommen mit einer breiten Vielfalt von Anliegen, zu deren Bewältigung sie sich Unterstützung von der Beratung wünschen (Vgl. 6.1. Ratsuchende und die formale Beratungspraxis). Die breite berufliche Grundqualifikation der Berater bietet die Gewähr, dass diesen vielfältigen Anliegen die entsprechende Beratungskompetenz gegenübersteht, zumal an den meisten Beratungsstellen die Berater ein Team bilden, in welchem die Beratungsthemen aus unterschiedlichen Perspektiven reflektiert und Beratungsansätze entwickelt und dann später auf ihre Effekte hin

geprüft werden. Dieses Qualitätsmerkmal der Institutionellen Beratung ist ein Auswahlkriterium, welches bei der Entscheidung für eine Arbeitsweise berücksichtigt wird, da die Klientenorientierung ein wichtiger Orientierungspunkt ist. Somit können sich die Teams, bezogen auf die Bedürfnisse einer Region, bezüglich ihrer fachlichen Schwerpunktbildung und Zusammensetzung durchaus unterscheiden.

Diese Vielfalt macht deutlich, dass immer auch eine Qualifizierungs- und/oder Umsetzungs- und Anwendungsproblematik vorhanden sein kann, wenn sich Ergebnisse der Wirksamkeitsstudien nicht mit den Effekten aus den Feldstudien zur Deckung bringen lassen. Deshalb werden „unkontrollierte“ Studien (Feldstudien) von einigen Fachkollegen eher mit Vorbehalten betrachtet.

6. Methodische Elemente der Studie 2000 / 2001

Die Untersuchung, auf die sich Roesler (2015) bezieht, ist vor 15 Jahren durchgeführt worden. Inzwischen hat sich die Beratungskompetenz beim einzelnen Mitarbeiter durch Erfahrung, Fortbildung und gemeinschaftlich durch personellen Wechsel im Team der jeweiligen Beratungsstelle, verändert. Gleichzeitig gibt es eine Kooperation mit der Katholischen Fachhochschule NRW, die in Kooperation mit der Katholische Bundesarbeitsgemeinschaft für Beratung e.V. einen Masterstudiengang zur *Weiterbildung zur/zum Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberater/in* eingerichtet hat, der die aktuellen wissenschaftlichen Entwicklungen einbezieht. Aus diesem Grund stellt sich die Frage, ob eine aktuelle Feldstudie heute zu anderen Ergebnissen kommen würde.

In den nächsten Absätzen wird der Versuch gemacht, die aktuellen Bedingungen (auf der Grundlage der Jahresstatistik 2014 von den Beratungsstellen in Trägerschaft der Kath. Kirche), als Beispiel und Herausforderung für die Institutionelle Beratung, exemplarisch zu verdeutlichen. Gleichzeitig ist zu berücksichtigen, dass Roesler davon ausgeht, dass die *Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT)* gerade für dieses gesamte Spektrum der vorhandenen Anlässe und Problemfelder ein beraterisches- und therapeutisches Angebot machen kann, das eine Wirkungsrate von über 80% haben würde (Roesler, 2015; S. 336).

6.1 Ratsuchende und die formale Beratungspraxis

Die zur Verfügung stehenden Informationen aus 2014 sind zusammengefasst (KBKEFL, 2015) die Arbeitsgrundlage, wie sie sich für das Beratungsangebot in Trägerschaft der Kath. Kirche in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung ergibt:

- Anzahl der Kontakte je abgeschlossenem Beratungsfall

Beratungsfälle mit 1 Kontakt	10.322	25,2%
Beratungsfälle mit 2 bis 5 Kontakten	16.856	41,2%
Beratungsfälle mit 6 bis 10 Kontakten	7.553	18,4%
Beratungsfälle mit 11 bis 15 Kontakten	3.077	7,5%
Beratungsfälle mit 16 bis 20 Kontakten	1.378	3,4%
Beratungsfälle mit mehr als 20 Kontakten	1.754	4,3%

Beratungsfälle insgesamt	40.941	100,0%
--------------------------	--------	--------

Die Dauer der Beratungen hat Einfluss auf die Arbeitsweise. Wenn dabei bedacht wird, dass die erste und die letzte Beratungsstunde einen besonderen Charakter hat, ist zu prüfen, wie sich die Tatsache auswirkt, dass fasst 2/3 alle Kontakte mit der fünften Beratung abgeschlossen sind.

Klienten und Fallkontakte

Insgesamt haben 101.662 Klienten in 2014 eine Beratungsstelle aufgesucht. Dies führte zu einer Gesamtzahl von 72.819 Beratungsfälle. In 39,6% wurde eine Paarberatung durchgeführt.

Diese Zahlen verdeutlichen, welche Arbeitsschwerpunkte in den Stellen vorhanden sind. Damit ist ein weiterer prägender Einflussfaktor, der die methodische Arbeitsweise beeinflusst, gegeben.

Beratungsanlässe

Die Beratungsanlässe (es werden hier ausschließlich die paarbezogen Themen dargestellt), die von den Ratsuchenden vorgestellt und dann von den Beratern festgehalten wurden, bestimmen hauptsächlich die methodische Auswahl und Arbeitsweise. In 2014 wurde folgende Anlässe festgehalten:

Partnerbezogene Themen (2014)	Prozente
01 Dysfunktionale Interaktion / Kommunikation	43%
02 Unterschiedliches Rollenverständnis	17%
03 Auseinanderleben / Mangel an Kontakt	21%
04 Partnerwahl / Partnerbindung	11%
05 Bewältigung von Übergängen (z. B. Geburt, Berentung)	10%
06 Beziehungsrelevante Schicksale und Krankheiten	11%
07 Beziehungsrelevante Aspekte der Herkunftsfamilie	15%
08 Beziehungsrelevante Aspekte aus der Paargeschichte	18%
09 Sexualität	12%
10 Interkulturelle Paar- und Familienprobleme	05%
11 Eifersucht	07%
12 Trennungswunsch / Angst vor Trennung	23%
13 Bewältigung von Trennung	12%
14 Außenbeziehung / außereheliche Beziehung	12%
15 Heftiger Streit	18%
16 Tötlichkeiten, Gewalt	07%
17 Ungewollte Kinderlosigkeit	03%
18 Schwangerschaft	03%
19 Sonstiges	06%

Beratungsschwerpunkte

Im Kontext der Feldstudie wurde die Problemliste (PL) von Hahlweg (1996) eingesetzt. Diese Liste hat sich über einen Zeitraum von 25

Jahren als stabil erwiesen (Klann, 2002; S.98). Da die Fragen von den Klienten persönlich beantwortet werden, können sie als Ergänzung zum Anlasskatalog für das Aufsuchen der Beratungsstellen genutzt werden. Die Tabelle gibt die Rangreihe der Häufigkeiten in Prozent von nicht gelösten Problemen der Klienten (N = 657) aus der Feldstudie (2000 / 2001) wieder.

Bereiche	%
Zuwendung des Partners	65
Sexualität	64
Kommunikation/ Gemeinsame Gespräche	59
Forderungen des Partners	57
Fehlende Akzept/Unterstützung des Partners	54
Temperament des Partners	44
Persönliche Gewohnheiten des Partners	43
Freizeitgestaltung	37
Vertrauen	36
Gewährung persönlicher Freiheiten	36
Haushaltsführung/ Wohnung	34
Vorstellungen über Kindererziehung ^a	33
Eifersucht	33
Verwandte	32
Berufstätigkeit	26
Freunde und Bekannte	22
Attraktivität	22
Außereheliche Beziehungen	21
Einteilung des monatlichen Einkommens	21
Krankheit/Behinderungen/psychische Störungen	19
Kinderwunsch/Familienplanung	15
Umgang mit Alkohol/ Medikamenten/ Drogen	13
Tätlichkeiten	9

Anmerkung: a = Für den Bereich ‚Vorstellungen über Kindererziehung‘ wurden die Angaben nur für Personen mit Kindern berechnet.

Die aufgeführten Gegebenheiten bestimmen auch das Anforderungsprofil an die beraterische und therapeutische Methodik. Ob und in welchem Umfang der Vorschlag von Roesler, die Arbeitsweise generell zu ändern, geeignet ist, wo er kontraindiziert und gegebenenfalls schädlich ist, lässt sich nicht unmittelbar aus den Informationen des Artikels erschließen. Die Belege dafür sind zu erbringen. Von daher verwundert es, dass ohne eine entsprechende Anknüpfung an die aktuellen Gegebenheiten, eine „Umorientierung“ für die Institutionellen – Beratung gefordert wird.

6.2 Effekte der Studie (2000 / 2001)

In dem Artikel stellt Roesler (2015, S. 337) fest:

In der Studie von Klann (2002) ergab sich eine geringe Effektstärke von $d = 0.27$, nur 25% der Paare profitierten nachhaltig von der Beratung. Bei derartigen Studien ist der Unterschied zwischen statistischer Signifikanz und klinischer Wirksamkeit zu beachten, d. h. auch bei statistischer Signifikanz kann die Verbesserung aus klinischer Sicht gering sein. Auch kann bei mittleren Effektstärken, wie sie für den Bereich der Paartherapie gefunden wurden, die Wirkung innerhalb der Stichprobe sehr ungleich verteilt sein, weshalb die alleinige Argumentation über Effektstärken von Wissenschaftsmethodikern auch zunehmend kritisiert wird.

Die Feststellung von Roesler, dass bei gemittelten Effektstärken „die Wirkung innerhalb der Stichprobe sehr ungleich verteilt sein“ kann, hat auch zu dem „geringen“ Wert für die „durchschnittliche“ Effektstärke geführt. Hinzu kommt, dass die Berechnung der Effektstärke zugleich modifiziert werden musste, weil es keine Kontrollgruppe bei dieser Studie gab. Dies kann zur Folge haben, dass die berechneten Effektstärken zu hoch ausfallen. Bei dieser Art der Effektstärkenberechnung (Prae / Post) können Veränderungen einfließen, die auf Spontanremissionen sowie auf statistische und natürliche Regressionen zurückzuführen sind (Schulz, Hoyer & Hahlweg, 1998) und somit nicht auf die Beratung zurückzuführen sind. Vereinbarungsgemäß spricht man in diesem Zusammenhang bei Effektstärken zwischen .40 und .80 von einer mittleren Effektstärke. Unter .40 wird diese als gering erachtet und über .80 dagegen als groß angesehen.

Die erreichten Effektstärken sind unterschiedlich ausgeprägt. Vergleichsweise hoch fallen die Effektstärken für die allgemeine Depressionsskala (ADS) (Hautzinger & Bailer, 1992) sowie für die Problemliste (PL) aus, gefolgt von den Skalen aus dem Fragebogen Einschätzung von Partnerschaft und Familie (EPF) 'Globale Zufriedenheit mit der Partnerschaft', der Fähigkeit, 'Probleme zu lösen' (Klann, Hahlweg, Limbird & Snyder, 2006) und der Beschwerdeliste (BL) (v. Zerssen, 1976). Kaum nennenswerte Effekte ergaben sich bei den EPF-Skalen im Bezug auf 'Finanzplanung' und 'Zufriedenheit mit den Kindern' sowie bei der 'Kindererziehung'. Die Frauen lagen mit der Gesamt-Effektstärke (ES = .36) höher als die Männer (ES = .28).

Prae / Post-Vergleiche: Mittelwerte und Standardabweichungen der Effektstärken zum Postmessungszeitpunkt. Gesamtstichprobe zum Zeitpunkt der Post-Messung: $N = 230$.

Fragebogen	Gesamt M (SD)
Problemliste, Anzahl von Problembereichen	.59 (.97)
EPF-Skalen ¹ :	
Globale Zufriedenheit mit Partnerschaft	.52 (.93)

Affektive Kommunikation	.36 (.84)
Problemlösung	.48 (.92)
Gemeinsame Freizeitgestaltung	.33 (.82)
Finanzplanung	.08 (.80)
Sexuelle Zufriedenheit	.21 (.94)
Rollenorientierung	.13 (.82)
Ehezufriedenheit der Eltern	-.06 (.55)
Zufriedenheit mit den Kindern ^a	.07 (.85)
Kindererziehung ^a	.09 (.72)
Beschwerdeliste, Summenwert ²	.42 (.92)
Allgemeine Depressionsskala, Summenwert	.72 (1.14)
Gesamt-Effektstärke ²	.32 (.49)

Anmerkungen: M = Mittelwert, SD = Standardabweichung, 1 EPF = Fragebogen zur Einschätzung von Partnerschaft und Familie, a = wurde nur für Paare mit Kindern berechnet, 2 = Gesamt-Effektstärke wurde unter Ausschluss der Skala Ehezufriedenheit der Eltern berechnet. Effektstärken > .40 werden durch Fettdruck als mittlerer Effekt gekennzeichnet (ES < .40 bedeutet geringer Effekt).

Bei der Prüfung der Nachhaltigkeit der Veränderungen konnte bei der FU – Messung (6 Monate nach der Post – Erhebung) mit Hilfe der Effektstärkenberechnung ermittelt werden, dass die Veränderungen stabil waren (Klann, 202; S. 145 - 148).

Der Hinweis von Roesler, dass der „Unterschied zwischen statistischer Signifikanz und klinischer Wirksamkeit zu beachten (ist), d. h. auch bei statistischer Signifikanz kann die Verbesserung aus klinischer Sicht gering sein“, wurde in der Studie berücksichtigt. Hierzu haben Jacobson, Follette & Revensdorf (1984) vorgeschlagen, um die Veranschaulichung des Therapieerfolges transparenter zu machen, diese Nachweise zu erbringen:

- statistisch reliable Verbesserung,
- statistisch reliable Verschlechterung und/oder
- klinisch signifikante Verbesserung
(d. h. nach der Behandlung bzw. Beratung Werte im Bereich von Normalpersonen erreichen) aufweisen.

Danach liegt klinische Signifikanz vor, wenn die beratenen Klienten, die zum Beginn der Beratung mit ihren Werten im klinisch bedeutsamen Bereich lagen, nach Ende des Beratungszyklus Werte im Bereich der Normalpopulation aufweisen, sich vom dysfunktionalen zum funktionalen Bereich verändert haben. Deshalb ist zunächst zu ermitteln, ob sich bei den ehemaligen Klienten eine statistisch zuverlässige Veränderung (kritische Differenz: $p < .05$) eingestellt hat. In einem zweiten Schritt ist

dann zu prüfen, inwieweit ein normorientierter kritischer Wert (Cut off) in der Ergebnisdiagnostik erreicht werden konnte. Damit kann festgestellt werden, ob der Postwert der Klienten statistisch gesehen zur Verteilung der klinisch unauffälligen Personen zu zählen ist oder nicht.

Zunächst werden die Ergebnisse nach der Post-Messung zusammenfassend dargestellt. Diese zeigen, dass die stärksten Veränderungen im Bereich der Problemliste (PL), gefolgt von der Allgemeinen Depressionsskala (ADS), sowie bei der EPF-Skala ‚Problemlösung‘ erreicht wurden. Die PL zeigt, dass es Klienten gab, die eine signifikante Verschlechterung erlebten, was auch bei den EPF-Skalen ‚Rollenorientierung‘ und ‚Kindererziehung‘ der Fall war. Bei der ADS ist mit 27,6 % der größte Effekt beim Wechsel von klinisch auffälligen Werten in den Normalbereich zu verzeichnen. Es folgen der Summenwert der Problemliste und die Skalen ‚Globale Zufriedenheit mit der Partnerschaft‘ sowie ‚Problemlösung‘ aus dem EPF. Die Verschlechterungsrate entspricht den Werten aus der Psychotherapieforschung (Smith et al., 1980).

Damit das Ausmaß der Veränderungen bzw. der Einflüsse, die durch die Beratung erzielt wurden, insgesamt erfasst werden kann, wurde zusätzlich, 6 Monate nach Abschluss der Beratung, die FU-Erhebung durchgeführt. Hier wurden nochmals die signifikanten Verbesserungen, Verschlechterungen und der Wechsel vom dysfunktionalen zum funktionalen Bereich (klinisch relevante Reduktion der Belastungen) erfasst und dokumentiert. Die folgende Tabelle fasst das Ergebnis zum Zeitpunkt der Follow-up-Messung zusammen.

Statistisch reliable Besserungen (SRB) und Verschlechterungen (SRV) sowie klinisch signifikante Besserungen (KSB) zum Zeitpunkt der Follow-up-Messung. Es werden nur die Klienten einbezogen, die an allen drei Messzeitpunkten teilnahmen (N = 99 / N = 80 mit Kindern).

Fragebogen/Skalen	SRB	SRV	KSB
Problemliste, Summenwert	61,2% (56,7%)	16,3% (13,4%)	45,1% (33,3%)
EPF-Skalen ¹ :			
Globale Zufriedenheit mit Partnerschaft	50,0% (45,4%)	8,2% (5,2%)	33,3% (39,5%)
Affektive Kommunikation	40,8% (38,1%)	5,1% (8,2%)	36,2% (33,8%)
Problemlösung	48,0% (46,4%)	7,1% (7,2%)	36,4% (35,1%)
Gemeinsame Freizeitgestaltung	32,7% (27,8%)	6,1% (5,2%)	30,1% (20,5%)

Finanzplanung	10,2% (9,3%)	9,2% (9,3%)	14,8% (14,5%)
Sexuelle Zufriedenheit	22,4% (18,6%)	8,2% (7,2%)	23,9% (20,0%)
Rollenorientierung	9,2% (8,2%)	11,2% (16,5%)	6,5% (6,6%)
Ehezufriedenheit der Eltern	7,2% (2,1%)	5,2% (5,2%)	10,0% (0,0%)
Zufriedenheit mit den Kindern ^a	16,0% (10,0%)	11,1% (8,8%)	16,7% (8,5%)
Kindererziehung ^a	25,9% (18,3%)	14,8% (11,3%)	12,5% (8,7%)
Beschwerdeliste, Summenwert	22,2% (20,2%)	4,0% (5,1%)	32,6% (39,5%)
Allgemeine Depressionsskala, Summenwert	37,4% (39,4%)	9,1% (6,1%)	60,9% (60,9%)
Mittelwert	26,2% (29,5%)	8,4% (8,9%)	24,7% (27,6%)

Anmerkungen: 1 EPF = Fragebogen zur Einschätzung von Partnerschaft und Familie, a = wurde nur für Paare mit Kindern berechnet. Die Werte in den Klammern geben den Anteil signifikanter Veränderungen bei den Teilnehmerinnen der Follow-up-Messung zum Zeitpunkt der Post-Messung an.

Auf Skalenebene lassen sich bei den Klienten, die an der FU-Messung teilgenommen haben, unterschiedlichste Veränderungen in Richtung weiterer Verbesserungen wie auch Reduzierungen (Verschlechterungen) des erreichten Wertes gegenüber der Post-Messung feststellen. Diese Werte bestätigen grundsätzlich die Ergebnisse der schon vorher dargestellten Auswertungen. Die durchschnittliche Veränderungsrate der statistisch gebesserten Klienten beträgt 26,2 % (Post: 29,5 %), für die Gruppe, die sich vom dysfunktionalen zum funktionalen Bereich verändert hat (d. h. klinisch relevante Verbesserungen erreichten), beträgt der Mittelwert 24,7 % (Post: 27,6 %) und bei den Klienten, die sich unter statistischen Gesichtspunkten verschlechtert haben, beträgt die Prozentrate 8,4 % (Post: 8,9 %). Das Veränderungsausmaß, das bei der Problemliste (PL) und bei den EPF-Skalen ‚Globale Zufriedenheit‘, ‚Problemlösung‘, ‚Affektive Kommunikation‘ und bei dem Depressionsfragebogen erreicht wurde - Besserungsraten zwischen 37,4 % bis 61,2 % - entsprechen Werten, die von Jacobson et al. (1984) bei einer Meta-Analyse von vier kontrollierten Verhaltenstherapie-Studie ermittelt wurden. D. h. bei der Subgruppe der Klienten mit Nachkontrolle lassen sich Besserungsraten in - gemessen am Stand der Literatur - befriedigender Höhe feststellen.

Diese umfangreiche Darstellung soll die Voraussetzung schaffen, um über die von Roesler angeregte Diskussion über eine „Notwendigkeit des Methodenwechsels“ nachdenken zu können. Es ist sicher wichtig und wäre für die Klienten wünschenswert, wenn es aus grundsätzlichen Erwägungen zu einer positiven Fortentwicklung des Beratungsangebotes käme. Um diesem Ziel näherzukommen, braucht es einen ausdrücklichen Bezug

- zur aktuellen Situation von Aus-, Weiter- und Fortbildungen,
- zu den Beraterinnen und Beratern,
- zur aktuellen Situation von Beratungsstellen.

Somit sind die unterschiedliche Aspekte und Ziele von Beratung zu berücksichtigen, um Verbesserungsvorschläge zu erarbeiten, die an der Realität von Beratern, den strukturellen Gegebenheiten von Beratungsstellen anknüpfen und im Rahmen des „Machbaren“ liegen müssen.

7. Evidenzbasierte Ansätze in der Institutionellen Beratung

Im Kontext der Institutionellen Beratung gibt es immer wieder Initiativen, die bezogen auf die erkennbaren und häufig vorgetragene Anforderungen der Klienten auf gezielte persönliche und partnerschaftliche Unterstützung bei Entwicklungs-, und Veränderungsprozessen, erarbeitet werden. Diese sind gleichzeitig, wegen ihres hohen Anteils an präventiven Elementen, in der ehevorbereitenden und –begleitenden Arbeit einsetzbar. In diesem Kontext werden zwei Schwerpunkte, als Bestandteil der Institutionellen Beratung vorgestellt, die bei der Diskussion um die Umsetzung der Vorschläge von Roesler zu berücksichtigen sind (siehe Zitat 8. Schlussfolgerungen).

7.1 KOMKOM-Training in der Paarberatung

KOMKOM (KOMmunikationsKOMpetenz-Training in der Paarberatung) ist ein Angebot der Eheberatung in Form eines intensiven Paarkommunikationstrainings von 8 x 2½ Stunden mit 3-4 Paaren und 2 Trainern. Das Programm „*KOMKOM*“ (Engl & Thurmaier 2003a; 2003b; 2004; 2005; Job, Thurmaier, Engl & Hahlweg 2016) wurde auf der Grundlage der bekannten präventiven Programme EPL (Ein Partnerschaftliches Lernprogramm) und KEK (Konstruktive Ehe und Kommunikation) (Engl & Thurmaier 2001; Hahlweg, Markman, Thurmaier, Engl & Eckert, 1998; Thurmaier, Engl & Hahlweg, 1999; Job, Engl, Thurmaier & Hahlweg, 2014) speziell für Beratungspaare konzipiert und langfristig evaluiert. Wie die präventiven Programme EPL und KEK zeichnet sich das kurative *KOMKOM* durch eine hohe Wirksamkeit aus (mit ES bis 1,1) und bietet eine stringente Methodik mit messbaren Effekten und überprüfbarer Beraterkompetenz.

Die eingangs hoch belasteten Teilnehmer der *KOMKOM*-Stichprobe (N = 72) verbesserten sich in beinahe allen erhobenen und veränderungsrelevanten Bereichen im Mittel statistisch hochsignifikant (mit gemittelten Effektstärken zwischen 0,57 zur Post-Erhebung, 0,65 nach 18 Monaten, 0,60 nach 36 Monaten). Die Verbesserungen

erstrecken sich auf die Kommunikationsqualität (z. B. Reduktion negativer Kommunikationsanteile um 50 %), die individuelle physische und psychische Befindlichkeit (Verbesserung um 28%), die Problembelastung (Reduktion um 47%) und ebenso auf verschiedene Bereiche der Beziehungsqualität. Auch die Zufriedenheit mit der Kindererziehung erhöht sich nach dem Kurs deutlich. Es kann also von einer breiten und auch lang anhaltenden Wirksamkeit von *KOMKOM* ausgegangen werden. Männer und Frauen profitieren gleichermaßen von dem Programm. 68% der *KOMKOM* -Teilnehmer gaben bei der Eingangserhebung Trennungsgedanken an. Nur ein Paar hat das Programm abgebrochen. 95,7% der *KOMKOM*-Teilnehmer waren zu 80 oder mehr Prozent mit dem Kurs zufrieden. Die Abbruchrate (3%), Ausfallraten (nach 18 Monaten 11%, nach 36 Monaten 14%) und erstmals in einer deutschen Beratungsstudie erhobene Trennungsraten (nach 18 Monaten 17%, nach 36 Monaten 25%) wurden in dieser Untersuchung differenziert. Auch die getrennten Paare konnten nachträglich befragt werden und gaben an, durch das Programm profitiert zu haben.

Im Vergleich zu anderen Effektivitätsstudien aus dem Bereich der deutschen Ehe- und Familienberatung konnten somit mit dem *KOMKOM* die bislang besten Resultate bei hochbelasteten Paaren erzielt werden.

7.2 Partnerschule – klärungs- und bewältigungsorientierte Paartherapie

Hahlweg (1994) bezeichnet Ehe- und Partnerschaftsprobleme als *Beziehungs- und Interaktionsstörungen*. Diese lassen sich aufgrund der Ergebnisse der Psychotherapieforschung (Grawe et al., 1994) signifikant am besten an dem Ort, wo sie entstehen, also im Paar und in Form des Gruppensettings zum Positiven hin verändern.

„Es gibt eine große Anzahl von Hinweisen darauf, daß die Schwierigkeiten eines Patienten am besten in einem Setting behandelt werden können, in dem eben diese Schwierigkeiten aktualisiert werden: Partnerprobleme unter Einbeziehung beider Partner;....generalisierte zwischenmenschliche Schwierigkeiten in einer Gruppentherapie;.....Eine Gruppentherapie bietet...noch reichere Übertragungs- bzw. Aktualisierungsmöglichkeiten als eine Einzeltherapie und ist daher, wie in unseren Ergebnisberichten für eine ganze Anzahl verschiedener Therapiemethoden festgestellt wurde, noch besser geeignet, Veränderungen des zwischenmenschlichen Erlebens und Verhaltens herbeizuführen“ (a.a.O.S.704).

„Für Patienten, bei denen Veränderungen im zwischenmenschlichen Bereich erwünscht sind, ist das gruppentherapeutische Setting aber dem einzeltherapeutischen auf jeden Fall vorzuziehen.“ (a.a.O.S.706).

Diese Grundlagen hat Sanders bei der Entwicklung eines neuen Ansatzes berücksichtigt und sie dann vor dem Hintergrund kontinuierlicher Evaluation schrittweise modifiziert. Weil sich Klienten leichter mit einem Lernenden in Sachen Partnerschaft identifizieren können, als mit einem „Therapiebedürftigen“ nennt er diese klärungs- und bewältigungsorientierte Form (Grawe, 1996) der Eheberatung „Partnerschule“.

Die Wirksamkeit und Nachhaltigkeit konnte zunächst im Rahmen der Beratungsbegleitenden Forschung (Klann & Hahlweg, 1996a) überprüft (Sanders, 1998; Kröger & Sanders, 2005; Kröger, 2006) und dann zur Bearbeitungsgrundlage des Konzeptes gemacht werden.

„Entsprechende Mittelwertvergleiche (vgl. Kröger & Sanders, 2005) belegen, dass sich die Problembelastung der Paare durch die Teilnahme an der Partnerschule bedeutsam reduziert: Sowohl die Männer als auch die Frauen geben zu Beratungsende durchschnittlich rund drei Konfliktbereiche weniger an als zu Beratungsbeginn. Außerdem bewirkt die Partnerschule im Prä-Post-Zeitraum signifikante Verbesserungen der globalen Partnerschaftszufriedenheit, der affektiven Kommunikation, der Problemlösefertigkeiten, der Freizeitgestaltung und der sexuellen Zufriedenheit. Auch die eher individuelle Belastungssymptomatik (depressive Verstimmungen und körperliche Beschwerden) bessert sich in einem statistisch bedeutsamen Ausmaß (vgl. Kröger & Sanders, 2002, 2005). Der Anteil an weiblichen und männlichen Klienten mit klinisch relevanten depressiven Verstimmungen verringert sich von anfänglich 40 Prozent (Frauen) bzw. 20 Prozent (Männer) auf rund 15 Prozent. Die Rate an Klienten mit klinisch auffälligen körperlichen Allgemeinbeschwerden vermindert sich für beide Geschlechter auf rund 25 Prozent.“ (Kröger 2006, S.263).

„Im Rahmen unserer aktuellen Untersuchung zur Wirksamkeit der Partnerschule (Kröger & Sanders 2005) zeigen sich für die Frauen hinsichtlich der Problembelastung in der Beziehung, der globalen Partnerschaftszufriedenheit, der Problemlösekompetenzen, der Freizeitgestaltung mit dem Partner sowie der Verminderung körperlicher Beschwerden Prä-Post-Effekte mittlerer Höhe (.41 ≤ ES ≤ .65). Besonders bemerkenswert ist, dass für den Abbau depressiver Verstimmungen bei den weiblichen Klienten eine hohe Effektstärke (ES = .89) zu verzeichnen ist.“ (Kröger 2006, S.263).

Während des halbjährigen Katamnesezeitraums ergeben sich allerdings besondere Verbesserungen im Erleben der Partnerschaft, die in ihrem Ausmaß die bisherigen Befunde zur Wirksamkeit von Eheberatung übersteigen. Beispielsweise zeigt sich zur FU-Erhebung für beide Geschlechter eine hohe Effektstärke für die allgemeine Zufriedenheit mit der Partnerschaft (ESFrauen = 1.00, ESMänner = .81). Außerdem erleben vor allem die Männer während des Katamnesezeitraums einen deutlichen Zugewinn an Zufriedenheit mit dem affektiven Austausch sowie mit den partnerschaftlichen Problemlösekompetenzen (vgl. Kröger & Sanders, 2002, 2005).

„Um zu prüfen, ob die Partnerschule signifikante Veränderungen hinsichtlich der Lebenszufriedenheit der teilnehmenden Paare anregt, wurden für die Paarmittelwerte der gewichteten Zufriedenheitsscores Prä-Post-Vergleiche mittels t-Tests für abhängige Stichproben berechnet. Im Einzelnen zeigen sich für die Lebensbereiche

- Freunde/Bekannte ($t(43) = -2,19, p \leq .05$),
- Freizeitgestaltung/Hobbys ($t(43) = -2,70, p \leq .01$),
- Gesundheit ($t(43) = -2,05, p \leq .05$),
- Familienleben/Kinder ($t(43) = -2,37, p \leq .05$) und
- Partnerschaft/Sexualität ($t(43) = -3,43, p \leq .001$) statistisch bedeutsame

Zugewinne an Zufriedenheit, wobei die Veränderung in der Partnerschaft und Sexualität am größten ausfällt. Somit erzielt die Partnerschule in all den Lebensbereichen, in denen die Paare signifikant unzufriedener sind als der Bevölkerungsdurchschnitt positive Veränderungen. Dementsprechend fällt auch die globale Lebenszufriedenheit, operationalisiert durch den FLZ-Summenwert, zu Beratungsende signifikant höher aus als zu Beginn der Beratung ($t(43) = -4,55, p \leq .001$). Insgesamt verdeutlicht die Befundlage zur Lebenszufriedenheit, dass auch aus einer globaleren Perspektive auf die Lebenssituation der Klienten bedeutsame Beratungseffekte der Partnerschule festzustellen sind: Es ist eine Steigerung der allgemeinen Lebenszufriedenheit zu verzeichnen, die allerdings

vor allem auf positive Veränderungen im Bereich der Partnerschaft und Sexualität zurückzuführen ist.“ Kröger 2006, S.265).

Neben der langen Warteliste an der Beratungsstelle, die den Anstoß gab, Paarberatung im Gruppensetting durchzuführen, bestand und besteht ferner die Herausforderung darin, dass viele Eltern nicht wissen, wie sie für eine Beratung die Betreuung ihrer Kinder organisieren können. Deshalb finden diese Gruppen an der Beratungsstelle Hagen & Iserlohn seit 1990 nicht nur an Abenden in der Beratungsstelle sondern auch an Wochenenden oder wochenweise in der Jugendbildungsstätte Hardehausen statt. Die Kinder werden während der Arbeit ihrer Eltern parallel betreut. Dabei erleben sie implizit, dass ihre Eltern sich um sich selber und ihre Probleme kümmern. Denn nicht selten müssen sie zu Hause ihren Eltern Streitschlichter oder Tröster sein. So profitieren sie implizit von der Egetherapie ihrer Eltern (Sanders, 2013).

Die unter Feldbedingungen entstandene Vorgehensweise beschreibt Sanders detailliert, so dass auch andere Kolleginnen und Kollegen nach diesem Ansatz arbeiten können (1998, 2001, 2006, 2009).

Aktuelle Entwicklungen, die dem Ziel der Verbesserung der Beziehungszufriedenheit dienen, wie die Schematherapie und emotionsfokussierende Ansätze (Sanders & Kröger, 2013), die Stärkung einer Bindungsbeziehung (Sanders, 2015) oder der Einbezug der Arbeit mit dem Körper wie im Embodiment (Lissy – Honegger, 2015, siehe den Artikel in dieser Ausgabe) sind in diese Form der Paarberatung integriert.

8. Schlussfolgerungen

In seinem Fazit stellt Roesler fest (S. 343):

„macht dies m. E. eine umfassende Revision der derzeit eingesetzten Paartherapieverfahren erforderlich. Die Erkenntnisse aus der Forschung und die klinischen Konzepte sind vorhanden, um Paartherapie so zu gestalten, dass sie einer größeren Zahl von belasteten Paaren hilft. Die hier vorgestellten Konzepte sind empirisch weit besser fundiert als alle bisherigen Modell von Paardynamik und Paartherapie.“

Wenn dieser Vorschlag umgesetzt und auf alle Stellen der Institutionellen Beratung übertragen werden soll, ist damit ein großer strategischer, personeller und finanzieller Aufwand verbunden, der gleichzeitig die *Rahmenordnung für die Weiterbildung zur/zum Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberater/in* verändern würde. Dies ist zunächst empirisch zu begründen. Dazu müssen noch Belege vorgelegt werden, ob eine direkte Übertragbarkeit der vorliegenden Befunde auf die gesamte Institutionelle Beratung möglich ist. Wenn dies nicht zweifelsfrei geschehen kann, ist eine geeignete Feldstudie durchzuführen, damit eine entsprechende Sicherheit für den Einsatz bei den Klienten und für die Träger der Beratungsstellen gegeben ist.

Bei einer dann notwendigen Feldstudie, sind geeignete Erhebungsinstrumente einzusetzen, damit eine Vergleichbarkeit

hinsichtlich der Effekte auf den unterschiedlichsten Beratungsfeldern erreicht werden kann.

In den letzten 15 Jahren sind neue und verbesserte Auswertungsmethoden für empirischen Untersuchungen dazugekommen. Dies bezieht sich besonders auf die Ausfallraten bei der Post-, und FU - Messung. Von daher wird angeregt, eine neue Auswertung der vorliegenden Daten vorzunehmen und diese Ergebnisse in die anstehende Disputation zu den Vorschlägen von Roesler einzubeziehen. Gleichzeitig könnten die Ergebnisse der Studien zum EPL, KOMKOM und KEK gleichfalls berücksichtigt werden, da sie klientenorientierte Interventionen sind, die höchsten Standards entsprechen. Ähnlich verhält es sich mit der Partnerschule, als Element des Beratungsangebotes.

Zusammenfassung

In einem Artikel hat Roesler (2015) festgestellt „Die begrenzte Wirksamkeit bisheriger Paartherapien verlangt neue Methoden – Paarinteraktions- und Wirkungsforschung und die Konsequenzen für die Praxis“, damit die Institutionelle Beratung den aktuellen Forschungsstand berücksichtigt und den Klienten ein besseres Angebot gemacht wird. Diese Schlussfolgerung wird aus den Erkenntnissen einer Feldstudie zur Ergebnisqualität in der Partnerschafts- und Eheberatung (2000 / 2001) abgeleitet (Klann, 2002). Im Rahmen dieser Replik auf die Publikation werden charakteristischen Merkmale der Institutionellen Beratung, der Forschungsstand zur Emotionsfokussierten Paartherapie (EFT) und die vorgeschlagene Implementation in die Beratung diskutiert. Dies geschieht mit dem Ziel, eine Disputation zu den Beratungseffekten der Institutionellen Beratung und deren weiteren Entwicklung anzustoßen.

Schlüsselwörter: Eheberatung, Paartherapie, Evaluation, Feldforschung, Beratungseffekte, Therapieeffekte, Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT),

Abstract:

Roesler (2015) established in an article that "limited efficacy calls for new methods in couple therapy - couple - interaction and efficacy research: the consequences for practise", so that institutional counselling considers the present state of research and to improve the offers made to clients. This is concluded from the results of a field-study on the quality of results of marriage - and partnership counselling (2000/ 2001), (Klann, 2002).

In the course of the reply to this publication the characteristic features of institutional counselling , the present state of emotion-focused couple therapy (EFT) , and the proposed implementation in counselling are discussed. This is done to initiate a disputation on the effects of institutional counselling and its further development.

Keywords: Couple therapy, marriage counselling, evaluation, emotion-focused couple therapy, effects of counselling, effects of therapy, field-work

Literatur

- Bundesverband Kathol. Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen und -berater e.V. (Hrsg.) (2013). Was bleiben will, muss sich ändern - 50 Jahre Bundesverband Kathol. Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen und -berater e.V. Schweinfurt: Eigenverlag.
- Christensen, A. (2010). A unified protocol for couple therapy. In K. Hahlweg, M. Grawe - Gerber & D. H. Baucom (Eds.), *Enhancing couples. The shape of couple therapy to come*. Göttingen: Hogrefe.
- Christensen, A. & Heavy, C. L. (1999), Interventions for couples. In J.T. Spence, J.M. Darley & D.J. Foss (Eds.), *Annual Review of Psychology*, p. 173. Palo Alto, CA: Annual Reviews.
- Christensen, A., Atkins, D. C., Baucom, B. & Yi, J. (2010). Marital Status and Satisfaction Five Years Following a Randomized Clinical Trial Comparing Traditional Versus Integrative Behavioral Couple Therapy. In *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 78, p. 225-235.

- Deutscher Arbeitskreis für Jugend-, Ehe- und Familienberatung (DAK). (1995). *Aufgaben und Tätigkeiten der/des Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberaterin/beraters*. Verfügbar unter (http://www.dakjef.de/pdf/fachliche_standards_efl.pdf).
- Deutscher Arbeitskreis für Jugend-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung (1998) Rahmenordnung für die Weiterbildung zur/ zum Ehe-, -Partnerschafts-, Familien- und Lebensberaterin/berater. Verfügbar unter: http://www.dakjef.de/pdf/rahmenordnung_efl.pdf
- Deutscher Arbeitskreis für Jugend-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung (2001). Fachliche Standards von Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen. Verfügbar unter: http://www.dakjef.de/pdf/fachliche_standards_efl.pdf
- Dunn, R. L. & Schwebel, A. I. (1995). Metaanalytic review of marital therapy outcome research. *Journal of Family Psychology* 9 (1), 58-68.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2001). Sich besser verstehen – die präventiven Programme EPL und KEK als neue Wege der Ehevorbereitung und Ehebegleitung. In S. Walper & R. Pekrun (Hrsg.), *Familie und Entwicklung: Perspektiven der Familienpsychologie* (S. 364-384). Göttingen: Hogrefe.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2003a). KOMKOM – Kommunikationskompetenz - Training in der Paarberatung. Konzeption und erste Erfahrungen. In R. Oetker-Funk, M. Dietzfelbinger, E. Struck & I. Volger (Hrsg.) *Psychologische Beratung. Beiträge zu Konzept und Praxis* (S. 177-196). Freiburg im Breisgau: Lambertus.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2003b). *KOMKOM – Kommunikationskompetenz - Training in der Paarberatung. Handbuch für ausgebildete Kursleiter*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2004). *KOMKOM – Kommunikationskompetenz - Training in der Paarberatung. Kurz- und langfristige Effekte. Projektbericht*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2005). KOMKOM – ein hochwirksames Kommunikationstraining in der Eheberatung. *Beratung Aktuell*, 1: 22-40.
- Grawe, K. (1996). Klärung und Bewältigung. Über das Verhältnis der beiden wichtigsten Veränderungsprinzipien. In H. Reinecker & D. Schmelzer (Hrsg.), *Verhaltenstherapie, Selbstregulation, Selbstmanagement*. Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K., Donati, R. & Bernauer, F. (1994). *Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession*. Göttingen: Hogrefe.
- Greenberg, L. S. & Safran, J. D. (1984). Integrating affect and cognition: A perspective on the process of therapeutic change. *Cognitiv Therapy and Research*, 8, 559-578.
- Greenberg, L. S. & Safran, J. D. (1987). *Emotion in psychotherapy – Affect, cognition, and the process of change*. New York, London: Guilford Press.
- Hahlweg, K. (1994). Beziehungs- und Interaktionsstörungen, in: Reinecker: Lehrbuch der Klinischen Psychologie. Göttingen: Hogrefe.
- Hahlweg, K. (1996). *Fragebögen zur Partnerschaftsdiagnostik (FPD)*. Göttingen: Hogrefe.
- Hahlweg, K. & Markman, H. J. (1988). Effectiveness of behavioral marital therapy: Empirical status of behavioral techniques in preventing and alleviating marital distress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 440-447.
- Hahlweg, K., & Richter, D. (2010). Prevention of marital instability and couple distress: Results of an 11-year longitudinal follow-up study. *Behaviour Research and Therapy*, 48, 377–383.
- Hahlweg K., Thurmaier, F., Engl, J., Eckert, V. & Markman, H. J. (1998). Prävention von Beziehungsstörungen in der Bundesrepublik Deutschland. *Prävention von Trennung und Scheidung - Internationale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen*. In: Schriftenreihe des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.), *Band 151*. (S. 191-216). Stuttgart: Kohlhammer.
- Hautzinger, M. & Bailer, M. (1992). *Allgemeine Depressionsskala*. Weinheim: Beltz Test.
- Heekerens, H.-P. (2000). Die Emotions-Fokussierte Paartherapie: Ansatz, Ergebnis- Und Prozessevaluation. In P. Kaiser (Hrsg.), *Partnerschaft und Paartherapie* (S. 323-337). Göttingen: Hogrefe.
- Jacobson, N. S., Follette, W. C. & Revenstorf, D. (1984). Psychotherapy outcome research: Methods for reporting variability and evaluating clinical significance. *Behavior Therapy*, 15, 336-352.
- Job, A-K., Engl, J., Thurmaier, F. & Hahlweg, K. (2014) Das Kommunikationstraining „Ein Partnerschaftliches Lernprogramm EPL“ für Paare – Überblick über den Praxis- und Forschungsstand. *Report Psychologie*, 2: 58-69.
- Job, A-K., Thurmaier, F., Engl, J. & Hahlweg, K. (2016). EPL and its adaptations: Research and implementation findings in Germany and beyond. In J. J. Ponzetti, Jr. (Ed.), *Evidence based approaches to relationship and marriage education* (pp. 197-216). New York, London: Routledge.

- Katholische Bundesarbeitsgemeinschaft für Beratung (Hrsg.). (1991). *Ziele und Praxis kirchlicher Ehe-, Familien- und Lebensberatung* [Broschüre]. Bonn: Eigenverlag.
- Katholische Bundesarbeitsgemeinschaft für Beratung (Hrsg.). (1995). *Beratungsverständnis der Katholischen Bundesarbeitsgemeinschaft für Beratung* [Broschüre]. Bonn: Eigenverlag.
- Katholische Bundesarbeitsgemeinschaft für Beratung (Hrsg.). (2007). *Ordnung der Katholischen Bundesarbeitsgemeinschaft für Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Telefonseelsorge und Offene Tür e.V. für die Weiterbildung zum Ehe-, Familien- und Lebensberater* [Broschüre]. Bonn: Eigenverlag. <http://katholische-eheberatung.de/fileadmin/pdf/Weiterbildung/Weiterbildungsordnung.pdf>
- Katholische Bundeskonferenz für Ehe-, Familien- und Lebensberatung [KBKEFL] (Hrsg.) (2015). *EFL-Beratung der Deutschen Bistümer – Statistik 2014*. Verfügbar unter: www.katholische-eheberatung.de
- Klann, N. (2002). *Institutionelle Beratung ein erfolgreiches Angebot. Von den Beratungs-, und Therapieschulen zur klientenorientierten Intervention. Feldstudie zur Ergebnisqualität in der Partnerschafts- und Eheberatung*. Freiburg: Lambertus.
- Klann, N. & Hahlweg, K. (1987). *Ehe-, Familien- und Lebensberatung. Besuchsmotive und Bedarfsprofile: Ergebnisse einer empirischen Erhebung*. Freiburg: Lambertus.
- Klann, N. & Hahlweg, K. (1996a). *Beratungsbegleitende Forschung – Evaluation von Vorgehensweisen in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung und ihre spezifischen Auswirkungen*. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Schriftenreihe Band 48.1 (2. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.
- Klann, N. & Hahlweg, K. (1996b). *Bestandsaufnahme in der Institutionellen Ehe-, Familien- und Lebensberatung*. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Schriftenreihe Band 48.2 (2. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.
- Klann, N., Hahlweg, K. & Heinrichs, N. (2003). *Diagnostische Verfahren für die Beratung. Materialien zur Diagnostik und Therapie in Ehe-, Familien- und Lebensberatung*. 2., vollständig überarbeitete Auflage. Göttingen: Hogrefe.
- 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. (2006): *Evaluation*. In: Sanders, Rudolf *Beziehungsprobleme verstehen Partnerschaft lernen. Partnerschule als Kompetenztraining in Ehe und Familienberatung*. Paderborn: Junfermann Verlag, S. 256 – 268.
- Kröger, C. & Sanders, R. (2005). *Paarberatung in und mit Gruppen – eine wirksame Intervention?* Zeitschrift für Klinische Psychologie, 34 (1), 47-53.
- Lissy-Honegger, R. (2015): *Paare in Bewegung - Körperarbeit im Rahmen der Partnerschule*. Masterarbeit Karl-Franzens-Universität Graz.
- Orlinsky, D. E., Grawe, K. & Parks, B. K. (1994). *Process and outcome of psychotherapy – Noch einmal*. In A. E. Bergin & S. L. Garfield (Eds.), *Handbook of psychotherapy and behavior change* (4th ed., pp. 270-376). New York: Wiley.
- Roesler, C. (2015). *Die begrenzte Wirksamkeit bisheriger Paartherapien verlangt neue Methoden. Paarinteraktions- und Wirkungsforschung und die Konsequenzen für die Praxis*. Familiendynamik, 4, 336–345.
- Sanders R. (1997). *Integrative Paartherapie, Grundlagen-Praxeologie-Evaluation, Eine pädagogische Intervention zur Förderung der Beziehung von Frau und Mann als Partner*. Frankfurt: Peter Lang.
- Sanders, R. (2006). *Beziehungsprobleme verstehen, Partnerschaft lernen. Partnerschule als Kompetenztraining in Ehe- und Familienberatung*. Paderborn: Junfermann.
- Sanders R. (2009). *Ehe- und Beziehungstraining*. In: Lenz & Nestmann 2009: *Handbuch Persönliche Beziehungen* Juventa Verlag, 879 – 900.
- Sanders R. (2013): *Kinder als implizite Zeugen der Eheberatung ihrer Eltern*. In B. Röhrle & H. Christiansen (Hrsg.), *Prävention und Gesundheitsförderung Band V. Hilfen für Kinder und Jugendliche in schwierigen Situationen*. Tübingen: DGVT Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie.
- Sanders, R. (2015): *Eheberatung – Gefährtschaft im Abenteuerland. Die Partnerschule als bindungsbasierte Paar- & Eheberatung*. In: *Beratung Aktuell*. 01/ 2015 S. 3 -25
- Sanders R. & Kröger C. (2013). *Die Partnerschule als schematherapeutisch orientierter und emotionsfokussierender Beratungsansatz für Paare*. In: *Beratung Aktuell*. 01/2013 S. 20. – 44
- Snyder, D. K., Wills, R. M. & Grady-Fletcher, A. (1991). *Risks and Challenges of Long-Term Psychotherapy Outcome Research: Reply to Jacobson*. In *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59, 146-149.

- Schadish, W. R., Montgomery, L. M., Wilson, P., Wilson, M. R., Bright, I. & Okwumabua, T. (1993). Effects of family and marital psychotherapies: A meta-analysis. In *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 992-1002.
- Schulz, W., Hoyer, H. & Hahlweg, K., (1998). Qualitätssicherung ambulanter Psychotherapie. Erste Ergebnisse einer Evaluierung der Verhaltenstherapie-Ambulanz der Technischen Universität Braunschweig. In A.-R.-Laireiter & H. Vogel (Hrsg.), *Qualitätssicherung in Psychotherapie und psychosozialer Versorgung. Ein Werkstattbuch*. Tübingen: DGVT-Verlag.
- Smith, M.L., Glass, G.V. & Miller, T.I. (1980). *The benefits of psychotherapy*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Spanier, G. B. (1976). Dyadic Adjustment Scale (DAS) in deutsch: Fragebogen zur Beurteilung einer Zweierbeziehung – Selbstbeurteilungsverfahren (FBZ). In N. Klann, Hahlweg, K. & N. Heinrichs (2003). *Diagnostische Verfahren für die Beratung*. Göttingen: Hogrefe.
- Thurmaier, F., Engl, J. & Hahlweg, K. (1999). Eheglück auf Dauer? Methodik, Inhalte und Effektivität eines präventiven Paarkommunikationstrainings – Ergebnisse nach fünf Jahren. *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, 1: 54-62.
- Wittchen, H. U. (1997). Bedarfs- und Angebotsevaluation. In *Katholische Bundesarbeitsgemeinschaft für Beratung* (Hrsg.), *Dokumentation der Expertentagung: Ökonomische Aspekte von Beratung – Volkswirtschaftliche Konsequenzen aus der Institutionellen Beratung*, 10-18, [Broschüre]. Bonn: Eigenverlag.
- von Zerssen, D. (1976). *Die Beschwerde-Liste. Manual*. Weinheim: Beltz Test GmbH.

Notker Klann, Dr. rer. nat., Dipl.- Psych., Ehe-, Familien- und Lebensberater; Forschungsschwerpunkte: Partnerschaft, Prozess- und Ergebnisqualitätssicherung in der Eheberatung. Mitherausgeber von *Beratung Aktuell*. Am Eichweg 14, 53572 Bruchhausen, Mail: Klann.Beratung@t-online.de

Erhard Scholl, Dipl.- Psych., Dipl.-Theol, Ehe-, Familien- und Lebensberater, Supervisor (BAG, BDP), Vors. Des Bundesverbandes Kathol. Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen und -berater e.V. von 2007 – 2013, Leiter AG Modulhandbuch „Vergeben und Verzeihen in Paarbeziehungen“. Mail: Scholl@bv-efl.de

Renate Lissy-Honegger

Paare in Bewegung

Körperarbeit in der Partnerschule

1. Einleitung

Als ich 2006 auf der Suche nach Kompetenzerweiterung auf die Partnerschule stieß, fand ich ein Konzept von Paarberatung vor, in dem Körper- und Bewegungsarbeit ein fest verankertes Element darstellten. Da fühlte ich mich mit meiner Ausbildung in Dance in Education und der langjährigen Erfahrung damit am richtigen Platz. Denn die Partnerschule arbeitet mit einem ganzheitlichen Ansatz. Ihre verschiedenen Elemente wie Entspannung, Kontakt mit inneren Bildern, Ausdruck mit kreativen Medien, Paargespräche,... und eben die Körperarbeit ergänzen sich, leben voneinander, wachsen aneinander. In intensiver gemeinsamer Arbeit mit Dr. Rudolf Sanders, dem Begründer der Partnerschule, konnte ich in den letzten Jahren das auf der Bewegungslehre von Rudolf Laban basierende Bewegungskonzept einbringen und auf das Konzept Partnerschule abstimmen. Dass die Körperarbeit einen wichtigen Beitrag für die Atmosphäre, in welcher Klärung und Bewältigung von Beziehungsproblemen geschehen kann, leistet, ist bei den Seminaren spürbar und wird von den TeilnehmerInnen ausdrücklich und vielfältig zurückgemeldet.

Ich fand es aber von großem Interesse, in dieses Thema tiefer einzusteigen. So nützte ich die Masterarbeit anlässlich meines Studiums der Pastoralpsychologie an der katholischen Fakultät der Karl-Franzens-Universität in Graz, um meine Interpretation der Körperarbeit im Kontext des Verfahrens Partnerschule darzustellen, zu begründen und zu untersuchen.

Die wesentlichen Erkenntnisse aus dieser Masterthesis sollen hier vorgestellt werden. Zunächst wird das Verfahren Partnerschule, weiters das Bewegungskonzept beschrieben. Die Module und dazu passende Körperübungen sollen, veranschaulicht durch einige Fotos, einen Einblick in die praktische Arbeit mit den Paaren geben. Der Hauptteil des Artikels bildet eine qualitative Studie, die auf der Grundlage einer Gruppendiskussion Material zu folgender Forschungsfrage auswertet: "Welche Qualitäten des klärungs- und bewältigungsorientierten Verfahrens Partnerschule werden durch die in seinem Konzept verankerte Körperarbeit evoziert oder gefördert?".

2. Die Partnerschule – ein Kompetenztraining für Paare

Die Partnerschule ist ein Kompetenztraining für Paare, entwickelt aus der Umsetzung von Erkenntnissen der Therapieforschung und -planung und der damit gemachten Erfahrungen unter den Alltagsbedingungen einer katholischen Beratungsstelle. Die Partnerschule versteht sich als klärungs- und bewältigungsorientiertes Verfahren. Sie findet vorwiegend im Gruppensetting statt. Den ratsuchenden Paaren wird in modularer Seminarform ein Rahmen

geboten, in dem sie an ihrer Beziehung arbeiten können. Unter dem Motto „Lieber mit dem alten Partner etwas Neues, als mit einem neuen Partner wieder das Alte!“ (Sanders Website) ist das Aneignen und Stärken von Kompetenzen ein vorrangiges Ziel. Die Partnerschule ist keine Reparaturwerkstatt, sondern tatsächlich Schule. Diese Kompetenzen sind vor allem:

- **Selbstwahrnehmung und Selbstaussdruck**
- **Wahrnehmung der Partnerin / des Partners in ihrer/seiner Vielschichtigkeit**

(Weitere Informationen und wissenschaftliche Arbeiten zur Partnerschule unter www.partnerschule.de)

3. Die Bewegungslehre von Rudolf Laban als Grundlage für das Bewegungskonzept der Partnerschule

Das Bewegungskonzept von Rudolf Laban (1879 – 1958), Grundlage für die Weiterentwicklung verschiedener bewegungs- und tanztherapeutischer Verfahren, bietet auch für das Bewegungskonzept der Partnerschule eine wesentliche theoretische und praktische Basis.

Labans größter Verdienst, Erfahrung in Bewegung und Tanz für alle – „Jeder Mensch trägt den Tänzer in sich.“ (Laban 1922, S.42) – zugänglich zu machen, entsprang seiner Erkenntnis über die Bedeutung von Körperwahrnehmung und -ausdruck für die Persönlichkeitsentwicklung. Beeinflusst von dem Ballettmeister Jean George Noverre (1760) und dessen „ballet d'action“ (Laban 1988, S.16), in welchem die höfisch zeremonielle Gestik durch den Ausdruck der Skala menschlicher Leidenschaften ersetzt wurde, schuf er durch Beobachtung und Analyse von Alltagsbewegungen ein Bewegungsraster, in dem er die Art der Bewegung über Bewegungsantriebe (efforts) beschrieb.

Jede Bewegung vollzieht sich unter folgenden Aspekten:

Kraft	Zeit	Raum	Fluss
stark → zart	plötzlich → allmählich	gerichtet → flexibel	gebunden → frei

Abbildung 1: Efforts (Bewegungsantriebe)
Quelle: Eigene Tabelle. (Vgl. Laban 1988, S.60)

Diesen Aspekten nachzugehen, sie in ihren Polaritäten und Zwischentönen zu erkunden, ergibt den Rahmen des Konzepts, dessen Ziel es ist, den Bewegungssinn zu schulen, psychophysische Bewegungserfahrung zu vermitteln und die Kenntnisse über Körperbewegungen in Aktionsrhythmen und Raumformen zu vertiefen und zu schärfen (Vgl. Ullmann 1988, S.126f).

Die obengenannten Aspekte werden „[...] in Zusammenhang gebracht mit der inneren Teilnahme (Aufmerksamkeit, Absicht, Entscheidung, Genauigkeit) und deren Wirkung auf das menschliche Denken, Spüren, Schauen (Intuieren) und Fühlen [...]“ (Peter-Bolaender 1992, S.154).

Von Anfang an ist es ein pädagogisches Konzept, das von Laban selbst und einigen seiner SchülerInnen wie Joan Russell für verschiedene Altersgruppen nach Bewegungsentwicklung und entwicklungspsychologischen Aspekten durchgestuft wurde (Vgl. Russell 1975).

Auch der Erwachsenenbildung wurde ein breiter Raum geboten.

Die *Schülerinnen* lernen nicht vorgegebene Bewegungsabläufe, sondern bekommen ein System zur Verfügung gestellt in dem sie ihr Bewegungsrepertoire erkunden und erweitern können. „In einer freien Tanztechnik, also in einer Technik ohne vorgefassten oder vorgeschriebenen Stil, wird das gesamte Spektrum der Bewegungselemente erprobt und geübt.“ (Laban 1988, S.41)

Elisabeth Sefcik-Arnreiter, Bewegungspädagogin und Schülerin Labans, beschreibt eine seiner Tanzstunden mit Kindern: „Da konnte ich erfahren, wie Kinder von sich aus etwas zeigen durften, ohne Beeinflussung, es ist ihnen nichts befohlen worden, es war nichts vorgegeben. Es ist das geweckt worden, was in ihnen bereits lebendig war und auf Entfaltung wartete.“ (Buchhammer 2005, S.28) Sie selber arbeitete mit unterschiedlichsten Gruppen – Jugendlichen, körperlich eingeschränkten, gehörlosen Menschen. „Ich versuchte Menschen dort zu erreichen, wie der liebe Gott sie gemeint hat.“ (Sefcik-Arnreiter 2015)

Die zweite wichtige Erkenntnis Labans: Durch die Bewegungen unseres Körpers können wir lernen, unser Inneres in Beziehung zur Außenwelt zu setzen. „Wir empfangen Eindrücke von außen, auf die wir reagieren, und wir projizieren umgekehrt auch unsere spontanen inneren Impulse nach außen und bringen so die in uns lebendige Energie zum Ausdruck.“ (Ullmann 1988, S.125) Deshalb spielt die Kategorie falsch/richtig eine untergeordnete Rolle. Laban erinnerte seine SchülerInnen immer wieder daran. „Es muss nicht schön sein, es muss wahrhaftig sein.“ (nach Sefcik-Arnreiter 2015) Sefcik-Arnreiter selber ermunterte ihre Tanzgruppen: „Ich drücke nicht aus, was ich sein will, sondern was ich bin.“ (Sefcik-Arnreiter 2015) Das Wahrnehmen der eigenen Bewegtheit, die Möglichkeit, eigenen kinästhetischen Ausdruck zu finden, sind das Maß und die Motivation zur Herangehensweise. „Der Zugang zu tieferen Bewusstseinsstufen ist verknüpft mit dem Körper- und Bewegungsgefühl [...]. Der dynamische Faktor basiert auf der Betrachtung von Zeit als subjektiver Zeit und des Raums als subjektivem Raum im Spannungsfeld zum objektiven Raum.“ (Peter-Bolaender 1992, S.155)

Den Körper genau kennen lernen heißt, den Weg der Selbstexploration zu gehen, wahrzunehmen, zu beobachten, ohne zu werten. Das bedeutet für die Rolle der Lehrerin, Fragen zu stellen. „In dance, questions should lead the child to an understanding of the body as a medium of expression.“ (Russell 1975, S.78) Laban pflegte in seinen Bewegungsstunden zu sagen: „Know, what you are doing.“ (nach Sefcik-Arnreiter 2015)

Was?	Wie?	Wo?	Mit?
Körper	Effort – Bewegungsaktion	Raum	In Bezug zu ...
Welchen Körperteil	Welche Art von Aktivität	Kinesphäre, allgemeiner Raum, hoher, mittlerer, tiefer Level	der Körperteile zueinander, einzelne Personen zueinander, zwei oder mehrere Gruppen zueinander

Abbildung 2: Die vier Aspekte einer Bewegung
Quelle: Russell 1975, S.20f. Aus d. Engl. übertragen und adaptiert von der Verfasserin.

Beispiel:

Wenn der Teilnehmer eine öffnende Bewegung in einer Partnerübung macht, dann bewegen sich seine Hände, das Becken, der Brustkorb (was?) mit zarter Energie (wie?) im eigenen Raum (wo?) seiner Partnerin gegenüber (mit?).

Jede Bewegung kann unter diesen vier Aspekten betrachtet werden (Vgl. Russell 1975, S.21f).

Die Trainerin unterstützt die Wahrnehmung durch Fragen wie z.B.

- „Welche Körperteile berühren einander?“
- „Wohin ist euer Blick gerichtet?“
- „Wo in eurem Körper spürt ihr Energie?“

Auch wenn das Thema der Bewegungseinheit einen der vier Aspekte besonders betont, bleiben die anderen im Hintergrund präsent und werden eventuell auch von der Leiterin angesprochen. Die Selbstwahrnehmung wird auf diese Weise geschärft und die TeilnehmerInnen wachsen im Laufe des Seminars immer stärker in diesen Zugang hinein.

4. Die Module und ihre Bewegungseinheiten

4.1 Aufbau der Bewegungseinheiten

Jeder Seminartag beginnt mit Körper- und Bewegungsarbeit. Die Bewegungseinheiten folgen einem klaren Aufbau. Alle Übungen sind Erlebnisangebote. Es liegt bei den TeilnehmerInnen, wie weit sie sich darauf einlassen.

Wie schon oben beschrieben folgt der Aufbau der Partnerschule einem ganz bestimmten Rhythmus. Bewegungsarbeit führt naturgemäß zu einer Rhythmisierung. Hier wird Basisarbeit geleistet. „Im Erleben und der Bewusstwerdung der grundlegenden natürlichen Rhythmen im eigenen Organismus und in der großen Natur können wir lernen, diese anzuerkennen als wichtige Träger unseres Lebens und in ihnen erleben, dass wir in einer guten, verlässlichen Ordnung stehen.“ (Hausmann & Neddermeyer 2003, S.111f). An dieser Erfahrung kann angesetzt werden. Allerdings ist gerade dabei auch Vorsicht geboten, da Rhythmus erleben durch biografische Ereignisse massiv gestört sein kann.

Das Bewegungskonzept der Partnerschule arbeitet stark mit Polaritäten. Es entsteht die Möglichkeit, Lebensthemen in ihren Ambivalenzen zu erfahren. (Vgl. Hausmann & Neddermeyer 2003,

S.181-184) Auf diesem Weg der Selbsterfahrung lernen die TeilnehmerInnen genauer in sich hinein zu hören und erlangen mehr „Gefühlsgenauigkeit“ (Hausmann & Neddermeyer 2003, S.181). So kann es eine interessante Erfahrung sein, verschlossene und offene Haltungen auszuprobieren und wahrzunehmen, in welcher Position ich mich wohlfühle. Die angenehme, vertraute Haltung zu würdigen, die ungewohnte, sperrige aber näher kennen zu lernen kann dazu beitragen, die Leiberfahrung und in weiterer Folge die Wahrnehmung im Alltäglichen zu bereichern. Dasselbe gilt für die Interaktion mit Menschen, denen ich begegne. Auch hier kann es spannend sein zu experimentieren, bei wem ich mich öffnen kann und in welchen Begegnungen ich lieber verschlossen bleibe. Ein Teilnehmer eines Basisseminars entwickelte in der Improvisationsphase zu diesem Thema vier unterschiedliche Weisen sich zu öffnen und erlebte dies als möglichen Zugang, sich bei Begegnungen besser zu orientieren.

Genauso wichtig wie die Polaritäten sind die Übergänge, wie z.B. das Wachsen und Sinken als Bewegung vom Klein- zum Großsein. Diese sind uns im Alltag eher unbewusst, da unsere Aufmerksamkeit stärker bei Zuständen verweilt. Deshalb ist es hilfreich die Übergänge von einem Zustand in den anderen in der Bewegung zu fokussieren und bewusst zu machen.

Einige Übungen kommen aus dem Improvisationstheater. (Vgl. Johnstone 1981) Die Grundregeln dieser Ausdrucksform passen gut in das Konzept der Partnerschule: Den Partner gut aussehen lassen; lernen würdig zu scheitern.

4.1.1 Achtsamkeit für den eigenen Leib

Zunächst wenden sich die Teilnehmer ihrem eigenen Körper zu und begrüßen sich selber durch Abklopfen des ganzen Körpers. Dadurch wird der Körper aktiviert und gleichzeitig die Körpergrenze gespürt. (Vgl. Franklin 2011, S.144) Die folgenden Basisübungen werden in Variationen bei jeder Einheit angeboten.

Standübung

Die TeilnehmerInnen werden eingeladen, eine gute Verbindung zur Erde zu spüren und sich dann über lockere Kniegelenke, ein bewegliches Becken und eine aufgerichtete Wirbelsäule über den Scheitelpunkt nach oben hin auszurichten. Über die Wahrnehmung des Atems wird die Spannung des Geerdet- und Aufgerichtetseins verstärkt. Pendelbewegungen (vor/zurück, links/rechts, größer und kleiner werdende Kreise) machen Bewegung möglich ohne den Standpunkt aufzugeben. Sie knüpfen an Erinnerungen von Gewiegt- und Geschaukeltwerden an und unterstützen die TeilnehmerInnen dabei, Sicherheit im Gruppensetting und der Seminarsituation aufzubauen. Den eigenen Standpunkt wahrzunehmen und zu vertreten ist leiblich, aber dann auch im übertragenen Sinn wichtig für die Gestaltung jeder Beziehung, ganz besonders der Partnerschaft. Den eigenen Stand zu stärken und daraus spielerisch in Verbindung und Auseinandersetzung mit der Partnerin zu gehen stellt ein Ziel der Bewegungsarbeit in der Partnerschule dar.



Abbildung 3: Einen eigenen Stand haben
 Quelle: Walter Henisch 24.7.2015 © Foto Henisch

Aus dem Stand ins Gehen

Die TeilnehmerInnen werden eingeladen, sich aus dem Stand in den Raum hinein zu bewegen, zunächst im Rhythmus ihres Atems (ein Schritt beim Ein-, der nächste beim Ausatmen). Hilfreich für das In-Bewegung-Kommen ist, dass jeder selbst den Zeitpunkt bestimmt, an dem er sich in Bewegung setzt. Damit ist eine klare Entscheidung verbunden: Ich begeben mich auf den Weg dieses Bewegungsexperiments. Gleichzeitig induziert dieser Schritt auf der körperlichen Ebene auch die Entscheidung, Schritte auf einem Weg zur Klärung der Fragen anzugehen, die die TeilnehmerInnen zu dem Seminar geführt haben.

Gehen

Bewegung, die wir in unserem Alltag regelmäßig vollziehen, wird hier aufmerksam wahrgenommen. Im Gehen wird eine stabile Position mit einer labilen abgewechselt, wenn das Gewicht von einem Bein auf das andere verlagert wird. Im Gehen ordnen wir uns wieder neu. Bewusstes Gehen ist deshalb immer wieder Element der Bewegungseinheiten zwischen verschiedenen Übungen.

Gehen kann zum Aufbau von Basissicherheit unter Einbezug von Bewegung und Rhythmus verwendet werden. (Vgl. Kern 2014, S.143) Gehen stellt wie Atmen und Herzschlag einen Basisrhythmus dar. So ist bei den meisten Achtsamkeitskonzepten achtsames Gehen eines der Standardangebote.

Wichtig ist es auch in dieser Phase, in eine rhythmische, dynamische, raumgreifende Sequenz über zu leiten – mit Laufen, Springen, Drehen oder einem schnellen Schrittmuster. Bei dynamisch höher angespannten Einheiten werden Übungen zum Aufwärmen und zur Schmeidigung vorgegeben oder von den TeilnehmerInnen selber entwickelt.



Abbildung 4: In Bewegung sein: Rhythmus, Dynamik, Energie
Quelle: Walter Henisch 24.7.2015 © Foto Henisch

Mein Raum

In einer weiteren Basisübung erkunden die SeminarteilnehmerInnen ihren Eigenraum. „Wo immer auch der Körper sich bewegt oder steht, ist er von Raum umgeben. Um den Körper herum befindet sich die ‚Kinesphäre‘.“ (Laban 1988, S.100) Dazu werden die Teilnehmer eingeladen von ihrer Körpermitte aus mit Armen und Beinen Linien zu ziehen, soweit sie kommen. Die Endpunkte werden dann verbunden und so die Grenzen ausgestrichen und markiert. Dann werden die Teilnehmerinnen motiviert, den Eigenraum mit ihrer Beweglichkeit zu füllen (frei zu improvisieren). Schließlich tragen sie ihren Raum ausgespannt (wie einen Ballon) durch den Seminarraum und bleiben an anderer Stelle stehen. Das Thema Grenzen spielt in allen menschlichen Konstellationen eine wichtige Rolle. Gerade in der Partnerschaft ist es ganz besonders wichtig, um den eigenen Raum und seine Grenzen zu wissen. Fragen wie „Was lasse ich in meinen Raum?“, „Kann ich meine Grenzen im Alltag spüren?“, „Kann ich meine Grenzen zum Ausdruck bringen?“ ergeben sich aus dieser Übung.

Der ganze Ablauf wird auf das Tagesthema des Seminars abgestimmt, der Raum wird geöffnet, in dieses explizit einzusteigen.

4.1.2 Leibdialog

Im zweiten Abschnitt werden die erworbenen Erfahrungen in der Interaktion mit den anderen Gruppenmitgliedern und vor allem dem eigenen Partner angewendet. Hier wird mit dem Bewegungsthema experimentiert, gemeinsam bewegt und abgegrenzt und mit der Sprache des Körpers kommuniziert. Um die Erfahrungen auch dem expliziten Erinnern zur Verfügung zu stellen, werden die Paare eingeladen am Ende der gemeinsamen Übung in einen verbalen Austausch zu kommen. Manches Mal werden wichtige Erfahrungen und Erkenntnisse mit den anderen Gruppenteilnehmerinnen in der der Bewegungseinheit folgenden Morgenrunde geteilt.

4.1.3 Gruppengeste

Zum Abschluss finden sich alle TeilnehmerInnen zu einer von dem Leiter initiierten Gruppengeste zusammen. In ihr soll das Thema des Tages verdichtet werden und die Gruppe sich noch einmal in ihrer Verbindung wahrnehmen.



Abbildung 5: Gruppengeste: die Verbindung untereinander ausdrücken
Quelle: Walter Henisch 24.7.2015 © Foto Henisch

4.2 Das Basisseminar

Das Basisseminar besteht aus zwei Einheiten: In der ersten kommen die Paare in einen eigendiagnostischen Prozess: „Was für ein Paar sind wir, was macht uns als Paar aus?“. In einer Fantasiereise erleben sie sich als Paar auf einer Bühne, anschließend modelliert jeder Teilnehmer das Erlebte in einer Tonskulptur zu der er dann einen Text schreibt (Verbalisierung), in einer nächsten Phase stellen die Partner einander ihre Erfahrungen und ihre Arbeit im Angesicht der Gruppe vor. Die Partnerin reagiert, auch die Gruppe meldet Eindrücke und eigene Erfahrungen zurück. Es entsteht eine wohlwollende, solidarische Atmosphäre, auch wenn schwere Themen behandelt werden.

Der zweite Teil ist rund um die Frage „Welche Beziehungserfahrungen bringt jeder von uns in die Partnerschaft mit?“ aufgebaut. Dabei führt eine Fantasiereise in die Kindheit der TeilnehmerInnen. Die aufsteigenden Bilder werden mit Wachsmalkreiden auf große Bögen Papier gemalt. Auch hier formulieren die Teilnehmerinnen Texte nach Betrachten ihres Bildes. In der folgenden Paararbeit sollen daraus implizite Beziehungsmuster aufgedeckt werden. Zusätzlich kann das Leiterteam eine vertiefende oder therapeutische Methode anbieten, aus der sich Handlungsalternativen entwickeln können. Vor allem im zweiten Teil erleben Gruppe und Leiterin oft eine bedrückte und schwere Atmosphäre. Durch den Rhythmus und Ablauf des Seminars lösen sich aber Schwere und Konflikte immer wieder auf. Dabei spielt die Körperarbeit eine wesentliche Rolle. Immer wieder machen die Teilnehmer die Erfahrung, dass ihre Perspektive nach der abendlichen

Übung und einer Nacht eine neue und andere ist. Auch deswegen bewährt sich die Seminarform über mehrere Tage.

4.2.1 Körperübungen

Exemplarisch werden vorgestellt:

In den Raum der Partnerin gehen

Diese Übung ist ganz bewusst an den Anfang des Basisseminars gesetzt, geht es doch in der Partnerschule darum, den Partner wieder genauer in den Blick zu nehmen, gleichsam seinen Raum zu betreten. Und umgekehrt ist es ein Ziel, etwas von sich zu zeigen, sich mitzuteilen, also die Partnerin in den eigenen Raum einzulassen.

Die Partner stehen einander so weit gegenüber, dass sich ihre Räume nicht überschneiden. Dann setzt sich eine in Bewegung und geht sehr bewusst in den Raum des Partners hinein. Dabei nimmt sie den Eintritt in den fremden Raum ganz bewusst wahr. Sie bleibt in einem für sie passenden Abstand stehen. Diese Position wird lange gehalten, dann zieht sich die Akteurin wieder zurück. Jede nimmt sich wieder in ihrem Raum wahr. Anschließend werden die Rollen gewechselt und die Übung wird mit einem verbalen Austausch abgeschlossen.

Öffnen und schließen

Die beiden gegensätzlichen Bewegungsformen begleiten uns: Blüten öffnen sich und schließen sich, bei der Muschel können wir das beobachten, Tiere haben ihren Rhythmus von Wachsein und Schlafen. Auch wir Menschen brauchen einen Rhythmus von Schlafen und Zurückziehen und Erwachen und Aktivsein. Wir brauchen das Bei-uns-Sein und das Zur-Welt-gewandt-Sein. Immer offen für alle und alles zu sein kann bald zu viel und überfordernd werden. Immer eingeeigelt sein schneidet uns von Erfahrungen des Lebendigseins ab. Im Öffnen und Schließen, der horizontalen Raumebene, treffen wir andere Menschen, kommen in Kontakt, ziehen uns aber auch davon zurück. Für die Partnerschaft ist es wichtig, beides zu kennen. Es gibt Zeiten, in denen ich mich dem Partner gegenüber öffne, aber auch solche des Rückzugs. Und es ist hilfreich sich einander solche Phasen zu gönnen, auch wenn sie nicht synchron stattfinden. Die Partnerin kann mir aber auch zur Unterstützung werden, mich zu öffnen, einen Weg aus mir heraus zu finden, wenn ich in mir eingesponnen bin.

Die TeilnehmerInnen sollen das Öffnen für das Seminargeschehen, der Gruppe und speziell dem Partner gegenüber ganzheitlich nachvollziehen. Ebenso soll die Möglichkeit des Rückzugs eingeführt und legitimiert werden.

Bewegungsgespräch

Die TeilnehmerInnen werden nun eingeladen zunächst mit einer fremden Partnerin in ein *Bewegungsgespräch* einzusteigen. Dazu begeben sie sich in eine Anfangshaltung (beide geöffnet oder beide geschlossen oder beide unterschiedlich). Zu einem

phrasierten Musikstück, das auch mit Klang Impulse und Akzente setzt, beginnen sie mit den beiden Körperhaltungen miteinander in Interaktion zu treten. Dies kann entweder synchron ablaufen – beide öffnen sich gleichzeitig – oder unterschiedlich – einer öffnet sich, die andere schließt sich. Nach einiger Zeit wird ein Wechsel angesagt. Das Augenmerk wird auf den Weg von einer Haltung in die andere, auf die Transformation, gelegt. Dabei entstehen oft spannende Sequenzen, die im verbalen Austausch mit Lebenserfahrung in Verbindung gebracht werden. Schließlich wird das Bewegungsgespräch mit dem eigenen Partner ausgeführt und anschließend besprochen.

Wachsen und Sinken

Auch dieses Gegensatzpaar berührt viele Lebensthemen. Kleinsein und Wachsen, eine Bewegung, die wir in der Natur erleben bei Pflanzen und Tieren. Aus dem winzigen Samen wächst eine Blume – in einer Bewegung von der Erde Richtung Himmel, langsam und kontinuierlich. Tiere und Menschen beginnen ihren Weg als kleine Wesen, die mit der Zeit größer werden. Wir freuen uns, wenn unsere Kinder wachsen – auch im übertragenen Sinn an Erfahrung und Wissen. In unserer vom Kapitalismus beherrschten Kultur ist Wachstum hoch bewertet. Wachstumsstillstand gilt als bedrohlicher Zustand. Die Gegenbewegung zur Erde hin löst Angst aus, sie wird mit Verlust und Tod in Verbindung gebracht. Wenn wir uns auch da die Natur zum Vorbild nehmen, dann erleben wir, dass Wachstum begrenzt ist. Das Sinken der Blätter und ihre Transformation zu Erde gehören zum Rhythmus des Werdens und Vergehens. Der Preis des unendlichen Wachstums ist hoch: Wir verlieren den Kontakt zum Boden, zur Erde. Die Folgen erleben wir, wenn wir die Gefährdung unseres Planeten anschauen. Deshalb ist es wichtig, auch die Bewegung nach unten, zum Boden hin, zu üben, die Erde unter sich zu spüren als tragendes Element. Auch in der Partnerschaft ist es bereichernd und entlastend, beide Bewegungsrichtungen nützen zu können. Einmal klein sein dürfen, gemeinsam wachsen oder auch sich gemeinsam zur Erde bewegen. In der vertikalen Dimension liegt auch eine spirituelle Komponente: in einer Verbindung zwischen Erde und Himmel, verwurzelt und nach oben hin ausgerichtet sein. Eine andere Interpretation findet der israelische Choreograph Rami Be'er bei der Beschreibung der Choreographie *Lullaby for Bach*: „Meine Tänzer klettern in dem Stück über Mauern, um zu zeigen, dass das Leben ein ewiger Wechsel von Aufstieg und Fall ist. Du steigst auf, und dann fällst du. Und wenn du gefallen bist, beginnt der mühsame Aufstieg von vorn.“ (Finger 2015)

Die Einheit *Wachsen und Sinken* ist für den zweiten Teil des Basisseminars vorgesehen, in dem es um die Kindheitsgeschichte geht. Da können Themen wie Wachsen, Wachsen gegen Widerstände, Kleinsein/Großsein leiblich erlebt und reflektiert werden.

Zunächst befinden sich alle ganz klein zusammengerollt auf Decken. Sie werden eingeladen auf einen akustischen Impuls (z.B. Klangschale) hin zu wachsen. Verschiedene Variationen in der Dynamik und Geschwindigkeit werden von der Leiterin

vorgeschlagen (z.B. mit viel Energie gegen einen Widerstand, ganz langsam im Zeitlupentempo, mit unterbrochenen Bewegungen). Wenn sie ganz aufgerichtet und ausgestreckt stehen, werden sie eingeladen wieder zur Erde hin zu sinken. Da diese Übung sehr anstrengend ist, kann es hilfreich sein, die Auf- und Abwärtsbewegungen zuerst mit Hand und Arm auszuprobieren. Auch hier folgt auf diese Einzelübung ein Dialog, zunächst mit fremden Partnern, dann mit dem eigenen.

Diese Einheit wird häufig mit großer Hingabe ausgeführt. Es entsteht eine dichte und berührende Atmosphäre. Die Erfahrungen bekommen oftmals eine spirituelle Seite. Die Themen Werden und Vergehen sind leiblich präsent und berühren die Akteure.

4.2.2 Ausklang

Da die Arbeit an der Beziehung oft starke Emotionen auslöst, werden an den Abenden nachnährende Übungen im Sinne einer „reparentage“ (Sanders 2006, S.126) angeboten.

Ich halte dich in meinen Händen / Ich liege in deinen Händen

Dabei setzt sich eine Partnerin bequem auf den Boden und hält den Kopf des Partners (der vor ihr ausgestreckt auf dem Rücken liegt) ca. zwanzig Minuten in den Händen. Während dieser Zeit meditieren beide die Sätze „Ich halte dich in meinen Händen“ bzw. „Ich liege in deinen Händen“. Nach einem Rollenwechsel werden die Paare zu einem verbalen Austausch zunächst zu zweit, danach in der Gruppe eingeladen.

Im Gesicht des/der Anderen das Mädchen/den Buben von damals sehen

Die Partner sitzen einander auf Sesseln gegenüber. Eine von beiden schließt die Augen. Der andere betrachtet das Gesicht der Partnerin wie eine Landkarte, die er für eine Reise in ein unbekanntes Land studiert, und schaut, ob er in dem Gesicht der Partnerin das kleine Mädchen von damals entdecken kann. Dann formt er die Gesichtszüge der Partnerin in einem Abstand von ca. 3mm nach, wie ein Töpfer, der eine Skulptur modelliert. Nach einer kleinen Pause sucht er im Gesicht der Partnerin nach empfindlichen Stellen und tut diesen durch Berühren und Streicheln Gutes. Schließlich nennt er dreimal zärtlich und leise den Namen der Partnerin. Auch hier gibt es einen Rollenwechsel und eine Reflexionsphase der Partnerinnen untereinander und in der Gruppe.



Abbildung 6: Sich einfühlen: das Gesicht nachmodellieren
Quelle: Walter Henisch 24.7.2015 © Foto Henisch

4.3 Aufbaumodul 1: Leiblichkeit und Sexualität

In diesem Aufbaumodul geht es um Sexualberatung. Es gliedert sich in drei Abschnitte. Im ersten wird ein wohlwollender Blick auf den eigenen Körper induziert. Die Akzeptanz der eigenen Leiblichkeit wird als Grundlage für eine erfüllende Begegnungsqualität in der Partnerschaft aufgebaut. Im zweiten Teil stehen das Gespräch über Sexualität und die Bedeutung von Träumen und Fantasien als Wegweiser für eine lebendige Sexualität im Mittelpunkt. Dazu führt eine Fantasiereise, in der Herz und Geschlecht miteinander ins Gespräch kommen. Schließlich wird im letzten Abschnitt an der Integration der gegengeschlechtlichen Anteile gearbeitet, ausgehend von der Idee, dass in jedem Mann Weibliches und in jeder Frau Männliches steckt. Zum Abschluss teilt die Gruppe sich in eine Frauen- und eine Männergruppe. Dort werden jeweils Fragen zum Thema Sexualität gesammelt und an die andere Gruppe herangetragen. Dabei werden oft Themen angesprochen, die in anderem Kontext kaum zur Sprache kommen. (Vgl. Sanders 2006, S.171)

4.3.1 Körperübungen

Zarte und kraftvolle Qualität

Dieses Gegensatzpaar führt in den Bewegungsaspekt *Dynamik*. Begriffe wie fein, delikate, zart, sanft, federleicht und schwer, stark, energievoll, widerständig, powerful machen die beiden Qualitäten aus und werden in der Bewegung nachempfunden. Wenn Paare sich dieser Qualitäten bewusster werden, mit ihnen spielen und experimentieren lernen, erhöht sich die Fähigkeit körperliche Begegnung aktiv und lustvoll zu gestalten. Sexualberatung setzt hier an der Erweiterung des Erlebnis- und Handlungsspektrums und nicht der Behebung von Störungen an. Erfahrungsgemäß lassen sich die TeilnehmerInnen auf diese Einheit tief und lustvoll ein.

Führen und geführt werden mit zarter Energie

Die Partner stellen sich einander gegenüber auf, eine dreht ihre Handflächen nach oben, der andere legt seine Hände darauf und schließt die Augen. Zunächst einmal wird Vertrauen aufgebaut. Zu einer zarten, rhythmischen Musik beginnt die Sehende den Partner durch den Raum zu führen, zunächst vorsichtig, dann beschwingter und in verschiedene Raumebenen. Wenn sich die Partner aufeinander eingestellt haben, erleben sie vielleicht einen gemeinsamen Tanz. Dann werden die Rollen gewechselt und anschließend die Erfahrungen in einem verbalen Austausch mitgeteilt. Dabei werden Fragen in der Art von „Wie geht es mir mit den Rollen führen und geführt werden?“, „Kann ich mich fallen lassen und auf die Partnerin vertrauen?“, „Wie erlebe ich die zarte Körperqualität dabei?“ behandelt. Spannend ist für die Teilnehmer oft die Erfahrung, dass speziell diese Übung mit anderen TeilnehmerInnen leichter geht als mit dem eigenen Partner.



Abbildung 7: Führen und geführt werden: Vertrauen aufbauen
Quelle: Walter Henisch 24.7.2015 © Foto Henisch

Sich in den Partner einfühlen

Die TeilnehmerInnen stehen sich paarweise gegenüber. Zu einer klar strukturierten Musik gibt einer eine Bewegung vor, die Person gegenüber spiegelt diese möglichst genau. Hilfreich ist die Vorstellung einer Glaswand dazwischen. Zwei-, dreimal wird Rolle und Partnerin gewechselt – schließlich mit dem eigenen Partner experimentiert. Nach dieser Einstimmung werden die TeilnehmerInnen zu einer Übung eingeladen, die sie nur mit dem eigenen Partner erleben. Da dabei stark mit Berührung bewegt wird, gehört sie in den Bereich der partnerschaftlichen Intimität. Eine der beiden begibt sich in eine Körperhaltung, die ihrer augenblicklichen Stimmung entspricht (und eine Zeitlang auszuhalten ist). Der andere hat die Augen geschlossen und tastet die Körperhaltung solange ab, bis er diese selbst möglichst genau nachstellen kann. Dann nimmt er diese Haltung ein, spürt nach und verbalisiert in einem ersten Schritt Wahrnehmungen in seinem Körper ohne zu werten (z.B. „Ich knie am Boden, mein

Kopf ist gesenkt, mein Atem geht schnell“ und nicht „das ist eine unangenehme Haltung“). Im zweiten Schritt interpretiert er die Körperhaltung und benennt die Stimmung, die er dabei erlebt. Dann besprechen die beiden die Erfahrung. Schließlich werden die Rollen getauscht.



Abbildung 8: Sich in die Körperhaltung einfühlen und sie einnehmen
Quelle: Walter Henisch 24.7.2015 © Foto Henisch

4.4 *Aufbaumodul 2: In Verbundenheit wachsen*

Dieses Modul hat drei aufeinander aufbauende Phasen. In der ersten geht es darum, sich der eigenen Stärken und Ressourcen bewusst zu werden und diese der Partnerin zu präsentieren. Sich selbst einzuschätzen, wertzuschätzen und eigene Standpunkte zu vertreten wird zur Grundlage, auch das Gegenüber wertschätzen zu können. Gestärkt durch diese Erfahrung steht anschließend das Training der bewussten Wahrnehmung und Wertschätzung des ganz eigenen einmaligen Erlebens, Fühlens und Denkens des Partners im Mittelpunkt. Dadurch werden optimale Randbedingungen für eine emotionale Verbundenheit im Miteinander ermöglicht. Diese gekoppelt mit dem Wissen darum, was in dem anderen vorgeht wird dann zur Grundlage im Sinne der Systemtheorie, um zu Lösungen zweiter Ordnung zu kommen. Damit kann das Paar zu einer neuen Ordnung, zu einer neuen Gestalt mit einer größeren Komplexität gelangen. Diesen evolutionären Vorgang, in welchem ein System eine bestehende nicht mehr tragfähige Ordnung durch Chaos zu einer neuen, komplexeren verändert, wird als Synergetische Selbstorganisation (Haken 1992) bezeichnet. Kanfer et al. (1996) sprechen in diesem Zusammenhang von dem Phänomen „substantieller Sprünge“. Damit sind qualitative Veränderungen und spontane Änderungen und Lösungen bedeutenden Ausmaßes gemeint, die plötzlich auf unvorhersehbare Art zustande kommen. Dazu üben die Teilnehmer zunächst mit einem fremden Partner, dann mit dem eigenen das Spiegelgespräch (in Anlehnung an Rogers 1972, Engl & Thurmaier 1992). Dies beinhaltet folgende Elemente:

- Aufmerksam sein – es geht um Dich, ich höre Dir zu, ich wiederhole wörtlich, was Du mir sagst.

- Ich schaue Dich an, bin mit meiner ganzen Körperhaltung Dir zugewandt.
- Ich lasse es wirken, was Du mir sagst.
- Ich teile Dir das ausgelöste Gefühl mit.
- Ich bedanke mich bei Dir dafür, dass Du dies mir mitgeteilt hast.

Im dritten Abschnitt reflektieren sie ihre Entwicklung seit dem Beginn der Partnerschule. Als Einstieg wird hier mit kleinen Abwandlungen dieselbe Fantasiereise wie zu Beginn des Basisseminars ("Was für ein Paar sind wir?") angeboten. Ausgehend von diesem Stand entwickelt jedes Paar Perspektiven für den gemeinsamen Weg in näherer und fernerer Zukunft.

Eine andere Form der im Körper verankerten Ertragssicherung ist dem Zürcher Ressourcen Modell (Vgl. Krause & Storch 2010, Storch, M. & Krause, F. 2014) entnommen. Hier erarbeiten die Teilnehmer zunächst ein Motto – ausgehend von einer Fragestellung wie „Was brauche ich, dass es mir in meiner Beziehung gut geht?“. Zu dem entwickelten Leitsatz werden dann Gesten und Körperhaltungen gefunden und zu einer Einheit von Wort und Bewegung verbunden. Auch diese Kreation wird der Partnerin und der Gruppe gezeigt.

Für beide Formen gilt: Nicht werten und analysieren, sondern die Performance jedes Einzelnen und Paares als Ausdruck des inneren Erlebens als etwas Wertvolles schätzen.

Im zweiten Aufbaumodul wird erlebbar, wie die Verbundenheit zum Partner die Voraussetzung für die persönliche Entwicklung wird und gleichzeitig diese persönliche Entwicklung die Verbundenheit als Paar wachsen lässt.

4.4.1 Körperübungen

Stockkampf

Im Modul *In Verbundenheit wachsen* geht es um die Stärkung des eigenen Standpunktes und der Verbindung mit der Partnerin. In der Übung *Stockkampf* die von Dr. Sanders inspiriert von fernöstlichen Kampftechniken entwickelt wurde, werden diese beiden Aspekte explizit in Zusammenhang gebracht. Auf der einen Seite wird die eigene Standfestigkeit und Widerstandskraft erprobt. Auf der anderen Seite üben die TeilnehmerInnen das positive Ausdrücken ihrer Position.

Die Partner stehen einander mit ca. 1,6 m langen besenstieldicken Stöcken (Birkenholz) gegenüber. Der Ablauf des Kampfes ist ritualisiert und beginnt mit einer Verbeugung. Die Partnerinnen sollen genügend Zeit bekommen in beide Rollen hineinzuwachsen. Der *Verteidiger* hält den Stock waagrecht mit eher breiter Armstellung oberhalb seiner Augen vor sich. Die *Angreiferin* dreht den Stock aus einer senkrechten Position schwingvoll nach vorne herum und schlägt auf den waagrecht gehaltenen Stock des Verteidigers. Durch diese Übung werden Kompetenzen für Konfliktsituationen auf einer leiblichen Basis erworben und gestärkt. So z.B. die eigene Stärke spüren, sich einem Schlagabtausch stellen und nicht zurückweichen, eine Position klar und mutig vertreten, Verbindung in einer Auseinandersetzung spüren.



Abbildung 9: Stockkampf: Standhalten und den Blickkontakt nicht abreißen lassen
Quelle: Walter Henisch 24.7.2015 © Foto Henisch

Paartanz – eine Geste finden und mit der Partnerin synchronisieren

Diese Einheit stellt eine Zusammenfassung der Bewegungsarbeit dar. Die Teilnehmer werden eingeladen auf ein Signal hin (Klangschale) eine Bewegung entstehen zu lassen. Diese wird mehrmals ausgeführt, damit sie als wiederholbare Sequenz abrufbar im Leibgedächtnis gespeichert werden kann. Schließlich stellen sich die Partnerinnen ihre Sequenz gegenseitig vor und

lernen sie voneinander durch genaues Schauen und Einfühlen. Aus den beiden Sequenzen kreieren sie eine neue Bewegungsabfolge. Diese gemeinsam entwickelte Bewegungssequenz stellt eine Verbindung zwischen ihnen her. In einer Präsentation vor der Gruppe zeigt jedes Paar sein *Ergebnis* und wird noch einmal gewürdigt.

5. Gruppendiskussion

Um das Konzept der Körperarbeit der Partnerschule empirisch zu überprüfen wurde als Erhebungsform eine Gruppendiskussion gewählt.

5.1 Erkenntnisinteresse und methodologisches Vorgehen

Der ursprüngliche Plan war, das Thema über Literaturrecherche und Dokumentation der Bewegungsarbeit darzustellen. Beim Sondieren entstand aber dann die Idee, den Forschungsprozess durch einen empirischen Teil zu fundieren.

Um an das Thema heranzugehen, bot sich die Anwendung von Methoden aus der qualitativen Sozialforschung an, da diese für das Thema mit seinen verschiedenen komplexen Ebenen (z.B. Körper/Geist, Einzelner/Paar) geeigneter schienen als quantitative Ansätze. Denn „[...] dann ist die Verwendung qualitativer Verfahren in *allen* Wissenschaften angezeigt, in denen die Gegenstände komplex sind oder durch den jeweiligen Kenntnisstand als komplex angesehen werden müssen“. (Kleining 1991, S.14) Qualitative Forschung hat den Anspruch “[...] Lebenswelten 'von innen heraus' aus der Sicht der handelnden Menschen zu beschreiben”.(Flick2004, S.14)

Das Forschungsinteresse lag bei der Rezeption des Angebots durch die TeilnehmerInnen, speziell der Bewegungsarbeit. Die grundlegende Forschungsfrage lautete: **„Welche Qualitäten des klärungs- und bewältigungsorientierten Verfahrens Partnerschule werden durch die in seinem Konzept verankerte Körperarbeit evoziert oder gefördert?“** Als geeignetes Erhebungsinstrument dafür kristallisierte sich die Gruppendiskussion heraus, wobei diese nach dem Konzept von Ralf Bohnsack (Bohnsack 2006) durchgeführt wurde. Die Erwartung war, dass durch die Interaktion im Gruppensetting Phänomene auftauchen würden, die z.B. in Einzelinterviews nicht angestoßen worden wären. Hilfreich schien auch, dass die TeilnehmerInnen der Partnerschule es ja gewöhnt sind, sich im Gruppensetting zu verständigen und auszudrücken.

5.2 Auswahl der Gruppe

Als Forschungsgruppe wurden TeilnehmerInnen eines Basisseminars, das im Oktober 2014 in einem Bildungshaus in Deutschland stattgefunden hat, ausgewählt. Um den Transfer in den Alltag einbeziehen zu können, wurde der Zeitpunkt der Erhebung auf ein halbes Jahr nach Abschluss des Seminars festgesetzt. Die Zusammensetzung der TeilnehmerInnen entsprach der in der Partnerschule üblichen: Menschen unterschiedlichen Alters und Berufs, die im alltäglichen Leben möglicherweise nicht viel miteinander zu tun haben. Die Wahl fiel auf diese Gruppe, weil wir bei diesem

Basisseminar im Leitungsteam zu dritt gewesen waren – Dr. Rudolf Sanders und Monika RÜth und ich – und ich mich daher in hohem Maße auf die Bewegungsarbeit konzentrieren konnte. Auch pragmatische Gründe (zeitliche Nähe zur Masterarbeit) spielten bei der Auswahl eine Rolle. Das Gespräch wäre in jeder Gruppe von Interesse gewesen. Die GruppendiskussionsteilnehmerInnen wurden im November 2014 über das Forschungsprojekt informiert und gebeten, daran teilzunehmen. An der Gruppendiskussion nahmen sechs der angesprochenen Personen teil. Von den fünf Paaren war jedes vertreten, insgesamt fünf Frauen und ein Mann im Alter zwischen 34 und 68 Jahren, alle aus der näheren und weiteren Umgebung des Seminarortes. Auch die beiden KollegInnen Dr. Rudolf Sanders und Monika RÜth nahmen als BeobachterInnen teil.

5.3 *Grounded Theory als Auswertungsverfahren*

Für die Auswertung des in der Gruppendiskussion erhobenen Materials wurde die *Grounded Theory* nach Strauss/Glaser (Strauss 1998) gewählt.

6. Qualitäten, die durch die Körperarbeit in der Partnerschule evoziert bzw. gefördert werden

Durch das beschriebene Verfahren wurden folgende Qualitäten verdichtet und festgelegt:

- Bindung
- Akzeptanz
- Orientierung
- Klärung
- Entwicklung
- Ich-Stärkung und Beziehung
- Bereicherung

6.1 *Bindung*

Also diese emotionale Nähe, die wir so miteinander hatten – so empfinde ich das – die hat so etwas Warmes irgendwie. Ja, das ist ja heute auch wieder da und das ist etwas was ich sehr mag. Warm und schön. (Karin)

Was Karin (Alle Namen der GruppendiskussionsteilnehmerInnen wurden von der Verfasserin geändert, um die Anonymität zu wahren) hier ausdrückt, ist die Erfahrung von Geborgensein, hört sich fast an wie eine Vogelfamilie im Nest, wo es warm, bergend, beschützend zugeht. Dieses Bild knüpft an ganz frühe Bilder und Atmosphären an, das Geborgensein im Mutterleib und den ersten Wochen und Monaten im Erleben mit der Bezugsperson. Das Bedürfnis nach Bindung wird angesprochen, ein zutiefst menschliches Bedürfnis (Grawe 2004, S.183-362), das sich ganz tief in den Körper eingeschrieben hat. Die Möglichkeit, sich ganz fallen lassen zu können mit allen Emotionen, spricht Ariane an:

Also ich heule jetzt auch nicht jeden Tag jedem Rotz und Wasser vor.

Auch Judith beschreibt wie sie

sehr traurig

war. Iris seufzt und weint während der Gruppendiskussion. Martin:

[...] ja jetzt eben habt ihr das gespürt, dass das bei mir etwas auslöst, was Positives auslöst oder auch was Negatives, auch Trauer. [...] Auch Thema Trauer, kenne ich ja auch, hat ja auch einen Sinn.

Das Schlusstatement von Iris und gleichzeitig auch das allerletzte der Gruppendiskussion:

Eine Sache, die mir wichtig ist, möchte ich doch noch sagen und zwar hab ich ja eben gesagt, ich war sehr traurig wie ich hier ankam. Hat sich geändert. Und das ist toll. Also das gibt auch ganz viel Kraft, mit euch zusammen zu sein.

Starke Emotionen dürfen gezeigt werden, haben Platz, werden nicht gewertet, werden stehen gelassen, es wird auch nicht explizit getröstet. Durch die Interaktion entsteht etwas Neues, eine andere emotionale Stimmung und Qualität.

Und da bin ich der Gruppe auch noch sehr dankbar, weil wie gesagt. Aber auch da war das Muster so, wenn es eben schwierig war, dann waren immer, ja, herzliche andere Wesen da. (Ariane)

Wenn man davon ausgeht, dass ein hoher Prozentsatz der PartnerschulerteilnehmerInnen Defizite aus der Herkunftsfamilie (Klann 2002) mitbringen, zeigt dieser Querschnitt, dass im Gruppensetting Nachnahrung möglich ist. Es ergeben sich Übertragungsmöglichkeiten auf das Trainerpaar und Gruppenmitglieder in der Aufarbeitung der Kindheitsmuster. Gleichzeitig wird die Paarbeziehung entlastet, die diese Defizite nicht immer und ausschließlich ausgleichen kann. Judith erzählt von einer Übung – und da ging es gerade um Halten und Gehaltenwerden –, die Martin nicht mitmachen konnte. Als Übungspartnerin stand ihr in diesem Fall die Trainerin zur Verfügung:

Wo mir dann aufgegangen ist, ich brauche das nicht alleine von meinem Partner zu erwarten, sondern es gibt noch andere Menschen, die mir in meinem Leben die Möglichkeit schenken, dass ich gehalten werde oder dass ich jemand anderem Halt geben kann. Auch Nähe und Geborgenheit [...]

Die hier angesprochenen Themen sind genuin leibliche, sind doch die ersten Erfahrungen von Menschen stark mit Bewegung verbunden. Das Getragen- und Gehaltensein, blind geführt werden, berührt werden, ganz klein sein und wachsen: dabei wird das Leibgedächtnis, also körperliche Erinnerungen, die dem Gedächtnis nicht oder ganz flüchtig zur Verfügung stehen, aktiviert.

In der letzten zitierten Gesprächssequenz kommt aber auch das erwachsene Ich der Gruppendiskussionsteilnehmerin zum Ausdruck, das im Geben und Halten auch Erfüllung findet. Da in dieser Übung die Rollen gewechselt werden, kann sich jede Teilnehmerin in beiden Rollen erleben.

Aber im vertrauten Raum, das ist so dieses Geben und Nehmen, das ist so etwas von stärkend für mich und ja angstfrei. (Martin)

In Zusammenhang mit dieser Qualität scheint noch erwähnenswert, dass der Name des Ortes des Seminars als Synonym für einen Ort des Geborgenseins und Wohlfühlens steht. Er wird immer wieder verwendet, um das ganze Geschehen zu beschreiben. (Karin, Iris, Lisa) Es scheint so, dass die Nennung des Seminarortes die Atmosphäre und das Erlebte in Erinnerung ruft.

6.2 Akzeptanz

[...] man kann halt wirklich nichts falsch machen. [...] auch nicht an einem falschen Punkt sein [...] (Lisa)

Alle GruppendiskussionsteilnehmerInnen artikulierten, dass es für sie ein wesentlicher Faktor war sich öffnen und sich auf den Prozess einlassen zu können, so angenommen zu sein wie sie sind.

[...] da komm ich gar nicht mehr auf die Idee, dicht zu machen. Und dann kann ich die

Maske auch ablegen [...] (Martin)

In unterschiedlicher Formulierung wird immer wieder erwähnt:

[...] man kann halt wirklich nichts falsch machen. (Lisa)

Dass die Kategorie falsch/richtig in der Partnerschule keine Rolle spielt, wenn es um das eigene Spüren, Experimentieren und Ausdrücken geht, wird im Priming durch die Leitung von Anfang an explizit ausgesprochen und während des ganzen Beratungsprozesses mit sorgfältiger Aufmerksamkeit *bewacht*. Wie die Beiträge zu diesem Aspekt zeigen, haben die GruppendiskussionsteilnehmerInnen ein deutliches Sensorium dafür und erleben, dass Wachstum und Lernen auf diesem Boden gelingen kann. Diese persönliche Wahrnehmung deckt sich mit den Erkenntnissen der Neuropsychologie, dass sowohl für sinnvolles Lernen als auch für Entwicklung im therapeutischen Setting das Sich-angenommen-Fühlen als Grundlage förderlich, wenn nicht sogar notwendig, ist. (Grawe 2004, S.265-268) Martin beschreibt den Lernprozess unter solchen Voraussetzungen:

[...] wo ich so spüre 'Aha, so hast du dich da verhalten'. Ob das jetzt gut oder schlecht war. Ist das noch wichtig, dass da nicht bewertet wird – weder gut noch schlecht. Ja es ist eine Möglichkeit sich zu verändern, wenn ich etwas ändern möchte, oder wenn ich selbst spüre 'Das stört mich'.

Bei den Körperübungen werden die TeilnehmerInnen grundsätzlich mit dem Rahmen der Aufgabenstellung bei sich gelassen und es wird nur ausnahmsweise korrigiert. Es wird beim Experimentieren von Seiten der Leiterin nicht eingegriffen, auch hier spielt falsch/richtig keine Rolle. In der Akzeptanz, dem Annehmen des Menschen in seinem So-Sein treffen sich das Konzept der Partnerschule und das Bewegungskonzept auf ganz besondere Weise. Das Basisverhalten für die PartnerschuletrainerInnen zu den TeilnehmerInnen beruht auf der von Carl Rogers begründeten Gesprächspsychotherapie. Akzeptanz ist eines der tragenden Elemente. „Nach meinem Dafürhalten steigert das Vorhandensein einer derartigen, sich jeglichen Urteils enthaltenden Wertschätzung in der Begegnung zwischen Therapeut bzw. Berater und Klient die Wahrscheinlichkeit des Eintretens konstruktiver Veränderung und Weiterentwicklung im Klienten.“ (Rogers 1999, S.219) Eine Gruppendiskussionsteilnehmerin benennt das:

[...] es gab zwar sehr pure klare Anweisungen, wo aber trotzdem alles möglich war und wo ich total ich selbst bleiben konnte. (Ariane)

Die Haltung der TrainerInnen und die durch sie induzierte Haltung in der Gruppe gibt auch den Impuls den Partner zu akzeptieren wie er ist. Diese Haltung wird auch in körpertherapeutischen Verfahren wie z.B. der Körperpsychotherapie genutzt. „Die Wirkung einer gelingenden interaktionellen Anerkennung ist, dass die Klientin eigene innere Zustände und Erfahrungen besser wahrnehmen, zulassen und annehmen kann.“ (Kern 2014, S.90). Die TeilnehmerInnen können durch den „[...] annehmenden und nicht bewertenden Umgang des Therapeuten mit ihrem Erleben allmählich auch selbst akzeptierender mit ihren inneren Empfindungen und Körperwahrnehmungen umgehen und diese wieder mehr für sich nutzen.“ (Kern 2014, S.91) Judith beschreibt, wie sie gelernt hat, zu akzeptieren, dass sie mit ihrem Partner manches nicht machen kann.

[...] dass Martin ja bei manchen Übungen ausfiel, weil es ihm nicht gut ging.

Sie akzeptiert ihren Partner und die Situation, die sich durch seine Verfassung ergibt und findet eine andere, eine kreative Lösung. Um die Partnerin zu akzeptieren, ist es notwendig, sie genauer kennen zu lernen. Karin:

[...] da haben wir ja sehr viel Informationen vom Partner auch bekommen. Also ich jedenfalls, die mir vorher in den Details nicht bekannt waren. Was mir dann wiederum heute die Möglichkeit gibt, manchmal mehr Verständnis aufzubringen für Reaktionen die ich, womöglich unbewusst, [...] bei Rüdiger auslöse.

Bei einer anderen Gruppendiskussionsteilnehmerin, Ariane, führte die Erkenntnis, dass der Partner so ist, wie er ist, zur Trennung nach dem Seminar. Durch die Übungen, vor allem die Bewegungsübungen, kommt sie zu dem Schluss:

Der ist so. [...] Es ist einfach so, weil er so ist. Und der kann nicht anders oder will nicht anders.

und an anderer Stelle:

Das was da war, das konnte ich mir nicht mehr schön quatschen.

Dass es zielführender und zufriedenstellend ist, den Partner zu nehmen wie er ist, beschreibt Martin.

[...] den Partner so verändern, dass er mir passt oder dass es eine gute Beziehung gibt, da spür ich immer wieder, das funktioniert nicht.

Das sein dürfen, wie Mann/Frau ist, lässt ein Gefühl von Freiheit entstehen.

Ja, ich konnte auch da so sein wie ich bin und hab das total genossen, dass ich diese Freiheit gespürt habe. Und ich denke das macht einfach so dieser Gruppengeist aus. (Judith)

[...] aber auch ebenso diese Offenheit und die Hose herunterlassen im übertragenen Sinn. Das ist ja zum einen sehr befreiend und zum anderen ist es eben auch so ein Vertrauen [...]. (Iris)

Freiheit wird hier also nicht in Richtung vieler Wahlmöglichkeiten oder Loslösungen von Bindungen verstanden, sondern als Ergebnis aus der Erfahrung, angenommen zu sein.

6.3 Orientierung

[...] dass wir hier durch so einen dicken Nebel fahren an einen Ort, wo irgendwie wir die Lösung unseres Problems finden sollen, oder so. (Karin)

Dieses Bild bringt zum Ausdruck, wie verloren und orientierungslos sich Paare in ihren Beziehungskrisen fühlen. Sie suchen nach Markierungspunkten in einer unübersichtlichen Situation. Orientierung gehört zu den Grundbedürfnissen des Menschen. Es bedeutet, dass die „Spielregeln und Abläufe der umgebenden Welt durchschaubar und vorhersagbar sind.“ (Roediger 2009, S.16)

Auffallend häufig kommt das Bild eines Schlüssels vor. (Judith, Lisa) Der Schlüssel wird als Symbol für den Zugang zu sich selber, als Übergang zu neuen Erfahrungen und dem Ausprobieren neuer Muster verwendet. In Zusammenhang mit der Bewegung wird dieser Aspekt fünfmal erwähnt. Z.B.:

[...] ich sehe uns noch da in dem Raum – war eine Schlüsselerfahrung, die die Bewegungsarbeit eben ausgelöst hat. (Judith)

Eine weiterführende Erfahrung hat sich in die Gruppendiskussionsteilnehmerin eingeschrieben und ist mitsamt der Atmosphäre für sie abrufbar. Sie hat durch die Übung gleichsam einen Schlüssel zu ihrem Unbewussten und zu einem alternativen Umgang mit einer für sie und die Partnerschaft belastenden Situation gefunden.

[...] weil die Schlüsselfrage war ja 'Was hilft mir, damit es mir gut geht in der

Beziehung?' oder auch 'Was hilft es uns?' (Judith)
Hier erlebt die Gruppendiskussionsteilnehmerin den Vorgang des Fragens als Zugang zu den eigenen Ressourcen und der Möglichkeit, durch ihre Antworten hilfreiche Modelle von Problemlösungen zu entwickeln.

Und ja, jetzt komm ich schon dahin. (Judith)
Judith beschreibt eine Erfahrung aus einer Fantasiereise, in der das Bild eines Schlüssels eine große Rolle spielt:

[...] und wo es darum ging, diesen Schlüssel / Das war so eine tolle Geschichte. [...] Also das hat mich eigentlich immer, das ist etwas wo ich auch im Alltag immer wieder mal kurz dran denke.

Die GruppendiskussionsteilnehmerInnen sprechen hier das Prinzip der Partnerschule an, innere Bilder anzuregen, die bei den AkteurInnen Prozesse in Gang setzen.

Das war dann wirklich so, an diesen Schlüssel zu denken und dass es gar nicht nötig ist, in diese alte Sache hineinzugehen. (Judith)

In Labans Bewegungskonzept stellen der Raum und Orientierung im Raum einen der vier Aspekte einer Bewegung dar. (Siehe Abbildungen 1 und 2) So beinhalten die Bewegungseinheiten immer wieder das Thema Raum: Den Eigenraum (Kinesphäre), das Tragen des Eigenraums durch den allgemeinen großen Raum, Richtungen (vorwärts-rückwärts, oben-unten, links-rechts), Ebenen (obere, mittlere und untere). Judith beschreibt:

[...] das kam so richtig wieder hoch, den eigenen Raum haben, Grenzen setzen, darüber hinausgehen, Freiheit haben.

und einige Augenblicke später in derselben Passage

[...] und das Wunderbare ist jetzt bei uns in der Partnerschaft – ich glaube, dass es auch deshalb nur so gelingt, weil wir uns beide einen weiten Raum gönnen [...].

Den eigenen Raum, den Raum des Partners kennen, Raumwege gehen, sich auf konkrete Punkte im Raum zubewegen / fokussieren, den Raum in einer fließenden Bewegung mit dem ganzen Körper wahrnehmen – alle diese Übungen tragen dazu bei, eine eigene Ausrichtung zu finden, und in einem weiteren Schritt sich aufeinander als Partnerinnen auszurichten, sich gemeinsam zu orientieren.

Ein weiteres Beispiel für Orientierung in der Bewegungsarbeit: Judith beschreibt eine Übung, die vor dem Seminarhaus in einem kleinen Waldstück stattfand. Dort sollte sich jeder Teilnehmer einen Baum auswählen und in Kontakt mit ihm das Verwurzelte sein und nach oben hin ausgerichtet sein wahrnehmen.

Und ich weiß noch, an sich sollten wir, glaube ich eigentlich, angelehnt an den Baum beginnen und ich hatte es aber nicht getan, sondern stand davor und dachte nachher 'Oh, hast du jetzt etwas falsch gemacht?' Aber im Nachhinein wusste ich, das war total stimmig, weil in dem Moment stand dieser Baum für meine Mutter, und es war ganz wichtig, dass ich mich von meiner Mutter gelöst hab. (Judith)

Ja, das war so eine Schlüsselerfahrung auch. (Judith)

Die Gruppendiskussionsteilnehmerin kann also eine leibliche Erfahrung auf einer symbolischen Ebene deuten. Die Szene wird für sie Orientierungshilfe für ein Thema, das sie schon lange beschäftigt und das durch den Tod der Mutter Aktualität bekommt, wie sie später berichtet.

6.4 Klärung

Man konstruiert sich dann auch eine Welt zurecht, und in dieser Körperwahrnehmung ist es einfach sehr pur und sehr unmittelbar. Und da ist nicht mehr viel dazwischen, von

Denken oder 'Jetzt bastel ich mir was', sondern ich erfahre tatsächlich was da [...] (Ariane)

Was überrascht, ist, dass in Zusammenhang mit Klärung besonders oft die Bewegungsarbeit genannt wird. (Karin, Ariane, Judith, Martin) Überraschend, weil es so landläufig die Vorstellung vom diffusen, unfassbaren, eher dem Erdverbundenen zugeordneten Wahrnehmen im Gegensatz zum klaren, greifbaren, dem Geist zugeordneten Verstehen gibt. Die GruppendiskussionsteilnehmerInnen ordnen den Klärungsprozess mehrfach den Übungen, den Körperübungen zu.

[...] ja ich bin dankbar, dass es zu dieser Klärung gekommen ist. Vor allen Dingen durch, ja durch Übungen. (Judith)

Ariane beschreibt den Weg der Klärung ihres partnerschaftlichen Problems:

Das war für mich ein ganz wichtiger Bestandteil davon, weil ich einerseits da nochmal einfach mit mir und meinen Empfindungen und meinem Körper natürlich im Kontakt war und weil ich es da am deutlichsten gespürt habe [...].

Für sie bekommt der Klärungsprozess eine solche Schärfe, dass sie sagt:

Also ich fand es richtig brutal, weil da alles eigentlich so sichtbar geworden ist oder sich nochmal abgebildet hat, in den Bedingungen die da waren aber eben auch im Gruppenprozess.

An anderer Stelle spricht sie die ganz basale Wahrnehmung an.

So diese Wahrnehmung für Grenzen oder 'Wo ist der Raum des anderen?' und 'Was verströmt der eigentlich?' Also so feinstofflich oder energetisch oder wie auch immer man das nennen will.

Die GruppendiskussionsteilnehmerInnen erleben Klärung als Prozess, der schon vor dem Seminar begonnen hat.

Bei Gerald und mir war es ja so, dass schon der Prozess bzw. die Entscheidung, an dem Seminar teilzunehmen, schon ein riesiger Prozess war. (Ariane)

Es entspricht dem Konzept der Partnerschule, dass den TeilnehmerInnen Verantwortung für ihren Weg zugetraut und zugemutet wird. Sichtbar wird dies auch durch die auffällige Tatsache, dass in der ganzen Gruppendiskussion die TrainerInnen nur sehr selten erwähnt werden.

Judith erwähnt, dass die LeiterInnen des vorangegangenen Moduls ihnen empfohlen hatten, das Basisseminar zu besuchen, da die Klärung ihrer Fragen noch nicht abgeschlossen war. Ansonsten kommen die LeiterInnen als Anleiter der Übungen vor:

[...] Fantasiereise, die Rudolf glaube ich angeleitet hat [...] (Judith)

Seitdem ich das bei dir gelernt hab Renate [...] (Karin)

Die LeiterInnen stoßen also Prozesse an, die von den TeilnehmerInnen weiterentwickelt werden. Sie werden von ihnen nicht nur linear gesehen, als Fortschritt mit dem sich alles grundlegend verändert, sondern:

Aber ich habe das Gefühl es bewegt sich überhaupt nix, seit ich vor zwei Jahren das angestoßen hab, dass wir die Beratung machen. Es stimmt natürlich nicht, dass sich überhaupt nix bewegt [...]. (Lisa)

Hier reflektiert die Gruppendiskussionsteilnehmerin in *prozessualer Diagnostik* ihre Erfahrung, dass der paartherapeutische Weg oft ein mühsamer ist und Geduld braucht.

6.5 Entwicklung

Ja, ich geh ja in eine Schule, um zu lernen, um etwas besser zu machen. (Martin)

Die GruppendiskussionsteilnehmerInnen beschreiben in ihren Wortmeldungen einen Prozess des Lernens, des Wachsens, des

Entwickeln, der sich über die Woche, aber auch darüber hinaus erstreckt. Fünf Bereiche sind ihnen dabei wichtig geworden:

- Lernen durch Üben und Wiederholen
- Neue Muster anlegen
- Lernen in der Gruppe
- Transfer in den Alltag
- Entspannung und Ruhe als Voraussetzung

6.5.1 *Lernen durch Üben und Wiederholen*

Obwohl die Bewegungsübungen sehr frei gestaltet sind, gibt es Elemente, die immer wieder geübt und wiederholt werden (Stand, Raum, sich abklopfen, ...). Im Lauf der Woche und der Aufbaumodule fällt auf, dass die TeilnehmerInnen in die Bewegungsarbeit immer mehr hineinwachsen.

Also ich fand die Wahrnehmung war, oder wurde auch im Laufe der Woche viel feiner und dadurch auch eben sehr viel präziser. (Ariane)

So beschreibt Judith eine Übung, die sie schon in vorherigen Partnerschulmodulen erlebt hat:

Es ist aber total wichtig diese Übung so mit dir gemacht zu haben, weil sonst wäre es, glaub ich, nicht so schnell wieder präsent im Alltag. Und sonst könnte ich es glaub ich jetzt auch gar nicht mehr erinnern.

Und sie baut auch auf Erfahrungen aus anderem Kontext auf.

Das war eine wunderbare Fortsetzung zu so einer Schlüsselerfahrung meiner REHA, wo ich da so erkannt habe 'Es ist total wichtig für meine Heilung, dass ich einen möglichst weiten Raum habe. Und mir den auch nehme'.

6.5.2 *Neue Muster anlegen*

In der nun folgenden Wortmeldung wird deutlich sichtbar, wie Lisa sich von Verhaltensweisen, die sie als störend empfunden hat, verabschiedet, um neue Muster zu bahnen. Der hier beschriebene Prozess entspricht den Erkenntnissen aus der Neuropsychologie. Neue neuronale Bahnungen werden angelegt und werden durch ständiges Gebrauchen vertieft und stehen damit dem Betreffenden immer stärker zur Verfügung. (Vgl. Grawe 2004, S.44-141) Durch eine Fantasiereise, in der sie dazu angeleitet wurde, eine Eigenschaft, die sie gerne los werden möchte, auf einen Ladentisch zu legen und dafür vom Verkäufer einen Schlüssel zu bekommen, wird in ihr ein Prozess in Gang gesetzt:

Und wo ich einfach so gespürt hab, eine Sache die ich einfach länger schon von mir weiß, dass ich einfach bei Gruppen oder Leuten, die ich nicht gut kenne, einfach sehr, sehr unsicher bin. Obwohl ich mich eigentlich sonst im privaten Bereich inzwischen als selbstsicher oder auch, dass ich weiß, was ich will und klar sein kann. Aber einfach so ganz besondere Schranken hab und das konnte ich irgendwie so bei der Geschichte loslassen und hab es eben auch mit euch gemerkt, das ist so schöner sich in der Woche so zu öffnen oder auch einander nah zu werden. Das hat mich ganz stark, dann auch Wochen und Monate / Ich habe mich immer daran erinnert, wenn ich Leute dann getroffen hab und wieder in dieses Muster rein, so erstmal schüchtern und ganz zurückhaltend und so. Das war dann wirklich so, an diesen Schlüssel zu denken und dass es gar nicht nötig ist, in diese alte Sache hineinzugehen.

In dieser Passage wird nachvollziehbar beschrieben, wie durch das Symbol *Schlüssel* eine neue Bahnung des neuronalen Musters geschieht, das von der Gruppendiskussionsteilnehmerin wahrgenommen und in Alltagssituationen abrufbar ist und hilfreich angewendet werden kann. Außerdem spielt die Gruppe als Übungsfeld eine wichtige Rolle. Für die Interaktion in der Paarbeziehung sind solche Erkenntnisse und

Neuorientierungen von großer Wichtigkeit. Denn gerade in der Partnerschaft als naher Beziehung aktualisieren sich in der frühen nahen Beziehung gemachte Erfahrungen, die die Kommunikation des Paares erheblich stören können.

Es ist wirklich auch für einen alleine gut, oder eben, dass es einem selber gut gehen muss und dass man sich selber besser kennenlernt, um dann zu sagen – also, dass es eine Voraussetzung ist oder eben Hand in Hand geht mit Partnerkommunikation. (Judith)

Karin entdeckt den Wert dieser Erkenntnis für den Umgang mit konflikträchtigen Situationen:

Was mir dann wiederum heute die Möglichkeit gibt, manchmal mehr Verständnis aufzubringen für Reaktionen die ich, womöglich unbewusst, durch eine Äußerung oder wodurch auch immer bei Rüdiger auslöse. Da kann ich heute anders mit umgehen. Früher war ich total eingeschnappt und konnte da nicht mit umgehen. Heute fällt es mir leichter.

Sie bringt diesen Lernschritt explizit mit der Erfahrung durch die Körperarbeit in Zusammenhang.

Und durch die Bewegung ist da für mich eine Verbindung, zwischen dem Empfinden was ich habe und, ja, einfach meinem Bewusstsein über meinen Körper. Was mir vorher nicht so klar war, vor der Woche im Oktober.

Es fällt auf, dass die Zeitschiene eine Rolle spielt – das Vorher und Nachher – die Zeit vor der Woche in Blumenthal (Der Name des Seminarortes wurde von der Verfasserin geändert, um die Anonymität der GruppendiskussionsteilnehmerInnen zu wahren) und die Zeit danach. Sie spielt sowohl beim Wiederholen und Üben eine Rolle, als auch beim Transfer in den Alltag. Die GruppendiskussionsteilnehmerInnen erleben diese Form des Lernens offenbar als biographisch bedeutsames Phänomen.

6.5.3 Lernen in der Gruppe

Dass die Gruppe einen wichtigen Faktor für die Entwicklung darstellt, wird mehrfach ausgedrückt. Martin:

[...] weil ich da viel erfahren habe auch über andere Frauen und andere Männer. Dass jeder anders ist und auch in verschiedensten Situationen anders reagiert.

Hier wird Lernen durch Beispiel und Vorbild beschrieben.

Ja, was mir wichtig ist, sind halt auch die Rückmeldungen, wo ich so spüre 'Aha, so hast du dich da verhalten'.

Martin spricht hier die Spiegelfunktion des Gegenübers an. (z.B. Roediger 2009, S. 54-55)

Ein wichtiges Element des Gruppengeschehens sind die Rückmeldungen aus der Gruppe. Auch bei Bewegungsübungen gibt es nach den Partnerübungen mit einem fremden und der eigenen Partnerin Phasen der Rückmeldung, deren Wert hier erkannt und explizit ausgesprochen wird. So wird die dafür notwendige achtsame und wertschätzende Haltung angesprochen:

Da brauche ich auch andere Menschen, die offen und ehrlich mit mir umgehen, die es mit mir gut meinen auch, die mich nicht jetzt kritisieren wollen, sondern diese positive Kritik. (Martin)

Iris drückt das so aus:

[...] und ich hab das als sehr schön empfunden, sehr befreiend. Über mich selber so viel zu erfahren, über meinen Partner so viel zu erfahren und auch über euch und das so wahrzunehmen, wie hier eben auch die Einzelnen mit sich umgehen, mit anderen umgehen.

Lernen geschieht nicht auf der Ebene von Ratschlägen, sondern

Ja, diese Gewissheit. Weil jeder sich öffnet und jeder von sich erzählt und nicht über

den anderen und die haben das so gemacht und das musst du so und so machen, dann geht das besser. Nee! Jeder erzählt von sich und hält mir den Spiegel auch hin. (Martin)

6.5.4 *Transfer in den Alltag*

Im Hier und Jetzt zu leben, jetzt gerade wo wir hier so zusammensitzen das zu spüren, von dem Einzelnen, nachdem was er gesagt hat, da zu kucken, ja was gehört alles zu einem Leben dazu. Auch gerade in einer Beziehung.

'Was hab ich mitgenommen?', 'Wie viel hab ich mitgenommen?', 'Ist mir das bewusst im Alltag, oder nicht?'

Was Martin hier ausdrückt macht deutlich, dass vieles von dem Gelernten dem Bewusstsein nicht zugänglich ist. Andere können Lernschritte, die sie im Alltag umsetzen, konkret benennen. Karin spricht z.B. das Entspannungswort an, das sie sich im Zuge einer Entspannungsübung ausgesucht hat.

Und das ist etwas, was ich auch mitgenommen hab und was ich mir zwischendurch selber / Also, mein Entspannungswort sag ich mir und das funktioniert 100-prozentig.

Und sie sagt von der Bewegungsarbeit speziell:

[...] was mir total gut gefallen hat, wo ich mich selber gut spüren kann, das ist dieses Wackklopfen das wir gemacht haben. Den Körper wack klopfen. Mach ich auch zu Hause zwischendurch.

Judith erzählt von ihrer Mottozielbewegung (Siehe Abschnitt 3.4.1 Körperübungen - Paartanz), die sie unter der Fragestellung „Was hilft mir, dass es mir gut geht in meiner Beziehung?“ entwickelt hat:

Und zwischendurch bleib ich dann auch, nicht regelmäßig, aber immer wieder auch mal stehen und mach dann diese Übung. Und das tut mir richtig gut.

Allerdings wünschte sie sich, sie würde diese öfter einsetzen.

So in Krisensituationen, um mich dann daran zu erinnern.

Mit der daraus erwachsenen Erkenntnis für ihre partnerschaftliche Interaktion beschreibt sie den Wert dieser Übung. Sie drückt aus, wie wichtig es für sie ist, wenn sie gut für sich sorgt, auch wenn es ihrem Partner schlecht geht,

[...] und nicht irgendwie umgekehrt, dass ich ihn da besonders umtützel, oder so. Das hat sich in dieser Mottozielbewegung dann für mich verdichtet und hilft mir, mich daran zu erinnern.

Es fällt auf, dass Leiberfahrungen, die in eine konkrete Form komprimiert wurden, dem Bewusstsein zugänglich, dass sie im sprachlichen Gedächtnis gespeichert und damit abrufbar sind. Deshalb ist es wichtig, immer wieder Phasen mit Übungen anzubieten, in denen die Verdichtung der Erfahrungen möglich ist. So wie das im Zürcher Ressourcen-Modell, aus dem die Mottozielbewegung entnommen ist, seine theoretische Begründung findet. (Krause & Storch 2010) Daraus kann aber nicht geschlossen werden, dass die freien, experimentellen Elemente verloren sind. Wie schon dargestellt, werden diese Erfahrungen in einer anderen Schicht des Selbst aufbewahrt, die flüchtig und punktuell durch einen Stimulator angeregt werden können. (Geißler 2014, S.173)

6.5.5 *Entspannung und Ruhe als Voraussetzung*

Heute kann ich sagen, dass mir das total gut gefallen hat und dass die Örtlichkeit die man für dieses Paarseminar gewählt hat total genial ist, weil man einfach auch da zur Ruhe kommen kann. Auch als Paar zur Ruhe kommen kann.

Karin benennt hier als wesentliche Voraussetzung, damit Veränderung stattfinden kann, das Zur-Ruhe-Kommen. Im Hintergrund kann man die Erfahrung vieler Paare heraushören, die im Stress des Alltags ihre

gemeinsame Basis verlieren, auf der Auseinandersetzung überhaupt erst möglich wird.

6.6 *Selbststärkung und Beziehung*

Aber das ist wichtig für das Selbstgefühl, was du jetzt eben auch gesagt hast auch, diese Stärkung des Ichs, das brauche ich doch immer wieder aufs Neue. Ich brauch immer wieder Stärkung. (Martin)

Was der Gruppendiskussionsteilnehmer hier anspricht, spielt für alle eine wichtige Rolle: Die *Stärkung des Selbst*. Sie erleben diese einerseits für sich selber als wichtig, setzen sie aber an mehreren Stellen gleich mit ihrer Beziehung in Verbindung. Sie erkennen

[...] dass es einem selber gut gehen muss und dass man sich selber besser kennenlernt, um dann zu sagen – also, dass es eine Voraussetzung ist oder eben Hand in Hand geht mit Partnerkommunikation. (Judith)

oder

[...] weil es damit anfängt, so, wir stärken unseren Standpunkt und dann kommt das Gemeinsame.

Judith erklärt hier den Aufbau der Mottozielbewegung und beschreibt unbewusst auch den Aufbau des Seminars, das diese Abfolge immer wieder beinhaltet: Erst die Arbeit am eigenen Selbst, dann die Arbeit im Kontakt mit dem Partner. Man kann also davon ausgehen, dass sich dieses Muster implizit in das *Leibwissen* der Gruppendiskussionsteilnehmerin eingetragen hat und über die Bewegung, die aus dem inneren Erleben entstanden ist, zum Ausdruck kommt.

Mehrmals wird das Thema Grenzen erwähnt, gerade auch in dem Spannungsfeld von *Bei-sich-Sein* und *In-Kontakt-Sein*. Da wird deutlich, dass man an der Grenze sich selber spürt, dass diese Themen genau an der Schnittstelle von Autonomie und Zweisamkeit liegen.

Es ist total wichtig für meine Heilung, dass ich einen möglichst weiten Raum habe. Und mir den auch nehme. (Judith)

Hier wird die Eigenständigkeit als notwendiges Element zu einem gesunden Leben bezeichnet. In der Wortmeldung hieß es dann weiter:

Und auf der anderen Seite auch schon dann wieder in Beziehungen zu anderen komme – also so beides, diesen Wechsel.

Also, dass wirklich so beides da ist. Aber das so in der Bewegungsarbeit so spüren zu können, das hat mir nochmal geholfen. (Judith)

Das Thema Grenzen stellt eines der ersten und wichtigen Themen des Bewegungskonzeptes dar.

Die Reflexionsphasen nach der Paararbeit werden mit der Anregung eingeleitet, sich zu spüren und die körperlichen Grenzen wahrzunehmen (Berührung mit dem Sessel, dem Boden).

Und ich hab sehr deutlich mitgenommen für mich das Thema 'Grenzen setzen'. Und damit beschäftige ich mich auch, weil ich einfach da auch merke, dass ich gerade an meine Grenzen komme und was ich einfach auch kräftemäßig kann und was ich auch eben nicht mehr kann. (Iris)

Ich persönlich habe in Blumenthal gelernt, dass ich mich von manchen Dingen abgrenze und dass ich das nicht mir persönlich anziehe [...]. (Ariane)

Ariane beschreibt sehr deutlich den Beziehungsaspekt dieses Themas:

Also das habe ich auch gerade noch einmal in dieser Übung bemerkt. So diese Wahrnehmung für Grenzen oder 'Wo ist der Raum des anderen?' und 'Was verströmt der eigentlich?' Also so feinstofflich oder energetisch oder wie auch immer man das nennen will. Und da wirklich eine Offenheit dafür zu haben, das auch wirklich wahrzunehmen.

Was die Gruppendiskussionsteilnehmerin hier beschreibt ist die Schärfung der Wahrnehmung, die durch die Übungen geschieht, die auf ganz basale Ebenen führt. Judith erzählt von einer Auseinandersetzung, die sie und Martin nach dem Seminar hatten. Sie griffen auf eine Übung aus dem Partnerschule Aufbaumodul *Autonomie und Zweisamkeit* zurück. (Siehe Abschnitt 3.4 Aufbaumodul 2)

[...] wir haben da gekämpft [Stockkampf, Anm. d. Verf.]. Es hat uns beiden gut getan und hat die Situation irgendwie total entspannt.

Was Ariane in der Gruppendiskussion anspricht, berichten TeilnehmerInnen aus anderen Gruppen auch sehr häufig.

Und auch den Unterschied zu merken in der Bewegungsarbeit. Mit wem bin ich in Kontakt. Mit völlig, oder ziemlich fremden Menschen ging ganz viel, nur mit meinem eigenen Partner ging irgendwie so nix.

In dieser Beobachtung wird deutlich, wie sehr die Situation des Paares in der Körperarbeit sichtbar wird und wie die beiden ihre Paargeschichte *embodied* mit sich tragen. Und es zeigt auch den Vorteil des Gruppensettings.

Deshalb war es auch total wichtig, so dieser Wechsel. Alleine Körperarbeit, Körperarbeit mit anderen Partnern, Körperarbeit mit dem eigenen Partner. Also, da verschiedene Erfahrungsmöglichkeiten zu haben. (Judith)

Kompetenzen, die zur Beziehungsfähigkeit gebraucht werden, können mit anderen eingeübt werden. Die GruppendiskussionsteilnehmerInnen erleben sich in anderen Konstellationen als kompetent und können diese Erfahrungen in die eigene Partnerschaft einbringen. Insgesamt werden die Pole Autonomie und Zweisamkeit, deren Ausbalancierung von großer Bedeutung für ein konstruktives und erfüllendes Miteinander immer wieder notwendig ist, als tragende Elemente des Kompetenztrainings erlebt. Dies entspricht einer der Intentionen des Verfahrens Partnerschule.

6.7 Bereicherung

Also das sind so Geschenke für mich immer wieder. (Martin)

Auffallend ist, dass im Gruppengespräch sehr häufig Begriffe verwendet werden, die etwas *Außergewöhnliches* bezeichnen: sowohl das Erleben in der Gruppe als auch die Bewegungs-/Körperarbeit wurde als besonders (Ariane)

bzw.

ganz besonders (Ariane)

oder als

sehr spezielle Erfahrung (Ariane)

erlebt. An anderer Stelle begreift eine Gruppendiskussionsteilnehmerin die Partnerschule als

unendlich wertvoll (Lisa).

Dieselbe Teilnehmerin erzählt von einem

Nachklang oder Glanz von dem Wochenende (Lisa).

Von mehreren GruppendiskussionsteilnehmerInnen kommt die Metapher Geschenk (Judith, Lisa, Martin).

Und ich hatte so das Gefühl, dass es ein unheimliches Geschenk war [...] (Lisa)

Diese Tatsache lässt mehrere Rückschlüsse zu:

- Die GruppendiskussionsteilnehmerInnen bringen zum Ausdruck, dass sie etwas bekommen haben, das ihnen etwas bedeutet, das ihr Leben bereichert.
- Die Erfahrungen in der Partnerschule heben sich von den meisten, im Alltag gemachten, ab und haben eine besondere Qualität.
- In ihr Leben, das vor dem Seminar von Belastungen gezeichnet war, die sie zur Beratung geführt haben, hat sich etwas für sie Erfreuliches und für sie Bedeutendes dazugelegt, das ihre Sicht auf ihre Situation verändert.

Mehrere GruppendiskussionsteilnehmerInnen drücken explizit aus, dass sie

dankbar (Iris, Ariane, Judith, Karin)

sind.

Vom Konzept her erfüllt sich hier die bewusst eingenommene Haltung, jede in ihrer Einmaligkeit als wertvoll zu achten. Das drückt sich im Umgang ebenso aus, wie im verwendeten Material: Das Therapieheft, die Zeichenblätter sind aus wertvollem Papier, es wird eine gute Tonanlage und sorgfältig ausgewählte Musik verwendet. Die wertschätzende Beschäftigung mit dem Körper und die darauf speziell abgestimmten Übungen, wie *Die Reise durch meinen Körper* zielen darauf ebenso ab wie die Fantasiereise *Ich bin schön*.

Gleichzeitig wird daran gearbeitet, den Partner als wertvoll und einmalig wahrzunehmen und damit die Besonderheit und Exklusivität der Beziehung zu sehen und die Binnenbeziehung (Sanders 2015, S.4) zu stärken. Mit diesem Thema ist eine tiefe Ebene des Menschseins erreicht. Die von den Gruppendiskussions-teilnehmerInnen so ausgedrückt wird:

[...] dieses Tatsächliche, das was wir jetzt tun (Martin)

oder

[...] das sind ja schon so die wesentlichen Dinge, die einen prägen oder die einen ausmachen (Ariane).

Speziell die Körperarbeit wird als tiefgehend erlebt. Die GruppendiskussionsteilnehmerInnen spüren, dass Ebenen in ihnen berührt werden, die mit verbalem Ausdruck nicht erreicht werden können.

Ich spüre, dass sich die Bewegungsarbeit bei mir viel tiefer festsetzt [...]. (Judith)

Eine andere Gruppendiskussionsteilnehmerin spricht von den Übungen, die [...] das [Öffnen, Anm. der Verf.] sicher unheimlich erleichtern und ja auch sehr tief gehen irgendwie [...]. (Lisa)

Was in diesen tiefen Schichten geschieht, ist schwer zugänglich und schwer auszudrücken. Umso wichtiger ist es, immer wieder zwischen den Übungen Phasen anzubieten in denen die Erfahrungen verbalisiert und damit greifbar und zugänglich gemacht werden. (Siehe Abschnitt 3.1 Seminar-design)

Die GruppendiskussionsteilnehmerInnen deuten ihre Erfahrungen von ihrem Erfahrungshorizont her verschieden. Judith beschreibt eine Bewegungssequenz zum Thema *Wachsen und Sinken* (Siehe Abschnitt 3.2.1 Körperübungen – Wachsen und Sinken), bei der sich jede Teilnehmerin in einem kleinen Waldstück einen Baum aussuchen sollte. Die Teilnehmerin wählte eine Dreiergruppe und ordnete einen Baum ihrem Mann, einen Baum sich zu und den dritten Baum wählte sie, um

Gott dazu zu haben.

Sie interpretiert ihre leibliche Erfahrung als religiöse.

So diese Wurzeln zu spüren und durch die die Kraft zu haben wirklich zu wachsen, uns weiter zu entfalten. Ja, die Verbindung zum Himmel dann auch, die für uns sehr wichtig ist – es steckt ja einfach alles so drin.

Durch die Dimensionen der Leiblichkeit also, das Wachsen und Sinken, der gute Stand, der regelmäßig zu Beginn jeder Einheit geübt wird, werden die Dimensionen des Seins im Verbundensein zwischen Erde und Himmel spürbar.

Die obengenannten Begriffe, die etwas Außergewöhnliches beschreiben, werden häufig in Zusammenhang mit der Gruppe verwendet.

Und da bin ich der Gruppe auch noch sehr dankbar. (Ariane)

[...] das ist schon eine besondere Erfahrung wenn man das miteinander so geteilt hat [...]. (Ariane)

Aus diesen Beschreibungen kann geschlossen werden, dass die Gruppe als Ressource, die Interaktion als wohltuend und hilfreich erlebt und damit das Gruppensetting als Spezifikum der Partnerschule in hohem Ausmaß bestätigt und befürwortet wird. Die Funktion der Gruppe als unterstützendes, verbindendes und tragfähiges Netzwerk entspricht dem Bedürfnis nach Bindungen, das nicht allein in der Partnerschaft abgedeckt werden kann.

Und von daher brauch ich ja, den anderen, andere Menschen, auch wieder die Gruppe, diese Vielfalt, diese Verschiedenartigkeit. Also das sind so Geschenke für mich immer wieder. (Martin)

In den Bewegungseinheiten sind mehrere Übungen vorgesehen, in denen das Gruppengeschehen im Mittelpunkt steht. Jede Einheit wird mit einer *Gruppengeste* beendet. Das Thema des Tages wird gemeinsam noch einmal in ein oder zwei Bewegungen miteinander vollzogen. Partnerübungen werden mit verschiedenen Teilnehmerinnen ausprobiert, so trägt die Bewegungsarbeit zum Gruppengefühl bei. Das gemeinsame Bewegen, das Einschwingen auf einen Rhythmus, das Achten der Eigenräume jedes Einzelnen stärken das Gruppengefühl.

Und ich hatte so das Gefühl, dass es ein unheimliches Geschenk war, dass wir in dieser Stunde angefangen haben morgens und er [ihr Partner, Anm. der Verf.] dann durch so eine Stunde [Bewegung, Anm. der Verf.] eigentlich in die Gruppe kam. (Lisa)

6.8 Resümee aus der Gruppendiskussion

[...] das ist so schöner sich in der Woche so zu öffnen oder auch einander nah zu werden. (Lisa)

In dem klärungs- und bewältigungsorientierten Verfahren Partnerschule spielt die Körperarbeit eine wesentliche Rolle. Sie ist mit anderen Methoden eng verwoben. Deshalb ist es nicht so einfach, den genuinen Beitrag der Körperarbeit für die Wirksamkeit des Konzeptes darzustellen. In der Auseinandersetzung mit den Ergebnissen der Gruppendiskussion lassen sich jedoch einige Qualitäten benennen, die speziell der Körperarbeit zugeordnet werden können.

Die für die Partnerschule grundlegende Qualität *Bindung* wird durch die Körperarbeit gefördert. Die Erfahrung des Vertrauens-Könnens, des Verbundenseins kennen alle mehr oder weniger aus der Kindheit. Sie aktualisiert sich in den Bewegungsübungen auf einer basalen Ebene der Intersubjektivität.

Die Körperarbeit hilft, die Partnerin unverstellt so wahrzunehmen, wie sie ist und trägt damit zur Qualität *Akzeptanz* bei. Die klaren Anweisungen und das Fehlen von Bewertungen wie falsch und richtig lassen Menschen sich selbst ausdrücken, sie können so vom Partner neu gesehen werden. Es wird gelernt, die Partnerin sein zu lassen, wie sie ist. Annehmen korrespondiert mit dem genauen Kennen und Wissen voneinander.

Die Körperarbeit dient zur *Orientierung*. Die Orientierung im Raum wird als Hilfe in der unübersichtlichen Situation einer Beziehungskrise erlebt. Den eigenen Raum haben, Grenzen zu spüren und zu setzen, aber auch in den Raum des Anderen eintreten zu dürfen, sind Erfahrungen, die in einer erfüllenden Beziehung eine große Rolle spielen und bedürfen der Einübung und Reflexion. Über die Leiberfahrung werden Transformationsprozesse in Gang gesetzt, die als Schlüsselerfahrungen bezeichnet werden. Es kann gelingen, sich als Paar gemeinsam ein- und auszurichten.

Für die Qualität *Klärung* spielt die Körperarbeit eine überraschend große Rolle. Die TeilnehmerInnen kommen zu einer puren und unmittelbaren Körperwahrnehmung und so mit sich und ihren Empfindungen in einen engen und klaren Kontakt. Aber auch auf der Beziehungsebene kommt es zu *Klärung*: Intersubjektive Verhaltensmuster werden ganz früh gelernt und sind genuin leiblich. Deshalb ist es sinnvoll, bei der Klärung von Problemen im intersubjektiven Kontext am Körper anzusetzen. Durch das genauere Wissen über sich selbst, seine Interaktionen und die der Partnerin werden vorher unverständliche Reaktionen klarer.

Die Qualität *Entwicklung* kommt in vielfältiger Weise zum Ausdruck. Die Körperarbeit wird als Prozess beschrieben, in dem die TeilnehmerInnen lernen und sich entwickeln können. Die Gruppe spielt dabei eine große Rolle. Das Wahrnehmen, wie andere es machen, die Spiegelfunktion aneinander und das spielerische Probieren mit verschiedenen TeilnehmerInnen werden als hilfreich und weiterführend erlebt. Auch hier knüpft das Konzept an frühen Formen des Lernens, am Nachahmen und Interagieren an. Lernen kann als Bahnung neuer

neuronaler Erregungsmuster beschrieben werden, die gerade auch in der Körperarbeit angestoßen wird. Durch das Anknüpfen an positive Leiberfahrungen einerseits und dem Angebot eines erweiternden Bewegungs- und Erlebnisspektrums andererseits entstehen neue Möglichkeiten des Verhaltens. Dadurch formiert das Paar seine Binnenbeziehung, die Gestaltung des Miteinanders, neu. Das muss eingeübt und gefestigt, in den Alltag eingebracht werden.

Die Pole der Qualität *Ich-Stärkung und Beziehung* werden zusammen gesehen und in der Körperarbeit explizit erfahren. Der eigene Standpunkt wird gestärkt. Das ist notwendig, um in der Verbindung und Auseinandersetzung mit dem Partner gefestigt und klar zu sein. Die Verbindung wird leiblich ganz deutlich spürbar, das kann auch schmerzhaft sein, weil Trennendes erkennbar wird.

Insgesamt wird die Körperarbeit als Konzentration auf das Wesentliche erlebt. TeilnehmerInnen beschreiben eine Tiefe, manche sogar eine spirituelle Dimension, die sie auf verbaler Ebene nicht erreicht hätten. Sie empfinden die Erfahrungen aus der Körperarbeit und der Partnerschule im Ganzen als *Bereicherung* für sich persönlich und ihr Leben als Paar.

Die Dichte und Schönheit der Beiträge, in denen neben Spielerischem und Leichtem auch Trauer und Schwere Platz haben, hat mich überrascht und berührt und bestätigt mich in einer Arbeit, die mir sehr am Herzen liegt.

Es zeigt sich deutlich, dass die Körperarbeit als fest verankerter Bestandteil der ganzheitlichen Vorgehensweise einen wesentlichen Beitrag zu den Kompetenzen leistet, die in der Partnerschule eingeübt werden. In beiden Kompetenzen, *Selbstwahrnehmung und Selbsta Ausdruck* und *Wahrnehmung der Partnerin / des Partners in ihrer/seiner Vielschichtigkeit*, können Fortschritte erkannt werden.

Zusammenfassung

Körperarbeit ist ein grundlegender Bestandteil des klärungs- und bewältigungsorientierten Verfahrens Partnerschule. In einer qualitativen Studie im Rahmen einer Masterthesis an der Karl-Franzens-Universität Graz (Österreich) konnte herausgearbeitet werden, dass die für den Erfolg der Partnerschule so wichtigen Qualitäten Bindung, Akzeptanz, Orientierung, Klärung, Entwicklung, Ich-Stärkung und Beziehung sowie Bereicherung durch die in das Konzept integrierte Körperarbeit evoziert bzw. gefördert werden. Damit trägt sie wesentlich zur Stärkung der Kernkompetenzen für das Gelingen einer Partnerschaft bei: Selbstwahrnehmung und Selbsta Ausdruck und Wahrnehmen der Partnerin / des Partners in ihrer/seiner Vielschichtigkeit.

Abstract

Body work is a basic component of the Partnerschule's process focused on clarification and overcoming. In a quantitative study within the master thesis at Karl-Franzens-University Graz (Austria) it was possible to prove that the important qualities, bonds, acceptance, orientation, clarification, development, ego strengthening and relationships as well as enrichment evoked and promoted through the body work included in the concept, lead to the Partnerschule's successful outcome. Thus it is noticeably strengthening the core competences to ensure a relationship's success: introspection and self-expression and perception of the partner in her/his complexity.

Literatur

Bauer, J. (2012): Das Gedächtnis des Körpers. Wie Beziehungen und Lebensstile unsere

- Gene steuern. (19.Auflage) München: Piper.
- Bohnsack, R. u.a. (Hg.) (2006): Das Gruppendiskussionsverfahren in der Forschungspraxis. Opladen: Barbara Budrich.
- Buchhammer, B. (2005): Mit der Seele Tanzen. Persönlichkeitsentfaltung durch Ausdruckstanz. In: Der Apfel, 76, 27-29.
- Engl, J. & Thurmaier F., (1992): Wie redest Du mit mir? Fehler und Möglichkeiten in der Paarkommunikation, Herder, Freiburg.
- Finger, E. (2015): Das war meine Rettung. Interview mit Rami Be'er. In: <http://www.zeit.de/zeit-magazin/2015/23/rami-beer-das-war-meine-rettung> [abgerufen am 31.07.2015].
- Flick, U. u.a. (Hg.) (1991): Handbuch Qualitative Sozialforschung. Grundlagen, Konzepte, Methoden und Anwendungen. München: Psychologie Verlags Union.
- Flick, U. u.a. (2004): Was ist qualitative Forschung? Einleitung und Überblick. In: Flick, U. u.a. (Hg.): Qualitative Forschung. Ein Handbuch. (S.13-29) (3.Auflage) Reinbek bei Hamburg: Rowohlt (=Rowohlts Enzyklopädie).
- Franklin, E. (2011): Locker sein macht stark. Wie wir durch Vorstellungskraft beweglich werden. (9.Auflage) München: Kösel.
- Geißler, P. (2014): Intersubjektivität in der Körperpsychotherapie. In: Potthoff, P. & Wolnik, S. (Hg.): Die Begegnung der Subjekte. Die intersubjektiv-relationale Perspektive in Psychoanalyse und Psychotherapie. (S.169-187) Gießen: Psychosozial-Verlag (= Bibliothek der Psychoanalyse).
- Grawe, K. (2000): Psychologische Therapie. (2.Auflage) Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K. (2004): Neuropsychotherapie. (2.Auflage) Göttingen: Hogrefe.
- Haken, H. (1992): Synergetik, Berlin: Springer.
- Haselbach, B. (1984): Improvisation, Tanz, Bewegung. (3.Auflage) Stuttgart: Klett.
- Hausmann, B. & Neddermeyer, R. (2003): Bewegt sein. Integrative Bewegungs- und Leibtherapie in der Praxis. Erlebnisaktivierung und Persönlichkeitsentwicklung. (2.Auflage) Paderborn: Junfermann (= Innovative Psychotherapie und Humanwissenschaften 57).
- Johnstone, K. (1981): IMPRO. Improvisation and the Theatre. London: Methuen Drama.
- Kanfer, F.H., Reinecker, H., Schmelzer, D., (1996): Selbstmanagement-Therapie, Berlin: Springer
- Kern, E. (2014): Personenzentrierte Körperpsychotherapie. München: Ernst Reinhardt (= Personenzentrierte Beratung & Therapie 12).
- Klann, N. (2002): Institutionelle Beratung – ein erfolgreiches Angebot. Von den Beratungs- und Therapieschulen zu einer klientenorientierten Intervention. Feldstudie zur Ergebnisqualität in der Partnerschafts- und Eheberatung. Freiburg: Lambertus.
- Klann, N. u.a. (2005): Einschätzung von Partnerschaft und Familie (EPF). Deutsche Form des Marital Satisfactory Inventory – Revised MSI-R von Snyder. Göttingen: Hogrefe.
- Kleining, G. (1991): Methodologie und Geschichte qualitativer Sozialforschung. In: Flick, U. u.a. (Hg.): Handbuch Qualitative Sozialforschung. Grundlagen, Konzepte, Methoden und Anwendungen. (S.11-22) München: Psychologie Verlags Union.
- Krause, F. & Storch, M. (2010): Ressourcen aktivieren mit dem Unbewussten. Die ZRM-Bildkartei in Theorie und Praxis. Bern: Hans Huber.
- Kröger, C. (2006): Institutionelle Paarberatung in Zeiten von Trennung und Scheidung – ein wirksames Angebot zur Stärkung familialer Beziehungskompetenzen. In: Beratung Aktuell, 7, 145-193.
- Kröger, C. (2006): Evaluation. In: Sanders, Rudolf Beziehungsprobleme verstehen Partnerschaft lernen. Partnerschule als Kompetenztraining in Ehe und Familienberatung. Paderborn: Junfermann Verlag, S. 256 – 268
- Laban, R. (1922): Die Welt des Tänzers. Fünf Gedankenreigen. Stuttgart: W. Seifert.
- Laban, R. (1988): Der moderne Ausdruckstanz in der Erziehung. Eine Einführung in die kreative tänzerische Bewegung als Mittel zur Entfaltung der Persönlichkeit. (3.Auflage) Unter Mitarb. v. Lisa Ullmann. Aus d. Engl. übertr. v. Karin Vial. Wilhelmshaven: Noetzel (= Heinrichshofen-Bücher).
- Laban, R. (1988): Kunst der Bewegung. Aus d. Engl. übertr. v. Karin Vial und Claude Perrotet. Wilhelmshaven: Florian Noetzel (=Heinrichshofen-Bücher).
- Lissy-Honegger R. (2015): Paare in Bewegung. Körperarbeit in der Partnerschule. Masterarbeit zur Erlangung des akademischen Grades eines Master of Arts im Rahmen des Universitätslehrganges Pastoralpsychologie: Lebens- und Sozialberatung in Seelsorge und Diakonie an der Karl-Franzens-Universität Graz.
- Newlove, J. (1993): Laban for Actors and Dancers. Putting Laban's Movement Theory into

- Practice: a Step-by-Step Guide. London: Nick Hern.
- Peter-Bolaender, M. (1992): Tanz und Imagination. Verwirklichung des Selbst im künstlerischen und pädagogisch-therapeutischen Prozeß. Paderborn: Junfermann (= Kunst.Therapie.Kreativität 11).
- Petzold, H. G. (1988): Integrative Bewegungs- und Leibtherapie. Ein ganzheitlicher Weg leibbezogener Psychotherapie. Paderborn: Junfermann (= Integrative Therapie Schriften zu Theorie, Methodik und Praxis I/1+2).
- Preston-Dunlop, V.(1980): A Handbook for Dance in Education. (2.Auflage) Plymouth: Macdonald & Evans.
- Przyborski, A. & Wohlrab-Sahr, M. (2010): Qualitative Sozialforschung. Ein Arbeitsbuch. (3.Auflage) München: Oldenbourg (= Lehr- und Handbücher der Soziologie).
- Roediger, E. (2009): Praxis der Schematherapie. Lehrbuch zu Grundlagen, Modell und Anwendung. (2.Auflage) Stuttgart: Schattauer.
- Rogers, C.R. (1972): Die klientbezogene Gesprächstherapie, Kindler, München
- Rogers, C. R. (1999): Therapeut und Klient. Grundlagen der Gesprächspsychotherapie. (14.Auflage) Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch (= Geist und Psyche).
- Russell, J. (1975): Creative Dance in the Primary School. (2.Auflage) Plymouth: Macdonald & Evans Limited.
- Sanders, R. (1998): Zwei sind ihres Glückes Schmied. Ein Selbsthilfe-Programm für Paare. Paderborn: Junfermann.
- Sanders, R. (2006): Beziehungsprobleme verstehen – Partnerschaft lernen. Partnerschule als Kompetenztraining in Ehe- und Familienberatung. Paderborn: Junfermann.
- Sanders, R. (2015): Eheberatung – Gefährtenschaft im Abenteuerland. Die Partnerschule als bindungsbasierte Paar- und Eheberatung. In: Beratung Aktuell, 16, 1-21.
- Sanders, Rudolf (Website): Motto der Partnerschule, Bildunterschrift. In: <http://partnerschule.de/sites/partnerschule/partnerschule.html> [abgerufen am 11.08.2015].
- Sefcik-Arnreiter, E. (2015): Die Verfasserin führte ein persönliches Gespräch mit Elisabeth Sefcik-Arnreiter am 4. Mai 2015. Diese lebt 93jährig in Wien. Sie ist eine der letzten lebenden Schülerinnen von Laban. Die zitierten Sätze können als Quintessenz von sechzig Jahren Arbeit mit Labans *Art of movement* verstanden werden.
- Storch, M. u.a. (2006): Embodiment. Die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen. Bern: Hans Huber.
- Storch, M. & Tschacher, W. (2014): Embodied Communication. Kommunikation beginnt im Körper – nicht im Kopf. Bern: Hans Huber.
- Storch, M. & Krause, F. (2014): Selbstmanagement ressourcenorientiert. Grundlagen und Trainingsmanual für die Arbeit mit dem Zürcher Ressourcen Modell ZRM (5. Auflage). Bern:Huber
- Strauss, A. L. (1998): Grundlagen qualitativer Sozialforschung. Datenanalyse und Theoriebildung in der empirischen soziologischen Forschung. (2.Auflage) Aus d. Amerik. übertr. v. Astrid Hildenbrand. München: Wilhelm Fink (= Uni-Taschenbücher 1776).
- Trautmann-Voigt, S. & Voigt, B. (Hg.) (1997): Freud lernt laufen. Herausforderungen analytischer Tanz- und Bewegungstherapie für Psychoanalyse und Psychotherapie. Frankfurt a. M.: Brandes und Apsel (= Wissen und Praxis 72).
- Ullmann, L. (1988): Einige Hinweise für das Studium von Tanz und Bewegung. In: Laban 1988, (S.123-147).

Renate Lissy-Honegger, MA, Pastoralpsychologin, Dipl. Pädagogin, Lebensberaterin in eigener Praxis in Rust/Neusiedlersee – Österreich, Ausbildung in *Dance in Education* in Worcester – England.

Conradplatz 4, A-7071 Rust/Neusiedlersee,

Internet: www.partnerschule-burgenland.at und www.horizont-rust.at

E-Mail: lebensberatung@horizont-rust.at

Buchbesprechungen

Svenja Taubner

Konzept Mentalisieren - eine Einführung in Forschung und Praxis

Psychosozialverlag, Gießen 2015, € 22,90

Bei diesem kleinen Bändchen handelt es sich um ein Buch, das ich von vorne bis hinten mit viel Freude gelesen und durchgearbeitet habe. Bezogen auf meine beraterische Praxis gibt es mir viele Hinweise und Antworten auf Fragen, die ich mir bisher gestellt habe. Die Mentalisierungstheorie greift einen sozial-interaktionistischen Ansatz auf und erweitert diesen um die Perspektive des Entwicklungskontextes von Bindungsbeziehungen. Es geht um die Frage, wie genau Bindungsbeziehungen interpretiert werden. Im Gegensatz zur klassischen psychoanalytischen Tradition, in deren Fokus das Unbewusste zentral betrachtet wird, stellen sie die emotionalen Objektbesetzungen sowie die Affektregulierung in das Zentrum der Überlegungen. Mentalisierung wird als die sozial-kognitive Fähigkeit verstanden, sich mentale Zustände im eigenen Selbst und in anderen Menschen vorzustellen. Zentral für die Entwicklung einer Theorie Of Mind (TOM) ist aus Sicht der Mentalisierungstheorie die Qualität der frühen Eltern-Kind-Interaktion. Diese hängt zuvörderst von den emotional intensiven ersten Erfahrungen in der Eltern-Kind-Beziehung ab.

In der Paarberatung oder in allen Therapien, in denen es letztlich um die Gestaltung von Beziehungen geht, liegt genau hier der Schlüssel, aktuelle Probleme als Reinszenierungen alter früher Erfahrungen in einer nahen Bindungsbeziehungen zu verstehen. Dieses Verstehen wird dann die Voraussetzung, auch neues Verhalten, Denken und Fühlen zu lernen. Dabei ist die Rolle des Therapeuten von zentraler Bedeutung. Die Autorin weist darauf hin, dass auf dem Hintergrund des Konzeptes vom Wounded Healer besonders die Gruppe der Erworben-Sicheren interessant ist. Bei diesen Individuen wird von einer Diskontinuität der Bindungsrepräsentation ausgegangen, das heißt, dass in der Kindheit ausgebildete unsichere Bindungsmuster im Verlauf der weiteren Entwicklung zu sicheren Bindungsmustern transformiert wurden. Damit wird, trotz eigener negativer früher Erfahrungen der intergenerationale Kreis der Weitergabe unsicherer Bindung durchbrochen. Die Fähigkeit trotz aversiver früher Erfahrungen sichere innere Arbeitsmodelle von Bindung auszubilden, wird mit emotionaler Unterstützung durch nicht elterliche Personen und Therapieerfahrungen ermöglicht.

Ein spannendes Buch für alle, die an der Weiterentwicklung ihres eigenen therapeutischen und beraterischen Handelns interessiert sind. Außerdem ist es sehr spannend und gut zu lesen.

Dr. Rudolf Sanders

Markus Heinrichs, Tobias Stächele & Gregor Domes

Stress und Stressbewältigung

Fortschritte der Psychotherapie, Hogrefe Verlag, Göttingen 2015, € 19,95

Das Alltagsgeschäft in Beratung, Therapie oder ärztlicher Praxis lässt nicht selten wenig Zeit, sich therapeutisch auf der Höhe der Zeit zu bringen. Genau diesem Anliegen widmet sich die Reihe Fortschritte der Psychotherapie Manuale für die Praxis.

Im vorliegenden Bändchen mit 100 Seiten bekommt man eine aktuelle Übersicht über die Beschreibung von Stress und stressassoziierter Symptomatik. Aufbauend darauf werden Stresstheorien und Modelle vorgestellt, die Möglichkeiten der Diagnostik, Indikation, Möglichkeiten der Behandlung und therapeutischen Unterstützung. Für Kolleginnen und Kollegen, die schon lange in der Praxis tätig sind, kann es sein, dass das biopsychosoziale Verständnis als therapeutisches Störungsmodell wenig präsent ist. Dieses wird zum Beispiel sehr anschaulich dargestellt. Als hilfreich sind auch zwei Karten zu nennen; die eine kann man als Leitfragen für das Erstgespräch bei Stresssymptomatik nutzen. In der anderen findet man therapeutische Ansatzpunkte für die Behandlung einer stressassoziierter Symptomatik.

Dieses Bändchen, wie auch die vielen anderen in der Reihe Fortschritte der Psychotherapie gehören einfach zur Grundausstattung einer therapeutischen oder beraterischen Praxis.

Dr. Rudolf Sanders

Ulrich Egle, Peter Joraschky, Astrid Lemke, Inke Seiffge-Krenke und Manfred Cierpka
Sexueller Missbrauch, Misshandlung, Vernachlässigung
Erkennung, Therapie und Prävention der Folgen früher Stresserfahrungen
Vierte überarbeitete und erweiterte Auflage
Schattauer Verlag, Stuttgart 2016, € 99,99

Insgesamt 60 Autoren, alles ausgewiesene Vertreter ihrer Disziplin, tragen hier den aktuellen Wissensstand zusammen. Diese Neuauflage wurde notwendig, da neurobiologische Studien der letzten Jahre Zusammenhänge zwischen frühen psychischen Traumatisierungen sowie emotionaler Deprivation und gesundheitlichen Langzeitfolgen immer konturierter werden ließen. Aufgebaut ist das Werk in fünf Kapitel: Grundlagen, diagnostische Aspekte, Folgen für Kinder und Jugendliche, Krankheitsbilder bei Erwachsenen, Therapie psychisch schwer traumatisierte Patienten, Prävention und Begutachtung.

Menschheitsgeschichtlich ist das Thema Missbrauch einzuordnen zwischen Überbehütung und Vernachlässigung. So ist die Unversehrtheit der kindlichen Entwicklung als schützenswertes Gut erst extrem kurz. Noch im Mittelalter galt ein Kinderleben wenig, so dass die Alternative, ein Kind großzuziehen oder es sterben zu lassen moralisch erst seit wenigen Jahrhunderten zu Gunsten der ersten Konsequenz entschieden wurde. Erst im 19. Jahrhundert kam der Gedanke zum Tragen, dass Kinder ein Recht auf Liebe ihrer Eltern hätten. Deshalb fand das Thema der Folgen von Missbrauch, Misshandlung und Vernachlässigung wenig Resonanz in der Wissenschaft. Dieses wird an John Bowlby aus England deutlich, dem Begründer der Bindungsforschung und seine Schwierigkeiten, ernst genommen zu werden und dieses Thema in der Fachwelt zu etablieren.

Unter den vielen Artikeln findet sich auch eine kritische Auseinandersetzung mit der retrospektiven Erfassung von Erfahrungen. Kann man also Menschen glauben, wenn sie von Missbrauchserfahrungen erzählen? Der aktuelle Forschungsstand macht deutlich, dass die Erinnerungen an traumatische Ereignisse relativ valide bezüglich der Frage, ob ein Ereignis stattgefunden hat oder nicht, erfasst werden können. Details hingegen werden häufig verändert erinnert.

Ein Beleg für die Qualität des Buches ist der Artikel über die Langzeitfolgen von Trennung und Scheidung unter dem Aspekt, wenn Kinder bei einer alleinerziehenden Mutter groß werden. Dieser Aspekt ist deshalb so wichtig, weil in der politischen Diskussion und Realität - denkt man nur einmal an die Berechnung der Hartz IV Sätze - diese Mütter immer noch in hohem Maße benachteiligt werden. Der Autor macht auf die wachsende Anzahl von Ein-Eltern-Familien aufmerksam, zeigt auf, was der fehlende Vater in der psychischen Entwicklung eines Kindes bedeutet und weist dann auf die Situation alleinerziehender Mütter mit ihrem hohen Armutsrisiko und den gesundheitlichen Risiken hin. Die von ihm zusammengetragenen Untersuchungen erlauben insgesamt den Schluss, dass Einflüsse, welche Mütter in ihrer mütterlichen Fürsorge und Bindungsfähigkeit beziehungsweise -bereitschaft beeinträchtigen können, zu einem erhöhten gesundheitlichen Entwicklungsrisiko des Kindes beitragen. Deshalb stellt der Befund einer bei alleinerziehenden Müttern erhöhten Depressivität einen bedeutsamen Risikofaktor für die Entwicklung der betroffenen Kinder dar. Der Autor bleibt nicht allein bei der Beschreibung der Befundlage stehen, sondern hat gleichzeitig ein Elterntraining "wir2" entwickelt. In 20 Gruppensitzungen werden alleinerziehende Mütter begleitet, ihr Selbstbild und die Gefühlswahrnehmung zu stärken. Aufgrund dieser eigenen Veränderung können sie sich dann leichter in das Erleben und die Bedürfnisse des Kindes einfühlen. Ferner wird die Trennung von Paarkonflikt und Elternverantwortung, die Bedeutung des Vaters, sowie die allgemeine Konflikt- und Alltagsbewältigung auf der Verhaltensebene erarbeitet. Ich selber habe dieses Training viermal in Zusammenarbeit mit einem Familienzentrum durchgeführt und kann es auch selber nur empfehlen.

An diesem Sammelband wird deutlich, wie universitäre Wissenschaft in einer gut lesbaren und praxisnahen Form Grundlagen für die konkrete Arbeit vor Ort, in Beratungsstellen, Kliniken, psychotherapeutische Ambulanzen und Praxen bieten kann.

Dr. Rudolf Sanders

Christian Rösler

Psychosoziale Arbeit mit Familien

Kohlhammer Verlag, Stuttgart 2015, € 29,99

Wer einen breiten Überblick über die Multidisziplinarität in der psychosozialen Arbeit mit Familien gewinnen will, hat hier eine fundierte Fundgrube. Ausgehend von der Definition, was heute unter Familie zu verstehen ist, werden Institutionen, Unterstützungssysteme und Interventionsformen vorgestellt. Ein besonderer Bereich ist der Erfassung der Probleme aber auch der Ressourcen und Hilfebedarf von Familien in der psychosozialen Diagnostik. An dieser Stelle kommt etwa das Verfahren der Hilfeplanung nach Paragraph 36 SGB VIII ins Spiel. So ist es zum Beispiel als Eheberater möglich, im Wissen um diese Hilfeplanung, die möglichen Kooperationspartner beim ASD mit ins Spiel zu holen.

Ein zweiter Teil stellt dann die Familie und Ihre Herausforderungen im Lebenszyklus vor: Die Bedeutung der Schwangerschaft und Geburt des ersten Kindes, Themen wie Gewalt in der Familie, Krankheiten und psychische Störungen werden prägnant aufgezeigt. Einen breiten Raum nimmt die Fragestellung: Was ist eigentlich gute Erziehung? So werden mögliche Elterntrainings so vorgestellt, dass man dann Ratsuchende gezielt auf diese hinweisen kann. Und immer wieder gibt es Hinweise auf weiterführende Literatur, um sich dann in dem Thema zu vertiefen.

Das Literaturverzeichnis fehlt und ist als Download unter folgenden Link einzusehen:

http://www.kohlhammer.de/wms/instances/kohportal/data/downloads/Artikelzusatz/978-3-17-023367-6_LitVerz.pdf

Ein Werk, das zur Handbibliothek jeder psychosozialen Beratungsstelle gehört.

Dr. Rudolf Sanders

Franz Meurer & Peter Otten

Zeit, die Herzen zu öffnen

Geschichten, die von Liebe erzählen

Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh 2015, € 10,00

Dein Reich komme, wie im Himmel so auf Erden, so beten wir in Vater Unser. Aber was heißt das konkret, wie kann Himmel hier auf Erden sein oder man zu mindestens einen Geschmack davon bekommen? Eine Antwort darauf bietet dieses kleine Büchlein, das Geschichten erzählt, die das Herz erwärmen. Eingeleitet werden diese immer wieder mit einem Zitat aus der Bibel. Etwa die Geschichte von der Ameise, die weder Oberhäupter noch Beamte oder eine Regierung hat, aber einfach arbeitet. Diese aus dem Buch der Sprichwörter geschrieben und der Text dazu? Es wird von den Jugendlichen erzählt, die es schwer haben als Förderschüler oder als Hauptschüler eine Lehrstelle zu finden trotz dem, dass es mehr Lehrstellen als Bewerber gibt. Hier wird von dem Bewerberbuch erzählt, mit dem Schülerinnen und Schüler zu Beginn der Abschlussklasse jeweils auf einer Seite ihr Profil darstellen, also mit bisherigen Praktika, Berufswünschen, Stärken, Hobbys und so weiter. Auch sagen sie, was sie in 5 Jahren erreichen wollen. Oben auf der Seite ist ein Portraitfoto, von einem Profifotografen gemacht, zu sehen. Was ist der Erfolg dieser Aktion? Diese Hauptschule konnten die Vermittlungsquote in Lehrstellen von 25% auf 60% gesteigert werden. Dieser Erfolg ist nicht allein dieses Bewerberbuch, aber der Sog an Engagement, der sich in der Folge einstellte, dass viele einfach mitmachten. Wundermittel waren dabei die Paten, etwa aus der Kolpingfamilie, ehemalige Handwerker im Ruhestand, die es als eine wichtige Aufgabe ansehen, Jugendliche auf dem Weg in den Beruf zu begleiten.

Eine andere Geschichte erzählt von den guten Katholiken, die Heinrich Böll und seiner Ehefrau am Ende des Zweiten Weltkrieges trotz Naziherrschaft unterstützen und ihr Überleben sicherten.

In einer Zeit, in der Menschen sich nach Liebe sehnen und doch oft nicht wissen, was genau Liebe heißt, es mit einem Hollywood Film vielleicht verwechseln, zeigt dieses kleine Werk, wie Liebe konkret aussehen kann und damit Herzen geöffnet werden.

Dr. Rudolf Sanders

Atelier artig (Hrsg.)

Papas Unfall (Kids in Balance)

illustriert von Achim Kirsch

Balance Buch und Medien Verlag, Köln 2015, € 14,95

Was tun, wenn nach einem schweren Schicksalsschlag, einem Unglück in der Familie nichts mehr stimmt? Wenn wir schon als Erwachsene kaum wissen wie, damit umzugehen ist, wie viel schwerer haben es Kinder. Das vorliegende Buch bietet eine Möglichkeit, Kindern nahe zu bringen, was passiert ist und das zu bearbeiten. Der Vater, mit dem man vorher viel gespielt hat, Fahrrad gefahren und mit dem Schlitten gerodelt hat erleidet einen schweren Motorradunfall und sitzt querschnittsgelähmt im Rollstuhl. Hier bedarf ist Helfer am Nest, die intuitiv wissen, wie damit umzugehen ist. So hat etwa die Oma mit ihrem Schokoladenkuchen einen Zugang zur verletzten Kinderseele gefunden.

Ein Bilderbuch, das geeignet ist, Kindern diese neue Situation nahezubringen und Wege der Verarbeitung zu bahnen. Das Besondere an diesem Buch ist, dass es in einem kunsttherapeutischen Angebot für Kinder und Jugendliche im Alter von 4 bis 16 Jahren entstanden ist.

Dr. Rudolf Sanders

Thomas Bergner

Die gierige Gesellschaft

Aufforderung zum Umdenken

Schattauer Verlag, Stuttgart 2016, € 24,99

Bei vielen Menschen macht sich eine Ahnung breit, dass es so nicht weitergehen kann mit unserer Gesellschaft. Deutlich wird es etwa an dem Auseinanderklaffen zwischen Arm und Reich in unserer Bundesrepublik Deutschland. Die Armut von alleinerziehenden Müttern sei nur ein Beispiel unter vielen. Das Mantra von immer mehr Wachstum durchschauen mittlerweile viele. Aber wo ist die Ursache anzusehen? Thomas Bergner macht dafür die menschliche Gier verantwortlich. Er sieht einen direkten Bezug, wenn er die Ungleichverteilung materieller Güter auf der Erde betrachtet. So sterben jeden Tag auf der Erde fast 20.000 Kinder unter 5 Jahren an den Folgen von Unterernährung, fehlende Hygiene und mangelhafter medizinischer Versorgung. Eine menschengerechte Welt stellt sich die Gier entgegen. Sie erfordert ein sehr anderes Leben, indem auf liebgewordenes verzichtet werden muss. Ein Beispiel war die Weigerung vieler angesichts des Feinstaubalarm Anfang Januar 2016 in Stuttgart auf das Auto zu verzichten. Also lieber die Umwelt und sich selber schädigen, als auf Bus und Bahn umzusteigen.

Aber der Leser findet keine Moralpredigt vor, sondern liest Beispiele, wo konkret im Alltag diese Gier zu finden ist. Ursachen macht er schon in der Schule fest, wo Kinder mit einer solchen Fülle an Lerninhalten konfrontiert werden, dass sie letztlich nur konsumieren und nicht wirklich verstehen können. So werden sie schon sehr früh auf Konsum getrimmt, denn wer konsumiert, verbraucht das, was ihm vorgesetzt wird. Er orientiert sich nicht mehr an sich selbst sondern am außen. Aber was ist möglich?

Unsere Vorfahren haben mit ihren Mitmenschen geteilt. Die Fähigkeit zu teilen gehört neben Kunst und Musik zur Kultur. Wir Menschen sind in der Lage, uns in Beziehung zu anderen Menschen zu setzen. Wir können spüren, wie wir ihnen helfen, ihnen beistehen und sie fördern können. Wir haben die tief in uns sitzende Erfahrung, dass niemand allein überleben kann und dass das die Voraussetzung ist, eine Welt für alle Menschen zu schaffen.

Ein Buch, das nahe geht, ohne einen moralischen Zeigefinger zu erheben. Es wendet sich an das erwachsene Ich in uns.

Dr. Rudolf Sanders

Eva Munker-Kramer

Traumazentrierte Psychotherapie mit EMDR

Ernst Reinhardt Verlag, München Basel 2015, € 26,90

Wenn eine zufällige Erfahrung vor etwas mehr als 25 Jahren dazu führt, dass diese heute zu einer Therapieform geworden ist, die im Jahr 2013 durch die WHO und in 2014 in Deutschland als Richtlinien Therapie für die PTBS anerkannt wurde, dann muss da etwas Besonderes dran sein. Auch wenn alle Wirkmechanismen noch nicht ganz klar sind, so hilft diese Form der Therapie, in der regelmäßig sakkadische Augenbewegungen zur bilateralen

Stimulation mittels Fingerbewegungen durch den Behandelnden erzeugt werden die Folgen traumatischer Erfahrungen zu integrieren. Überzeugend eine Studie, die von 1200 Klinikern unterstützt wurde, über die klinische Wirkung von EMDR an 10.000 Klienten. Im Vergleich zu anderen Methoden zeigte sich folgendes: 74% gaben an, mit EMDR mehr Erfolg zu haben, als mit anderen Methoden, nur 4% sagen das Gegenteil.

Mittlerweile wird EMDR bei unterschiedlichen Populationen, wie zum Beispiel Menschen mit Verlusterlebnissen, Schuldgefühlen, Verbrechenopfer, Einsatzkräfte mit belasten Erlebnissen und auch bei Kindern erfolgreich eingesetzt.

Dieses Buch gibt eine ausführliche Beschreibung der Hintergründe der Psychotraumatologie und der Natur verschiedenster Traumafolgestörungen. Diese hilft, so die vielen praktischen Erfahrungen aus der konkreten Arbeit mit Patienten als auch aus der Lehrtätigkeit der Autorin als EMDR Supervisorin zu verstehen. Ihre Begeisterung wird deutlich, die aus einer tiefen wissenschaftlichen Kenntnis dieses Verfahrens, der unermüdeten Bemühungen um Präzision und eine deduktiven Vorgehensweise gekennzeichnet ist. Nichtsdestotrotz nimmt sie auch die Bedenken kompetenter Wissenschaftler ernst, da letztlich der genaue Wirkmechanismus noch nicht entschlüsselt ist.

Das Konzept der acht Phasen EMDR: Anamnese, Stabilisierung, Bewertung, Desensibilisierung / Reprozessieren, Verankern, Körperrest, Nachbesprechung und Überprüfung werden sehr anschaulich dargestellt. Solch scheinbar rigides Vorgehen unterscheidet EMDR von den meisten anderen psychotherapeutischen Methoden. Der Service für die Kolleginnen und Kollegen liegt nicht im kreativen Verändern von Grundideen, sondern in der präzisen Umsetzung der Grundelemente auf Basis einer fundierten Behandlungsplanung.

Es wird deutlich, dass wir hier eine vielversprechende Therapiemethode vor uns haben, die sich auch gut in therapeutische Schulen beziehungsweise die beratende Praxis integrieren lassen.

Dr. Rudolf Sanders

Michael Winterhoff

Mythos Überforderung

Was wir gewinnen, wenn wir uns erwachsen verhalten

Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh 2015, € 19,99

Von der ersten bis zur letzten Zeile denke ich, ja genauso ist es. Da beschreibt jemand eine Entwicklung aus seiner Sicht als Kinderpsychiater das, was ich in den letzten 30 Jahren als Ehe- und Familienberater erlebe. Besorgte Eltern stellen ihm Kinder vor in der Hoffnung, dass er an ihren Kindern etwas verändern könne. Aber in der Regel reagieren die Kinder auf das Lernumfeld, auf das Beziehungsgeflecht, das ihre Eltern ihnen angeboten haben, sie können gar nicht anders, als sich genauso zu entwickeln.

Der Autor beschreibt die Tendenz, immer weniger Verantwortung für seinen Lebensbereich, für seine Arbeit, für seine Beziehung und für die Beziehungsgestaltung zu den Kindern zu übernehmen. Dadurch entsteht eine Gesellschaft von unsicheren, unglücklichen Menschen, die nicht in der Lage sind, „ihr Kanu selber zu steuern“, wie Lord Robert Baden-Powell, der Gründer der Pfadfinder es einmal als Ziel seiner Pfadfinderarbeit betitelt.

Statt Entscheidungen zu fällen, diese zu begründen und dahinter zu stehen, wird auf Entscheidungen eines Teams verwiesen; statt Kindern Orientierung und klare Regeln vorzugeben, an den diese sich entwickeln und wachsen können, wird deren scheinbaren Wünschen nachgegeben, um ihre Liebe nicht zu verlieren. So wird eine Atmosphäre erzeugt, in denen Menschen sich permanent überfordert fühlen, weil sie nicht die Erfahrung von Selbstwirksamkeit an dem Punkt machen, an dem sie gerade stehen.

Wenn Kinder nicht mehr lernen, eine Schleife zu binden, sondern die Schuhe nur noch mit Klettverschlüssen verschließen, wenn sie nicht lernen, selber zu kochen, sondern nur die Fertigpizza aus dem Tiefkühlfach sich warm machen, machen sie keine den eigenen Selbstwert erhöhenden Erfahrungen. Dann sind sie auch später nicht in der Lage, den Platz, an dem sie gesellschaftlich stehen, sei es in der Arbeit, in der Beziehung, als Eltern ganzheitlich zu begreifen und diesen auszufüllen. Sie sind dann nur noch in der Lage, ihren Job zu machen. Sie haben nicht gelernt, dass sie aus der Tätigkeit selbst Befriedigung schöpfen können. Denn angesichts der Lebenszeit, die wir im Arbeitsleben verbringen ist dies das Eigentliche. Natürlich müssen wir Geld verdienen, aber viel wichtiger ist es, dass eine Arbeit einen Menschen von innen her erfüllen kann, und genau das hat ganz viel mit Erwachsen sein zu tun. Die daraus wachsende Zufriedenheit ist als Kassiererin an der

Schwimmbad Kasse, als Lehrer, auf dem Bau oder wo immer man seinen Dienst tut möglich.

Seine Empfehlungen an Eltern, die mit ihren Kindern nicht mehr klar kommen sind ganz einfach umzusetzen. Zunächst einmal bei sich selbst ankommen und fünf Stunden für sich alleine einen Waldspaziergang machen. Diesen Vorschlag mögen manche belächeln, aber er ist hochwirksam, wie ich es selber seit vielen Jahren Paaren empfehle, die mit Beziehungsschwierigkeiten kommen: statt vor dem Fernseher zu sitzen abends eine Stunde bei Wind und Wetter gemeinsam um den Häuserblock die Runde drehen.

Ein Buch das aufrüttelt, das aufzeigt, was es heißt erwachsen zu sein und Mut macht, sich immer mehr auf diesen abenteuerlichen und die Lebenszufriedenheit steigernden Weg sich einzulassen.

Dr. Rudolf Sanders

Viktor E. Frankl

Es kommt der Tag, da bist du frei

Unveröffentlichte Briefe, Texte und Reden,

Kösel, München 2015, € 19,99

Manchmal erscheinen Bücher zum richtigen Zeitpunkt ohne, dass dies vom Herausgeber vorgeplant sein konnte. So ergeht es mir auch mit diesem. Briefe aus den Jahren 1945 bis 47, gerade aus dem Konzentrationslager befreit, Texte und Beiträge der Jahre 1946 bis 48 und Gedenkreden zwischen 1949 - 1988 des Begründers der Logotherapie Viktor E. Frankl. Ein Buch, das mich sehr bewegt in dieser Zeit des Umbruchs, der vielen Kriege, der Menschen, die vor unserer Tür stehen, weil sie vor Krieg und Terror fliehen. Denn da kommt es nicht selten vor, dass Menschen versuchen, wegzuschauen und ihr Menschsein darüber vergessen.

Hier rütteln die Texte auf. Was ist Glück? Glück ist trotz allen Übels in der Lage zu sein, sich entscheiden zu können. Denn: "Lethargie und Flucht vor der Verantwortung barg zugleich nicht nur politische und soziale, sondern auch eminente psychologische und existenzielle Gefährdung des Menschen - und sie stellte wiederum den Psychiater vor die Herausforderung, den durch Schuld- und Leiderfahrung ermüdeten und verunsicherten Menschen davor zu bewahren, sich in die Unverbindlichkeit provisorischer oder fatalistischer Lebenshaltung zurückzuziehen."

Ein Buch, das ich gerne mir lieb gewordenen Menschen verschenke.

Dr. Rudolf Sanders

Johannes Eckert

Aus der Fülle der Gegenwart leben

Meditationen über das Lukas-Evangelium

Kösel, München 2015, € 12,99

Den Sinn im eigenen Leben zu finden, ist nicht selten die zentrale Frage in Beratungsprozessen. Da sind Beraterinnen und Berater gefragt Stellung zu beziehen. Aber woraus Stellung beziehen? Für viele Jahrhunderte war das Buch der Bücher, die Bibel, der Ort, aus dem Werte bezogen wurden. Leider ist dieser Fundus ein bisschen in Vergessenheit geraten, obwohl aktuell manche sich ja gerade auf die Tradition des christlichen Abendlandes berufen. Dieses Buch gibt Anregungen, zunächst für einen persönlich, was es mit dem Evangelium, der Guten Nachricht von Jesus Christus auf sich hat. Das Entscheidende dieser Botschaft ist, dass sie immer wieder auf den Tag gebracht werden will. Denn wie für Kinder die Gegenwart die wichtigste Zeit ist, gilt das auch für Christen, den heutigen Tag als die wichtigste aller Zeiten anzusehen: "Heute" ist aktuell.

Der Autor nimmt das Lukas-Evangelium als roten Faden, denn für Lukas, der das Evangelium ca. 50 Jahre nach dem Tod von Jesu aufgeschrieben hat war es wichtig, dass der Auferstandene im Heute der Gemeinde gegenwärtig ist. Deshalb befasst er sich in seinem Evangelium mit den Randgruppen und Außenseitern, den Armen, Kranken, Sündern, Zöllnern, Ausgestoßenen. Diese erfahren durch die Begegnung mit Jesus Heil und Heilung. Dieses soziale Engagement ist der rote Faden, der sich durch das ganze Evangelium zieht. Deshalb wird Lukas auch gerne als Evangelist der Barmherzigkeit bezeichnet. Unter diesem Gesichtspunkt werden sechs Stellen aus dem Werk des Lukas betrachtet, an denen das Signalwort Heute verwendet wird. Der Autor überträgt es auf unsere Lebenssituation. Es geht also um nichts anderes als eine Verheutigung des

Evangeliums, so dass sich dieses auch im Leben eines jeden von uns ereignen kann. Dabei sollen die Szenen aus dem Leben Jesu so betrachtet werden, dass sie sich in den konkreten Alltag übertragen lassen. Als Benediktiner nutzt der Autor ferner Texte aus der Benediktsregel, um das Gelesene noch mal aus einem anderen Blickwinkel heraus zu meditieren.

Die Lektüre wird dem einzelnen Berater, der einzelnen Beraterin wichtige Impulse geben, die dann an der richtigen Stelle im Beratungsprozess ganz passend und stimmig eingebracht werden, eben im Heute.

Dr. Rudolf Sanders

Nicola Schmidt

Art gerecht

Das andere Babybuch

Kösel, München 2015, €19,99

Treffen wir in der Beratung auf Paare, die gerade dabei sind, ihr erstes Kind zu bekommen beziehungsweise frische Eltern sind, erleben wir nicht selten eine große Verunsicherung. Soll ich stillen und wie lange, was wird aus unseren Nächten, was ist wenn mein Kind immer nur schreit und wie machen wir das im Urlaub. Nicht wenige haben einen intuitiven Zugang zu Ihrem Elternsein noch nicht gefunden. Viele hatten nicht mehr die Gelegenheit, in einer Geschwisterschar aufzuwachsen, in denen sie dieses bereits miterlebt hatten. In dem Sinne bietet dieses Buch Eltern eine große Hilfe. Warum?

Die Autorin hat das, was es wissenschaftlich zu dem Thema gibt, übersichtlich und in Schritt-für-Schritt-Anleitungen ausgearbeitet. Es wird deutlich, wie einfach das Leben mit einem Baby sein kann. Ableitend aus unserer menscheitsgeschichtlichen Entwicklung ist es möglich, auch Menschenbabys zu verstehen. So sind unsere Babys immer noch so gebaut, als würden sie mit uns in einer kleinen Gemeinschaft als Jäger und Sammler durch die Savanne ziehen. Alle ihre Überlebenssysteme sind für diesen Fall eingerichtet. Sie suchen den ständigen Kontakt zu einem großen Menschen, damit sie nicht gefressen werden, nicht auskühlen oder überhitzen, damit sie immer genug Milch haben und damit sie beim Weiterziehen niemand vergisst. Vor allem aber sind Menschenbabys immer eingebunden in eine menschliche Gemeinschaft. Nichts ist für Mutter und Kind schlimmer, als in einer kleinen Wohnung „Einzelhaft mit Kind“ zu erleben, wie ich es einmal von den Bindungsforschern Klaus und Karin Grossmann hörte.

Alle wichtigen Fragen über das Stillen, die Ernährung, Strategien für ruhige Nächte, bis hin zur artgerechten Betreuung, also worauf achte ich am besten bei der Auswahl einer Tagesmutter, werden in diesem Buch sehr anschaulich erläutert. An keiner Stelle ein moralischer Zeigefinger, sondern immer wieder der Hinweis, sich für das zu entscheiden, was für einen selbst am besten passt.

Dr. Rudolf Sanders

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, Web: 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

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. Dipl.-Psych. **Tanja Hoff**, Professur für Psychosoziale Prävention, Intervention & Beratung Studiengangleitung Master Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Projektleitung am Deutschen Institut für Sucht- u. Präventionsforschung, Katholische Hochschule NRW; 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 Roehle**, 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, Sauerlandstr. 4, 58706 Menden, Tel.: 02331-788582
E-Mail: Dr.Sanders@partnerschule.de, Web: www.partnerschule.de
Dr. Notker Klann, Am Eichweg 14, 53572 Bruchhausen, Tel.: 02224-3468, E-Mail: klann.beratung@t-online.de

Projektleitung:

Heike Carstensen, Junfermann Verlag GmbH, 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

Erscheinungsweise/Service:

Beratung Aktuell erscheint viermal jährlich als Online-Ausgabe auf: 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:

Monika Köster, Tel.: 05251-13 44 14, Fax: 13 44 44,
E-Mail: 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)